

ABSTRAK

Ketidakpuasan bentuk tubuh mengakibatkan wanita menilai rendah tubuhnya. Wanita menjadikan penampilan fisik sebagai salah satu cara untuk menarik perhatian dari orang-orang sekitarnya. Untuk mencapai kepuasan terhadap bentuk tubuh wanita akan melakukan apa saja, salah satunya yaitu perilaku diet. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan antara *ketidakpuasan bentuk tubuh* dengan perilaku diet pada wanita dewasa. Penelitian ini merupakan kuantitatif korelasional dengan pengambilan sampel menggunakan teknik insidental. Jumlah subjek penelitian sebanyak 100 wanita dewasa awal. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala *body dissatisfaction* dan skala perilaku diet. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang sangat signifikan antara *body dissatisfaction* dengan perilaku diet, dengan r sebesar 0,848 dan nilai $p=0,000$. Hal ini berarti semakin tinggi *body dissatisfaction*, maka semakin tinggi perilaku diet, dan sebaliknya. Sumbangan efektif *body dissatisfaction* terhadap perilaku diet sebesar 0,719% yang artinya masih ada 71,9% perilaku diet dipengaruhi oleh variabel lain.

Kata Kunci: Ketidakpuasan bentuk bentuk tubuh, Perilaku diet, Wanita dewasa awal.

ABSTRACT

Dissatisfaction with body shape causes women to undervalue their bodies. Women make physical appearances as a way to attract attention from the people around them. To achieve satisfaction with a woman's body shape, she will do anything, one of which is dietary behavior. The purpose of this study was to find out the relationship between body shape dissatisfaction and dietary behavior in adult women. This research is a correlational quantitative with sampling using incidental techniques. The number of research subjects was 100 early adult women. The instruments in this study used a body dissatisfaction scale and a diet behavior scale. The results showed that there was a very significant relationship between body dissatisfaction and dietary behavior, with an r of 848 and a value of $p=0.000$. This means that the higher the body dissatisfaction, the higher the dietary behavior, and vice versa. The effective contribution of body dissatisfaction to dietary behavior is 0,719%, which means that 71,9% of dietary behavior is influenced by other variables.

Keywords : *Dissatisfaction with body shape, Dieting behavior, Early adult women*