



**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN KECEMASAN SOSIAL
DENGAN PERILAKU *RESTRAINED EATING* PADA REMAJA
PUTRI DI SMAN 1 WONOAYU**

SKRIPSI

Oleh :

Aldiera Vemma Ayundra Putri

222110102005

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS JEMBER
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM STUDI GIZI
JEMBER
2026**



**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DAN KECEMASAN SOSIAL
DENGAN PERILAKU *RESTRAINED EATING* PADA REMAJA
PUTRI DI SMAN 1 WONOAYU**

*diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana pada
Program Studi Gizi*

SKRIPSI

Oleh :

Aldiera Vemma Ayundra Putri

222110102005

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS JEMBER
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM STUDI GIZI
JEMBER
2026**

PERSEMBAHAN

Puji syukur saya ucapkan kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat, taufiq, hidayah, inayyah-Nya, serta karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Skripsi ini saya persembahkan kepada orang-orang yang saya sayangi, diantaranya:

1. Kepada Bapak Samudi dan Ibu Astuti tersayang, dari beliau saya bisa berada di titik ini dengan selalu memberi dukungan yang sangat besar bagi saya, selalu menjadi nomer satu dalam hidup saya, selalu menjadi tempat pulang paling nyaman dalam hidup dan selalu menjadi pemenang di hidup saya. Saya ucapkan “terima kasih” telah menjadi orang tua yang hebat bagi anak-anaknya, yang tak pernah mengenal kata lelah, terima kasih atas *full of service* yang luar biasa, terima kasih atas kasih sayang dan doa yang tiada usai. Hidup lebih lama bersamaku, sampai semua harapan yang belum tercapai berhasil diwujudkan.
2. Teruntuk kakak saya, Akbar Permana, dan adik saya, Alvaice Nadecca, terima kasih karena selalu menghadirkan keceriaan, hiburan, tawa, serta energi positif yang menjadi penyemangat tersendiri bagi penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih karena selalu saling mendoakan dan mendukung satu sama lain dalam setiap langkah kehidupan. Terima kasih telah menjadi kakak dan adik yang selalu hadir, memberikan dukungan, serta menjadi bagian dari perjalanan ini. Semoga kita selalu kompak, saling menguatkan, dan bahagia bersama.
3. Terakhir, skripsi ini juga saya persembahkan untuk diri sendiri yang telah mampu bertahan, berjuang, dan berusaha dengan penuh ketulusan hingga berada di titik ini. Terima kasih karena telah kuat menghadapi berbagai tekanan, mampu melewati proses yang tidak selalu mudah, serta tidak memilih menyerah dalam situasi sesulit apa pun. Terima kasih karena telah memilih untuk tetap bertahan dan menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik dan semaksimal mungkin. Pencapaian ini menjadi bukti bahwa setiap proses, perjuangan, dan pengorbanan yang telah dilalui merupakan hal yang patut dihargai dan dibanggakan.

MOTTO

“Sekalipun terasa mustahil jika kamu memintanya dengan sungguh-sungguh,
itu akan menjadi milikmu”

(QS. Ghafir: 60)

“Sesuatu yang tercipta untukmu, dia takkan berpaling darimu. Meski sejauh mana
akan berlabuh, dia takkan hening sejatinya itu untuk kamu.”

-Salma Salsabil-

“Seberat apapun keadaan, jangan menyerah dan tetaplah hidup. Masih banyak
makanan enak yang harus dicoba. Masih banyak serial yang harus di tamatkan,
dan masih banyak tempat indah yang harus dikunjungi. Jadi jangan menyerah.”

-Fiersa Besari-

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Aldiera Vemma Ayundra Putri

NIM : 222110102005

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul: *Hubungan Body Image dan Kecemasan Sosial dengan Perilaku Restrained Eating pada Remaja Putri di SMAN 1 Wonoayu*

adalah benar-benar hasil karya sendiri, kecuali jika dalam pengutipan substansi disebutkan sumbernya, dan belum pernah diajukan pada institusi manapun, serta bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak maupun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika ternyata dikemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Jember, 2 Juni 2026

Yang menyatakan



Aldiera Vemma Ayundra Putri
NIM. 222110102005

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul *Hubungan Body Image dan Kecemasan Sosial dengan Perilaku Restrained Eating pada Remaja Putri di SMAN 1 Wonoayu* telah diuji dan disetujui oleh Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember pada:

Hari : Senin
Tanggal : 29 Juni 2026
Tempat : Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember

Pembimbing

1. Pembimbing Utama

Nama : Dr. Leersia Yusi Ratnawati, S.KM., M.Kes.
NIP : 198003142005012003

Tanda Tangan



Penguji

1. Penguji Utama

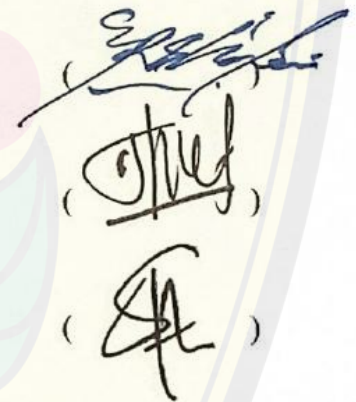
Nama : Erdi Istiaji, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP : 197606132008121002

2. Penguji Anggota 1

Nama : Septi Nur Rachmawati, S.Gz., M.Gz.
NIP : 199309272020122006

3. Penguji Anggota 2

Nama : Dr. Dini Ririn Andrias, S.KM., M.Sc.
NIP : 198101052005012003



RINGKASAN

Hubungan *Body Image* Kecemasan Sosial dengan Perilaku *Restrained Eating* pada Remaja Putri di SMAN 1 Wonoayu; Aldiera Vemma Ayundra Putri; 222110102005; 2026; 38 halaman; Peminatan Gizi Masyarakat; Program Studi Gizi; Fakultas Kesehatan Masyarakat; Universitas Jember.

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang berlangsung cepat. Pada remaja putri, perubahan fisik selama masa pubertas dapat meningkatkan perhatian terhadap bentuk tubuh dan penampilan, sehingga berpotensi memengaruhi *body image*, kecemasan sosial, dan perilaku makan. Salah satu perilaku makan yang sering muncul adalah *restrained eating*, yaitu perilaku membatasi asupan makanan secara sengaja untuk mengontrol berat badan atau mencapai bentuk tubuh yang dianggap ideal. Penelitian Amir *et al.* (2023) menunjukkan bahwa 45,2% remaja perempuan mengalami *body image* negatif. Selain itu, masalah kecemasan sosial juga masih cukup tinggi pada remaja. Berdasarkan I-NAMHS, prevalensi kecemasan sosial pada remaja mencapai 34,9%. Di Kabupaten Sidoarjo, prevalensi kecemasan sosial pada remaja putri mencapai 38%. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa *body image* dan kecemasan sosial merupakan faktor yang berpotensi memengaruhi munculnya perilaku *restrained eating* pada remaja putri. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan usia dan tingkat kelas, mengetahui gambaran *body image*, kecemasan sosial, dan perilaku *restrained eating*, serta menganalisis hubungan *body image* dan kecemasan sosial dengan perilaku *restrained eating* pada remaja putri di SMAN 1 Wonoayu.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross sectional* dan dilakukan di SMAN 1 Wonoayu dengan jumlah responden sebanyak 82 siswi yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Data primer diperoleh melalui pengisian kuesioner. Kuesioner *Body Shape Questionnaire (BSQ)* untuk mengukur *body image*, kuesioner *Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A)* untuk mengukur kecemasan sosial, dan kuesioner *Dutch Eating Behaviour Questionnaire (DEBQ)* untuk menilai perilaku *restrained eating*. Analisis

hubungan *body image* dengan *restrained eating* dilakukan menggunakan uji *Chi Square*, sedangkan hubungan kecemasan sosial dengan *restrained eating* dianalisis menggunakan uji *Spearman Rank*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 16 tahun (51,22%) dan berasal dari kelas X (54,88%). Mayoritas responden memiliki *body image* negatif (63,41%), tingkat kecemasan sosial kategori sedang (48,78%), dan perilaku *restrained eating* rendah (51,22%). Hasil analisis hubungan *body image* dengan perilaku *restrained eating* menunjukkan bahwa responden dengan *body image* negatif lebih banyak memiliki *restrained eating* tinggi (65,4%), sedangkan responden dengan *body image* positif lebih banyak memiliki *restrained eating* rendah (80,0%). Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan perilaku *restrained eating* ($p=0,000$), dengan nilai OR sebesar 7,556. Sementara itu, pada variabel kecemasan sosial, responden dengan kecemasan sosial tinggi lebih banyak memiliki *restrained eating* tinggi (60,5%), sedangkan responden dengan kecemasan sosial sedang (60,0%) dan rendah (75,0%) lebih banyak memiliki *restrained eating* rendah. Hasil uji *Spearman Rank* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan sosial dengan perilaku *restrained eating* pada remaja putri di SMAN 1 Wonoayu ($p=0,073$).

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa *body image* memiliki hubungan dengan perilaku *restrained eating* pada remaja putri di SMAN 1 Wonoayu, sedangkan kecemasan sosial tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam upaya promosi kesehatan, edukasi mengenai penerimaan diri, pembentukan *body image* positif, serta pencegahan perilaku makan yang tidak sehat pada remaja putri.

SUMMARY

The Relationship between Body Image and Social Anxiety with Restrained Eating Behavior Among Female Adolescent at SMAN 1 Wonoayu; Aldiera Vemma Ayundra Putri; 222110102005; 2026; 38 pages; Community Nutrition Specialization; Nutrition Study Program; Faculty of Public Health; University of Jember.

Adolescence is a developmental period characterized by rapid physical, psychological, and social changes. Among female adolescents, physical changes during puberty may increase attention to body shape and appearance, potentially influencing body image, social anxiety, and eating behavior. One eating behavior that commonly emerges is restrained eating, which refers to the intentional restriction of food intake to control body weight or achieve an ideal body shape. Amir et al. (2023) reported that 45.2% of female adolescents experienced negative body image. In addition, social anxiety remained a prevalent issue among adolescents. Based on the Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS), the prevalence of social anxiety among adolescents reached 34,9%. In Sidoarjo Regency, the prevalence of social anxiety among female adolescents reached 38%. These findings indicated that body image and social anxiety were factors that might influence the occurrence of restrained eating behavior among female adolescents. This study aimed to identify respondents' characteristics based on age and grade level, describe body image, social anxiety, and restrained eating behavior, and analyze the relationship between body image and social anxiety with restrained eating behavior among female adolescents at SMAN 1 Wonoayu.

This study employed a quantitative method with a cross-sectional design and was conducted at SMAN 1 Wonoayu. A total of 82 female students were selected using a simple random sampling technique. Primary data were collected through questionnaires. The Body Shape Questionnaire (BSQ) was used to measure body image, the Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A) was used to assess social anxiety, and the Dutch Eating Behaviour Questionnaire (DEBQ) was used to evaluate restrained eating behavior. The relationship between body image and

restrained eating was analyzed using the Chi-Square test, while the relationship between social anxiety and restrained eating was analyzed using the Spearman Rank test.

The results showed that most respondents were 16 years old (51.22%) and were in Grade X (54.88%). The majority of respondents had negative body image (63.41%), moderate levels of social anxiety (48.78%), and low restrained eating behavior (51.22%). The analysis of the relationship between body image and restrained eating behavior revealed that respondents with negative body image were more likely to exhibit high restrained eating behavior (65.4%), whereas respondents with positive body image were more likely to exhibit low restrained eating behavior (80.0%). The Chi-Square test indicated a significant relationship between body image and restrained eating behavior ($p = 0.000$), with an Odds Ratio (OR) value of 7.556. Meanwhile, respondents with high social anxiety were more likely to have high restrained eating behavior (60.5%), whereas respondents with moderate (60.0%) and low (75.0%) social anxiety were more likely to have low restrained eating behavior. The Spearman Rank test showed that there was no significant relationship between social anxiety and restrained eating behavior among female adolescents at SMAN 1 Wonoayu ($p = 0.073$).

The conclusion of this study shows that body image is associated with restrained eating behavior among female adolescents at SMAN 1 Wonoayu, whereas social anxiety does not show a significant relationship with restrained eating behavior. The findings of this study are expected to serve as a reference for health promotion efforts, education on self-acceptance, the development of positive body image, and the prevention of unhealthy eating behaviors among female adolescents.

PRAKATA

Puji syukur kehadiran Allah SWT dan atas kehendak-Nya maka penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Hubungan *Body Image* Dan Kecemasan Sosial Dengan Perilaku *Restrained Eating* Pada Remaja Putri Di SMAN 1 Wonoayu” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi.

Penulis mengakui bahwa dalam proses penulisan ini masih jauh dari kesempurnaan seperti apa yang diharapkan. Dalam penyusunan ini penulis tentu saja banyak mengalami kesulitan dan hambatan, akan tetapi berkat bantuan, bimbingan, arahan, dan motivasi dari berbagai pihak penulis dapat menyelesaikan ini sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Akhirnya dengan penuh kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember, Dr. Farida Wahyuningtyas, S.KM., M.Kes.
2. Koordinator Program Studi Gizi Universitas Jember sekaligus Sekretaris Penguji sidang skripsi, Septi Nur Rachmawati, S.Gz., M.Gz., yang telah menyediakan waktu, dan masukan yang sangat berharga kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
3. Dosen Pembimbing Akademik Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember, Lirista Dyah Ayu Oktafiani S.Gz., M.Biomed.
4. Dosen Pembimbing Utama, Dr. Leersia Yusi Ratnawati, S.KM., M.Kes. yang telah berkenan meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan arahan hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Ketua Penguji sidang skripsi, Erdi Istiaji, S.Psi., M.Psi., Psikolog. yang telah menyediakan waktu, dan masukan yang sangat berharga kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. Penguji Anggota sidang skripsi, Dr. Dini Ririn Andrias, S.KM., M.Sc. yang telah menyediakan waktu, dan masukan yang sangat berharga kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.

7. Seluruh Dosen dan Staf Universitas Jember khususnya Fakultas Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan dan bimbingan selama masa perkuliahan.
8. Kepala Sekolah serta Bapak Ibu SMAN 1 Wonoayu yang telah berkenan menerima penulis untuk melakukan penelitian dan memberikan data yang penulis perlukan, terima kasih banyak atas kerja samanya.
9. Kedua orang tua tercinta, Bapak Samudi dan Ibu Astutiningsih Anggaeni, yang senantiasa memberikan kasih sayang, doa, dukungan moral maupun finansial, serta motivasi yang tiada henti kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Saudara-saudara penulis, Mas Dimas dan Decca, yang selalu menghadirkan keceriaan, hiburan, tawa serta energi positif sehingga memberikan semangat tersendiri bagi penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
11. Sahabat-sahabat penulis, Ais, Ami, Ela, dan Zulia, yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, kebersamaan, serta motivasi sejak awal masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Kehadiran dan dukungan kalian menjadi penguat bagi penulis dalam menghadapi berbagai proses akademik.
12. Rony Parulian, Tulus, Raisa, Juicy Luicy, dan Sheila On 7, melalui lantunan lagu-lagunya telah menemani, menghibur, dan memberikan semangat kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini, terutama di saat-saat lelah dan membutuhkan motivasi tambahan.
13. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah memberikan bantuan, dukungan, dan doa dalam proses penyusunan skripsi.
14. *Last but not least* untuk diri saya sendiri yang sudah mampu bertahan sejauh ini. Terima kasih karena tidak pernah menyerah, meskipun banyak hal terasa berat untuk dilalui. Terima kasih karena tidak pernah menyerah, meski sering kali lelah dan jatuh berkali-kali.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih sangat jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik serta saran dari berbagai pihak untuk menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan di bidang ilmu gizi.

Jember, 6 Juni 2026

Yang menyatakan

Aldiera Vemma Ayundra Putri
NIM. 222110102005

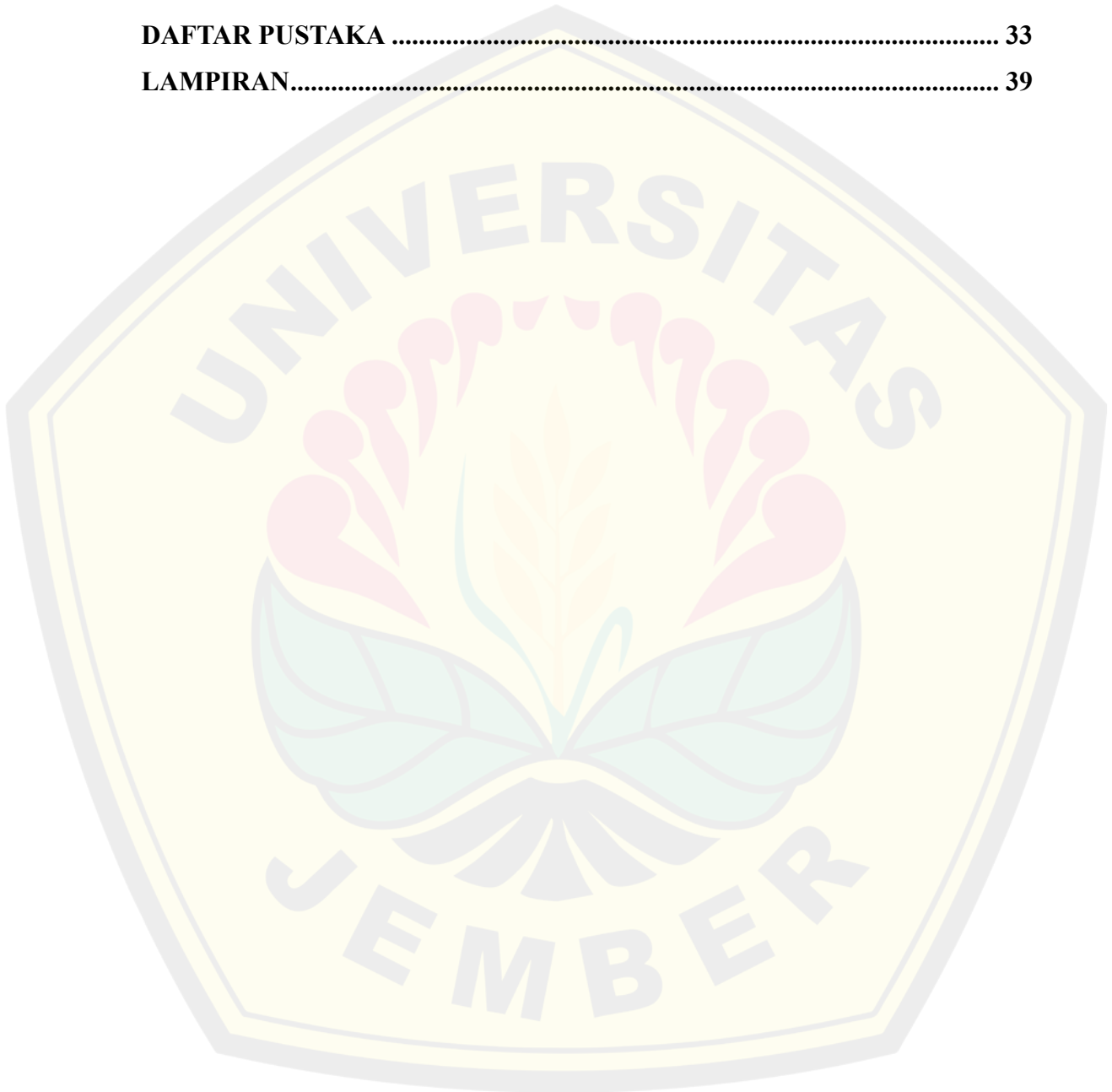


DAFTAR ISI

PERSEMBAHAN	ii
MOTTO	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
RINGKASAN	vi
SUMMARY.....	viii
PRAKATA	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
DAFTAR NOTASI	xix
DAFTAR ISTILAH DAN SINGKATAN	xx
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Batasan Penelitian	4
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.4.1 Tujuan Umum	4
1.4.2 Tujuan Khusus	5
1.5 Manfaat Penelitian	5
1.5.1 Manfaat Teoritis	5
1.5.2 Manfaat Praktis	5
1.6 Keaslian Penelitian.....	5
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 <i>Restrained Eating</i>	6
2.1.1 Definisi <i>Restrained Eating</i>	6
2.1.2 Faktor Yang Mempengaruhi <i>Restrained Eating</i>	6
2.2 <i>Body Image</i>	7
2.2.1 Definisi <i>Body Image</i>	7
2.2.2 Faktor Yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	7
2.2.3 Hubungan <i>Body Image</i> Dengan <i>Restrained Eating</i>	8
2.3 Kecemasan Sosial	8

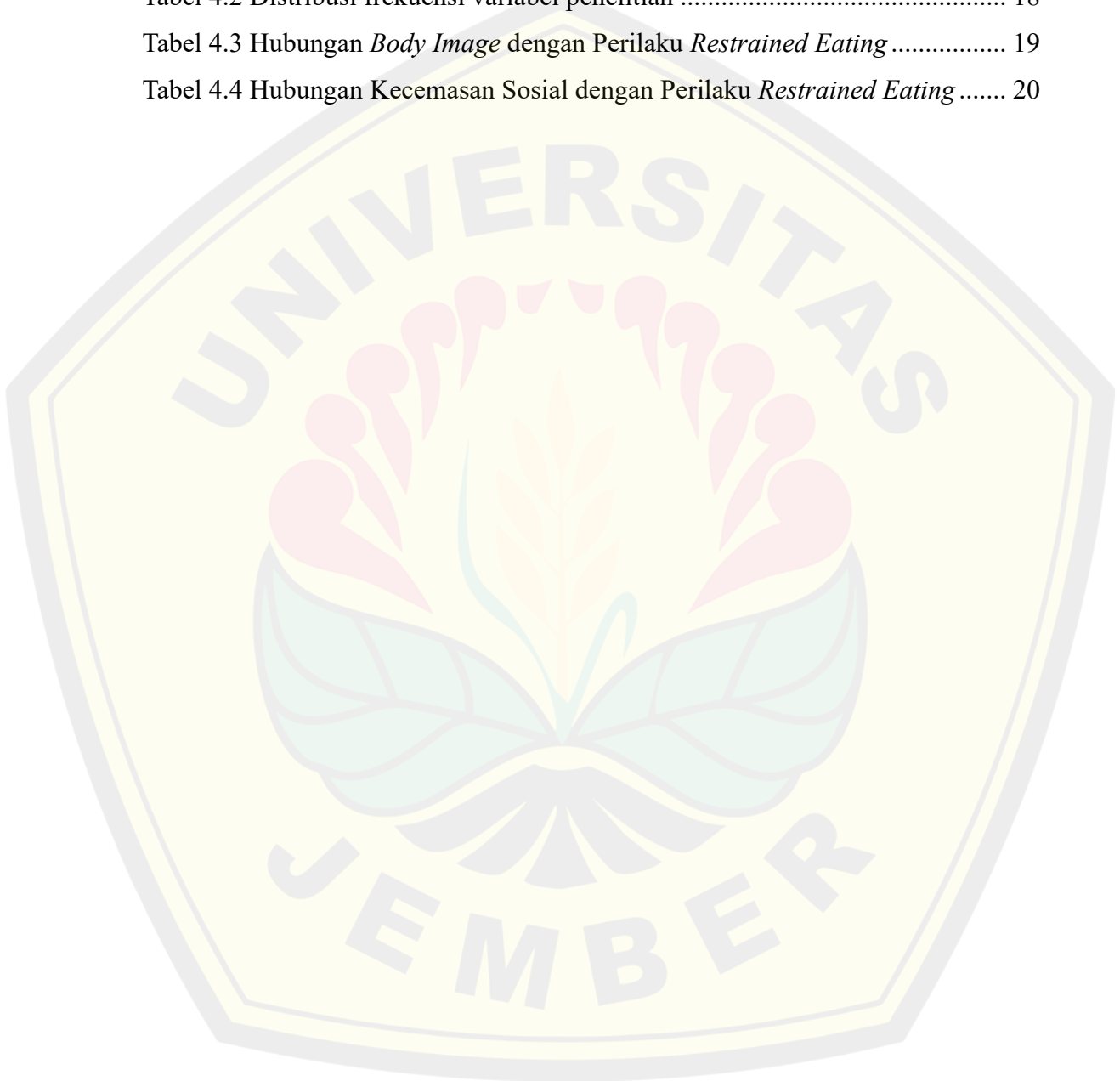
2.3.1 Definisi Kecemasan Sosial	8
2.3.2 Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Sosial	9
2.3.3 Hubungan Kecemasan Sosial Dengan <i>Restrained Eating</i>	10
2.4 Remaja	10
2.4.1 Definisi Remaja	10
2.4.2 Karakteristik Remaja	10
2.4.3 Tugas Perkembangan Remaja	11
2.5 Kerangka Teori	12
2.6 Kerangka Konsep	13
2.7 Hipotesis	13
BAB 3. METODE PENELITIAN	14
3.1 Desain Penelitian	14
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	14
3.3 Populasi dan Sampel	14
3.3.1 Populasi	14
3.3.2 Sampel	14
3.4 Definisi Operasional	15
3.5 Pengumpulan Data Penelitian	16
3.5.1 Data Primer	16
3.5.2 Data Sekunder	16
3.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	16
3.6.1 Teknik Pengumpulan Data	16
3.6.2 Instrumen Pengumpulan Data	16
3.7 Validitas dan Reliabilitas Instrumen	17
3.8 Teknik Pengolahan, Analisis, dan Penyajian Data	17
3.8.1 Teknik Pengolahan Data	17
3.8.2 Teknik Analisis Data	17
3.8.3 Teknik Penyajian Data	17
3.9 Prosedur Penelitian	17
3.10 Etik Penelitian	17
BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN	18
4.1 Hasil Penelitian	18
4.1.1 Karakteristik Responden	18
4.1.2 Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian	18
4.1.3 Hubungan <i>Body Image</i> dengan Perilaku <i>Restrained Eating</i>	19
4.1.4 Hubungan Kecemasan Sosial dengan Perilaku <i>Restrained Eating</i>	20
4.2 Pembahasan	20
4.2.1 Karakteristik Responden	20
4.2.2 Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian	22

4.2.3 Hubungan <i>Body Image</i> dengan Perilaku <i>Restrained Eating</i>	26
4.2.4 Hubungan Kecemasan Sosial dengan Perilaku <i>Restrained Eating</i>	28
BAB 5. KESIMPULAN, KETERBATASAN, DAN SARAN	31
5.1 Kesimpulan	31
5.2 Keterbatasan Penelitian	31
5.3 Saran	31
DAFTAR PUSTAKA	33
LAMPIRAN.....	39



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah sampel penelitian	15
Tabel 3.2 Definisi operasional	15
Tabel 4.1 Distribusi frekuensi karakteristik responden.....	18
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi variabel penelitian	18
Tabel 4.3 Hubungan <i>Body Image</i> dengan Perilaku <i>Restrained Eating</i>	19
Tabel 4.4 Hubungan Kecemasan Sosial dengan Perilaku <i>Restrained Eating</i>	20



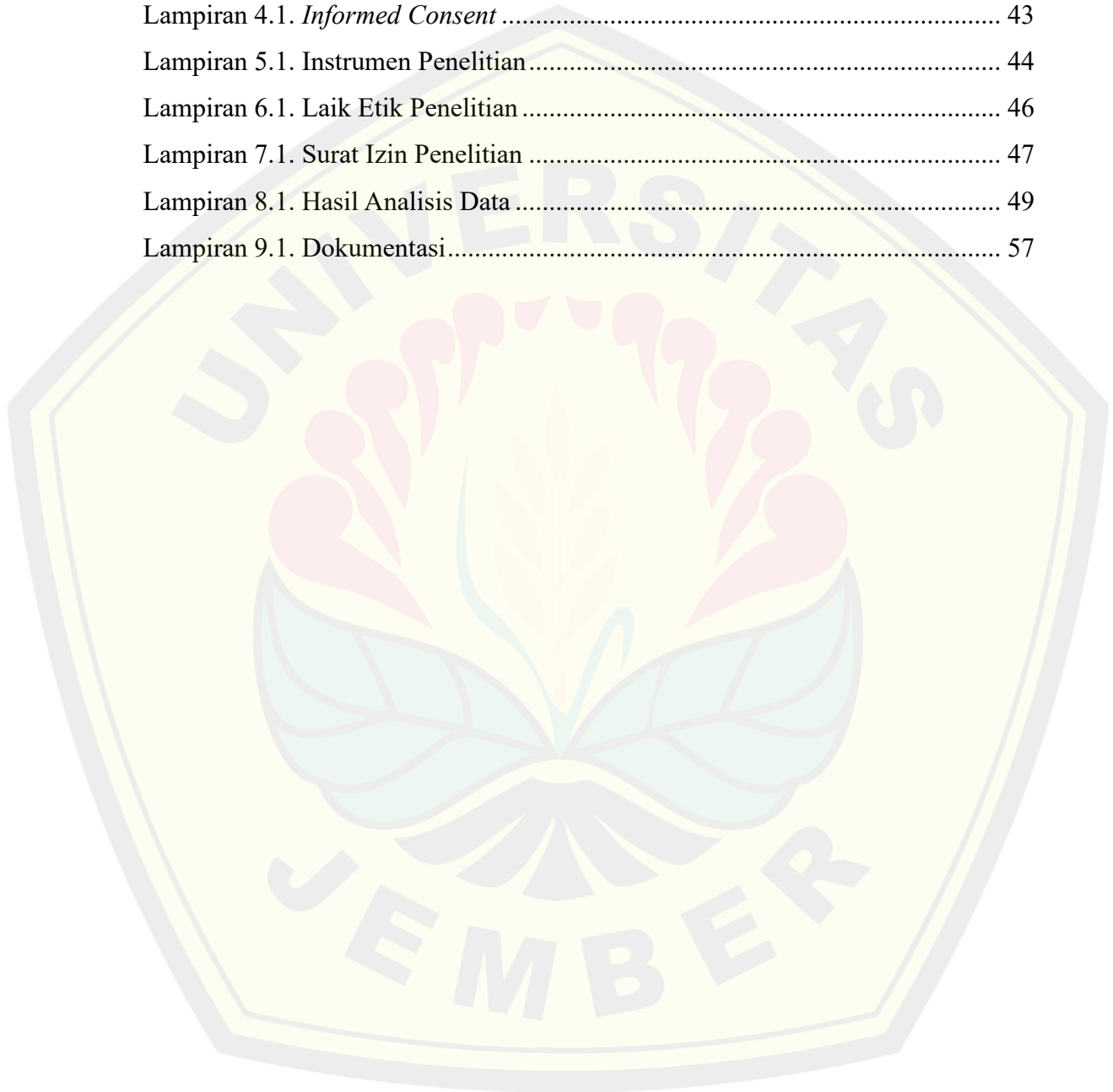
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	12
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	13



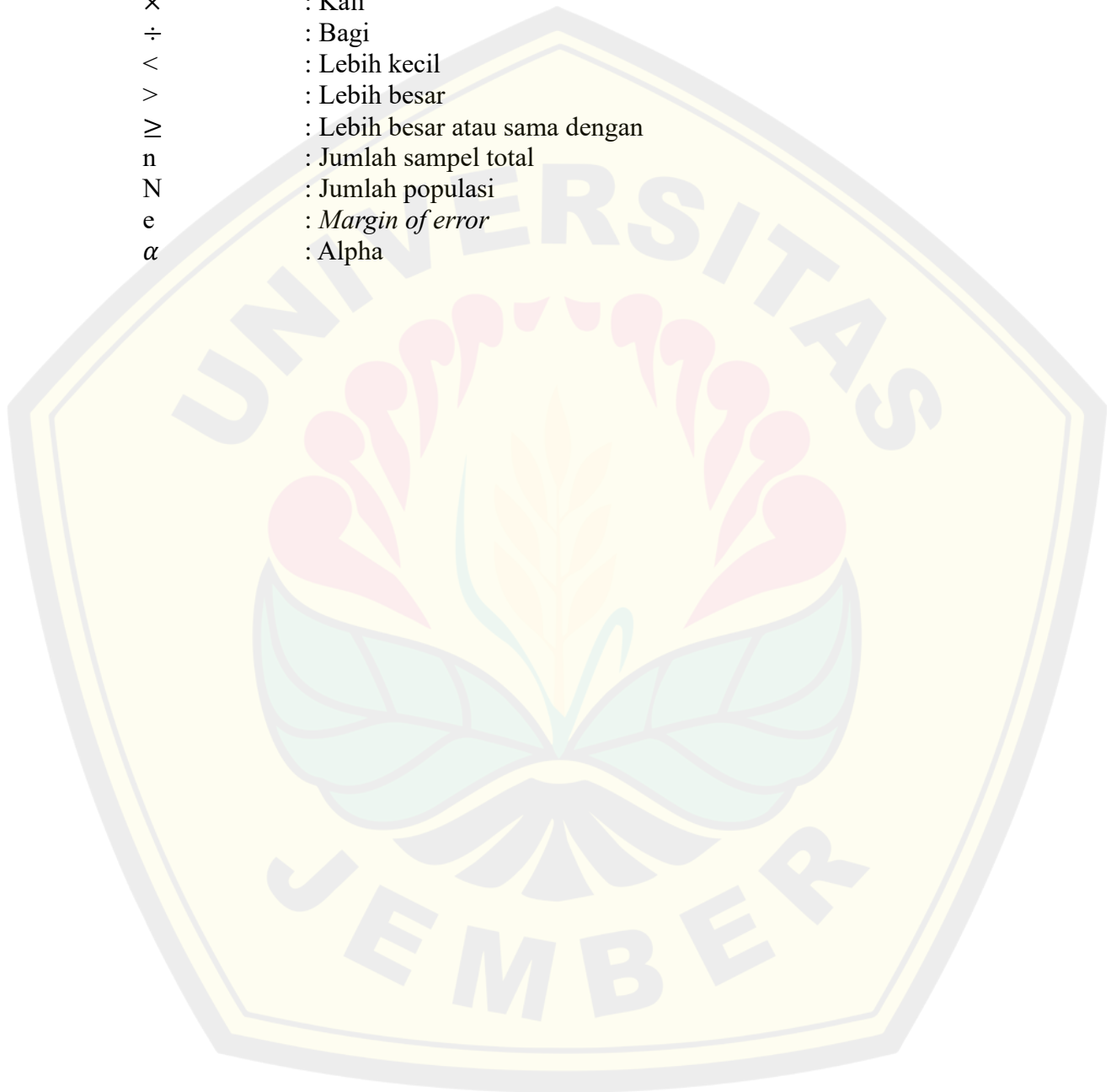
DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.1. Tabel Keaslian Penelitian	39
Lampiran 3.1. Prosedur Pengumpulan Data Penelitian	41
Lampiran 3.2. Alur Penelitian	42
Lampiran 4.1. <i>Informed Consent</i>	43
Lampiran 5.1. Instrumen Penelitian	44
Lampiran 6.1. Laik Etik Penelitian	46
Lampiran 7.1. Surat Izin Penelitian	47
Lampiran 8.1. Hasil Analisis Data	49
Lampiran 9.1. Dokumentasi	57



DAFTAR NOTASI

%	: Persentase
=	: Sama dengan
+	: Tambah
(²)	: Kuadrat
×	: Kali
÷	: Bagi
<	: Lebih kecil
>	: Lebih besar
≥	: Lebih besar atau sama dengan
n	: Jumlah sampel total
N	: Jumlah populasi
e	: <i>Margin of error</i>
α	: Alpha



DAFTAR ISTILAH DAN SINGKATAN

Singkatan/Istilah	Arti dan keterangan
<i>Body Image</i>	Persepsi individu terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya.
BSQ	<i>Body Shape Questionnaire</i>
DEBQ	<i>Dutch Eating Behavior Questionnaire</i>
FNE	<i>Fear of Negative Evaluation</i>
Frekuensi	Banyaknya suatu kejadian, karakteristik, atau kategori tertentu dalam suatu kelompok data.
Kecemasan sosial	Rasa takut yang berkelanjutan terhadap situasi sosial
Mean	Rata-rata
Obesitas	Kondisi yang ditandai dengan adanya penumpukan lemak tubuh yang berlebihan
OR (<i>Odds Ratio</i>)	Ukuran yang digunakan untuk mengetahui besar risiko atau peluang terjadinya suatu kejadian pada kelompok yang terpapar faktor tertentu dibandingkan dengan kelompok yang tidak terpapar.
Prevalensi	Ukuran epidemiologi yang menunjukkan proporsi populasi yang mengalami suatu penyakit atau kondisi Kesehatan pada waktu tertentu
<i>P-value</i>	Nilai probabilitas yang digunakan dalam uji statistik
<i>Restrained Eating</i>	Pembatasan asupan makan untuk menghindari kenaikan berat badan
SAD-G	<i>Social Avoidance and Distress-General</i>
SAD-New	<i>Social Avoidance and Distress-New</i>
SAS-A	<i>Social Anxiety Scale for Adolescents</i>
SKI	Survei Kesehatan Indonesia
Status gizi	Kondisi kesehatan tubuh yang dinilai dari keseimbangan antara asupan makanan dan kebutuhan zat gizi.
WHO	<i>World Health Organization</i>