

Absrtak

HUBUNGAN *BODY IMAGE*, INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL, DAN TINGKAT STRES DENGAN RISIKO GANGGUAN MAKAN PADA MAHASISWI UNIVERSITAS JENDERAL SOEDIRMAN

Ristia Sahranisya Arum, Atikah Proverawati, Pramesthi Widya Hapsari

Latar Belakang: Gangguan makan merupakan gangguan psikologis terkait kebiasaan makan yang sering terjadi pada masa remaja hingga dewasa awal yang dapat dipicu oleh adanya ketidakpuasan terhadap tubuh akibat dari penggunaan media sosial yang adiktif serta stres yang tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *body image*, intensitas penggunaan media sosial, dan tingkat stres dengan risiko gangguan makan pada mahasiswa.

Metodologi: Penelitian ini dilakukan dengan metode observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Jumlah sampel sebanyak 111 mahasiswa menggunakan teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan untuk variabel *body image*, intensitas penggunaan media sosial, tingkat stres, dan gangguan makan adalah BSQ-16B, kuesioner intensitas penggunaan media sosial, PSS-10, dan EAT-26. Pada analisis univariat menggunakan analisis statistik deskriptif dan uji kolmogorov smirnov. Pada analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* untuk variabel *body image* dan intensitas penggunaan media sosial, serta uji *fisher exact* untuk variabel tingkat stres karena tidak memenuhi syarat uji *chi-square*.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara *body image* ($p=0,001$), intensitas penggunaan media sosial ($p=0,000$) dengan risiko gangguan makan pada mahasiswa Universitas Jenderal Soedirman. Namun tidak memiliki hubungan yang signifikan antara tingkat stres ($p=0,187$) dengan risiko gangguan makan pada mahasiswa Universitas Jenderal Soedirman

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara *body image* dan intensitas penggunaan media sosial dengan risiko gangguan makan pada mahasiswa Universitas Jenderal Soedirman. Namun tidak memiliki hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan risiko gangguan makan pada mahasiswa Universitas Jenderal Soedirman

Kata kunci: *Body image*, Mahasiswa, Media Sosial, Risiko Gangguan Makan, Tingkat Stres

Abstract

RELATIONSHIP BETWEEN *BODY IMAGE*, INTENSITY OF SOCIAL MEDIA USE, AND STRESS LEVEL WITH THE RISK OF EATING DISORDERS IN FEMALE STUDENTS OF JENDERAL SOEDIRMAN UNIVERSITY

Ristia Sahranisya Arum, Atikah Proverawati, Pramesthi Widya Hapsari

Background: Eating disorders are psychological disorders related to eating habits that often occur in adolescence and early adulthood. They can be triggered by body dissatisfaction resulting from addictive social media use and high stress. This study aims to determine the relationship between *body image*, intensity of social media use, and stress levels with the risk of eating disorders in female students.

Methodology: This study used an analytical observational method with a cross-sectional approach. The number of samples was 111 female students and using a purposive sampling technique. The instruments used for the variables of *body image*, intensity of social media use, stress level, and eating disorders are BSQ-16B, social media use intensity questionnaire, PSS-10, and EAT-26. Univariate analysis used descriptive statistics and Kolmogorov-Smirnov test. Bivariate analysis used chi-square test for *body image* and intensity of social media use, and Fisher exact test for stress levels.

Results: This study results indicated a relationship between *body image* ($p=0.001$) and intensity of social media use ($p=0.000$) and the risk of eating disorders in female college students at Jenderal Soedirman University. However, there was no significant relationship between stress levels ($p=0.187$) and the risk of eating disorders in female students at Jenderal Soedirman University.

Conclusion: There was a relationship between *body image* and intensity of social media use and the risk of eating disorders in female students at Jenderal Soedirman University. However, there was no significant relationship between stress levels and the risk of eating disorders in female students at Jenderal Soedirman University.

Keywords: *Body image*, Female college Students, Risk of Eating Disorders, Social Media, Stress Level.