

Florencia Novelia Jiemantoro (5130088). **Hubungan Antara *Body Image* Dengan *Eating Behavior* Remaja di Surabaya.** Skripsi Sarjana Strata 1. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, Laboratorium Psikologi Perkembangan (2017).

### ABSTRAK

*Body image* remaja dapat memengaruhi beberapa hal, salah satunya adalah *eating behavior*. *Body image* merupakan pandangan individu terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya. Remaja mengalami beberapa perubahan bentuk tubuh pada masa pubertas. Perubahan yang terjadi menyebabkan adanya kepuasan serta ketidakpuasan dan memiliki hubungan dengan *eating behavior* remaja. *Eating behavior* adalah perilaku yang berhubungan dengan makan meliputi frekuensi makan dan pola makan. *Eating behavior* remaja terdiri dari tiga aspek yaitu *emotional eating*, *restraint eating* dan *external eating*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah *body image* remaja memiliki hubungan dengan *emotional eating*, *restraint eating* atau *external eating*.

Subjek dalam penelitian ini sebanyak 54 orang dengan kriteria remaja laki-laki dan perempuan yang berada pada usia 15 – 18 tahun dan berdomisili di Surabaya. Data dikumpulkan menggunakan alat ukur *Dutch Eating behavior Questionnaire* (DEBQ) dan *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire - Appearance Scales* (MBSRQ-AS), analisa dilakukan dengan uji korelasi *Pearson Correlation*. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa hanya *restraint eating* yang memiliki hubungan yang negatif dengan *body image* ( $r = -0.428$  dan  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ )), artinya semakin tinggi *body image* remaja maka semakin rendah *restraint eating*. Tingkat *body image* subjek penelitian berada pada tingkat sedang dengan presentase 40.7% (tabel 36). *Restraint eating* subjek penelitian berada pada tingkat sedang dengan presentase 37.0%. Adapun saran yang diberikan ialah agar remaja dapat mempertahankan perilaku makannya dan tidak membatasi asupan makan ketika melakukan diet dan dapat dilakukan penelitian mengenai bagian-bagian tubuh yang menyebabkan ketidakpuasan.

Kata kunci: *body image*, *eating behavior* *emotional eating*, *restraint eating*, *external eating*.