

## ABSTRAK

RATNA DILA HAJAR ILIYUN, 2019. Hubungan *Body Image* terhadap Kebiasaan Makan dan Kejadian Obesitas Remaja Putri di SMK Cor Jesu Malang. Pembimbing : Ir. AAG Anom Aswin, MPS.

Remaja pada umumnya sedang memasuki tahap ingin menunjukkan kepedulian terhadap bentuk tubuh mereka sesuai dengan citra tubuh “body image” yang diinginkan, khususnya terjadi pada remaja perempuan. Perubahan dalam gaya hidup karena adanya perubahan kebiasaan makan sehingga menggeser mutu makanan kearah tidak seimbang. Perubahan gaya hidup pada golongan tertentu menyebabkan masalah gizi lebih berupa kegemukan dan obesitas. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan *body image* terhadap kebiasaan makan dan kejadian obesitas remaja putri di SMK Cor Jesu Malang.

Jenis penelitian yang dilakukan merupakan penelitian dengan rancangan *cross sectional study*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2019 di SMK Cor Jesu Malang. Populasi siswi adalah kelas X Jasa Boga dan Desain Komunikasi Visual.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 33 responden, 15 responden (45,4%) memiliki persepsi *body image* positif dan 18 responden (54,5%) memiliki persepsi *body image* negatif. Kebiasaan makan responden, sebanyak 16 responden (48,5%) memiliki kebiasaan makan baik, dan 17 responden (51,5%) memiliki kebiasaan makan kurang baik. Status gizi responden, sebanyak 16 responden (48,5%) memiliki status gizi normal, dan 17 responden (51,5%) memiliki status gizi obesitas dan overweight.

Responden diharapkan dapat meningkatkan *body image* nya menjadi baik supaya remaja tersebut dapat memilih perilaku makan yang tepat. Cara yang dapat ditempuh yaitu dengan mengeksplorasi minat dan bakat yang dimiliki melalui kegiatan ekstrakurikuler di bidang olahraga, kesenian, jurnalistik, dan lain-lain dengan difasilitasi oleh pihak sekolah, serta perlu adanya tambahan edukasi tentang kebiasaan makan baik dari pihak sekolah maupun dari tenaga kesehatan untuk menambah pengetahuan siswi tentang gizi seimbang dan kebiasaan makan yang baik.

Kata kunci : *body image*, kebiasaan makan, status gizi