

PERSETUJUAN PEMBIMBING

**Skripsi Yang Berjudul Hubungan Citra Tubuh Dan Teman Sebaya Dengan
Perilaku Makan Pada Mahasiswi Di Kost Sekitar Wilayah
Universitas Negeri Gorontalo**

Oleh Nadila Kaili

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes
NIP : 19660918199203 1 002

Dr. Sylva Flora Ninta Tarigan, SH., M.Kes
NIP : 19820323 200812 2 001

Gorontalo, 20 Juli 2020

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kesehatan Masyarakat

Dr. Sylva Flora Ninta Tarigan, SH., M.Kes
NIP : 19820323 200812 2 001

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI



HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN TEMAN SEBAYA DENGAN PERILAKU MAKAN PADA MAHASISWI DI KOST SEKITAR WILAYAH UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO

**NADILA KAILI
811 416 022**

Telah dipertahankan di depan penguji

Hari/Tanggal : Jumat, 24 Juli 2020

Waktu : 16.00-17.00 WITA

- | | |
|--|---|
| 1. <u>Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes</u>
NIP : 19660918 199203 1 002 | 1.
 |
| 2. <u>Dr. Sylva Flora Ninta Tarigan, SH., M.Kes</u>
NIP : 19820323 200812 2 001 | 2. |
| 3. <u>Dr. Irwan, S. KM., M.Kes</u>
NIP : 19720807 200003 1 006 | 3.
 |
| 4. <u>Ramly Abudi, S.Psi., M.Kes</u>
NIP : 19720911 200812 1 002 | 4. |

Gorontalo, 24 Juli 2020

Mengetahui,

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



Dr. Hj. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes
NIP : 19631001198803 2 002

ABSTRAK

Nadila Kaili, 811416022. 2020. Hubungan Citra Tubuh Dan Teman Sebaya Dengan Perilaku Makan Pada Mahasiswi Di Kost Sekitar Wilayah Universitas Negeri Gorontalo. Skripsi. Pembimbing I Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes dan Pembimbing II Dr. Sylva Flora Ninta Tarigan, SH., M.Kes. Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

Perilaku makan dipengaruhi faktor eksternal yaitu pengaruh teman sebaya dan faktor internal yaitu persepsi *body image*/citra tubuh. Perilaku makan adalah tingkah laku individu dalam memenuhi kebutuhan makanan meliputi sikap, kepercayaan serta pilihan makanan. Rumusan masalah bagaimana hubungan citra tubuh dan teman sebaya dengan perilaku makan pada mahasiswi di kost sekitar wilayah Universitas Negeri Gorontalo. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan citra tubuh dan teman sebaya dengan perilaku makan pada mahasiswi di kost sekitar wilayah Universitas Negeri Gorontalo.

Penelitian survey analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi mahasiswi yang tinggal di kost dengan penentuan sampel menggunakan *Proportional Sampling*. Analisis data menggunakan uji *chi square*.

Hasil penelitian variabel citra tubuh paling banyak citra tubuh negatif sebanyak 90 responden atau 60,8%. sedangkan citra tubuh positif terdapat sebanyak 58 responden atau 39,2%. Selanjutnya variabel teman sebaya paling banyak teman sebaya kuat sebanyak 81 responden atau 54,7%. Sedangkan teman sebaya lemah sebanyak 67 responden atau 45,3%. Variabel perilaku makan paling banyak pada kategori perilaku makan tidak baik sebanyak 88 responden atau 59,5%. Sedangkan untuk perilaku makan baik sebanyak 60 responden atau 40,5%.

Analisis *chi square* diperoleh variabel yang berhubungan dengan perilaku makan pada mahasiswi adalah citra tubuh ($p= 0,004$), dan teman sebaya ($p= 0,003$). Simpulan terdapat hubungan citra tubuh dan teman sebaya dengan perilaku makan pada mahasiswi di kost sekitar Universitas Negeri Gorontalo. Bagi mahasiswi disarankan meningkatkan persepsi yang baik ke diri mereka sendiri, memperhatikan makanan yang dikonsumsi, memilih sendiri makanannya tanpa mengikuti teman, dan didasarkan pada kandungan gizi.

Kata Kunci : Citra Tubuh; Perilaku; Teman Sebaya.

ABSTRACT

Nadila Kaili, 811416022. 2020. The Correlation between Body Image and Peers with Eating Behavior on Students at Dormitories around State University of Gorontalo area. Skripsi. The Principal Supervisor is Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes, and the Co-supervisor is Dr. Sylva Flora Ninta Tarigan, SH., M.Kes. Department of Pubic Health, Faculty of Sports and Health, State University of Gorontalo.

Eating behavior is influenced by the external factor, namely peers and internal factors, namely body image perception. Eating behavior is an individual behavior to meet nutritional needs, including attitude, confidence, and food preference. The research problem is how the correlation between body image and peers with eating behavior on students who live in at dormitory around the State University of Gorontalo area is. Therefore, the research aims at finding out the correlation between body image and peers with eating behavior on students at dormitories around the State University of Gorontalo area.

This research applies an analytical survey with a cross-sectional approach. The population of this research is that students who live at dormitories with the sampling technique employ Proportional Sampling, while data analysis uses chi-square.

The research finding reveals that the most variable body image is in negative body image category as many as 90 respondents or 60,8%, while the positive body image category as many as 58 respondents or 39,2%. Further, the most variable peers are in the category of peers who have a strong influence as many as 81 respondents or 54,7%, while the category of peers has weak influence as many as 67 respondents or 45,3%. Moreover, the eating behavior variable is mostly in bad eating behavior category as many as 88 respondents or 59,5%, while good eating behavior category as many as 60 respondents or 40,5%.

Chi-square analysis obtains variable correlated with eating behavior of students are body image ($p = 0,004$), and peers ($p=0,003$). In conclusion, there is a correlation between body image and peers with eating behavior on students who live at dormitories around State University of Gorontalo area. Hence, the students are suggested to improve a good perception of themselves, pay attention to the food consumed, choose their food without following friends, and are based on nutrient content.

Keywords: Body Image; Behavior; Peers

