

Hubungan Persepsi *Body Image* dengan Gangguan Makan pada Perempuan Pengguna Media Sosial Instagram: Literatur Review

Thania Rizka Isnaeni¹, Etisa Adi Murbawani¹, Ninik Rustanti¹, Ahmad Syauqy¹

Email: thaniarizka02@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: persepsi *body image* dan ketidakpuasan tubuh merupakan salah satu faktor risiko terjadinya gangguan makan. Penggunaan media sosial instagram diketahui berkaitan dengan *body image* dan ketidakpuasan tubuh seseorang.

Tujuan: Studi ini bertujuan untuk mengulas hubungan antara persepsi *body image* dengan gangguan makan pada perempuan pengguna media sosial instagram.

Metode: Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi *literature review*. Strategi dalam pencarian artikel yang relevan dilakukan melalui database Google Scholar, PubMed, Science Direct, Garuda dan Scopus dengan kata kunci “*body image*”, “*eating disorder*”, “*adolescent girl*”, “*woman*”, dan “*instagram*” dengan menggunakan *operator boolean* seperti “AND” dan “OR”. Artikel yang sudah didapat kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi.

Hasil: Penggunaan media sosial instagram yang berlebihan dapat menyebabkan seseorang melakukan perbandingan penampilan, yang pada akhirnya akan meningkatkan ketidakpuasan tubuh pada seseorang. Perbandingan penampilan merupakan salah satu faktor risiko penting yang diketahui berkontribusi pada perkembangan gangguan makan.

Kesimpulan: Terdapat korelasi yang signifikan antara persepsi *body image* dengan gangguan makan pada perempuan pengguna media sosial instagram. Disarankan bagi remaja dan wanita dewasa muda untuk membatasi penggunaan media sosial instagram terutama yang berfokus pada penampilan dan bentuk tubuh yang ideal.

Kata kunci: gangguan makan, citra tubuh, ketidakpuasan tubuh, instagram, remaja putri, wanita muda

¹ Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran. Universitas Diponegoro, Semarang.

Association of Body Image Perceptions with Eating Disorder in Female Use Instagram: Literatur Review

Thania Rizka Isnaeni¹, Etisa Adi Murbawani¹, Ninik Rustanti¹, Ahmad Syauqy¹

Email: thaniarizka02@gmail.com

ABSTRACT

Background : Eating disorders are often associated with body dissatisfaction. It is well established that using social media contributes to body dissatisfaction.

Objective: This study aims to review the relationship between perceived body image and eating disorders in female Instagram users.

Methods: The method used in this study is a literature review study. The strategy in searching for relevant articles was carried out through the Google Scholar, PubMed, Science Direct, Garuda and Scopus databases with the keywords “body image”, “eating disorder”, “adolescent girl”, “woman”, and “instagram” using boolean operators such as “AND” and “OR”. The articles obtained were then selected based on the inclusion criteria and exclusion criteria.

Results: Excessive use of social media instagram can cause a person to make appearance comparisons, which in turn will increase body dissatisfaction in a person. Appearance comparison is one of the important risk factors known to contribute to the development of eating disorders.

Conclusion: There is a significant correlation between perceived body image and eating disorders in female Instagram users. It is recommended for adolescents and young adult women to limit the use of social media instagram.

Keyword: eating disorder, body image, body dissatisfaction, instagram, adolescent girl, woman

¹ Nutrition Science Department, Medical Faculty of Diponegoro University, Semarang