

# Hubungan Ketidakpuasan Citra Tubuh dengan Asupan Protein pada Siswi Sekolah Menengah Atas di Kota Depok, Provinsi Jawa Barat = Relationship between Body Image Dissatisfaction and Protein Intake among High School Girls in Depok City, West Java Province

Meirina Khoirunnisa, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20514842&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Remaja perempuan dengan Ketidakpuasan Citra Tubuh (KCT) melakukan perilaku diet yang tidak sehat dan mengalami kekurangan asupan protein. Studi cross-sectional ini menganalisis hubungan antara KCT, Perilaku Diet, dan asupan protein pada siswi SMA di Kota Depok, Indonesia. Ketidakpuasan Citra Tubuh adalah pikiran seseorang mengenai ukuran, bentuk, dan otot tubuh diri sendiri secara umum yang diukur dengan selisih antara tampilan tubuh yang dirasa dimiliki dan tampilan tubuh yang dirasa ideal, menggunakan Body Dissatisfaction Scale yang terdiri atas sembilan gambar tubuh yang dihasilkan oleh komputer mulai dari tubuh sangat kurus (tubuh 1) hingga sangat gemuk (tubuh 9). Skor Perilaku Diet didapatkan melalui daftar 15 perilaku yang terdiri atas perilaku yang sehat dan yang tidak sehat. Data asupan makanan didapatkan melalui metode wawancara recall 24 jam 3 hari non-konsekutif. Total 211 siswi SMA berpartisipasi dalam studi ini. Dari semua peserta, 39.8% merasa tidak puas dengan tubuh mereka dan ingin menjadi lebih kurus, sedangkan 19.4% dari total peserta ingin menjadi lebih gemuk. Indeks Massa Tubuh yang lebih tinggi berkorelasi signifikan dengan KCT. Skor KCT yang lebih besar berkorelasi signifikan dengan asupan protein yang lebih rendah ( $r=-0.155$ ,  $N=211$ ,  $p=0.025$ ). Ketidakpuasan Citra Tubuh dan Perilaku Diet “makan dengan porsi sangat kecil” ada faktor prediktor terkuat untuk asupan protein. Intervensi dengan edukasi gizi mengenai KCT, Perilaku Diet, dan asupan protein yang tepat perlu dilakukan untuk mencegah risiko kesehatan di masa depan

.....Adolescent girls with Body Image Dissatisfaction (BID) have been reported to practice unhealthy Weight Control Behavior and have inadequate protein intake. This cross-sectional study investigated the relationship between BID and protein intake among High School girls in Depok, Indonesia. Body Image Dissatisfaction is a person's thought about their body size, shape, and muscle tone that is measured by a discrepancy between one's perceived actual body and perceived ideal body using the Body Dissatisfaction Scale that consists of nine computer-generated figures ranging from very thin (body 1) to very obese (body 9). WCB was assessed using a list of 15 items consisting of healthy and unhealthy behavior. Dietary intake data was collected using a 3-days non-consecutive 24Hr recall interview. A total of 211 female high school students participated in this study. Among all participants, 39.8% were dissatisfied with their body and wanted to be slimmer while 19.4% of participants wanted to be heavier. Higher BMI was significantly shown to be correlated with a higher BID score. A higher BID score was significantly correlated with lower protein intake ( $r=-0.155$ ,  $N=211$ ,  $p=0.025$ ). In this population, BID and the WCB “eating a very small portion” were the strongest predictors of protein intake. Nutrition education intervention aimed to improve BID, WCB, and protein intake is needed to prevent future health risks.