

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DENGAN ASUPAN ENERGI
PADA MAHASISWI OBESITAS DI JURUSAN GIZI POLTEKKES
KEMENKES SURABAYA**

Oleh : Silvi Alfiyati

**Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Surabaya, Jln. Pucang Jajar Selatan No.
24-B, Kertajaya, Gubeng, Surabaya**

ABSTRAK

Latar Belakang: Obesitas adalah suatu keadaan ketika terjadi penumpukan lemak tubuh yang berlebih, sehingga berat badan seseorang jauh diatas normal dan dapat membahayakan kesehatan. Faktor asupan makan merupakan faktor yang paling menentukan dalam tingkat kegemukan seseorang. Obesitas terjadi karena ketidak seimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang keluar. Citra tubuh merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi asupan makan seseorang. Fokus pada mahasiswi, keinginan untuk memiliki bentuk tubuh yang ideal membawa mahasiswi tersebut dalam praktik penurunan berat badan dengan cara mengatur asupan makanan yang dikonsumsi setiap hari (diet).

Tujuan: Mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan asupan energi pada mahasiswi obesitas di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Surabaya.

Metode: penelitian ini merupakan jenis penelitian analitik observasional dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswi gizi yang mengalami obesitas dan diambil sampel sebesar 34 orang dengan sistem *Propotional random sampling*. Pengumpulan data menggunakan timbangan untuk berat badan, mikrotoa untuk tinggi badan, *Body Shape Questionnaire* untuk citra tubuh, dan *recall 2x24 jam* untuk asupan energi.

Hasil: Sebagian besar responden memiliki citra tubuh negatif (52,9%) dan sebagian besar memiliki asupan energi kurang (58,8%). Hasil uji korelasi *spearman* hubungan antara citra tubuh dengan asupan energi mahasiswi obesitas di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Surabaya diperoleh nilai $p = 0,004 < 0,05$.

Kesimpulan: Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara citra tubuh dengan asupan energi pada mahasiswi obesitas di Jurusan Gizi Poltekkes kemenkes Surabaya.

Kata Kunci : Obesitas, Asupan Energi, Citra tubuh

**CORRELATION BETWEEN BODY IMAGES AND ENERGY INTAKE IN
OBESE STUDENTS IN THE DEPARTMENT OF NUTRITION
POLTEKKES KEMENKES SURABAYA**

By : Silvi Alfiyati

**Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Surabaya, Jln. Pucang Jajar Selatan No.
24-B, Kertajaya, Gubeng, Surabaya**

ABSTRACT

Background: Obesity is a condition when there is accumulation of excess body fat, so that a person's weight is far above normal and can endanger health. The food intake factor is the most determining factor in a person's obesity level. Obesity occurs because of an imbalance between the incoming energy with the energy that comes out. Body image is one of the factors that influence a person's food intake. Focusing on female college students, the desire to have an ideal body shape brings the female student into the practice of weight loss by regulating the intake of food consumed every day (diet).

Objective: The purpose of this study was to determine the correlation between body image with energy intake in obese students in the Department of Nutrition Poltekkes Kemenkes Surabaya.

Method: This type of research is a type of observational analytic study with cross sectional research design. The population in this study were all nutrition obese students and 34 samples were taken with a *Propotional random sampling* system. Data collection uses scales for weight, microtoice for height, Body Shape Questionnaire for body image, and 2x24 hour recall for energy intake.

Result: Most respondents have negative body image (52.9%) and most have less energy intake (58.8%). Spearman correlation test results of the correlation between body image with energy intake of obese students in the Department of Nutrition Poltekkes Kemenkes Surabaya obtained $p = 0.004 < 0.05$

Conclusion: The results showed that there was a correlation between body image with energy intake in obese college students at the Department of Nutrition Poltekkes Kemenkes Surabaya.

Keywords: Obesity, Energy Intake, Body image