

HUBUNGAN CITRA TUBUH DENGAN GANGGUAN PERILAKU MAKAN PADA REMAJA PUTRI PENGGUNA INSTAGRAM

Ni Kadek Novi Ariani¹, Kadek Eka Swedarma², I Kadek Saputra²

¹Mahasiswa Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, ²Dosen Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Alamat korespondensi: nariani71@gmail.com

ABSTRAK

Penggunaan Instagram dalam bersosial media dapat memberikan dampak negatif secara tidak langsung pada remaja. Terobsesi pada selebgram yang memiliki bentuk tubuh yang ideal dapat menimbulkan ketidakpuasan remaja terhadap citra tubuh yang dimiliki. Hal ini dapat memicu gangguan perilaku makan pada remaja. Studi ini memiliki tujuan untuk mengidentifikasi hubungan citra tubuh dengan gangguan perilaku makan pada remaja putri pengguna Instagram di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar. Rancangan penelitian menggunakan deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel berjumlah 150 remaja putri kelas X dan XI jurusan MIA dan IIS yang diambil dengan menggunakan teknik *disproportionated stratified random sampling*. Citra tubuh diukur menggunakan MBSRQ-AS 34 dan gangguan perilaku makan diukur menggunakan kuesioner EAT-26. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki citra tubuh sedang (51,3%) dan mayoritas berisiko mengalami gangguan perilaku makan (54,7%). Berdasarkan hasil uji *spearman rank* menunjukkan hasil *p value* 0,000 ($p \leq 0.05$) dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,620. Instagram dapat menjadi platform yang menyebabkan ketidakpuasan akan citra tubuh yang dapat berujung pada gangguan perilaku makan sehingga remaja putri perlu mengevaluasi dan memiliki informasi yang baik terkait citra tubuh yang dimiliki agar tidak menyebabkan gangguan perilaku makan.

Kata Kunci: citra tubuh, gangguan perilaku makan, instagram, remaja putri

ABSTRACT

The use of Instagram as a social media can have an indirect negative impact on adolescents. Obsession with Instagram celebrities that have an ideal body shape can lead to adolescent dissatisfaction with their body image. This can trigger eating behavior disorders in adolescents. This study aimed to identify the relationship between body image and eating behavior disorders in adolescent girls using Instagram at SMA (Senior High School) Saraswati 1 Denpasar. This research used the descriptive correlation design with a cross-sectional approach. The amount of the sample is 150 young women in grade X and XI majoring in MIA and IIS which were selected using disproportionate stratified random sampling technique. Body image was measured using the MBSRQ-AS 34, and eating disorders were measured using the EAT-26 questionnaire. The results of this study showed most of the respondents have moderate body image (51.3%) and the majority have a risk of eating disorder (54.7%). Based on spearman rank analysis showed the *p value* is 0.000 ($p \leq 0.05$) with a correlation coefficient of 0.620. Instagram can be a platform that causes dissatisfaction with body image leading to eating behavior disorders so that young women need to evaluate and have good information regarding their body image so as not to cause eating behavior disorders.

Keywords: body image, eating behavior disorder, instagram, young women

PENDAHULUAN

Bentuk tubuh yang proposional merupakan idaman bagi setiap individu terutama remaja. Pertumbuhan dan perkembangan yang cepat menyebabkan remaja mulai memperhatikan bentuk tubuh yang dimiliki. Masa remaja ialah masa terjadinya pertumbuhan, serta perkembangan yang pesat baik psikologis, fisik, dan intelektual (Pusdatin Kemenkes RI, 2017). Penampilan fisik dengan bentuk yg proporsional dianggap sangat penting dikalangan remaja putri saat ini. Hal ini berdampak bagi remaja putri sehingga mengakibatkan rasa kurang percaya diri, remaja putri sering membandingkan dengan orang lain. Kurangnya korelasi antara realitas dengan persepsi ideal terhadap tubuh menjadi penyebab utama remaja menderita gangguan citra tubuh (Yundarini, 2015).

Citra tubuh ialah keyakinan atau persepsi individu yang secara sadar mengenai bentuk tubuhnya. (Willianto, 2017). Menurut Robertson (dalam Aziz, 2016) 91% perempuan memiliki rasa tidak puas akan tubuh mereka. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh juga terjadi di Indonesia pada tahun 2010 majalah Gadis melaksanakan survei dan hasilnya memperlihatkan bahwa 4000 remaja perempuan 81% tidak puas akan bentuk tubuhnya (Prima & Sari, 2015). Kecemasan akan bentuk tubuh berlebih membuat remaja melakukan berbagai upaya seperti diet dan memuntahkan makanan hal ini akan berujung pada gangguan perilaku makan (Kurniawati & Suarya, 2019).

Gangguan perilaku makan ialah gangguan psikologis serta medis yang bisa mengakibatkan permasalahan utama dalam perilaku makan untuk mengontrol berat badan yang bisa memengaruhi remaja (Syarafina & Probosari, 2014). Gangguan makan yang berhubungan dengan citra tubuh dikalangan remaja seperti *anorexia nervosa* (AN), *bulimia nervosa* (BN), *binge eating disorder* (BED) dan *eating disorders*

not otherwise specified (EDNOS) (Chisuwa & O'Dea, 2010).

Prevalensi gangguan makan di Indonesia belum diketahui secara sempurna, karena kurangnya penelitian yang meneliti hal tersebut, tetapi salah satu penelitian yang di lakukan oleh Tanti dan Kharoh, 2019 pada salah satu SMA yang ada di Bali menyatakan bahwa sebanyak 41,8% responden makan dalam jumlah yang banyak serta 32,5% responden suka memilih-milih makanan.

Remaja biasanya sudah menggunakan media sosial sebagai *platform* berinteraksi, mencari hiburan, dan informasi. Media sosial yang terkenal di dunia dan banyak digunakan oleh remaja salah satunya yaitu Instagram (Ridgway & Clayton, 2016). Mayoritas pengguna Instagram secara global adalah perempuan. Berdasarkan laporan data digital tahun 2020 50,9% dari 928,5 juta pengguna Instagram di dunia di dominasi oleh perempuan (We Are Social, 2020).

Remaja SMA (usia 15-18 tahun) biasanya mempunyai atensi yang tinggi pada citra tubuh (Aristantya & Helmi, 2019). Studi pendahuluan dilakukan di SMA yang ada di daerah Denpasar Utara untuk mewakili remaja dengan jumlah sekolah terbanyak di daerah Denpasar (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2015). Peneliti memilih SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar yang dapat mewakili siswi di daerah Denpasar Utara.

Bukti studi pendahuluan dengan 10 siswi di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar menyatakan bahwa enam dari 10 siswi kurang puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki sekarang, tiga orang pernah melakukan diet agar mendapatkan tubuh yang ideal. Tujuh dari 10 siswi mengatakan pernah membandingkan dirinya dengan selebgram di Instgram yang memiliki tubuh yang ideal. Oleh karena latar belakang dan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana hubungan citra

tubuh dengan gangguan perilaku makan pada remaja putri yang menggunakan

Instagram di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar.

METODE PENELITIAN

Deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross sectional* digunakan sebagai design studi ini. Jumlah populasi dari studi ini yaitu 239 remaja putri yang berasal dari kelas X dan XI di SLUA Denpasar. Sampel yang diambil menggunakan teknik sampling *Disproportionated Stratified Random Sampling* dengan jumlah sample yaitu 150 orang. Penelitian ini dilakukan dari bulan Maret-April 2021. Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel citra tubuh yaitu MBSRQ-AS yang terdiri dari 34 item pertanyaan sedangkan variabel gangguan perilaku makan diukur dengan menggunakan kuesioner EAT-26 yang terdiri dari 26 item pertanyaan. Kuesioner telah diuji secara terpakai dengan hasil uji kuesioner MBSRQ-AS terdapat lima item pertanyaan yang tidak valid dengan nilai *alpha cronbach* yang diperoleh adalah 0,744 yang berarti item pertanyaan tersebut valid dan reliabel. Sedangkan hasil uji terpakai kuesioner EAT-26 terdapat dua item pertanyaan yang tidak valid dan nilai *alpha cronbach* yaitu 0,731 artinya item tersebut valid dan reliabel.

Data dikumpulkan secara online dengan mengisi kuesioner melalui *google form*. Kemudian dilanjutkan dengan data yang diolah dan dianalisis univariat untuk menilai karakteristik responden seperti tinggi badan, berat badan, Indeks Masa Tubuh (IMT) usia, suku, kelas, citra tubuh dan gangguan perilaku makan. Uji

spearman rank dilakukan untuk menganalisis bivariat dengan derajat kepercayaan 95% untuk melihat korelasi citra tubuh dengan gangguan perilaku makan.

Peneliti mempertimbangkan prinsip-prinsip etika penelitian yaitu *autonomy, confidentiality, justice, beneficence* dan *non maleficence*. Penelitian ini sudah memiliki surat keterangan lolos kaji etik dari Komisi Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Unud/RS Sanglah dengan nomor *ethical clearance* yaitu : No. 936/UN14.2.2.VII.14/LT/2021. *Informed consent* diberikan apabila responden berkenan mengikuti penelitian, maka responden perlu menandatangani lembar persetujuan menjadi responden yang diisi melalui *google form*, namun apabila responden berusia kurang dari 17 tahun maka *informed consent* dapat ditanda tangani oleh orangtua, bukti tanda tangan secara elektronik dan di upload pada *google form* yang sudah dibuat.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian terkait karakteristik responden ditemukan bahwa bahwa dari 150 responden dominan berada pada usia 17 tahun yaitu sebanyak 100 orang (66,7%) dan responden didominasi oleh suku Bali sebanyak 133 orang (88,7%). Berdasarkan IMT responden terbanyak mempunyai IMT normal yaitu sebanyak 82 orang (54,7%).

Tabel 1. Karakteristik Responden

No.	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Usia (Tahun)		
	16	25	16,7
	17	100	66,7
	18	25	16,7
2.	Kelas		
	X	43	28,7
	XI	107	71,3
3.	Suku		
	Alor	1	7,0
	Bali	133	88,7
	Bima	1	8,7
	Jawa	13	7,0
	Lombok	1	7,0
	Madura	1	7,0
4.	IMT		
	Berat Badan Kurang (<18)	39	26,0
	Berat Badan Normal (18,5– 22,9)	82	54,7
	Kelebihan Berat Badan (23- 24,9)	15	10,0
	Obesitas I (25- 29,9)	14	9,3
5.	Total	150	100

Tabel 2. Hasil Penelitian Berdasarkan Variabel

No	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Citra Tubuh		
	Positif	34	22,7
	Sedang	77	51,3
	Negatif	39	26,0
2.	Gangguan Perilaku Makan		
	Berisiko Mengalami Gangguan Perilaku Makan	82	54,7
	Tidak Berisiko Mengalami Gangguan Perilaku Makan	68	45,3
	Total	150	100

Tabel 2 menunjukkan hasil bahwa dominan remaja putri mempunyai citra tubuh kategori sedang yaitu sebanyak 77 orang (51,3%). Sedangkan gangguan

perilaku makan menunjukkan hasil bahwa sebagian besar responden berisiko mengalami gangguan perilaku makan yaitu sebanyak 82 orang (54,7%).

Tabel 3 Hasil Analisis Kategorik Variabel

Citra Tubuh	Gangguan Perilaku Makan				Σ	
	Tidak Berisiko Mengalami Gangguan Perilaku Makan		Berisiko Mengalami Gangguan Perilaku Makan			
	n	%	n	%	N	%
Positif	31	20,7	3	2,0	34	22,7
Sedang	36	24,0	41	27,3	77	51,3
Negatif	1	0,7	38	25,3	39	26,0
Total	68	45,3	82	54,7	150	100

Tabel 3 memperlihatkan bahwa remaja putri di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar terbanyak memiliki citra tubuh kategori sedang dan memiliki

kecenderungan tidak berisiko mengalami gangguan perilaku makan yaitu sejumlah 36 orang (24,0%), sedangkan responden yang berisiko mengalami gangguan

perilaku makan sebanyak 41 orang (27,3%).

Tabel 4. Hasil Analisis Korelasi

Variabel	<i>r</i>	<i>p value</i>
Citra Tubuh	0,620	0,000
Gangguan Perilaku Makan		

Tabel 4 menunjukkan bahwa hasil uji korelasi mendapatkan hubungan signifikan kuat serta berpola positif diantara citra tubuh dengan gangguan perilaku makan pada remaja putri yang memakai Instagram. Selanjutnya dilakukan analisis nilai koefisien determinan. Hasil perhitungan koefisien determinan sebagai berikut :

$$R = (r^2 \times 100\%)$$

$$R = (0,620^2 \times 100\%)$$

$$R = 0,3844 \times 100\%$$

$$R = 38,44\%$$

Berdasarkan hasil perhitungan koefisien determinan yang berarti bahwa gangguan perilaku makan dapat dipengaruhi oleh citra tubuh sebesar 38,44%.

PEMBAHASAN

Pada umumnya remaja putri memiliki ketertarikan yang tinggi pada citra tubuh, sehingga remaja cenderung merasa kurang puas akan citra tubuh yang terdapat pada dirinya. Berdasarkan penelitian ini lebih banyak remaja putri mempunyai citra tubuh sedang yaitu 77 orang (51,3%), sedangkan citra tubuh positif sebanyak 34 orang (22,7%), dan citra tubuh negatif sebanyak 39 orang (26,0%). Beberapa penelitian sebelumnya mendapatkan bahwa lebih banyak remaja putri memiliki citra tubuh yang sedang yaitu 24 (68,8%) siswa (Nugrahaningrum, 2017) penelitian lain menemukan citra tubuh positif yaitu 114 orang (81,4%), dan 75 orang (80,6%) (Yundarini, 2015; Yusintha & Adriyanto, 2018). Namun penelitian lain citra tubuh yang negatif masih banyak dirasakan oleh remaja yaitu

sebanyak 159 orang (66,8%) (Kusuma & Krianto tahun 2018).

Berdasarkan hasil penelitian ini menurut faktor usia menunjukkan hasil bahwa dominan berusia 17 tahun yaitu sebanyak 100 orang (66,7%) yang terbanyak memiliki citra tubuh sedang yaitu sebanyak 53 orang (35,3%). Hal ini menggambarkan bahwa remaja putri yang berusia 17 tahun memiliki citra tubuh yang sedang. Usia berpengaruh pada munculnya citra tubuh pada individu dikarenakan kematangan pada pola pikir untuk menyikapinya, usia remaja artinya usia dimana remaja sangat berfokus pada bentuk tubuhnya, sebab pada usia ini remaja mengalami perubahan-perubahan fisik. Perempuan apabila telah semakin tua akan lebih memikirkan hal lain daripada memikirkan tubuhnya. Pemikiran akan tubuh akan berkurang sejalan dengan bertambahnya usia (Muhsin, 2014).

Responden penelitian ini yaitu remaja putri yang aktif menggunakan Instagram dengan lama mengakses Instagram 3-5 jam dalam sehari, hal ini serupa dengan penelitian Gunardi tahun 2019 melaporkan bahwa terdapat korelasi antara derajat penggunaan media sosial dengan ketidakpuasan bentuk tubuh, dimana sebanyak 113 dari 406 responden mempunyai derajat penggunaan Instagram yang tinggi yaitu lebih dari 3 jam perharinya. Selain media sosial, citra tubuh juga dapat dipengaruhi oleh Budaya.

Pada penelitian ini mayoritas responden berasal dari Suku Bali yaitu sebanyak 133 orang (88,7%), sedangkan yang berasal dari Suku Jawa sebanyak 13

(8,7%) orang. *Body image* yang menjadi idaman di Indonesia cenderung bercermin dari budaya asing yaitu berkulit putih dan bertubuh langsing (Khotamanisah, 2017) yang menyebabkan standar ini mengganti kenyataan warna kulit masyarakat Indonesia yang berwarna sawo matang. Suku Bali dan Jawa secara umum memiliki warna kulit sawo matang.

Hasil pengukuran IMT pada menunjukkan remaja putri terbanyak mempunyai citra tubuh yang sedang dengan kategori BB normal yaitu sebanyak 43 orang (28,7%). Hal ini serupa dengan penelitian Yosephin tahun 2012 mendapatkan hasil citra tubuh positif sebanyak 40 orang (49,0%), berdasarkan hasil penelitian IMT pada 100 orang didapatkan 74% responden memiliki status IMT normal, dalam penelitian ini juga dijelaskan bahwa 81% subjek melaksanakan diet selama setengah tahun. Data ini menjelaskan bahwa sebagian besar subjek menerapkan diet meskipun mempunyai indeks masa tubuh yang normal.

Gangguan perilaku makan adalah masalah yang terdapat pada remaja terlihat pada perubahan perilaku makan menjadi tidak sesuai. Berdasarkan penelitian ini didapatkan hasil bahwa mayoritas remaja putri mempunyai risiko menderita gangguan perilaku yaitu sebanyak 82 orang (54,7%). Penelitian lain yang serupa menunjukkan bahwa sebanyak 108 orang (87,8%) memiliki risiko tinggi mengalami gangguan perilaku makan (Sulistyan, Huriyati, dan Astuti 2016). Perilaku makan seorang remaja putri dapat disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya adalah media massa, jenis kelamin, usia, IMT, dan lingkungan.

Sebuah penelitian yang dilakukan pada anak SMA di Manado menunjukkan hasil bahwa mayoritas respondennya mengalami perilaku diet yang tidak tepat yaitu sebanyak 32 orang (64,0%) (Lintang, Ismanto, dan Onibala., 2015). Berdasarkan hasil penelitian ini suku

terbanyak remaja putri yaitu Suku Bali sebanyak 133 orang (88,7%). Pola makan secara umum dipengaruhi oleh faktor lingkungan serta kebudayaan. Budaya memengaruhi individu untuk memilih makanan, bagaimana pengolahan, persiapan, penyajian, untuk siapa, serta dalam situasi bagaimana makanan tersebut di konsumsi (Sulistyoningsih, 2011).

Studi ini menunjukkan bukti bahwa remaja putri yang mempunyai risiko mengalami gangguan perilaku makan paling banyak berada pada IMT dengan kategori BB normal yaitu sebanyak 46 orang (30,7%). Penelitian lain mengungkapkan bahwa tidak terbukti memiliki korelasi antara indeks masa tubuh dengan gangguan perilaku makan sebab mayoritas responden mempunyai IMT yang normal sebanyak 161 orang (67,9%), namun mempunyai perilaku makan yang kurang baik sebanyak 119 orang (50,2%). (Fajriani, Nurfianti, dan Budiharto, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan hasil bahwa citra tubuh dan gangguan perilaku makan pada remaja putri pengguna Instagram di SLUA memiliki hubungan yang positif (p value 0,000) dengan nilai koefisien korelasi hubungan kuat ($r=0,620$). Hasil penelitian ini menunjukkan ketidakpuasan akan citra tubuh berbanding lurus dengan gangguan perilaku makan pada remaja putri pengguna Instagram artinya semakin tinggi skor citra tubuh maka semakin tinggi pula skor gangguan perilaku makan pada remaja putri. Berdasarkan nilai koefisien determinasi diperoleh hasil 38,44%, yang berarti bahwa gangguan perilaku makan dipengaruhi oleh citra tubuh sementara 61,56% dipengaruhi oleh faktor lain.

Beberapa penelitian sebelumnya mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara citra tubuh dengan gangguan perilaku makan terhadap remaja putri yang memiliki nilai p value < 0,05 dengan koefisien korelasi 0,602 (60,2%)

yang artinya memiliki hubungan yang kuat (Yundarini, 2015). Namun penelitian berbeda menyatakan tidak menunjukkan indikasi hubungan antara citra tubuh dengan gangguan perilaku makan terhadap remaja putri dengan hasil *p-value* 0,717 ($>0,05$) dan *coefficient correlation* 0,041 (Virgandiri, Lesari & Zwagery, 2020) maka dapat disarankan untuk lebih mempertimbangkan faktor lain yang dapat memengaruhi variabel.

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan sebanyak 68 orang (45,3%) tidak berisiko mengalami gangguan perilaku makan dengan pembagian yaitu 31 orang (20,7%) dengan citra tubuh yang positif, sebanyak 36 orang (24,0%) mempunyai citra tubuh sedang, dan sebanyak 1 orang (0,7%) mempunyai citra tubuh negatif. Akan tetapi hasil dari remaja putri yang mempunyai timbal balik gangguan perilaku makan yaitu sebanyak 3 orang (2,0%) dengan citra tubuh yang positif, 41 orang (27,3%) mempunyai citra tubuh dengan kategori sedang, dan sebanyak 38 orang (25,3%) mempunyai citra tubuh negatif. Hasil penelitian tersebut menggambarkan bahwa seorang remaja putri yang mempunyai citra tubuh positif lebih tidak memiliki risiko gangguan perilaku makan, sedangkan remaja putri yang mempunyai citra tubuh negatif mempunyai risiko mengalami gangguan makan lebih besar.

Peneliti memperhatikan faktor-faktor yang dapat memengaruhi hasil penelitian yaitu dengan mengeluarkan responden apabila sudah pernah terdiagnosis oleh dokter mengalami gangguan psikologis, hal ini dikarenakan aspek psikologis dapat menyebabkan alasan dalam mengonsumsi makanan, namun juga dapat menjadi sesuatu yang tidak jarang dialami seseorang terkait perilaku makannya, seperti bisa mentiadakan keinginan untuk makan serta sekaligus bisa mengakibatkan cemas serta stress (Dewi, 2014). Peneliti juga mengeluarkan responden yang memiliki penyakit biologis, dikarenakan hal ini

lebih memengaruhi penampilan, seperti eksim yang dapat memengaruhi kulit, pasien kanker yang menjalani kemoterapi dapat mengakibatkan rambut menjadi rontok, dan gangguan tiroid yang dapat memengaruhi berat badan (Gunardi, 2019).

Penelitian ini berfokus pada remaja putri yang menggunakan media sosial seperti Instagram sebab seringnya seseorang menggunakan media sosial maka akan menimbulkan ketidakpuasan terhadap tubuh (De Vries, Petter, De Graaf, dan Nikken, 2016). Peneliti memperhatikan beberapa faktor tersebut sehingga membuktikan bahwa citra tubuh dan gangguan perilaku makan pada remaja putri pengguna Instagram memiliki hubungan.

SIMPULAN DAN SARAN

Remaja putri yang ada di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar mayoritas mempunyai citra tubuh sedang sebanyak 77 orang (51,3%) dan sebagian besar berisiko mengalami gangguan perilaku makan yaitu sebanyak 82 orang (54,7%). Studi ini menunjukkan bahwa citra tubuh dan gangguan perilaku makan pada remaja putri di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar memiliki korelasi.

Diharapkan bagi guru terutama wali kelas agar mengamati citra tubuh dan perilaku makan pada siswa, guru dapat bekerjasama bersama perawat yang memiliki tugas sebagai konselor pendidikan untuk dapat menghimbau terkait dengan pembentukan serta perkembangan citra tubuh dan dampak dari diet yang tidak sehat kepada murid. Remaja diharapkan dapat mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang tersedia di sekolah agar remaja tidak hanya berfokus pada Instagram dan citra tubuh yang dimilikinya. Peneliti selanjutnya juga dapat melakukan penelitian mengenai efektivitas pemberian pelatihan dalam meningkatkan citra tubuh pada remaja dengan citra tubuh negatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Aristantya, E. K., & Helmi, A. F. (2019). Citra Tubuh pada Remaja Pengguna Instagram. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 114. <https://doi.org/10.22146/gamajop.50624>
- Aziz, J. (2016). *Social Media and Body Issues in Young Adults: An Empirical Study on the influence of Instagram use on Body Image and Fatphobia in Catalan University Students* [University Pompeu Fabra]. <https://pdfs.semanticscholar.org/404a/10de05e505f40b334eab4ef1405d0b1a8f21.pdf>
- Chisuwa, N., & O'Dea, J. A. (2010). Body image and eating disorders amongst Japanese adolescents. A review of the literature. *Appetite*, 54(1), 5–15. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2009.11.008>
- De Vries, D. A., Peter, J., de Graaf, H., & Nikken, P. (2016). Adolescents' Social Network Site Use, Peer Appearance-Related Feedback, and Body Dissatisfaction: Testing a Mediation Model. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(1), 211–224. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0266-4>
- Dewi, T. R. (2014). Studi Deskriptif: Perilaku Makan pada Mahasiswa Universitas Surabaya. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 3(2), 1–15.
- Fajriani, E. P., Nurfianti, A., & Budiharto, I. (2019). Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Perilaku Makan Pada Remaja Di Smk Negeri 5 Pontianak. *Jurnal ProNers*, 511. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanFK/article/download/34376/75676582224>
- Gunardi, C. H. A. (2019). *Hubungan antara tingkat penggunaan media sosial instagram dan body dissatisfaction*. Universitas Sanata Dharma.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2015). *Jumlah Data Satuan Pendidikan (Sekolah) Per Kabupaten/Kota: Kota Denpasar*. <https://referensi.data.kemdikbud.go.id/index11.php?kode=226000&level=2>
- Khotamanisah. (2017). *Hubungan antara persepsi terhadap citra tubuh ideal dengan body dissatisfaction pada wanita dewasa awal* [Universitas Negeri Semarang]. <https://lib.unnes.ac.id/29968/1/1511413135.pdf>
- Kurniawati, N. W. W., & Suarya, L. M. K. S. (2019). Gambaran kecemasan remaja perempuan dengan berat badan berlebih. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(02), 280. <https://doi.org/10.24843/jpu.2019.v06.i02.p07>
- Kusuma, M. R. H., & Krianto, T. (2018). Pengaruh Citra Tubuh, Perilaku Makan, dan Aktivitas Fisik Terhadap Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Remaja: Studi Kasus pada SMA Negeri 12 DKI Jakarta. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 1(1), 23. <https://doi.org/10.47034/ppk.v1i1.2114>
- Lintang, A., Ismanto, A., & Onibala, F. (2015). Hubungan Citra Tubuh Dengan Perilaku Diet Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 9 Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 3(2), 113779.
- Muhsin, A. (2014). *Studi Kasus Ketidakpuasaan Remaja Putri Terhadap Keadaan Tubuhnya (Body Image Negative Pada Remaja Putri)*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Nugrahaningrum, P. D. (2017). *Hubungan Citra Tubuh dengan Perilaku Diet pada Siswa SMA Shalahuddin Malang*. Universitas Brawijaya.
- Prima, E., & Sari, E. P. (2015). Hubungan Antara Body Dissatisfaction Dengan Kecenderungan Perilaku Diet. *J Psikol Integratif*, 1(1), 17–30. <https://media.neliti.com/media/publications/126615-ID-hubungan-antara-body-dissatisfaction-de.pdf>
- Pusdatin Kemenkes RI. (2017). Infodatin Reproduksi Remaja-Ed.Pdf. In *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja* (p. 1). https://www.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin_reproduksi_remaja-ed.pdf
- Ridgway, J. L., & Clayton, R. B. (2016). Instagram Unfiltered: Exploring Associations of Body Image Satisfaction, Instagram #Selfie Posting, and Negative Romantic Relationship Outcomes. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(1), 2–7. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0433>
- Sulistyan, A., Huriyati, E., & Hastuti, J. (2016). Distorsi citra tubuh, perilaku makan, dan fad diets pada remaja putri di Yogyakarta. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 12(3), 99. <https://doi.org/10.22146/ijcn.22644>
- Sulistyoningsih, H. (2011). *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Syarafina, A., & Probosari, E. (2014). Hubungan Eating Disorder Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri di Modeling Agency Semarang. *Journal of Nutrition College*, 3(2), 48–53.
- Tanti, N., & Kharoh, I. (2019). *Persepsi Tentang Citra Tubuh, Gangguan Makan, Dan Status Gizi Siswa SMAK Santo Yoseph Denpasar* [Poltekkes Denpasar]. <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/3171/>
- Virgandiri, S., Lestari, D. R., & Zwagery, R. V.

- (2020). Relationship of Body Image with Eating Disorder in Female Adolescent. *Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Science)*, 8(1), 53–59. <https://doi.org/10.21776/ub.jik.2020.008.01>.1
- We Are Social. (2020). *Digital in 2020*. <https://wearesocial.com/digital-2020> diakses pada tanggal 30 Januari 2021
- Willianto, D. A. (2017). *Hubungan Antara Konsep Diri dan Citra Tubuh pada Perempuan Dewasa Awal* (Vol. 4). Sanatana Dharma.
- Yosephin. (2012). *Hubungan Citra Tubuh Terhadap Perilaku Diet Mahasiswi Di Salah Satu Fakultas Dan Program Vokasi Rumpun Sosial Humaniora Universitas Indonesia* [Universitas Indonesia]. <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20308604-S42556-Hubungan+citra.pdf>
- Yundarini, N. M. C. (2015). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Perilaku Makan Pada Remaja Putri Di Sma Dwijendra Denpasar. *COPING: Community of Publishing in Nursing*, 3. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/coping/article/view/10832>
- Yusinta, A. N., & Adriyanto, A. (2018). Hubungan Antara Perilaku Makan dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri Usia 15-18 Tahun. *Amerta Nutrition*, 2(2), 147. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i2.2018.147-154>