



Pengaruh *Body Dissatisfaction* terhadap Kecenderungan *Eating Disorder* pada Remaja Putri di Kota Bukittinggi

Nurul Syafiqah¹, Aufizzahra As Syafiyah²

Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Padang

e-mail: nuymbakze@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (*body dissatisfaction*) terhadap kecenderungan *eating disorder* pada remaja putri di Kota Bukittinggi. Pendekatan penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Sampel penelitian berjumlah 50 remaja putri yang dipilih melalui teknik *purposive sampling* dari populasi di Kota Bukittinggi. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang dibagikan secara daring melalui *Google Form*. Kuesioner mencakup *informed consent*, data diri subjek (nama atau inisial, usia, jenis kelamin), serta instrumen *Body Shape Questionnaire* (BSQ-16A) dan *Eating Attitudes Test* (EAT). Analisis data dilakukan dengan uji regresi sederhana menggunakan SPSS 26 for Windows. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dan kecenderungan *eating disorder*, dengan pengaruh sebesar 20,4%, sedangkan 79,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata Kunci: *Body Dissatisfaction, Eating Disorder, Remaja.*

Abstract

This study aims to examine the influence of body dissatisfaction on the tendency toward eating disorders among adolescent girls in the city of Bukittinggi. The research adopts a correlational quantitative approach. The sample consists of 50 adolescent girls selected through purposive sampling from the population in Bukittinggi. Data was collected using a questionnaire distributed online via Google Forms. The questionnaire includes informed consent, demographic data (name or initials, age, gender), and instruments such as the Body Shape Questionnaire (BSQ-16A) and the Eating Attitudes Test (EAT). Data analysis was conducted using a simple regression test with SPSS 26 for Windows. The results show a significant influence of body dissatisfaction on the tendency toward eating disorders, with a 20.4% impact, while the remaining 79.6% is influenced by other factors not examined in this study.

Keywords: *Body Dissatisfaction, Eating Disorder Tendencies, Adolescents.*

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah fase transisi antara kehidupan anak-anak dan dewasa, ditandai oleh perubahan dan perkembangan fisik serta psikologis. Menurut Hurlock (1990), fase remaja terbagi menjadi dua: remaja awal (usia 13-17 tahun) dan remaja akhir (usia 17-18 tahun), dengan karakteristik yang berbeda. Pada masa remaja akhir, individu telah mencapai perkembangan yang lebih mendekati kedewasaan. Desmita (2011) menyatakan bahwa masa remaja memiliki sejumlah ciri khas penting, termasuk kemampuan menjalin hubungan

yang matang dengan teman sebaya, penerimaan dan pembelajaran peran sosial sesuai jenis kelamin, penerimaan dan pemanfaatan fisik secara efektif, pencapaian kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa, persiapan karier yang sesuai dengan minat dan bakat, pengembangan keterampilan intelektual sebagai warga negara, perilaku sosial yang bertanggung jawab, serta pembentukan nilai dan sistem etika sebagai panduan dalam berperilaku.

Masa remaja ditandai dengan fase penting yang disebut pubertas, di mana terjadi perubahan fisik signifikan seperti peningkatan tinggi dan berat badan, perubahan bentuk tubuh, dan perkembangan karakteristik seksual lainnya (Siregar, 2017). Salah satu dampak psikologis dari perubahan fisik ini adalah peningkatan perhatian remaja terhadap penampilan tubuh mereka dan pembentukan citra diri. Hal ini sering kali membuat remaja putri merasa kurang puas dengan perubahan pada tubuhnya, terutama akibat peningkatan lemak tubuh (Santrock, 2003). Oleh karena itu, masa remaja menjadi periode krusial karena adanya peningkatan kesadaran terhadap perubahan bentuk tubuh atau citra diri.

Peningkatan lemak tubuh dapat dikaitkan dengan gangguan makan, atau yang dikenal sebagai *eating disorder*. *Eating disorder* adalah gangguan psikiatri yang ditandai oleh pola makan yang tidak normal, yang melibatkan aspek psikologis terkait makan, citra tubuh, dan berat badan (Soetjningsih, 2004). Gangguan ini mencakup pola makan atau perilaku lain yang menetap dan terkait dengan makan, yang mengakibatkan perubahan dalam konsumsi atau penyerapan makanan hingga memengaruhi kesehatan fisik dan fungsi psikososial individu. *Eating disorder* termasuk dalam kategori gangguan perasaan dan makan (*feeling and eating disorder*), dengan tiga jenis utama: *bulimia nervosa*, *anorexia nervosa*, dan *binge-eating disorder* (American Psychiatric Association, 2013).

Tingginya prevalensi *eating disorder* juga ditemukan di wilayah Asia, termasuk Indonesia. Sebuah penelitian terhadap 3.148 mahasiswa di lima negara ASEAN menunjukkan bahwa *eating disorder* memiliki prevalensi sebesar 11,5%, dengan Indonesia memiliki angka sebesar 7,4% (Pengpid & Peltzer, 2018). Studi di Gorontalo terhadap mahasiswa menemukan kecenderungan perilaku makan menyimpang sebesar 43,3%, dengan rincian 7,7% mengalami *anorexia nervosa*, 23,1% *bulimia nervosa*, 15,38% *binge-eating disorder*, dan 53,85% *eating disorder* lainnya yang tidak terklasifikasi. Penelitian lanjutan pada 312 mahasiswa di bidang kesehatan mengungkapkan bahwa 56,4% dari mereka mengalami *eating disorder* (Goi dkk., 2013).

Eating disorder dapat dialami oleh semua kelompok usia, namun remaja merupakan kelompok yang paling rentan mengalami gangguan ini (Striegel-Moore & Bulik, 2007). Jenis gangguan makan yang umum pada remaja adalah *anorexia nervosa* dan *bulimia nervosa* (Kusumajaya, 2008). Namun, penelitian tentang gangguan makan di Indonesia masih terbatas, sehingga prevalensi pasti kasus ini belum dapat diketahui (Dwintarsi, 2018). Beberapa studi menunjukkan bahwa insiden *anorexia nervosa* tertinggi terjadi pada remaja perempuan usia 15-19 tahun, di mana 40% dari kasus yang ditemukan dalam 94 penelitian berada dalam rentang usia tersebut (Hoek & Van Hoeken, 2003).

Tingginya prevalensi *eating disorder* pada remaja dapat disebabkan oleh sejumlah faktor. Salah satunya adalah kerentanan yang muncul karena siklus pubertas yang dialami di awal masa remaja. Pubertas memicu perubahan fisik yang signifikan, seperti peningkatan tinggi dan berat badan, perubahan bentuk tubuh, dan perkembangan karakteristik seksual. Remaja menjadi lebih rentan terhadap gangguan ini karena mereka tengah mengalami banyak perubahan dalam diri mereka. Banyak remaja menghabiskan waktu berjam-jam di depan cermin untuk mengamati perubahan fisik, dan sering kali merasa kurang puas dengan tubuh mereka (Santrock, 2019). Perubahan fisik ini juga disertai perkembangan kognitif, yang membuat remaja semakin sadar akan pandangan orang lain terhadap mereka (Santrock, 2019).

Salah satu faktor yang dianggap berperan dalam kecenderungan *eating disorder* pada remaja adalah ketidakpuasan terhadap tubuh atau *body dissatisfaction*. Ketidakpuasan tubuh mengacu pada pikiran dan perasaan negatif individu terhadap tubuhnya sendiri, yang mencakup kekhawatiran akan bentuk tubuh serta adanya ketidaksesuaian antara bentuk tubuh ideal yang diharapkan dan bentuk tubuh nyata (Garner & Garfinkel, 1981 dalam Cooper et al., 1987). Asumsi ini didasarkan pada tahap perkembangan remaja, di mana mereka menjadi lebih sadar akan pandangan orang lain terhadap penampilan mereka dan cenderung merasa tidak puas dengan bentuk tubuh mereka (Santrock, 2016).

Fenomena *body dissatisfaction* juga cukup umum terjadi di Indonesia. Sebuah penelitian terhadap 120 remaja di Bogor menunjukkan bahwa 80% partisipan memiliki persepsi negatif tentang tubuh mereka. Persepsi negatif ini berkaitan dengan salah satu dimensi *eating disorder*, yaitu kecemasan akan berat badan (Kurniawan et al., 2015). Penelitian lain yang melibatkan 36 remaja putri di salah satu SMP di Surabaya menemukan bahwa 55,6% partisipan memiliki citra tubuh yang negatif (Wati & Sumarmi, 2017). Fenomena *body dissatisfaction* ini banyak dipengaruhi oleh *body shaming*, yaitu sikap atau perilaku negatif terkait berat badan, ukuran tubuh, dan aspek lain yang berhubungan dengan penampilan individu. Bentuk *body shaming* yang sering terjadi meliputi *fat shaming*, *thin shaming*, serta penilaian terhadap kondisi fisik seperti tubuh berbulu dan warna kulit. Di Indonesia, *body shaming* yang dapat memengaruhi *body dissatisfaction* ini sangat umum terjadi di berbagai lingkungan, termasuk keluarga, pertemanan, dan tempat kerja.

Ketika individu mengalami *body dissatisfaction*, mereka cenderung melakukan diet dan membatasi makanan untuk mencapai penampilan yang dianggap lebih ideal (Polivy & Herman, 1985; Striegel Moore et al., 1986 dalam Striegel-Moore & Bulik, 2007). Penelitian menunjukkan bahwa persepsi individu tentang penampilan mereka secara konsisten berkaitan dengan perilaku diet, yang pada gilirannya memengaruhi pola makan (Ogden, 2012). Dalam sebuah studi longitudinal, ditemukan bahwa hanya 55% remaja putri berusia 12 tahun yang melakukan diet, tetapi setelah 10 tahun, angka ini meningkat menjadi 59% (Neumark-Sztainer et al., 2011).

Eating disorder pada remaja dapat memberikan dampak negatif terhadap kesehatan fisik dan mental. Gangguan makan ini juga sering kali berkaitan

dengan masalah psikologis seperti gangguan kecemasan dan gangguan mood (Barlow et al., 2018). Risiko bunuh diri juga meningkat pada individu dengan *bulimia nervosa* dan *anorexia nervosa*, di mana pada tipe *anorexia nervosa* mencapai angka 12 dari 100.000 kasus setiap tahun (American Psychiatric Association, 2013). Selain itu, tercatat bahwa 30-40% individu dengan *eating disorder* mencoba bunuh diri setidaknya sekali dalam hidup mereka (Bulik et al., 2008; Pisetsky et al., 2013 dalam Barlow et al., 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, secara umum partisipan mengeluhkan sering mengalami peningkatan konsumsi makanan tinggi lemak, merasa bersalah dan khawatir jika berat badan bertambah, pernah melakukan diet atau pengaturan pola makan, berolahraga lebih sering untuk menurunkan berat badan, mengalami ejekan dari teman akibat kenaikan berat badan, dan pernah mengikuti kontes yang mensyaratkan berat badan ideal.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional non-eksperimental yang bertujuan untuk menjelaskan pengaruh *body dissatisfaction* (X) terhadap *eating disorder* (Y). Populasi penelitian adalah remaja putri di Kota Bukittinggi dengan sampel sebanyak 50 responden yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Pengukuran *body dissatisfaction* dilakukan menggunakan *Body Shape Questionnaire* (BSQ-16A), versi pendek dari BSQ-34, yang dikembangkan untuk mengukur gangguan citra tubuh secara objektif, khususnya kekhawatiran individu terhadap bentuk tubuh, seperti perasaan gemuk, baik dalam konteks normal maupun klinis (Cooper et al., 1987). Untuk mengukur kecenderungan *eating disorder*, peneliti menggunakan skala standar yang disusun oleh Garner et al., (1982), yaitu *Eating Attitudes Test* (EAT-26) yang terdiri dari 26 item. Selaras dengan metode dan tujuan penelitian peneliti akan menggunakan teknik analisis regresi sederhana untuk memprediksi hubungan kausal antara variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) (Riduwan, 2006). Pengujian data akan dilakukan menggunakan program SPSS for Windows.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, partisipan penelitian terdiri dari remaja putri usia 15-19 Tahun. Setelah proses pengambilan data, jumlah partisipan yang diperoleh dalam penelitian ini adalah 50 orang dengan karakteristik sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Total
Jenis Kelamin	
Perempuan	50
Usia	
15 Tahun	5
16 Tahun	12
17 Tahun	13
18 Tahun	15
19 Tahun	5
TOTAL	50

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa 50 responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah tertinggi berusia 18 tahun sebanyak 15

responden dan paling rendah berusia 15 tahun dan 19 tahun sebanyak 5 responden.

Tabel 2. Pengkategorian Subjek Berdasarkan Skala *Eating Disorder*

Skor	Kategorisasi	F	%
$X < 26$	Rendah	0	0
$26 \leq X < 52$	Sedang	50	100
$52 \leq X$	Tinggi	0	0
TOTAL		50	100%

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwasanya remaja putri di kota Bukittinggi yang memiliki kecenderungan *eating disorder* sedang sebanyak 50 subjek dengan persentase 100%. Berdasarkan dari tabel, dapat disimpulkan secara umum berada dalam kategori sedang.

Tabel 3. Pengkategorian Subjek Berdasarkan Skala *Body Dissatisfaction*

Skor	Kategorisasi	F	%
$X < 42,67$	Rendah	0	0
$42,67 \leq X < 69,33$	Sedang	3	6
$69,33 \leq X$	Tinggi	47	94
TOTAL		50	100%

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwasanya remaja putri di kota Bukittinggi yang memiliki *body dissatisfaction* sedang sebanyak 3 subjek dengan presentase 6%, dan remaja dengan kategori *body dissatisfaction* tinggi sebanyak 47 subjek dengan presentasi 94%. Berdasarkan dari tabel, dapat disimpulkan secara umum berada dalam kategori tinggi.

Tabel 4. Uji Normalitas

Variabel	N	K-SZ	KET
<i>Eating Disorder</i>	50	0,169	NORMAL
<i>Body Dissatisfaction</i>			

Berdasarkan hasil dari uji normalitas variabel *eating disorder* dan variabel *body dissatisfaction* yang sudah dilakukan oleh peneliti menunjukkan K-SZ = 0,169 (Sig.>0,05) maka dapat disimpulkan bahwasannya data berdistribusi normal dan dapat menggunakan statistik parametrik.

Tabel 5. Uji Linearitas

Variabel	N	K-SZ	KET
<i>Eating Disorder</i>	50	0,121	LINEAR
<i>Body Dissatisfaction</i>			

Berdasarkan tabel diatas dapat ditarik kesimpulan bahwasannya variabel *eating disorder* dan variabel *body dissatisfaction* dikatakan linear dikarenakan nilai signifikansi 0,121 (Sig.>0,05) dan asumsi linear pada variabel penelitian ini sudah terpenuhi.

Tabel 6. Uji Hipotesis

Variabel	N	Sig.	Koefisien Korelasi	Ket
<i>Eating Disorder</i>	50	0,000	0,204	Berpengaruh
<i>Body Dissatisfaction</i>				

Berdasarkan dari tabel diatas diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi pengaruh variabel (X) terhadap variabel (Y). Besarnya nilai korelasi atau hubungan (r)

diperoleh koefisien determinasi sebesar 0,204 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat adalah sebesar 20,4 %.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *body dissatisfaction* terhadap *eating disorder* pada remaja putri di Kota Bukittinggi. Berdasarkan data yang diperoleh, subjek penelitian dikategorikan ke dalam tingkat *eating disorder* dan tingkat *body dissatisfaction* yang tinggi. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa *body dissatisfaction* (variabel X) memiliki pengaruh sebesar 20,4% terhadap kecenderungan *eating disorder* (variabel Y) pada remaja putri di Kota Bukittinggi. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara *eating disorder* dan *body dissatisfaction* pada remaja di Kota Bukittinggi.

Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (*body dissatisfaction*) berhubungan erat dengan perilaku makan yang tidak sehat (*eating disorder*). Studi oleh Cruz-Sáez et al. (2020) mengungkap bahwa ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh berkontribusi signifikan terhadap munculnya pola makan yang tidak teratur. Hal ini menekankan adanya hubungan yang kuat antara ketidakpuasan tubuh dan kebiasaan makan yang berisiko. Selain itu, penelitian Ratnawati (2012) menemukan bahwa pada remaja putri, citra tubuh negatif berkontribusi sebesar 26,1% terhadap kecenderungan *anoreksia nervosa*, yang menunjukkan bahwa persepsi negatif terhadap tubuh dapat meningkatkan risiko gangguan makan.

Selama masa pubertas, remaja mengalami perubahan fisik dan perkembangan kognitif yang membuat mereka lebih fokus pada penampilan fisik. Perubahan ini disertai dengan egosentrisme remaja, yaitu kecenderungan untuk lebih memperhatikan bagaimana diri mereka dilihat oleh orang lain. Kondisi ini dapat memicu kekhawatiran terhadap bentuk tubuh dan, pada sebagian remaja, menciptakan persepsi yang tidak sesuai dengan kenyataan tubuh mereka. Ketidaksesuaian ini merupakan bagian dari *body dissatisfaction*, khususnya dalam bentuk distorsi persepsi ukuran tubuh. Standar tubuh ideal yang seringkali tidak realistis juga membuat remaja, yang tengah mengalami banyak perubahan fisik, merasa bahwa tubuh mereka tidak sesuai dengan gambaran ideal, bahkan hingga mengembangkan perasaan negatif terhadap diri mereka sendiri.

Untuk memahami bagaimana *body dissatisfaction* dapat mempengaruhi kecenderungan terhadap *eating disorder*, kita bisa melihat faktor-faktor risiko yang terlibat. Menurut Hooley et al. (2021), *eating disorder* dipengaruhi oleh sejumlah faktor risiko, termasuk aspek biologis, sosio-kultural, lingkungan keluarga, dan individu. *Body dissatisfaction* terutama berperan dalam risiko pada tingkat individu. Di sini, faktor-faktor seperti internalisasi standar tubuh kurus sebagai bentuk tubuh ideal, pola diet, pengalaman emosi negatif, serta sifat perfeksionis memainkan peran penting dalam meningkatkan kecenderungan remaja untuk mengembangkan *eating disorder*.

Berdasarkan hal tersebut, terdapat hubungan antara *body dissatisfaction* dan faktor risiko individu, seperti menginternalisasi konsep tubuh ideal yang tidak sesuai dengan kenyataan, serta pengalaman emosi negatif. Ketidakpuasan terhadap penampilan diri sering kali menimbulkan emosi negatif, yang juga

memengaruhi pola diet (Ogden, 2012) dan menjadi faktor risiko bagi *eating disorder*. Selain itu, seperti yang dijelaskan oleh Cruz-Sáez et al. (2020), pengaruh *body dissatisfaction* terhadap kecenderungan *eating disorder* juga dapat dimediasi oleh *negative affect*, yaitu perasaan negatif yang muncul akibat ketidakpuasan terhadap tubuh dan memperkuat kecenderungan perilaku makan yang tidak sehat.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris pengaruh *body dissatisfaction* terhadap kecenderungan *eating disorder*. Dari penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terhadap pengaruh yang signifikan antara *body dissatisfaction* terhadap kecenderungan makan. *Body dissatisfaction* berpengaruh sebesar 20,4% pada kecenderungan *eating disorder*, sedangkan sisanya 79,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Pengaruh tersebut bernilai positif yang berarti bahwa apabila tingkat *body dissatisfaction* meningkat maka tingkat kecenderungan gangguan makan juga akan meningkat. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yaitu terdapat pengaruh yang signifikan antara *body dissatisfaction* terhadap kecenderungan *eating disorder* pada remaja putri di kota Bukittinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2000). Diagnostic and statistical manual of mental disorders. *Text revision*.
- Barlow, D. H., Durand, V. M., & Hofmann, S. G. (2018). *Abnormal psychology: An integrative approach*. Cengage learning.
- Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., & Fairbum, C. G. (1987). The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of eating disorders*, 6(4), 485-494.
- Cruz-Sáez, S., Pascual, A., Wlodarczyk, A., & Echeburúa, E. (2020). The effect of body dissatisfaction on disordered eating: The mediating role of self-esteem and negative affect in male and female adolescents. *Journal of health psychology*, 25(8), 1098-1108.
- Desmita (2011). Perkembangan peserta didik. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Dwintasari, A. M., Isnaeni, F. N., & Gz, S. (2018). *Hubungan persepsi tubuh (body image) dengan gangguan makan (eating disorder) pada mahasiswa fakultas ilmu kesehatan universitas muhammadiyah Surakarta* (Doctoral dissertation, Ilmu Gizi).
- Glazer, K. B., Sonnevile, K. R., Micali, N., Swanson, S. A., Crosby, R., Horton, N. J., ... & Field, A. E. (2019). The course of eating disorders involving bingeing and purging among adolescent girls: Prevalence, stability, and transitions. *Journal of Adolescent Health*, 64(2), 165-171.
- Goi, M., Anasiru, M. A., & Tumenggung, I. (2013). Faktor Individu dan Faktor Lingkungan yang Berhubungan dengan Perilaku Makan Menyimpang pada Mahasiswa Kesehatan di Gorontalo. *Jurnal Health and Sport*, 6(01).
- Hoek, H. W., & Van Hoeken, D. (2003). Review of the prevalence and incidence of eating disorders. *International Journal of eating disorders*, 34(4), 383-396.
- Hooley, J. M., Nock, M. K., & Butcher, J. N. (2021). *Abnormal Psychology* (Eighteenth).

- Hurlock, E. B. (1997). Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan.
- Kurniawan, M. Y., Briawan, D., & Caraka, R. E. (2015). Persepsi tubuh dan gangguan makan pada remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11(3), 105.
- Kusumajaya, N., Wiardami, N., & Juniarsama, I. (2008). Persepsi remaja terhadap Body image (citra tubuh) kaitannya dengan pola konsumsi makan dan status gizi. *Jurnal Skala Husada*, 5(2), 114-125.
- Neumark-Sztainer, D., Wall, M., Larson, N. I., Eisenberg, M. E., & Loth, K. (2011). Dieting and disordered eating behaviors from adolescence to young adulthood: findings from a 10-year longitudinal study. *Journal of the American Dietetic Association*, 111(7), 1004-1011.
- Ogden, J. (2012). *Health Psychology*, 5e. McGraw Hill.
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2018). The prevalence and social determinants of hypertension among adults in Indonesia: A cross-sectional population-based national survey. *International journal of hypertension*, 2018(1), 5610725.
- Ratnawati, V. (2012). Percaya diri, body image dan kecenderungan anorexia nervosa pada remaja putri. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2).
- Riduwan. (2006). *Metode & Teknik Menyusun Tesis*. ALFABETA
- Santrock, J. (2019). Adolescence (seventeenth).
- Santrock, J. W. (2003). Adolescence: perkembangan remaja.
- Siregar, R. U. P. (2017). Hubungan citra tubuh dengan gangguan makan pada remaja putri masa pubertas. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(1), 1-7.
- Soetjiningsih, S. (2004). Tumbuh kembang remaja dan permasalahannya. *Sagung Seto. Jakarta*, 320.
- Striegel-Moore, R. H., & Bulik, C. M. (2007). Risk factors for eating disorders. *American psychologist*, 62(3), 181.
- Wati, D. K., & Sumarmi, S. (2017). Citra tubuh pada remaja perempuan gemuk dan tidak gemuk: Studi cross sectional. *Amerta Nutrition*, 1(4), 398-405.