

SKRIPSI
HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN DAN
IMT PADA REMAJA PUTRI DI SMA DWIJENDRA



NI KOMANG AYU SAWITRI YOGI

FAKULTAS KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN BALI
DENPASAR
2022

SKRIPSI
HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN DAN
IMT PADA REMAJA PUTRI DI SMA DWIJENDRA



Diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep.)
Pada Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

Diajukan Oleh :
NI KOMANG AYU SAWITRI YOGI
NIM. 18C10150

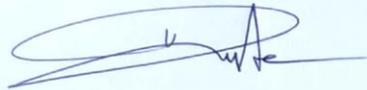
FAKULTAS KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN BALI
DENPASAR
2022

PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “Hubungan *body image* dengan pola makan dan imt pada remaja putri di SMA Dwijendra” telah mendapatkan persetujuan pembimbing dan disetujui untuk diajukan ke hadapan Tim Penguji Skripsi pada Program Studi Sarjana Keperawatan Institut Teknologi dan Kesehatan Bali.

Denpasar, Juni 2022

Pembimbing I



Ns. Ni Made Dewi Wahyunadi, S.Kep., M.Kep.

NIDN. 0826128802

Pembimbing II



Ni Made Nurtini, S.Si.T., M.Kes

NIDN. 0808018201

LEMBAR PENETAPAN PANITIA UJIAN SKRIPSI

Skripsi ini telah diuji dan dinilai oleh Panitia Penguji pada Program Studi Sarjana Keperawatan Institut Teknologi dan Kesehatan Bali pada Tanggal 29 Juni 2022

Panitia Penguji Skripsi Berdasarkan SK Rektor ITEKES Bali

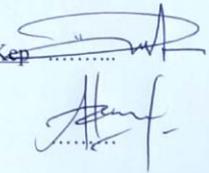
Nomor : DL.02.02.28.12.TU.IX.21

Ketua : Dr. Ns. NLP Dina Susanti, S.Kep., M.Kep
NIDN : 0808117701



Anggota :

1. Ns. Ni Made Dewi Wahyunadi, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0826128802
2. Ni Made Nurtini, S.Si.T., M.Kes
NIDN. 0808018201



LEMBAR PERNYATAAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul "**Body Image dengan Pola Makan dan IMT pada Remaja Putri di SMA Dwijendra**" telah disajikan di depan dewan penguji pada tanggal 29 Juni 2022 telah diterima serta diserahkan oleh Dewan Penguji Skripsi dan Rektor Institut Kesehatan Bali.

Denpasar, 29 Juni 2022

Disahkan Oleh :

Dewan Penguji Skripsi

Ketua : Dr. Ns. NLP Dina Susanti, S.Kep., M.Kep
NIDN : 0808117701

Anggota :

1. Ns. Ni Made Dewi Wahyunadi, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0826128802
2. Ni Made Nurtini, S.Si.T., M.Kes
NIDN. 0808018201

Mengetahui,



Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

Rektor,

I Gede Putu Darma Suyasa, S.Kp., M.Ng., Ph.D

NIDN. 0823067802

Program Studi Sarjana Keperawatan

Ketua,

A.A.A Yuliati Darmini, S.Kep., Ns., MNS

NIDN. 0821076701



LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi

NIM : 18C10150

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan *body image* dengan pola makan dan imt pada remaja putri di SMA Dwijendra”, yang saya tulis ini adalah benar-benar hasil karya saya sendiri. Semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya cantumkan dengan benar. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Skripsi adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika dikemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Dibuat di : Denpasar

Pada Tanggal : 29 Juni 2022

Yang menyatakan



Ni Komang Ayu Sawitri Yogi

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan dan IMT pada Remaja Putri di SMA Dwijendra”.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat bimbingan, pengarahan, dan bantuan dari semua pihak sehingga skripsi ini bisa diselesaikan tepat pada waktunya, untuk itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak I Gede Putu Darma Suyasa, S.Kp.,M.Ng.,Ph.D selaku Rektor Institut Teknologi dan Kesehatan Bali yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Dr. Ns. NLP Dina Susanti,S.Kep., M.Kep selaku Wakil Rektor I sekaligus penguji tamu yang akan memberikan masukan dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Ns. I Ketut Alit Adianta, S. Kep., MNS selaku Wakil Rektor (Warek) II yang memberikan dukungan moral dan perhatian kepada penulis.
4. Bapak Ns. I Kadek Nuryanto, S.Kep.,MNS selaku Dekan Fakultas Kesehatan yang memberikan dukungan kepada penulis.
5. Ibu A.A Ayu Yulianti Darmi, S.Kep.,Ns.,MNS selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan yang telah memberikan dukungan moral kepada penulis.
6. Ibu Ns. Ni Made Dewi Wahyunadi, S.Kep.,M.Kep selaku Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan seoptimal mungkin kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Ibu Ni Made Nurtini, S.Si.T.,M.Kes selaku Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan memberikan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

8. Ibu Putu Inge Ruth Suantika, S.Kep.,M.Kep selaku Wali Kelas C Prodi Sarjana Keperawatan Tingkat IV yang memberikan dukungan semangat dan perhatian kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Seluruh keluarga terutama Bapak, Ibu, Adik, Sahabat dan teman-teman angkatan 2018 yang banyak memberikan semangat, dukungan serta dorongan moral dan material hingga selesainya skripsi ini.
10. Serta semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih belum sempurna, untuk itu dengan hati terbuka, penulis menerima kritik dan saran yang sifatnya membangun skripsi ini.

Denpasar, 9 Mei 2022

Penulis

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN DAN IMT PADA REMAJA PUTRI DI SMA DWIJENDRA

NI KOMANG AYU SAWITRI YOGI

Fakultas Kesehatan

Program Studi Sarjana Keperawatan

Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

Email: sawitri.yogi2000@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: *Body image* merupakan persepsi individu baik secara sadar maupun tidak sadar terhadap tubuhnya termasuk penilaian terhadap atas apa yang dipikirkan. Perasaan tidak puas terhadap bentuk tubuh dan pandang individu tentang kelebihan berat badan menyebabkan remaja putri tidak percaya diri terhadap bentuk tubuhnya.. Pola makan adalah gambaran tentang jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi seseorang setiap hari, pola makan yang seimbang serta pemilihan zat gizi yang tepat merupakan hal yang harus dilakukan. IMT merupakan cara sederhana untuk memeriksa status gizi dari orang dewasa, khususnya yang berkaitan dengan kekurangan serta kelebihan berat badan.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *body image* dengan pola makan dan imt pada remaja putri di SMA Dwijendra.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasi dengan metode *cross-sectional* dan jenis sampling yaitu *total sampling*, melibatkan 284 responden dengan teknik pengambilan data menggunakan kuesioner.

Hasil: Berdasarkan hasil uji *spearman-rho Test* untuk hubungan *body image* dengan pola makan remaja putri didapatkan nilai p-value yaitu $0,175 > 0,05$ dan untuk hubungan *body image* dengan IMT pada remaja putri didapatkan nilai p-value yaitu $0,020 > 0,05$.

Kesimpulan: Tidak Ada Hubungan yang bermakna Antara *Body Image* dengan Pola Makan Pada Remaja Putri Di SMA Dwijendra dan juga Terdapat Hubungan Bermakna Antara *Body Image* dengan IMT Pada Remaja Putri Di SMA Dwijendra.

Kata Kunci: *Body Image*, Pola Makan, IMT, Remaja Putri

**THE CORRELATION BETWEEN BODY IMAGE AND FOOD
CUNSUMPTION WITH BODY MASS INDEX AMONG FEMALE
ADOLESCENTS AT SMA DWIJENDRA**

Ni Komang Ayu Sawitri Yogi
Faculty of health
Bachelor of Nursing Program
Institute of Technology and Health Bali
Email: sawitri.yogi2000@gmail.com

ABSTRACT

Background: Body image is perception of a person, both consciously and unconsciously of his body, including an assessment of what he thinks. Feelings of dissatisfaction with body shape and individual views about being overweight cause young women to not be confident about their body shape. Diet is a description of the type and amount of food that a person consumes every day, a balanced BMI is a simple way to check the nutritional status of adults, especially with regard to underweight and overweight.

Purpose: To determine the correlation between body image and food consumption with body mass index among female adolescents at SMA Dwijendra.

Method: This study employed analytic correlation design with cross-sectional method. There were 284 respondents recruited as sample of the study which were selected by using total sampling technique. The data were collected by using questionnaire and analyzed by using spearman-rho Test.

Result: The finding showed that there was a correlation between body image and food consumption with p-value $0.175 > 0.05$ and there was correlation between body image and body mass index among female adolescents with p-value $0.020 > 0.05$.

Conclusion: There is no significant correlation between body image and food consumption with body mass index among female adolescents at SMA Dwijendra.

Keywords: Body Image, food consumption, BMI, Female Adolescents

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PERNYATAAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Konsep <i>Body Image</i>	7
1. Definisi <i>Body Image</i>	7
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	8
3. Jenis-jenis Komponen <i>Body Image</i>	9
4. Aspek-aspek <i>Body Image</i>	9
B. Konsep Pola Makan	10
1. Definisi Pola Makan	10
2. Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan	11
3. Kebutuhan Gizi Seimbang Pada Remaja	13
C. Konsep IMT (Indeks Massa Tubuh)	14
1. Definisi IMT (Indeks Massa Tubuh)	14
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi IMT (Indeks Massa Tubuh)	14
3. Perhitungan Rumus IMT (Indeks Massa Tubuh)	15

D. Konsep Remaja	16
1. Definisi Remaja	16
2. Tahap-tahap Perkembangan Remaja dan Ciri-ciri	16
3. Aspek Perkembangan Remaja	17
F. Penelitian Terkait	18
BAB III KERANGKA KONSEP DAN VARIABEL PENELITIAN	20
A. Kerangka Konsep	20
B. Hipotesis	21
C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	22
BAB IV METODE PENELITIAN	25
A. Desain Penelitian	25
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	25
C. Populasi, Sampel dan Sampling	25
D. Metode Pengumpulan Data	27
E. Rencana Analisa Data	29
F. Etika Penelitian	34
BAB V HASIL PENELITIAN	36
A. Gambaran Lokasi Penelitian.....	36
B. Hasil Penelitian Berdasarkan Variabel Penelitian	36
BAB VI HASIL PENELITIAN	40
A. Body Image Pada Remaja Putri Di SMA Dwijendra	40
B. Pola Makan Pada Remaja Putri Di SMA Dwijendra.....	42
C. IMT Pada Remaja Putri Di SMA Dwijendra.....	43
D. Hubungan Body Image dengan Pola Makan Pada Remaja Putri Di SMA Dwijendra.....	44
E. Hubungan Body Image dengan IMT Pada Remaja Putri Di SMA Dwijendra.....	47
F. Keterbatasan Penelitian	49
BAB VII HASIL PENELITIAN	51
A. SIMPULAN.....	51
B. SARAN.....	52
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	20

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kategori Indeks Massa Tubuh	15
Tabel 3.1 Definisi Operasional	22
Tabel 4.1 Interpretasi Koefisien Korelasi	34
Tabel 5.1 Karakteristik Responden	37
Tabel 5.2 Kategori Body Image	37
Tabel 5.3 Kategori Pola Makan	37
Tabel 5.4 Kategori Indeks Massa Tubuh	38
Tabel 5.5 Hasil Analisa Data Hubungan Body Image dengan Pola Makan	38
Tabel 5.6 Hasil Analisa Data Hubungan Body Image dengan IMT	39

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Kisi-kisi Kuesioner
- Lampiran 3. Kuesioner
- Lampiran. 4 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 5. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6. Lembar Pernyataan Uji Validitas
- Lampiran 7. Lembar Pernyataan Analisa Data
- Lampiran 8. Surat Ijin Kampus
- Lampiran 9. Surat Ijin Penelitian DPMPTSP Provinsi Bali
- Lampiran 10. Surat Ijin Penelitian Badan Kesatuan dan Politik
- Lampiran 11. Surat Penyerahan Ethical Clearance
- Lampiran 12. Surat Keterangan Kelaikan Etik (Ethical Clearance)
- Lampiran 13. Surat Ijin Penelitian Kampus ke SMA
- Lampiran 14. Surat Keterangan dari SMA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan salah satu masa periode perkembangan manusia, dimana masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, ditandai dengan mulainya masa pubertas yang menyebabkan pertumbuhan dan perubahan fisik yang cepat akibat pengaruh hormonal (Potter & Perry, 2005 dalam Cindy Carlin Tan, 2020). Menurut WHO (2014) remaja adalah penduduk dengan rentang usia 10-19 tahun. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Menurut Handajani dalam Sulistyoningsih 2012 dalam Asnuddin (2018) pola makan adalah gambaran tentang jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi seseorang setiap hari, pola makan yang seimbang serta pemilihan zat gizi yang tepat merupakan hal yang harus dilakukan.

Pola makan pada remaja sebagaimana digambarkan oleh data *Global School Health Survey* tahun 2015, diantaranya: tidak selalu sarapan (65,2%), sebagian besar dari remaja kurang makan yang berserat, buah serta sayur (93,6%), dan mengkonsumsi makanan penyedap (75,7%). Terdapat juga aktivitas fisik yang kurang dikalangan anak remaja (42,5%). Jika pola makan serta cara konsumsi ini diteruskan dan menjadi kebiasaan tetap pada remaja, maka akan meningkatkan terjadinya resiko penyakit tidak menular (Kemenkes RI, 2018).

Body image yang mengacu pada persepsi menyeluruh mengenai bentuk tubuh, termasuk pemikiran, perasaan, serta reaksi seseorang mengenainya. Remaja putri beranggapan perempuan yang cantik ialah wanita dengan kulit putih, badan langsing, dan rambut panjang. Perasaan tidak puas terhadap bentuk tubuh dan pandang individu tentang kelebihan berat badan menyebabkan remaja putri tidak percaya diri terhadap bentuk

tubuhnya. Perubahan psikososial yang terjadi pada remaja membuat remaja ingin terlihat sangat menarik di depan teman sebaya dan orang-orang disekitarnya, karena itu remaja lebih memperhatikan keadaan tubuhnya (Sebayang, 2011 dalam Filsa Destiara, 2017).

Indeks massa tubuh (IMT) merupakan cara sederhana untuk memeriksa status gizi dari orang dewasa, khususnya yang berkaitan dengan kekurangan serta kelebihan berat badan. Indeks massa tubuh diklasifikasikan menjadi *underweight* (kurus), normal, *overweight* (kelebihan berat badan) dan obesitas (Rezeki, 2013). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas) tahun 2020 di Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi status gizi pada remaja menunjukkan bahwa prevalensi kegemukan sebanyak 9,5%, prevalensi kurus sebanyak 6,7% dan sangat kurus sebanyak 1,4% (Kemenkes, 2020).

Data Kemenkes RI tahun 2020 di Provinsi Bali remaja umur 16-18 tahun dibandingkan dengan angka Nasional menunjukkan prevalensi sangat kurus yang relatif sama (0,4%), kurus sebanyak (1,8%), normal (81,5%), gemuk (3,9%) (Rikesdas, 2020). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Bali di Kota Denpasar bahwa prevalensi sangat kurus (0,8%), normal (77,9%), kurus (0,7%), dan gemuk (14,9%) (Dinkes Provinsi Bali, 2020). Data dari Dinkes Kota Denpasar dimana di Kecamatan Denpasar utara tahun 2020 menunjukkan prevalensi kurus (0,4%), sangat kurus (0,6%), gemuk (4,51%), dan obesitas (0,66%).

Perhatian yang besar terhadap citra tubuh, menyebabkan ketidakpuasan remaja terhadap bentuk tubuhnya sebab ingin memiliki tubuh yang tinggi serta langsing dengan melakukan diet yang tidak memperhatikan kaidah gizi dan kesehatannya, yang mengakibatkan pada penurunan status gizi (Dieny, 2014; Jang et al, 2017). Indeks massa tubuh juga bisa membantu untuk mengidentifikasi secara signifikan seseorang yang beresiko mengalami kelebihan berat badan atau tidak.

Pada masa sekarang, banyak remaja yang mengkonsumsi makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan tubuhnya. Remaja juga jarang

mengonsumsi sayuran, buah-buahan sebab anak remaja biasanya lebih senang makan di luar rumah dan pada umumnya remaja lebih menyukai makanan cepat saji seperti *burger*, *ice cream*, *fried chicken*, *pizza* dan minuman *soft drink*. Menggunakan jadwal makan remaja yang tidak teratur mengakibatkan orang tua berfikir bahwa makanan anaknya tidak cukup bergizi. Remaja juga jarang melakukan aktivitas fisik seperti jalan santai pada pagi hari serta lari pagi. Maka dari itu mengonsumsi makanan yang bergizi sesuai dengan kebutuhan, sehingga dapat terpenuhi dengan mengatur pola makan yang baik dan sehat (Sari, 2014 dalam Ayu Pratiwi, 2018).

Dampak dari pola makan yang buruk dapat menyebabkan terjadinya gangguan kesehatan. Masalah jangka pendek seperti tidak konsentrasi dalam belajar serta penurunan kebugaran jasmani, sedangkan masalah jangka panjang seperti kekurangan energi kronik (KEK), anemia, kerusakan pada gigi dan obesitas. Perlu disadari oleh remaja berat badan normal akan memberikan banyak keuntungan seperti penampilan yang baik, lincah, serta rendahnya resiko untuk terkena penyakit. Begitu pun sebaliknya, jika berat badan kurang atau berlebih, maka akan lebih rentan terhadap penyakit (Ozdemir et al, 2016). Setiap remaja putri mempunyai respon yang berbeda-beda terhadap indeks massa tubuhnya. Khususnya bagi remaja putri, terkadang mempunyai diet bagi tubuhnya sendiri akibat dari tekanan sosial untuk memiliki bentuk tubuh yang langsing sebab penilaian remaja cenderung menginginkan penampilan fisik atau *body image* yang proporsional (Denich & Ifdil, 2015).

Penelitian Any (2018) pada siswi SMA Negeri 1 Kampar ini menjelaskan bahwa selain itu remaja juga mempunyai kebiasaan makan cemilan diluar jam makan. Gaya hidup serta duduk lama sambil ngemil makanan tinggi kalori, lemak, dan rendah gizi serta nutrisi bisa memicu kelebihan berat badan pada remaja. Ketidakpuasan *body image* pada remaja putri terjadi karena ketidakpuasan bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh yang diinginkannya. Hasil dari penelitian tersebut didapatkan data

bahwa dari 122 (53.3%) siswi dengan kebiasaan makan kurang yaitu terdapat 49 (21.4%) siswi yang mempunyai status gizi normal. Dari 107 (46.7%) siswi dengan kebiasaan makan baik terdapat 13 (5.7%) siswi yang mempunyai status gizi kurus dan 54 (23.6%) siswi dengan status gizi *overweight*. Hasil dari 118 (51.5%) siswi yang mempunyai *body image* negatif terdapat 37 (16.2%) siswi berstatus gizi normal. Dari 111 (45.5%) siswi yang mempunyai *body image* positif terdapat 20 (8.7%) siswi yang berstatus gizi kurus dan terdapat 39 (17.0%) yang berstatus gizi *overweight*.

Hasil berbeda pada penelitian Eka dkk (2019) pada remaja di SMK Negeri 5 Pontianak ini menjelaskan bahwa remaja dengan IMT (indeks massa tubuh) normal tetapi memiliki perilaku makan yang tidak baik. Hal ini disebabkan karena perilaku makan dapat mempengaruhi usia, jenis kelamin, faktor sosial, budaya, penampilan makan, tingkat pengetahuan, psikologis serta tingkat perkembangan teknologi. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa pada 237 remaja didapatkan indeks massa tubuh (IMT) distribusi frekuensi tertinggi adalah remaja dengan IMT normal yaitu 161 remaja (67,9%). Perilaku makan pada remaja sebagian besar dalam kategori tidak baik sebesar 119 remaja (50,2%).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada siswa SMA Dwijendra. Hasil wawancara yang dilakukan pada 10 responden siswa perempuan, didapatkan hasil sebanyak 3 (30%) responden menyatakan bahwa memiliki *body image* positif, memiliki pola makan yang baik dan IMT normal yaitu mereka percaya diri terhadap bentuk tubuhnya dan mengkonsumsi banyak sayuran dan buah-buahan, sedangkan sebanyak 7 responden (70%) menyatakan bahwa memiliki *body image* negatif, memiliki pola makan yang kurang baik dan IMT lebih dari batas normal yaitu mereka kurang percaya diri terhadap bentuk tubuhnya, menginginkan badan yang langsing, mereka lebih menyukai makanan cepat saji seperti *pizza* dan *burger* dan mereka juga melakukan diet untuk mendapatkan bentuk tubuh yang ideal. Dapat disimpulkan bahwa siswa cenderung

memiliki *body image* negatif, memiliki pola makan yang kurang baik dan IMT lebih dari batas normal.

Berdasarkan fenomena diatas dimana remaja putri menginginkan bentuk tubuh yang ideal sesuai dengan standar yang mereka tetapkan. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya menyebabkan mereka kurang percaya diri dan pola makan remaja putri yang buruk dan rendahnya gizi serta nutrisi. Hasil dari penelitian sebelumnya juga menunjukkan masih banyak remaja dengan *body image* negatif, pola makan yang kurang dan IMT yang normal. Maka penelitian tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan *Body Image* Dengan Pola Makan dan IMT Pada Remaja Putri Di SMA Dwijendra”.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang diatas maka dapat dirumuskan suatu masalah penelitian “Apakah ada hubungan *body image* dengan pola makan dan IMT pada remaja putri Di SMA Dwijendra ?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan pola makan dan IMT pada remaja putri di SMA Dwijendra.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi *body image* pada remaja putri di SMA Dwijendra.
- b. Mengidentifikasi pola makan pada remaja putri di SMA Dwijendra.
- c. Mengidentifikasi IMT (indeks massa tubuh) pada remaja putri di SMA Dwijendra.
- d. Menganalisis hubungan antara *body image* dengan pola makan pada remaja putri di SMA Dwijendra.
- e. Menganalisis hubungan antara *body image* dengan IMT pada remaja putri di SMA Dwijendra.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang hubungan *body image* dengan pola makan dan IMT pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan memberikan masukan kepada kelompok usia remaja putri tentang pengetahuan dan sikap dalam memandang *body image* secara positif sehingga dapat menerapkan pola makan yang baik dan sehat serta berat badan yang normal.

b. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi pemberi pendidikan dalam hal ini guru sebagai informasi dan pengetahuan tentang pola makan remaja putri SMA Dwijendra.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan sebagai pertimbangan dan pengembangan penelitian tentang hubungan antara *body image* dengan pola makan dan IMT remaja putri. Meningkatkan keefektifan konsuling nutrisi pada remaja putri, khususna untuk meningkatkan kepercayaan diri dan menjaga kesehatan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep *Body Image*

1. Definisi *body image*

Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (2021) citra atau *image* diartikan sebagai gambaran yang dimiliki orang banyak tentang pribadi, perusahaan, organisasi, atau produk. Tubuh merupakan keseluruhan jasad manusia yang kelihatan dari bagian ujung kaki hingga ujung rambut (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2021). Menurut Arthur 2010 (dalam Denich & Ifdil, 2015) *body image* merupakan imajinasi dari subyektif yang dimiliki seseorang perihal tubuhnya, khususnya yang terkait dengan perilaku individu baik secara sadar maupun tidak sadar, meliputi performance, potensi tubuh, fungsi tubuh, perasaan perihal bentuk tubuh dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi tersebut.

Body image artinya bagian dari konsep diri. *Body image* harus realistis sebab semakin seseorang bisa menerima serta menyukai tubuhnya, dia akan lebih bebas dan merasa aman dari kecemasan sehingga harga dirinya akan meningkat. Bagaimana seseorang mempersepsikan serta menyampaikan penilaian terhadap atas apa yang dipikirkan, dirasakan terhadap ukuran, bentuk tubuhnya, serta penilaian orang lain terhadap dirinya (Honigam & Castle, 2014 dalam Utin Siti 2010). Perilaku individu terhadap tubuhnya mencerminkan aspek penting dalam dirinya. Konsep diri yang positif memberikan harapan diri orang tersebut untuk sukses dalam hidup termasuk penerimaan dari aspek negatif dari diri sendiri.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *body image* merupakan perpaduan sikap atau persepsi individu baik secara sadar maupun tidak sadar terhadap tubuhnya termasuk penilaian terhadap atas apa yang dipikirkan, dirasakan terhadap ukuran, bentuk tubuhnya, serta penilaian orang lain terhadap dirinya.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *body image*

Body image terbentuk sejak individu lahir dan berlangsung selama individu hidup. Banyak hal yang mempengaruhi *body image* seseorang, termasuk penilaian orang lain terhadap penampilan diri sendiri. Menurut Cash, 1994 dalam Denich dan Ifdil, 2015 faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* adalah sebagai berikut;

a. Jenis kelamin

Jenis kelamin adalah faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan *body image* seseorang. Ketidakpuasan terhadap tubuh lebih sering terjadi pada perempuan dari pada laki-laki. Perempuan cenderung untuk menurunkan berat badan yang ditimbulkan oleh iklan-iklan dalam berbagai media yang menstandarkan bahwa perempuan kurus, berkulit putih, dan berambut panjang merupakan idola serta disukai oleh lawan jenis. Persepsi *body image* yang buruk sering berhubungan dengan perasaan kelebihan berat badan terutama pada perempuan.

b. Usia

Menurut WHO (2014) remaja dengan rentang usia 10-19 tahun mengalami perkembangan yang pesat akan identitas, gambaran diri, dan peran ini sesuai pada tahap perkembangan. Hal ini berdampak pada usaha berlebihan remaja untuk mengontrol berat badan. Umumnya terjadi pada remaja putri, yang mengalami kenaikan berat badan di masa pubertas dimana remaja putri merasa tidak senang akan penampilannya dan mengakibatkan gangguan pola makan.

c. Media massa

Media massa yang muncul dimana-mana menyampaikan gambaran ideal mengenai figure perempuan dan laki-laki yang bisa menyampaikan *body image* seseorang. Figure ini biasanya disebut dengan idola. Remaja mengikuti setiap bentuk serta tindakan yang dilakukan oleh idolanya tersebut, terutama penampilan. Mereka percaya dengan mengikuti serta berpenampilan seperti idolanya, mereka akan menjadi percaya diri dan disukai oleh orang-orang. Hal ini juga

didukung oleh sumber media, seperti televisi, internet, majalah yang sering mendeskripsikan orang lebih dekat dengan tipe tubuh yang ideal dan secara umum diterima dari pada citra tubuh rata-rata. Akibatnya remaja dipengaruhi oleh gambaran body image tersebut.

d. Hubungan interpersonal

Manusia sebagai makhluk sosial yang selalu berinteraksi dengan orang lain. Supaya dapat diterima oleh orang lain, ia akan mendengarkan dengan baik pendapat atau reaksi yang dikemukakan oleh orang lain termasuk pendapat mengenai fisiknya. Remaja tidak bisa lepas dari teman-temannya (Basri, 2021).

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi *body image* ada empat faktor, yaitu jenis kelamin, usia, media massa, dan hubungan interpersonal.

3. Jenis-jenis komponen *body image*

Menurut Simanjuntak, 2009 dalam Verawati. R, 2015 dalam Asnuddin, 2018 menyebutkan terdapat dua jenis *body image* yaitu sebagai berikut;

- a. *Body image* positif yaitu individu lebih menghargai bentuk tubuhnya serta kesehatannya. Individu merasa percaya diri dengan tubuhnya dan kecantikan akan terpancar dari dalam diri, merasa nyaman, dan menerima segala kekurangan yang ada didalam tubuhnya.
- b. *Body image* negatif yaitu individu merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya dan membandingkannya dengan orang lain, merasa malu, kurang percaya diri, dan merasa kurang nyaman dengan bentuk tubuhnya.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa ada dua jenis-jenis komponen *body image*, yaitu *body image* positif, *body image* negatif.

4. Aspek-aspek *body image*

Cash dan Puzinsky, 2015 dalam Asnuddin, 2018 menjelaskan aspek-aspek *body image* yaitu;

- a. *Physical attractiveness* merupakan penilaian seseorang mengenai tubuh serta bagian tubuh lainnya (wajah, kaki, tangan, bahu) apakah menarik atau tidak.
- b. *Body image satisfaction* adalah perasaan puas atau tidaknya seseorang terhadap ukuran tubuh, bentuk tubuh, dan berat badan.
- c. *Body image importance* ialah penilaian seseorang tentang penting atau tidaknya body image dibandingkan hal lain dalam hidup seseorang.
- d. *Body concealment* adalah usaha seseorang untuk menutupi bagian tubuhnya (wajah, kaki, tangan, bahu) yang kurang menarik dari pandangan orang lain serta menghindari diskusi perihal ukuran dan bentuk tubuhnya yang kurang menarik.
- e. *Body improvement* ialah usaha seseorang untuk meningkatkan atau memperbaiki bentuk, ukuran, dan berat badannya.
- f. *Social physique anxiety* ialah perasaan cemas seseorang akan pandangan orang lain tentang tubuh dan bagian tubuhnya yang kurang menarik bila berada ditempat umum.
- g. *Appearance comparison* ialah perbandingan yang dilakukan seseorang akan berat badannya dan bentuk tubuhnya, ukuran tubuh dan bentuk tubuh orang lain.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek *body image* ada tujuh, yaitu *physical attractiveness*, *body image satisfaction*, *body image importance*, *body concealment*, *body improvement*, *social physique anxiety*, dan *appearance comparison*.

B. Konsep Pola Makan

1. Definisi pola makan

Pola makan ialah suatu cara atau usaha dalam mengatur jumlah serta jenis makanan dengan maksud tertentu seperti mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit. Pola makan sehari-hari artinya pola makan seseorang yang berhubungan dengan kebiasaan makan setiap harinya. Kebiasaan makan artinya cara individu atau kelompok individu memilih pangan dan mengkonsumsinya

sebagai reaksi terhadap fisiologik, psikologik, sosial dan budaya (Erma, 2011).

Pola makan merupakan karakteristik dari kegiatan yang berulang kali dilakukan oleh individu atau setiap orang untuk memenuhi kebutuhannya. Pola makan yang baik perlu dibentuk menjadi upaya untuk memenuhi kebutuhan gizi. Pola makan yang tidak sesuai akan mengakibatkan asupan gizi berlebih atau sebaliknya. Asupan yang berlebihan bisa menyebabkan kelebihan berat badan serta penyakit lain yang disebabkan oleh kelebihan zat gizi (Sulistyoningsih, 2011 dalam Erma 2011).

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan

Menurut Erma (2011) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pola makan yaitu sebagai berikut;

a. Budaya

Budaya relatif menentukan jenis makanan yang sering dikonsumsi. Keberadaan makanan memberikan kehidupan yang berbeda antara satu kelompok dengan kelompok lainnya. Setiap masyarakat mempunyai persepsi yang berbeda-beda mengenai makanan yang konsumsinya. Perbedaan persepsi ini di pengaruhi oleh nilai serta norma budaya yang berlaku di masyarakat tersebut. Dominasi kebudayaan menjadi sangat berperan terutama dalam pola makannya.

b. Agama atau kepercayaan

Agama atau kepercayaan juga mempengaruhi jenis makanan yang akan dikonsumsi serta pola makan yang dianjurkan. Contohnya agama Islam mengharamkan daging babi. Beberapa aliran agama (Protestan) melarang pemeluknya mengkonsumsi teh, kopi atau alcohol. Jenis-jenis makanan yang dilarang tiap agama juga berbeda. Tiap agama mempunyai suatu alasan yang menurut mereka sudah merupakan ketentuan Tuhan yang wajib mereka taati, jika dilanggar mereka akan terkena dosa yang tidak dapat diampuni oleh Tuhan.

c. *Body image*

Dalam pandangan remaja putri, bentuk tubuh yang bagus adalah tubuh yang langsing dan kulit putih. Sehingga banyak remaja putri yang merasa kurang percaya diri bila bentuk tubuhnya yang tidak langsing. *Body image* inilah yang menyebabkan terjadinya gangguan pola makan.

d. Status sosial ekonomi

Pilihan seseorang terhadap jenis dan kualitas makanan turut dipengaruhi oleh status sosial serta ekonomi. Sebagai contoh, orang kelas menengah ke bawah atau orang miskin di desa tidak sanggup membeli makanan jadi seperti makanan siap jadi (*fast food*), daging, buah dan sayuran yang mahal. Peningkatan pendapatan pada kelompok masyarakat tertentu misalnya di perkotaan menyebabkan terjadinya perubahan pola makan. Pola makan tradisional mulai ditinggalkan padahal pola makan tradisional mengandung tinggi karbohidrat, tinggi serat, dan rendah lemak. Semakin tinggi pendapatan semakin besar proporsi pengeluaran untuk makanan jadi (*fast food*) dari total pengeluaran pangan.

e. *Personal preference*

Hal yang disukai maupun yang tidak disukai dari rasa atau penampilan makanan sangat berpengaruh terhadap pola makan seseorang. Orang sering kali memulai kebiasaan makannya semenjak dari masa kanak-kanak hingga dewasa. Misalnya seorang anak menyukai atau tidak menyukai sayur-sayuran atau buah-buahan, dipengaruhi oleh kebiasaan orang yang ada disekitarnya termasuk orang tua, saudara kandung bahkan teman-temannya.

f. Rasa lapar, nafsu makan, dan rasa kenyang

Rasa lapar pada umumnya merupakan sensasi yang kurang menyenangkan sebab berhubungan dengan kekurangan makan. Sebaliknya, nafsu makan ialah sensasi yang menyenangkan berupa keinginan seseorang untuk makan. Sedangkan rasa kenyang ialah perasaan puas sebab telah memenuhi keinginannya untuk makan. Pusat

pengaturan serta pengontrolan mekanisme lapar, nafsu makan, dan rasa kenyang. Pola makan yang buruk ini sangat berbahaya bagi kesehatan.

g. Kesehatan

Kebiasaan seseorang sangat berpengaruh besar terhadap kebiasaan makan. Bila seseorang mengalami sariawan atau gigi yang sakit sering kali membuat individu memilih makanan yang lembut. Tak jarang orang yang mengalami kesulitan menelan, mereka akan memilih untuk menahan lapar dari pada makan. Pola makan seseorang dapat berubah bila sedang mengalami gangguan kesehatan.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan ada enam yaitu budaya, agama atau kepercayaan, status sosial ekonomi, *personal preference*, rasa lapar, nafsu makan, dan rasa kenyang, kesehatan.

3. Kebutuhan gizi seimbang pada remaja

Bagi remaja harus didorong untuk memilih makanan yang sehat, karena makanan merupakan suatu kebutuhan pokok untuk pertumbuhan dan perkembangan tubuhnya. Berikut kebutuhan gizi seimbang pada remaja yang perlu dipenuhi (Pipit Festi, 2018) yaitu sebagai berikut;

a. Energi

Kebutuhan remaja akan energi sangat bervariasi dari kronologis usia dan jenis kelamin. Hal ini dikarenakan pertumbuhan yang unik dan tingkat aktivitas yang berbeda-beda pada setiap remaja. Kebutuhan energi diperlukan untuk aktivitas sehari-sehari maupun untuk proses metabolisme tubuh. Pada perempuan usia 13-18 tahun kebutuhan energinya sebesar 40-50 kal per kg berat badan perhari.

b. Protein

Kebutuhan protein pada pertumbuhan remaja sangat banyak, terlebih ketika masa pubertas dan perkembangan massa otot pada remaja putra. Kebutuhan mereka akan protein 55 gr/hari. Sumber protein terdapat dalam daging, ikan, keju, dan udang.

c. Lemak

Lemak diperoleh dari daging, susu, mentega. Kelebihan lemak akan disimpan oleh tubuh sebagai lemak tubuh yang sewaktu-waktu diperlukan.

d. Vitamin dan Mineral

Kebutuhan vitamin dan mineral pada saat ini relatif meningkat. zat gizi yang berperan dalam metabolisme asam nukleat yaitu asam polat dan vitamin b12. Vitamin sangat diperlukan dalam pertumbuhan kerangka tubuh serta tulang. Selain itu supaya sel dan jaringan baru terpelihara dengan baik, maka kebutuhan vit A, C dan E juga diperlukan.

e. Fe (zat besi)

Kekurangan dari Fe atau zat besi bisa menimbulkan kekurangan darah dalam tubuh. Zat besi biasa terkandung pada sayuran berwarna hijau, hati, telur, dan daging.

C. Konsep IMT (Indeks Massa Tubuh)

1. Defisini IMT (Indeks Massa Tubuh)

Indeks massa tubuh (IMT) ialah nilai yang diambil dari perhitungan berat badan (BB) dan tinggi badan (TB). Metode yang dipergunakan adalah menggunakan perhitungan indeks massa tubuh (IMT) yang didapatkan dengan cara membagi berat badan (kg) dengan kuadrat tinggi badan (m^2). IMT merupakan indeks sederhana dari berat badan terhadap tinggi badan yang digunakan untuk mengklasifikasikan kelebihan berat badan dan obesitas pada remaja (Kemenkes RI, 2019).

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi IMT (Indeks Massa Tubuh)

Menurut Deviani Utami (2017) ada beberapa faktor yang bisa mempengaruhi IMT (Indeks Massa Tubuh) yaitu sebagai berikut:

a. Usia

Prevalensi obesitas meningkat secara terus menerus dari usia 18-60 tahun. Setelah usia 60 tahun, angka obesitas mulai menurun.

b. Pola makan

Makanan siap saji yang dikonsumsi remaja putri juga berkontribusi terhadap obesitas. Banyak keluarga yang mengonsumsi makanan siap saji yang mengandung tinggi lemak dan tinggi gula. Selain itu yang dapat meningkatkan kejadian obesitas yaitu peningkatan porsi makan.

c. Genetik

Beberapa studi yang membuktikan bahwa faktor genetik juga dapat mempengaruhi berat badan seseorang. Orang tua yang memiliki obesitas menghasilkan proporsi tertinggi terhadap anak-anaknya yang akan memiliki obesitas yang sama seperti orang tuanya.

d. Aktivitas fisik

Pada saat ini aktivitas fisik sangat rendah dilakukan oleh remaja karena seiring dengan peningkatan alat bantu rumah tangga, transportasi, olahraga dan rekreasi.

e. *Body Image*

Body image dapat disebabkan karena adanya pengaruh media, faktor sosial, dan faktor teman sepermainan. Ketidakpuasan remaja putri terhadap bentuk tubuhnya karena remaja putri menginginkan bentuk tubuh mereka lebih terlihat kurus, kulit putih dan kurang percaya diri terhadap tubuhnya.

3. Menurut Vilda (2018) mengetahui nilai IMT dapat dihitung dengan rumus sebagai berikut ;

$$\text{IMT} = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{(\text{Tinggi badan (m)})^2}$$

Table 2.1 Kategori Indeks Massa Tubuh kategori penduduk Asia

Indeks Massa Tubuh (IMT)	Kategori
<18,5	Sangat kurus
18,5 - 22,9	Normal
23,0 - 24,9	Gemuk
25,0 – 29,9	Obesitas I

>30	Obesitas II
-----	-------------

D. Konsep Remaja

1. Definisi remaja

Remaja sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak sampai dengan awal masa dewasa, istilah ini menunjukkan masa awal pubertas sampai tercapinya kematangan. Batasan usia remaja ialah dari usia 10-19 tahun (WHO, 2014). Bagian dari masa kanak-kanak itu antara lain proses pertumbuhan biologis misalnya terus bertambahnya tinggi badan, sedangkan masa dewasa antara lain proses kematangan semua organ tubuh termasuk fungsi reproduksi dan kematangan kognitif yang ditandai dengan kemampuan berfikir secara abstrak.

Masa remaja ialah masa yang paling unik dari setiap jenjang umur manusia. Masa remaja penuh dengan pergolakan sebab masa ini merupakan masa peralihan, yaitu suatu transisi dari dua dunia yang sangat berbeda dengan karakteristik yang berbeda juga. Masa remaja dibagi menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal 12-15 tahun, remaja tengah 15-18 tahun, serta remaja akhir 18-21 tahun (Maryam, 2021).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahawa, remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak sampai dengan awal dewasa muda yang diikuti oleh perubahan fisiologis, kognitif dengan rentang usia 10-19 tahun.

2. Tahap-tahap perkembangan remaja dan ciri-cirinya

Pada umumnya perkembangan dunia remaja dibagi menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal, remaja tengah, dan remaja akhir. Adapun tahap perkembangan dan ciri-cirinya yaitu sebagai berikut (Mauli, 2021);

- a. Remaja awal (12-15 tahun) : karakteristik remaja awal yaitu mereka lebih dekat dengan teman sebaya, ingin bebas, dan lebih banyak memperhatikan keadaan tubuhnya dan mulai berfikir abstrak.
- b. Remaja tengah (15-18 tahun) : ciri remaja tengah yaitu mereka mencari identitas diri, muncul keinginan untuk bersama dengan lawan jenis,

mempunyai rasa cinta yang mendalam, serta pertumbuhan dan perkembangan identitas diri ini di gabungkan dengan *body image* dimana berfokus pada diri sendiri.

- c. Remaja akhir (18-21 tahun) : karakteristik remaja akhir yaitu dimana mereka lebih selektif dalam mencari teman sebaya, pengungkapan identitas diri, perasaan mereka sudah mulai tenang dalam menghadapi masalah, dan mereka sudah mulai memikirkan untuk berkeluarga.

3. Aspek perkembangan remaja

Perubahan yang terjadi termasuk drastis pada hampir semua aspek perkembangan, yaitu meliputi perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan kepribadian dan sosial. Berikut penjelasan dari aspek tersebut (Sri Wahyuni, 2020).

a. Perkembangan fisik

Perkembangan fisik ialah perubahan-perubahan pada tubuh, otak, kapasitas sensori serta keterampilan motorik. Perubahan pada tubuh ditandai dengan pertambahan tinggi badan dan berat badan, pertumbuhan tulang dan otot, serta kematangan organ seksual dan fungsi reproduksi. Perubahan fisik di otak ditandai dengan strukturnya yang semakin sempurna sehingga meningkatkan kemampuan kognitifnya.

b. Perkembangan kognitif

Perkembangan kognitif adalah perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, berfikir, dan bahasa. Pada masa remaja terjadi kematangan kognitif, yaitu interaksi dari struktur otak yang sudah sempurna dan lingkungan sosial yang semakin luas untuk eksperimentasi memungkinkan remaja untuk berfikir logis serta idealis. Perkembangan kognitif ini sebagai tahap operasional formal, pada tahap pemikiran *formal operations* ini selayaknya remaja mampu menentukan kemana dirinya akan dibawa. Remaja secara aktif membangun dunia kognitif mereka, di mana informasi yang didapatkan tidak langsung diterima begitu saja ke dalam skema kognitif mereka.

c. Perkembangan kepribadian dan sosial

Perkembangan kepribadian merupakan perubahan cara individu berhubungan dengan dunia dan menyatakan emosi secara unik, sedangkan perkembangan sosial yaitu perubahan dalam berhubungan dengan orang lain. Perkembangan kepribadian yang terpenting pada masa remaja adalah pencarian identitas. Pencarian identitas diri merupakan proses menjadi seorang yang unik dengan peran yang penting dalam hidup. Remaja menganggap bahwa memiliki kelompok adalah hal yang penting sebab mereka merasa menjadi bagian dari kelompok dan kelompok memberi mereka status.

Perkembangan sosial pada remaja lebih melibatkan kelompok teman sebaya dibandingkan orang tua. Dibandingkan pada masa kanak-kanak, remaja lebih banyak melakukan kegiatan diluar rumah seperti kegiatan sekolah, ekstra kurikuler dan bermain dengan teman. Pada diri remaja, pengaruh lingkungan menentukan perilaku sangat diakui cukup kuat.

E. Penelitian terkait

1. Penelitian dilakukan oleh Filsa dkk. (2017) yang berjudul “Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan *Body Image* Remaja Putri di Asrama Putro Sanggau Malang”. Desain pada penelitian ini adalah korelasional dengan metode pendekatan *cross sectional*. Instrument penelitian menggunakan kuesioner, meadkine, dan timbangan. Sampel yang dipilih terdiri dari 36 responden. Kesimpulan IMT *overweight* sebanyak 16 remaja dan *body image* rendah sebanyak 30 remaja. Adapun perbedaan dari penelitian diatas adalah sampel yang digunakan sebanyak 284 responden dengan teknik sampling jenuh. Variable yang digunakan *body image* dengan pola makan dan IMT pada remaja putri di SMA Dwijendra. Teknik pengambilan sampel hanya 1 hari. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2021 sampai dengan 2022 sehingga menggambarkan keadaan terbaru tentang *body image* dengan pola makan dan IMT pada remaja putri.
2. Penelitian dilakukan oleh Nurdin dkk. (2016) yang berjudul “Faktor-faktor yang berhubungan dengan Prilaku Makan Pada SMA Negeri 1 Palu”.

Desain pada penelitian ini adalah cross sectional. Data penelitian ini diuji secara statistic dengan uji Chi-square. Pengambilan sampel menggunakan teknik proportional random sampling. Sampel yang dipilih terdiri dari 91 responden. Kesimpulan pendapatan orang tua yang rendah sebanyak 54 responden, teman sebaya yang berpengaruh baik sebanyak 55 responden, dan pengetahuan gizi yang rendah sebanyak 48 responden. Adapun perbedaan dari penelitian diatas adalah sampel yang digunakan sebanyak 284 responden dengan teknik sampling jenuh. Variable yang digunakan body image dengan pola makan dan IMT pada remaja putri di SMA Dwijendra. Teknik pengambilan sampel hanya 1 hari. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2021 sampai dengan 2022 sehingga menggambarkan keadaan terbaru tentang body image dengan pola makan dan IMT pada remaja putri.

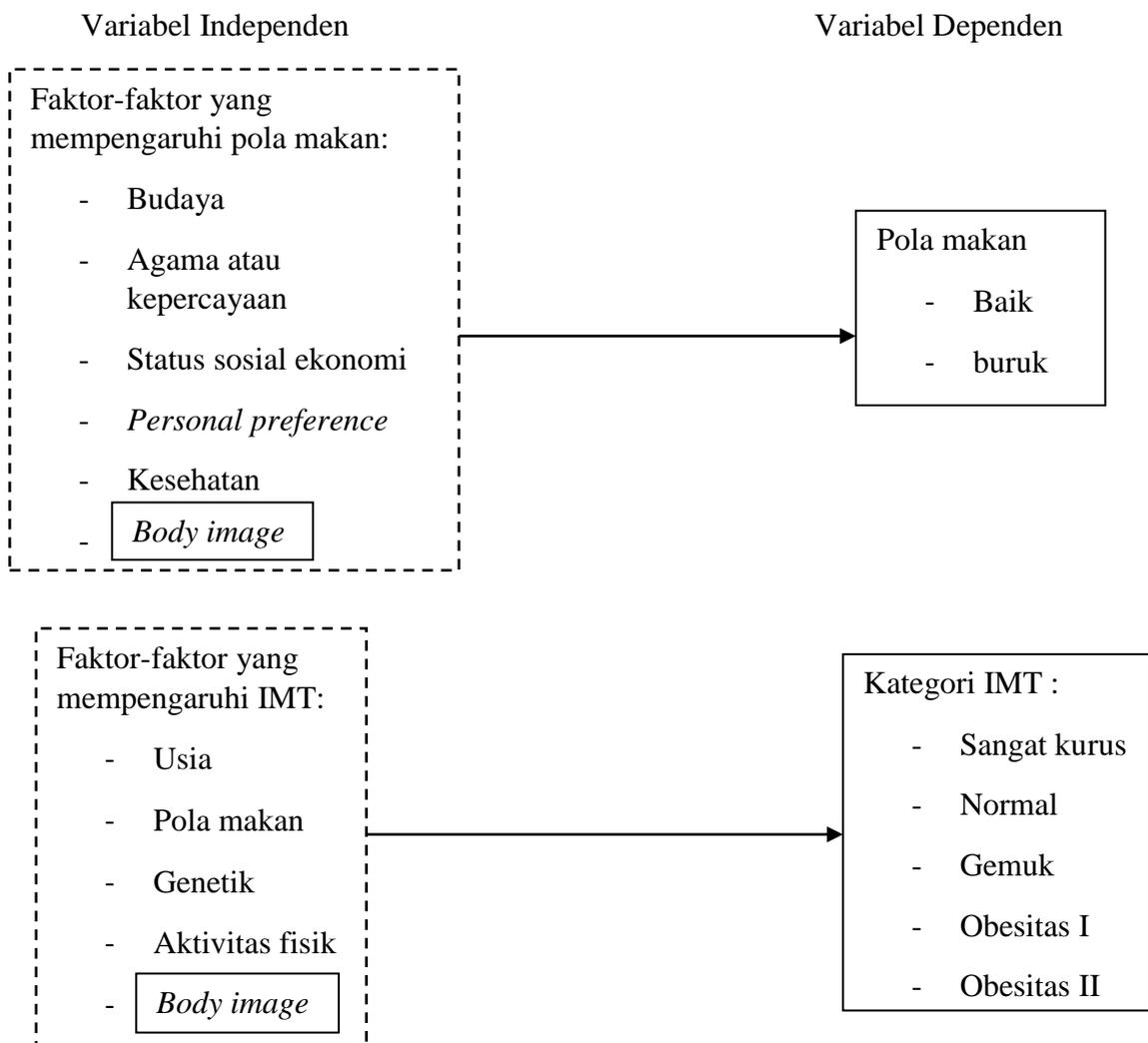
BAB III

KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN VARIABEL PENELITIAN

Pada bab ini dijelaskan tentang kerangka konsep penelitian, dan definisi operasional dari variabel yang terdiri dari definisi konseptual dan definisi operasional.

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep (*conceptual framework*) adalah refleksi dari hubungan variable-variabel yang diteliti yang merupakan model pendahuluan dari sebuah penelitian (Swarjana, 2015).



Keterangan :



Gambar 3.1 Kerangka Konsep Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan dan IMT Pada Remaja Putri di SMA Dwijendra.

Penjelasan kerangka konsep

Banyak faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan antara lain budaya, agama atau kepercayaan, status sosial ekonomi, *personal preference*, kesehatan dan salah satu faktornya yaitu *body image*. *Body image* pada faktor pola makan ini mempengaruhi pola makan sehingga menimbulkan pola makan yang baik dan buruk. Faktor-faktor yang mempengaruhi IMT antara lain usia, pola makan, genetik, aktifitas fisik dan ada salah satu faktornya yaitu *body image*. *Body image* pada faktor ini dapat mempengaruhi IMT sehingga menimbulkan adanya kategori IMT yaitu sangat kurus, normal, gemuk, obesitas I, dan obesitas II.

B. Hipotesis

Hipotesis adalah dugaan sementara dari rumusan masalah penelitian yang masih perlu diuji kebenarannya melalui uji hipotesis dan uji statistik (Swarjana, 2015).

Ho:

1. Tidak ada hubungan antara *body image* dengan pola makan pada remaja putri di SMA Dwijendra.
2. Tidak ada hubungan antara *body image* dengan IMT pada remaja putri di SMA Dwijendra.

Ha:

1. Terdapat hubungan antara *body image* dengan pola makan pada remaja putri di SMA Dwijendra.
2. Terdapat hubungan antara *body image* dengan IMT pada remaja putri di SMA Dwijendra.

C. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah bagian yang penting dalam sebuah penelitian (Swarjana, 2015). Variabel penelitian adalah sesuatu nilai atau sifat dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu untuk ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Variabel penelitian ini terdiri dari tiga variabel yaitu pola makan, IMT dan *body image*. *Body image* sebagai variabel independen dan Pola makan dan IMT sebagai variabel dependen.

D. Definisi Operasional

Definisi operasional penelitian merupakan fenomenal observasional yang memungkinkan peneliti untuk mengujinya secara empiris, apakah hasil yang diprediksi tersebut benar atau salah (Thomas et al., 2010 dalam Swarjana, 2015).

Table 3.1. Definisi Operasional Hubungan Gambaran *Body Image* dengan Pola Makan dan IMT pada Remaja Putri di SMA Dwijendra.

No.	Variabel	Definisi Operasional	Cara dan alat pengumpulan data	Hasil ukur	Skala
1.	<i>Body image</i>	Gambaran persepsi, sikap, keyakinan seseorang mengenai perubahan fisik atau tubuh yang berkaitan dengan kemampuannya untuk diakui dalam bersosialisasi, meliputi penampilan diri yang dianggap menarik, usaha-usaha memperbaiki penampilan. Kepuasan terhadap bagian tubuhnya, kecemasan menjadi gemuk dan persepsi terhadap berat badan	Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner tentang <i>body image</i> . Kuesioner ini menggunakan skala <i>Likert</i> dengan kriteria jawaban : Pernyataan positif : a. Sangat setuju (SS) = nilai 4 b. Setuju (S) = nilai 3 c. Kurang setuju (KS) = nilai 2 d. Tidak setuju (TS) = nilai 1 Pernyataan negatif:	Pengukuran terdiri dari 10 pernyataan dengan total skor 10 - 40 maka <i>body image</i> dikategorikan sebagai berikut : a. <i>Body image</i> positif jika skor 30 - 40 b. <i>Body image</i> negatif jika skor 10 - 29	Ordinal

			<ul style="list-style-type: none"> a. Tidak setuju (TS) = nilai 4. b. Kurang setuju (KS) = nilai 3 c. Setuju (S) = nilai 2 d. Sangat setuju (SS) = nilai 1 		
2.	Pola makan	<p>Kebiasaan makan yang dilakukan oleh seseorang dalam memnuhi kebutuhan akan makan meliputi jenis makanan, frekuensi, dan porsi, bagaimana cara pengolahan makanan, motivasi makan.</p>	<p>Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner tentang pola makan. Kuesioner ini menggunakan skala <i>Likert</i> dengan kriteria jawaban :</p> <p>Pernyataan baik :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Sangat setuju (SS) = nilai 4 b. Setuju (S) = nilai 3 c. Kurang setuju (KS) = nilai 2 d. Tidak setuju (TS) = nilai 1 <p>Pernyataan buruk :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Tidak setuju (TS) = nilai 4. b. Kurang setuju (KS) = nilai 3 c. Setuju (S) = nilai 2 d. Sangat setuju (SS) = nilai 1 	<p>Pengukuran terdiri dari 10 pernyataan dengan total skor 10 - 40 maka pola makan dikategorikan sebagai berikut :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Pola makan baik jika skor 30 - 40 b. Pola makan buruk jika skor 10 - 29 	Ordinal
3.	IMT (Indeks Massa Tubuh)	<p>Keadaan gizi seseorang yang dihitung melalui pengukuran berat badan (dalam kg) dibagi dengan tinggi badan kuadrat</p>	<p>Alat ukur yang digunakan adalah timbangan digital untuk menimbang BB dan mikrotois untuk mengukur TB. Caranya</p>	<p>Sangat kurus, jika IMT <18,5. Normal, jika IMT 18,5 - 22,9. Gemuk, jika IMT 23,0 - 24,9. Obesitas I, jika</p>	Ordinal

(dalam meter)	mengukur yaitu menimbang berat badan dalam kg dan mengukur tinggi badan dalam meter.	IMT 25,0 – 29,9. Obesitas II, jika IMT >30.
---------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------

BAB IV

METODE PENELITIAN

Pada bab ini diuraikan mengenai desain penelitian, tempat dan waktu penelitian, populasi, sampel, alat, dan teknik pengumpulan data, teknik analisa data, serta etika dalam penelitian

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian dengan desain analitik korelasi. Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional* merupakan jenis penelitian yang menekankan terhadap waktu pengukuran variabel yang hanya satu kali pada satu saat. Fenomena yang diteliti adalah selama satu periode pengumpulan data (Swarjana, 2015). Penelitian ini bertujuan untuk memperlihatkan hubungan body image dengan pola makan dan imt pada remaja putri di SMA Dwijendra.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Dwijendra.

2. Waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari sampai dengan April 2022.

C. Populasi, Sampel dan Sampling

1. Populasi

Populasi adalah kumpulan dari individu, objek, fenomena atau target yang dapat diukur sebagai bagian yang diteliti oleh peneliti (Mazhindu and Scott, 2005 dalam Swarjana, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri SMA Dwijendra yang berjumlah 284 siswa perempuan.

2. Sampel

Sampel adalah kumpulan individu atau objek yang dapat diukur mewakili seluruh populasi (Swarjana, 2015)

a. Besar sampel

Besar sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah total sampling atau sampling jenuh yaitu seluruh anggota populasi yang digunakan sebagai sampel yang berjumlah 284 responden.

b. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi yang digunakan untuk menentukan layak atau tidaknya sampel yang digunakan sesuai dengan tujuan penelitian.

Kriteria sampel terdiri atas kriteria inklusi dan kriteria eksklusi:

1) Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subyektif penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau dan yang diteliti (Nursalam, 2013). Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah siswa aktif SMA Dwijendra dan remaja putri yang bersedia mengisi *form* kuesioner.

2) Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah menghilangkan atau mengeluarkan responden yang tidak memenuhi kriteria inklusi karena berbagai sebab (Nursalam, 2013). Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah siswa yang tidak mengisi *form* kuesioner dan remaja putri yang menjadi responden pada studi pendahuluan.

3. Sampling

Sampling merupakan metode yang dipakai untuk memilih sampling unit, dimana diklasifikasikan menjadi *probability* dan *non-probability* (Swarjana, 2015). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *non-probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang atau kesempatan bagi setiap anggota populasi yang dipilih menjadi sampel dengan metode *sampling jenuh* yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2018). Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa perempuan kelas X dan XI yang

berjumlah 284 responden yang dijadikan sebagai sampel di SMA Dwijendra.

D. Metode Pengumpulan Data

1. Metode Pengumpulan data

Dalam penelitian akuratnya data penelitian yang dikumpulkan sangat mempengaruhi hasil dari penelitian tersebut. Agar data yang dikumpulkan tersebut akurat maka diperlukan pengumpulan data. Selain itu ketepatan instrumen penelitian, metode pengumpulan data sebaiknya sesuai dengan data yang dikumpulkan (Mazhindu and Scott, 2005 dalam Swarjana, 2015). Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan lembar kuesioner dengan menggunakan *google form*.

2. Alat Pengumpulan Data

Penelitian ini alat yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu kuesioner. Kuesioner merupakan sebuah formulir yang berisikan pertanyaan – pertanyaan yang telah ditentukan serta dapat digunakan untuk mengumpulkan informasi dari orang-orang sebagai bagian dari sebuah survei. Kuesioner dalam penelitian ini menggunakan *self-completed questionnaire* dimana responden yang mengisi sendiri kuesioner yang diberikan. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner tidak baku, sehingga dikembangkan oleh peneliti (Swarjana, 2015). Kuesioner ini mengacu pada teori mengenai body image, pola makan dan IMT pada remaja putri yang sudah dipaparkan di bab II dengan jumlah pertanyaan sebanyak 20 pertanyaan.

a. Uji Validitas

Validitas merupakan kemampuan instrument dalam pengumpulan data dimana untuk mendapatkan data yang relevan dengan apa yang sedang diukur (Dempsey, 2002 dalam Juhana, 2019). Sebelum melakukan penelitian, peneliti akan mengujikan alat ukur yang digunakan untuk mengetahui apakah alat ukur tersebut valid atau tidak (Nursalam, 2020). Uji validitas pada penelitian ini adalah *face*

validity. *Face validity* dimana dilakukan untuk menguji kuesioner yang belum baku dan pengujiannya dapat dilakukan oleh seorang ahli dalam bidangnya (Swarjana, 2015). Dalam uji validitas instrument peneliti yang sudah dilakukan uji ekspert.

3. Teknik Pengumpulan Data

a. Tahap Persiapan

- 1) Peneliti menyiapkan permohonan untuk menjadi responden dan persetujuan menjadi responden (*informed consent*) dalam bentuk pertanyaan melalui *google form*.
- 2) Setelah itu, peneliti melakukan uji *expert* atau *face validity*.
- 3) Peneliti mengajukan surat rekomendasi izin penelitian yang ditanda tangani oleh Rektor Institut Teknologi dan Kesehatan Bali.
- 4) Peneliti telah menyerahkan surat rekomendasi Kepala Dinas Penanaman Modal dan Perizinan Provinsi Bali ke Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Denpasar.
- 5) Peneliti telah mengajukan izin *Ethical Clearance* dari Komisi Etik Penelitian (KEP) Institut Teknologi dan Kesehatan Bali.
- 6) Peneliti mempersiapkan *link* kuesioner dan mulai penelitian yang dilaksanakan dengan menyebarkan *link* kuesioner kepada responden melalui *online* dengan menggunakan aplikasi *Watsapp*.

b. Tahap Pelaksanaan

- 1) Peneliti menentukan populasi.
- 2) Peneliti meminta izin kepada wali kelas masing-masing untuk menyebarkan *link* kuesioner pada kelas yang diampu.
- 3) Responden diberikan *link* kuesioner yang berisikan permohonan peneliti, tujuan penelitian dan persetujuan menjadi responden.
- 4) Setelah responden selesai mengisi *link* kuesioner *online*, kemudian peneliti menginput data, mengolah dan menganalisa data yang sudah terkumpulkan.

- 5) Kemudian peneliti menginput, mengolah dan menganalisa yang terkumpul menggunakan *Statistical Program for Social Science* (SPSS).

E. Rencana Analisa Data

1. Teknik Pengolahan Data

Menurut Swarjana (2015) langkah-langkah dalam proses pengolahan data sebagai berikut:

a. *Editing*

Editing merupakan dimana proses untuk menentukan kembali kebenaran data yang dikumpulkan melalui instrument penelitian. Peneliti melakukan pemeriksaan data yaitu kesesuaian jawaban dengan kelengkapan pengisian lembaran kuesioner ketika data terkumpul. Dalam proses *editing* tidak dilakukan penggantian jawaban.

b. *Coding*

Coding adalah kegiatan pemberian kode numerik (angka) terhadap data yang terdiri dari beberapa kategori. Peneliti melakukan *coding* untuk memudahkan dalam pengolahan data. Pemberian kode yang dilakukan yaitu sebagai berikut:

1) Pada karakteristik responden

- a) Berdasarkan nama, dituliskan dengan nama inisial
- b) Berdasarkan umur, kode (1) untuk responden yang berusia 10 tahun, kode (2) untuk responden yang berusia 11 tahun, kode (3) untuk responden yang berusia 12 tahun, kode (4) untuk responden yang berusia 13 tahun, kode (5) untuk responden yang berusia 14 tahun, kode (6) untuk responden yang berusia 15 tahun, kode (7) untuk responden yang berusia 16 tahun, kode (8) untuk responden yang berusia 17 tahun, kode (9) untuk responden yang berusia 18 tahun, kode (10) untuk responden yang berusia 19 tahun.

- c) Berdasarkan kelas, kode (1) untuk responden kelas 10, kode (2) untuk responden kelas 11.
 - d) Berdasarkan jurusan, kode (1) IPA, kode (2) IPS.
- 2) Pada variabel *body image*
- Berdasarkan masing-masing pernyataan, untuk pertanyaan positif kode (4) Sangat setuju, kode (3) setuju, kode (2) kurang setuju, kode (1) tidak setuju dan untuk pernyataan negatif kode (4) tidak setuju, (3) kode kurang setuju, kode (2) setuju, kode (1) Sangat setuju.
- 3) Pada variabel pola makan
- Berdasarkan masing-masing pernyataan, untuk pertanyaan baik kode (4) Sangat setuju, kode (3) setuju, kode (2) kurang setuju, kode (1) tidak setuju dan pertanyaan buruk kode (4) tidak setuju, kode (3) kurang setuju, kode (2) setuju, kode (1) Sangat setuju.
- 4) Pada variabel IMT
- Berdasarkan masing-masing pertanyaan kode (1) sangat kurus, kode (2) normal, kode (3) gemuk, kode (4) obesitas I, kode (5) obesitas II.
- c. *Entery Data*
- Entry data adalah dimana kegiatan memasukkan data yang telah dikumpulkan kedalam database dikomputer. Peneliti memasukkan semua data yang diperoleh tersebut dengan menggunakan SPSS.
- d. *Cleaning*
- Cleaning merupakan dimana kegiatan yang dilakukan setelah data semua dimasukkan ke dalam komputer, selanjutnya dimana peneliti melakukan pemeriksaan dan memastikan data yang telah dimasukkan tersebut terbebas dari kesalahan pada pengkodean, sehingga diharapkan data tersebut benar-benar siap untuk dilakukan analisa dan tidak ada *missing* pada data.

2. Teknik Analisa Data

Analisa data pada penelitian ini dibedakan menjadi analisa *univariat* dan *bivariat*.

a. Analisa *Univariat*

Analisis univariat merupakan analisis yang digunakan untuk menggambarkan dan menjelaskan atau mendeskripsikan besarnya proporsi menurut berbagai variabel yang diteliti (Sugiyono, 2016).

1) Analisa data untuk *body image*

Analisa data *body image* menggunakan kuesioner yang menggunakan skala likert dengan karakteristik nama (inisial), jenis kelamin, umur, kelas, jurusan, tinggi badan serta berat badan dan dengan pilihan sangat setuju, setuju, kurang setuju dan tidak setuju. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner yang berisikan pertanyaan yang lengkap kepada responden, sebelum memberikan kuesioner ke responden diberikan penjelasan tentang cara pengisian kuesionernya. Dengan nilai skoring pernyataan positif sangat setuju bernilai 4, setuju bernilai 3, kurang setuju bernilai 2, tidak setuju bernilai 1 dan untuk pernyataan negatif tidak setuju bernilai 4, kurang setuju bernilai 3, setuju bernilai 2, sangat setuju bernilai 1. Selanjutnya skor yang didapat dari responden ditambahkan kemudian dibandingkan dengan skor maksimal dikalikan 100%. Maka rumus yang digunakan menurut (Arikunto (1998) dalam Aspuah, 2013) sebagai berikut:

$$\text{Skor} = \frac{\text{Skor Yang Dicapai}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100\%$$

Hasil penelitian *body image* dikelompokkan menjadi dua kategori sebagai berikut:

- a) *Body image* positif jika nilai akumulasi (75 - 100%).
- b) *Body image* negatif jika nilai akumulasi (<75%).

2) Analisa data untuk pola makan

Data variabel pola makan menggunakan kuesioner yang menggunakan skala likert dengan pilihan sangat setuju, setuju, kurang setuju dan tidak setuju. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner yang berisikan pertanyaan yang lengkap kepada responden. Dengan skoring pernyataan positif sangat setuju bernilai 4, setuju bernilai 3, kurang setuju bernilai 2, tidak setuju bernilai 1 dan untuk pernyataan negatif tidak setuju bernilai 4, kurang setuju bernilai 3, setuju bernilai 2, sangat setuju bernilai 1. Hasil dari jawaban responden yang diberi bobot kemudian dijumlahkan dan dibandingkan dengan jumlah skor maksimal kemudian dikalikan 100%. Maka rumus yang digunakan menurut (Arikunto, 1998 dalam Aspuaah 2013) sebagai berikut:

$$\text{Skor} = \frac{\text{Skor Yang Dicapai}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100\%$$

Hasil penelitian pola makan dikelompokkan menjadi dua kategori sebagai berikut:

- a) Pola makan baik jika nilai akumulasi (75 - 100%).
- b) Pola makan buruk jika nilai akumulasi (<75%)

3) Analisa data untuk IMT

Data variabel pola makan menggunakan kuesioner yang menggunakan skala likert. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner yang berisikan pertanyaan yang lengkap kepada responden. Dengan pertanyaan yaitu menimbang berat badan dalam kg dan mengukur tinggi badan dalam meter Menurut Hartini (2018).

Hasil penelitian IMT dikelompokkan menjadi lima yaitu sebagai berikut:

- a) Sangat kurus (<18,5).

- b) Normal (18,5 - 22,9).
- c) Gemuk (23,0 - 24,9).
- d) Obesitas I (25,0 – 29,9).
- e) Obesitas II (>30).

b. Analisa *Bivariat*

Analisa bivariat merupakan analisa yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga terdapat hubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2012). Analisa pada penelitian ini yaitu *body image* dengan pola pada remaja putri, *body image* dengan IMT pada remaja putri. Sesuai dengan tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan pola pada remaja putri, *body image* dengan IMT pada remaja putri. Pada penelitian ini menggunakan teknik *Korelasi Spearman Rank*. *Korelasi Spearman Rank (Rho)* fungsinya untuk menentukan besarnya hubungan dua variabel yang berskala ordinal dengan rumus yang digunakan sebagai berikut (Hidayat, 2014):

$$r_s = 1 - \frac{6 \sum d^2}{N(N^2 - 1)}$$

Keterangan :

r_s : nilai korelasi Spearman Rho

d^2 : selisih setiap pasangan rank

n : jumlah responden

Pengolahan data yang dilakukan menggunakan teknik analisa *Spearman Rank (Rho)* pada program SPSS versi 20, dimana skala ini menganalisis variabel yang berskala ordinal dengan level signifikan α (alpha) yaitu 0,05. Menginterpretasi hasil secara praktis adalah dengan melihat *p value* dimana bila *p value* <0,05 maka H_a diterima. Berikut tabel interpretasi koefisien korelasi menurut Sugiyono (2014):

Table 4.1 Interpretasi Koefisien Korelasi.

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Hubungan sangat rendah
0,20 – 0,399	Hubungan rendah
0,40 – 0,599	Hubungan sedang
0,60 – 0,799	Hubungan kuat
0,80 – 1,000	Hubungan sanagt kuat

F. Etika Penelitian

Etika penelitian adalah salah satu yang perlu dipertimbangkan secara mutlak yang harus dipatuhi oleh peneliti baik dibidang apapun. Pada aspek etika penelitian, peneliti harus benar-benar berpegang teguh terhadap beberapa prinsip etika penelitian (Polit and Beck, 2003 dalam Swarjana, 2015). Ada beberapa etika penelitian yang harus diperhatikan yaitu sebagai berikut:

1. *Informed Consent* (Lembar Persetujuan)

Informed consent merupakan suatu lembaran yang berisikan tentang permintaan persetujuan kepada responden bahwa bersedia untuk bersedia menjadi responden pada penelitian ini dengan menggunakan tanda tangan pada lembar *informed consent*. Pada *informed consent* penelitian mencantumkan mengenai partisipan responden, tujuan penelitian, manfaat dan kerahasiaan dari responden.

2. *Anonymity* (Tanpa Nama)

Peneliti tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data. Peneliti juga menjelaskan kepada responden untuk mengisi inisial nama saja, sehingga kerahasiaan data responden tetap terjaga.

3. *Confidentially* (Kerahasiaan)

Peneliti menjelaskan kepada responden bahwa akan menjamin kerahasiaan dari hasil penelitian baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Peneliti juga akan menyimpan data yang didapat dengan baik.

4. *Beneficence*

Beneficence merupakan prinsip untuk memberikan manfaat kebaikan bagi orang lain. Dalam proses penelitian, peneliti memberikan manfaat penjelasan tentang manfaat penelitian serta keuntungan bagi responden.

BAB V

HASIL PENELITIAN

Pada bab ini menampilkan hasil penelitian yang terdiri dari gambaran umum lokasi penelitian, karakteristik responden, hasil penelitian tentang Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan dan IMT Pada Remaja Putri di SMA Dwijendra.

A. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan dan IMT Pada Remaja Putri di SMA Dwijendra. SMA Dwijendra yang terletak di Jl. Kamboja No. 17, Dangin Puri Kangin, Kec. Denpasar Utara. SMA Dwijendra terakreditasi A, pembelajaran di SMA Dwijendra dilakukan pada sehari penuh. Dalam seminggu, pembelajaran dilakukan selama 5 hari. Terdapat 55 guru yang mengajar di sekolah, jumlah siswa secara umum 413 siswa laki-laki dan 496 siswa perempuan. Terdapat 33 ruang kelas belajar siswa, terdapat 3 laboratorium pendukung praktik siswa dan terdapat 2 perpustakaan. Sekolah ini menyediakan berbagai fasilitas penunjang pendidikan bagi anak didiknya. Dalam kegiatan penunjang pembelajaran seperti; ekstrakurikuler (ekskul), organisasi siswa, komunitas belajar, tim olahraga, dan perpustakaan sehingga siswa dapat belajar secara maksimal. Di SMA Dwijendra tersedia sarana cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau cairan pembersih tangan (hand sanitizer). Terdapat banyak ekstrakurikuler yang mendukung kegiatan siswa yaitu paskibraka, karya ilmiah, basket, pencak silat, sepak bola, voli, bulu tangkis, seni tari, karawitan, paduan suara, melukis, band, kajian Agama Hindu, PMR, olimpiade matematika, pramuka dan kewirausahaan.

B. Hasil Penelitian Berdasarkan Variabel penelitian

1. Analisa Univariat
 - a. Karakteristik responden

Berikut ini adalah hasil data dari demografi kuesioner yang terdiri dari usia, kelas, dan jurusan.

Tabel 5.1 Karakteristik responden penelitian berdasarkan usia, kelas, dan jurusan di SMA Dwijendra (n=284).

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persen (%)
Usia		
15 tahun	67	23,6
16 tahun	149	52,5
17 tahun	68	23,9
Kelas		
X	152	53,5
XI	132	46,5
Jurusan		
IPA	143	50,4
IPS	141	49,6

Berdasarkan tabel 5.1 dari 284 responden dapat diketahui bahwa berdasarkan usia yang terbanyak pada responden yaitu usia 16 tahun sebanyak 52,5% (149 responden dari 284 responden). Berdasarkan kelas yang terbanyak yaitu kelas X SMA sebanyak 53,5% (152 responden dari 284 responden). Berdasarkan jurusan IPA yang terbanyak yaitu 50,4% (143 responden dari 284 responden).

b. *Body image*

Tabel 5.2 Kategori Body image Pada Remaja Putri di SMA Dwijendra (n= 284).

Kategori	Frequency (n)	Percent (%)
Negatif	20	7,0
Positif	264	93,0

Berdasarkan tabel 5.2 dapat diketahui dari 284 responden dapat diketahui bahwa berdasarkan body image yang terbanyak yaitu responden yang memiliki body image positif pada remaja putri yaitu sebanyak 93,0% (264 responden dari 284 responden).

c. Pola makan

Tabel 5.3 Kategori pola makan pada remaja putri di SMA Dwijendra. (n=284)

Kategori	Frequency (n)	Percent (%)
Buruk	56	19,7
Baik	228	80,3

Berdasarkan tabel 5.3 dapat diketahui dari 284 responden dapat diketahui bahwa berdasarkan pola makan yang terbanyak yaitu

responden yang memiliki pola makan baik pada remaja putri yaitu sebanyak 80,3% (228 responden dari 284 responden).

d. Index Massa Tubuh (IMT)

Tabel 5.4 Kategori IMT pada remaja putri di SMA Dwijendra. (n=284)

Kategori	Frecuency (n)	Percent (%)
Sangat kurus	51	18,0
Normal	108	38,0
Gemuk	125	44,0

Berdasarkan table 5.4 dapat diketahui dari 284 responden dapat diketahui bahwa bersadarkan IMT yang terbanyak yaitu responden yang memiliki IMT gemuk pada remaja putri sebanyak 44,0% (125 responden dari 284 responden).

2. Analisa Bivariat

a. Analisis Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan Pada Remaja Putri di SMA Dwijendra.

Tabel 5.6 Hasil analisa data hubungan *body image* dengan pola makan pada remaja putri di SMA Dwijendra (n=284)

n	r	p-value
284	0,081	0,175

Berdasarkan data diatas setelah dilakukan Uji *Spearman-rho Test* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan *body image* dengan pola makan pada remaja putri di SMA Dwijendra. Hasil uji *Spearman-rho Test* menunjukkan bahwa nilai signifikan *p-Value* 0,175 yang berarti nilai *p-value* >0.05 maka didapatkan H_a ditolak, sehingga dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan pola makan pada remaja putri di SMA Dwijendra.

b. Analisis Hubungan *Body Image* dengan IMT Pada Remaja Putri di SMA Dwijendra.

Table 5.7 Hasil Analisa data hubungan *body image* dengan imt pada remaja putri di SMA Dwijendra.

n	r	p-value
284	0,138	0,020

Berdasarkan data diatas setelah dilakukan Uji *Spearman-rho Test* menunjukkan bahwa terdapat hubungan *body image* dengan imt pada remaja putri di SMA Dwijendra. Hasil uji *Spearman-rho Test* menunjukkan bahwa nilai signifikan *p-Value* 0,020 yang berarti nilai *p-value* <0.05 yang berarti H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan imt pada remaja putri di SMA Dwijendra. Hasil uji statistik mendapatkan nilai $r=0,138$ yang berarti keeratan hubungan dua variabel rendah, serta memiliki arah hubungan negative yang artinya semakin buruk *body image* maka imt semakin tinggi.

BAB VI

PEMBAHASAN

Pada bab ini menjelaskan tentang hasil penelitian yang berupa interpretasi dan diskusi terhadap masing-masing variabel dikaitkan dengan teori dan hasil penelitian yang telah ada sebelumnya. Selain itu pada pembahasan ini menjelaskan tentang keterbatasan penelitian yang telah dilaksanakan.

A. *Body Image* Pada Remaja Putri Di SMA Dwijendra

Hasil penelitian *body image* pada remaja putri di SMA Dwijendra secara umum yang terbanyak memiliki *body image* positif remaja putri yaitu sebanyak 93,0% (264 responden dari 284 responden), dan yang memiliki *body image* negatif remaja putri yaitu sebanyak 7,0% (20 responden dari 284 responden).

Menurut asumsi peneliti, *body image* remaja putri yang positif dikarenakan remaja putri juga lebih cenderung menjaga tubuhnya agar tetap terlihat bagus dan juga melakukan upaya penurunan berat badan meskipun remaja putri tersebut telah mempunyai tubuh ideal namun mereka cenderung menilai ukuran tubuhnya lebih besar dari ukuran yang sebenarnya. Remaja putri sangat menjaga penampilannya agar tetap terlihat bagus dimata orang lain karena remaja putri memiliki bentuk tubuh yang bagus seperti yang ada di media sosial dan majalah.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anita (2018), mengenai analisis hubungan *body image* dan pola makan terhadap status gizi pada mahasiswi jurusan gizi poltekkes Kemenkes Kupang, diperoleh sebagian besar (71,7%) responden memiliki *body image* positif. Meskipun responden telah memiliki bentuk tubuh yang ideal namun cenderung menilai ukuran tubuhnya lebih kecil ataupun lebih besar. Sebagian responden menganggap bentuk tubuhnya ideal padahal pada kenyataannya bentuk tubuhnya kurus ataupun gemuk.

Hasil berbeda dengan penelitian yang dilakukan Yuni kartika, dkk (2021), di Denpasar tentang hubungan antara body image dengan pola makan remaja putri kelas XI di SMK PGRI 4 Denpasar, diperoleh 45% (49 responden dari 109 responden) memiliki *body image* positif, sedangkan diperoleh 55% (60 responden dari 109 responden) memiliki *body image* negatif. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden remaja putri pada penelitian ini tergolong memiliki body image yang negatif. Persepsi negative remaja putri dikarenakan tidak puas dengan penampilannya saat ini dengan adanya perubahan bentuk tubuh akibat penambahan lemak/kekurangan lemak yang mana menyebabkan remaja putri merasa gemuk/kurus.

Body image merupakan imajinasi subyektif seseorang mengenai bentuk tubuh dan cenderung berkaitan dengan penilaian seseorang, dimana bentuk tubuh yang dimilikinya harus sesuai dengan persepsi orang lain (Denich & Ifdil, 2015; Husna & Rusli, 2008 dalam DwiAstini, 2021). Kemudian *body image* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor psikologis, pengaruh budaya, teman sebaya, etnis, dan media massa. Media massa memiliki peran penting dalam mempengaruhi *body image* seseorang, dimana media massa mampu mempromosikan bentuk tubuh yang ideal. *Body image* dalam penelitian ini merupakan *body image* remaja putri yang memiliki domain terpenting mengenai persepsi bentuk tubuhnya.

Menurut penelitian King dalam Rezeki (2013), *body image* memiliki peran yang penting bagi tingkah prilaku remaja. Hal ini berhubungan dengan nilai-nilai bagian tubuh dan nilai aspek diri, serta berhubungan dengan citra raga ideal tentang sesuatu yang disukai dan tidak disukai remaja. Peran *body image* dalam menentukan perilaku ini dapat dilihat melalui proses berpikirnya, emosi, nilai, cita-cita, serta tujuan yang hendak dicapai remaja. Bila remaja mempunyai sosialisasi yang baik, maka perilakunya juga akan baik, sedangkan bila *body*

image rendah, akan tercermin pada perilakunya yang negatif pula (Filsa Destiara, dkk, 2017).

B. Pola Makan Pada Remaja Putri Di SMA Dwijendra

Hasil penelitian pola makan pada remaja putri di SMA Dwijendra secara umum yang terbanyak memiliki pola makan baik pada remaja putri yaitu sebanyak 80,3% (228 responden dari 284 responden) sedangkan responden yang memiliki pola makan buruk pada remaja putri yaitu sebanyak 19,7% (56 responden dari 284 responden).

Menurut asumsi peneliti, pola makan yang baik pada remaja putri dikarenakan pola makan remaja yang dikonsumsi sangat beragam mulai dari sayur, buah, nasi, tahu, tempe, ikan dimana makanan yang dikonsumsi tersebut sudah memenuhi zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Waktu makan yang baik untuk remaja yang sering sarapan pagi yaitu waktu sarapan yang baik adalah sekitar pukul 7-9 pagi, atau dalam waktu 2 jam setelah bangun tidur dengan mengkonsumsi makanan sereal gandum utuh, buah-buahan segar, telur rebus, roti gandum utuh, smoothie, atau yogurt.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rijanti, dkk (2018) mengenai hubungan *body image* dan sikap terhadap makanan dengan pola makan mahasiswa jurusan gizi politeknik, diperoleh 59,0% yang memiliki pola makan baik.

Menurut Dina (2019), pola makan merupakan gambaran informasi tentang konsumsi berbagai macam jumlah bahan dan jenis makanan dalam setiap hari dan merupakan ciri khas dari kelompok masyarakat tertentu. Pemilihan bahan makanan yang tepat dan seimbang serta kebiasaan makan sangat erat hubungannya dengan pola makan yang terbentuk agar terpenuhi segala kebutuhan gizinya.

Pola makan yang dianjurkan yaitu makan tiga kali sehari dengan tiga kali makan utama dan dua kali selingan. Makanan yang biasa dikonsumsi yaitu nasi sebagai sumber dari karbohidrat berfungsi sebagai sumber tenaga. Begitu juga dengan sumber protein yang

diperoleh dari lauk nabati dan kacang-kacangan sebagian besar hanya diperoleh dari ikan dan tempe. Sayur sebagai sumber vitamin juga sering dikonsumsi oleh remaja. Kurangnya keanekaragaman pangan secara tidak langsung menyebabkan kekurangan zat gizi karena masing-masing kelompok pangan memiliki kandungan gizi yang berbeda (Anita, 2018). Faktor yang menyebabkan tidak terpenuhinya pola makan berdasarkan Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) kemungkinan besar akibat budaya dan sosial dari masyarakat Indonesia. Kurangnya porsi makanan yang seharusnya dipenuhi akan menyebabkan ketidakseimbangannya asupan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh.

C. IMT Pada Remaja Putri Di SMA Dwijendra

Hasil penelitian IMT pada remaja putri di SMA Dwijendra secara umum yang terbanyak memiliki IMT gemuk pada remaja putri sebanyak 44,0% (125 responden dari 284 responden), memiliki IMT sangat kurus pada remaja putri yaitu sebanyak 18,0% (51 responden dari 284 responden), sedangkan responden yang responden yang memiliki IMT normal pada remaja putri sebanyak 28,0% (108 responden dari 284 responden).

Menurut asumsi peneliti remaja yang memiliki IMT gemuk karena dimana banyak remaja yang kurang melakukan aktivitas fisik sehingga itu juga menyebabkan terjadinya kelebihan berat badan. Kurangnya pengetahuan remaja tentang status gizi dan pengaturan pola makannya yang kurang sehingga banyak remaja yang mengalami kelebihan berat badan dan tidak bisa mengatur pola makan mereka.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Any (2018), mengenai pengaruh body image dan kebiasaan makan dengan status gizi di SMAN 1 Kampar tahun 2017, diperoleh 42,8% remaja putri yang gemuk.

Menurut Kemenkes RI (2014), IMT merupakan salah satu bentuk pengukuran atau metode *skrining* yang digunakan untuk mengukur

komposisi tubuh yang diukur dengan menggunakan berat badan dan tinggi badan yang kemudian diukur dengan rumus IMT. IMT adalah nilai yang diambil dari perhitungan antara berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) seseorang. Di Indonesia IMT dikategorikan menjadi 4 tingkatan yaitu kurus, normal, gemuk dan obesitas (Yudha, 2018).

Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan cara sederhana untuk melihat status gizi seseorang, khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. Overweight terjadi karena interaksi dari faktor genetik dan lingkungan dan overweight pada remaja sudah menjadi hal yang umum karena muncul dari perilaku yang tertanam dari praktik sosial yang sulit untuk dibatasi (WHO, 2013 dalam Any, 2018).

Salah satu banyaknya penyebab overweight pada anak remaja yaitu tingkat pengetahuan gizi remaja yang dapat mempengaruhi terjadinya gizi lebih (overweight) pada remaja. Sebagian besar kejadian masalah gizi lebih dapat dihindari apabila remaja mempunyai ilmu pengetahuan yang cukup tentang memelihara gizi dan mengatur pola makan (Suryaputra dkk, 2012 dalam Any, 2018).

D. Hubungan *Body Image* Dengan Pola Makan Pada Remaja Putri di SMA Dwijendra

Berdasarkan hasil uji spearman-rho menunjukkan bahwa nilai signifikan p-Value =0,175, yang berarti H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara *body image* dengan pola makan pada remaja putri di SMA Dwijendra.

Menurut asumsi peneliti semakin positif *body image* remaja putri maka remaja lebih merasa percaya diri terhadap penampilannya, remaja juga sangat menyukai penampilannya yang sangat bagus dan remaja juga tidak mengeluh apabila berat badannya naik dengan diimbangi dengan pola makan yang baik dimana dalam pengaturan jam makan yang baik yaitu dari sarapan pagi sekitar pukul 7-9 pagi dengan mengkonsumsi sereal gandum, telur, dan untuk makan siang sebaiknya

dilakukan sekitar 4-5 jam setelah sarapan, misalnya mengonsumsi makanan pokok, lauk-pauk, sayuran, dan buah-buahan dan Selain itu, makanlah dengan porsi yang cukup. Pola makan yang pada remaja putri dapat mempengaruhi persepsi tentang bentuk tubuhnya. Hal ini dapat disebabkan karena remaja lebih suka mengonsumsi makanan cepat saji, dan lingkungan sekolah juga remaja bebas memilih makanan yang disenanginya. Hal ini sejalan dengan teori dari Nurdin (2016) yang menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi pola makan antara lain faktor Pengetahuan gizi di sekolah berguna untuk membentuk pola makan yang baik dalam hal memenuhi kebutuhan gizi sebagai salah satu unsur penting yang mendukung status kesehatan seseorang. Tidak hanya itu, keberadaan iklan makanan dan minuman melalui media elektronik ataupun media cetak sangat besar pengaruhnya dalam membentuk pola makan. Faktor lingkungan yang berpengaruh terhadap pembentukan perilaku makan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agnes, dkk (2018) dengan judul “Hubungan body image dengan pola makan dan aktivitas fisik pada mahasiswa obesitas di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta” menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara body image dengan pola makan pada mahasiswa obesitas di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta dengan nilai $p\text{-value} = 0,137$. Dalam penelitian ini alasan tidak terdapat hubungan antara dua variabel karena penilaian seseorang terhadap bentuk tubuhnya merupakan suatu hal yang sangat penting dalam hal membangun persepsi dirinya. Seseorang akan merasa percaya diri ketika orang tersebut menyadari bentuk tubuhnya yang sangat ideal dan merasa puas melihat bentuk tubuhnya. Pola makan yang diterapkan tidak hanya dipengaruhi oleh persepsi terhadap tubuh. Terdapat faktor lain yang memengaruhi pola makan yaitu teman sebaya juga memegang peranan penting dalam pembentukan pola makan seseorang, yang mulai memengaruhi sejak anak mulai sekolah

dan pola asuh orang tua seperti kepercayaan dan riwayat keluarga yang memandang tubuh ideal.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anita (2018) dengan judul “Analisis hubungan body image dan pola makan terhadap status gizi pada mahasiswi jurusan gizi poltekkes Kemenkes Kupang” dengan nilai $p\text{-value} = 0,164$ menyatakan tidak terdapat hubungan antara body image dengan pola makan pada mahasiswi jurusan gizi poltekkes Kemenkes Kupang. Dalam penelitian ini alasan tidak terdapat hubungan antara dua variabel karena persepsi seseorang terhadap bentuk tubuhnya memiliki hubungan dengan perilaku makannya, seseorang yang memiliki ketakutan terhadap keadaan bentuk tubuh yang tidak normal kerap kali melakukan diet yang salah seperti halnya seseorang yang beranggapan bahwa tidak melakukan sarapan akan membuat bentuk tubuh normal karena tidak menerima asupan makanan.

Penelitian ini juga berbanding terbalik dengan penelitian Ratna (2015) dengan judul “Hubungan Antara Body Image dengan Pola Makan dan Status Gizi Remaja Putri di SMP Al Islam 1 Surakarta” dengan nilai $p\text{-value} = 0,008$ menyatakan bahwa terdapat hubungan antara body image dan pola makan remaja putri di SMP 1 Al Islam Surakarta. Dalam penelitian ini alasan terdapat hubungan antara dua variabel karena *body image* sangat mempengaruhi remaja dalam mengkonsumsi makanan, remaja yang mempunyai body image negatif akan cenderung membatasi konsumsi jenis makanan tertentu atau mempunyai kebiasaan diet dengan tujuan untuk mendapatkan tubuh yang ideal.

Menurut asumsi peneliti memiliki konsep tubuh yang ideal mulai berkembang melalui interaksi dengan orang lain dan lingkungan sosial. Remaja yang mempunyai *body image* positif dengan pola makan yang baik tidak akan mempermasalahkan dalam pembatasan konsumsi makanan dan tetap menjaga pola makan yang sehat karena mereka

berpikir bahwa bentuk tubuhnya baik-baik saja dan tidak terlalu memperhatikan perkataan orang lain yang ada disetikar mereka begitupun sebaliknya jika remaja memiliki body image yang negative dengan pola makan yang buruk maka remaja merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya dan tidak menjaga pola makanya dengan mengkonsumsi makanan cepat saji.

Pola makan pada remaja putri dimana pola makan yang diterapkan oleh remaja putri tidak hanya dipengaruhi oleh persepsi tubuh yang ideal yang terbentuk. Terdapat faktor lain yang mempengaruhinya, yaitu pola asuh orang tua seperti kepercayaan dan riwayat keluarga yang memandang tubuh ideal sebagai bagian penting serta pengaruh dari remaja yang memiliki grup dimana didapatkan dari pergaulan dengan teman sebaya (Dina, 2019).

Sehingga untuk meningkatkan pola makan yang lebih baik lagi diharapkan remaja lebih banyak mempunyai pengetahuan tentang makanan dan gizi serta menunjukkan perhatian yang lebih besar terhadap keamanan makanan, kesehatan, dan penurunan berat badan (Rijanti, 2018).

E. Hubungan *Body Image* Dengan IMT Pada Remaja Putri di SMA Dwijendra

Berdasarkan hasil uji spearman-rho menunjukkan bahwa nilai signifikan p-Value =0,020, yang berarti H_0 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara *body image* dengan IMT pada remaja putri di SMA Dwijendra. Hasil uji statistik mendapatkan nilai $r=0,138$ yang berarti keeratan hubungan dua variabel rendah, serta memiliki arah hubungan negatif yang artinya semakin buruk *body image* maka imt semakin tinggi.

Menurut asumsi peneliti remaja yang memiliki berat badan yang berlebihan remaja merasa tidak percaya diri terhadap bentuk tubuhnya yang gemuk karena terlalu banyak mengkonsumsi makan cepat saji dan kurangnya olahraga. Remaja juga melakukan upaya untuk

menurunkan berat badannya agar memiliki bentuk tubuh yang ideal. Pola konsumsi dan pemilihan makanan yang dilakukan oleh remaja putri juga dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain faktor pengetahuan tentang gizi, dan penyakit-penyakit infeksi yang juga dapat mempengaruhi pola konsumsi seorang remaja putri. Remaja putri dengan *body image* positif yang memiliki pengetahuan gizi yang kurang dinilai kurang dalam memilih makanan yang mereka konsumsi. Kesadaran akan status gizi itulah yang akan menjadi lebih berpengaruh dalam pemilihan konsumsi makanan pada remaja. Maka remaja putri yang makan di malam hari sebaiknya 3 jam sebelum waktu tidur karena, makan mendekati waktu tidur dapat meningkatkan kadar gula darah, makan dekat jam tidur dapat menyebabkan asam lambung naik saat mencerna makanan, terutama bila remaja cepat-cepat berbaring setelah makan. Berat badan pun bisa naik karena makan terlalu malam dapat meningkatkan lemak tubuh.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Filsa (2017), dengan judul “Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Body Image Remaja Putri di Asrama Putri Sanggau Malang” dengan nilai $p\text{-value} = 0,016$ menyatakan bahwa ada hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan body image remaja putri di Asrama Putri Sanggau Malang. Dalam penelitian ini kenapa terdapat hubungan antara dua variable karena dalam menjaga indeks massa tubuh (IMT) remaja putri yang normal maka remaja diharuskan untuk menerapkan hidup sehat dengan rutin melakukan olahraga dan mengatur pola makan yang sehat seperti menghindari makanan yang memiliki kolesterol tinggi dan tidak mengkonsumsi makanan yang berlebihan sehingga mampu meningkatkan body image remaja putri yang tinggi.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dian, dkk (2018) dengan judul “Persepsi Body Image Berhubungan dengan Status Gizi pada Pelajar SMA Negeri 1 Gianyar” dengan nilai $p\text{-value} = 0,002$ menyatakan bahwa ada hubungan antara persepsi body

image dengan status gizi. Dalam penelitian ini kenapa terdapat hubungan antara dua variable karena status gizi semakin tidak normal (gizi lebih) maka ketidakpuasan citra tubuh semakin tinggi. Ketidakpuasan ini dapat disebabkan karena tubuh yang terlihat tidak proporsional akibat bagian tubuh yang tidak sesuai dengan ukuran tubuhnya. Pada remaja penampilan merupakan hal yang penting, sehingga perhatian terhadap bentuk tubuh berusaha ditingkatkan. Pada remaja sering terjadi ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, karena lebih mudah dipengaruhi oleh media dan tren saat ini.

Menurut asumsi peneliti persepsi remaja yang buruk terhadap body image akan mendorong remaja untuk melakukan berbagai tindakan untuk mencapai kepuasan mereka dalam mencaai imt yang normal dan bentuk tubuh yang bagus, sehingga mereka akan melakukan diet secara ketat untuk memperoleh apa yang remaja inginkan. Namun tindakan yang diambil sering berbahaya bagi kesehatan dan dapat memengaruhi status gizinya.

Perilaku makan remaja yang sehat tetapi masih mengalami gangguan status gizi yaitu overweight dan obesitas. Meskipun perilaku makan remaja sehat, dimasa pandemi saat ini remaja mengeluh kurangnya aktivitas karena kegiatan sekolah lebih banyak dilakukan secara daring. Tingkat aktivitas fisik pada remaja yang cenderung rendah dapat meningkatkan resiko kelebihan berat badan bahkan sampai obesitas (Widianti & Candra, 2012 dalam Agustini, 2021). Terbentuknya konsep diri berupa *body image* pada remaja menyebabkan kebanyakan remaja kekurangan asupan makanan karena melakukan diet yang salah (Wahiqvist dalam Setijowati, 2012).

F. Keterbatasan Penelitian

Penelitian yang dilakukan ini tidak luput dari keterbatasan peneliti dalam pelaksanaannya. Keterbatasan dalam pelaksanaan penelitian yang ditemukan dalam penelitian ini yaitu:

1. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Oleh karena itu hasil dalam penelitian ini mungkin akan berbeda hasilnya di waktu yang akan datang, mengingat penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan body image dengan pola makan dan imt pada remaja putri di SMA Dwijendra.
2. Pada penelitian ini, peneliti tidak langsung bertemu dengan responden. Peneliti mengumpulkan data melalui link google form dikarenakan pandemic COVID-19 diharuskan untuk *social distancing* dan tidak bisa bertatap muka dengan responden. Sehingga bila ada yang perlu diklarifikasi tidak bisa dikatakan secara langsung.

BAB VII

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan tujuan umum dan tujuan khusus yang telah dibahas pada bab sebelumnya mengenai hubungan *body image* dengan pola makan dan imt pada remaja putri di SMA Dwijendra maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. *Body image* pada remaja putri di SMA Dwijendra sebagian besar memiliki *body image* negatif remaja putri yaitu sebanyak 7,0% (20 responden dari 284 responden), dan *body image* positif remaja putri yaitu sebanyak 93,0% (264 responden dari 284 responden).
2. Pola makan pada remaja putri di SMA Dwijendra sebagian besar memiliki pola makan buruk pada remaja putri yaitu sebanyak 19,7% (56 responden dari 284 responden) dan pola makan baik pada remaja putri yaitu sebanyak 80,3% (228 responden dari 284 responden).
3. IMT pada remaja putri di SMA DWijendra sebagian besar memiliki IMT sangat kurus pada remaja putri yaitu sebanyak 18,0% (51 responden dari 284 responden), IMT normal pada remaja putri sebanyak 28,0% (108 responden dari 284 responden), dan IMT gemuk pada remaja putri sebanyak 44,0% (125 responden dari 284 responden).
4. Berdasarkan uji korelasi *spearman rho* bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan pola makan pada remaja putri di SMA Dwijendra.
5. Berdasarkan uji korelasi *spearman rho* bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan IMT pada remaja putri di SMA Dwijendra. Nilai signifikan p-Value =0,020, Hasil uji statistik mendapatkan nilai $r=0,138$ yang berarti keeratan hubungan dua variabel rendah, serta memiliki arah hubungan negative yang artinya semakin buruk *body image* maka imt semakin tinggi.

B. Saran

1. Kepada Remaja Putri

Diharapkan kepada remaja putri mempunyai kepercayaan diri yang lebih baik lagi maka akan terciptanya *body image* yang positif, pola makan yang baik dan IMT yang normal. Galilah kelebihan diri kita dengan meningkatkan bakat dan kemampuan diri.

2. Kepada sekolah

Diharapkan guru dan lingkungan sekolah dapat menjadi teladan bagi anak muridnya dan tingkatkanlah konseling-konseling mengenai kesehatan remaja khususnya pola makan dan IMT.

3. Kepada peneliti selanjutnya

Diharapkan kepada penelitian selanjutnya untuk melaksanakan penelitian untuk mengetahui faktor-faktor lain yang mempengaruhi pola makan dan IMT.

DAFTAR PUSTAKA

- Aspuah, Siti. (2013). *Kumpulan kuesioner dan instrument penelitian kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Astini, Ayu Dwi & Gozali, Wigutomo. (2021). Body Image Sebagai Faktor Penentu dalam Meningkatkan Status Gizi Remaja Putri. P-ISSN. Vol. 5 No.1.
- Abdurrachim, Rijanti, Eka Meladista, & Rusmini Yanti. (2018). Hubungan Body Image dan Sikap Terhadap Makanan dengan Pola Makan Mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik. *Journal of The Indonesian Nutrition Association*.
- Asnuddin, Sanjaya. (2018). Hubungan Tingkat Kecemasan dan *Body Image* dengan Pola Makan Remaja Putri di SMA Negeri 2 Sidrap. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*. Volume 7 Nomor 2.
- Carlin Tan, Cindy, Ibrahim. (2020). Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan Pada Remaja Putri. *Zona Kebidanan*. Vol. 11 No 1.
- Christina Sembiring, Anita. (2018). Analisis Hubungan Body Image dan Pola Makan Terhadap Status Gizi Pada Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang. *CHMK HEALTH JOURNAL*. Volume 2, Nomor 2.
- Destiara, Filisa, Tanto, Hariyanto & Ragil, Catur Adi W. (2017). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan *Body Image* Remaja Putri di Asrama Putri Sanggau Malang. *Nursing News*. Volume 2, Nomer 3.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2020). Profil Kesehatan Provinsi Bali. Diakses pada tanggal 22 Februari 2022, dari <https://diskes.baliprov.go.id>.
- Dinas Kesehatan Kota Denpasar. (2020). Profil Dinas Kesehatan Kota Denpasar. Diakses pada tanggal 22 Februari 2022, dari <https://dinkes.denpasarkota.go.id>.
- Erma Hanifah. (2011). *Cara Hidup Sehat*. Rawamangun Jakarta Timur: PT. Sarana Bangun Pustaka.
- Eka Fajriani, Putri., Nurfianti, Arina., Budiharto, Ichsan. (2019). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Prilaku Makan pada Remaja di SMK Negeri 5 Pontianak. *Jurnal ProNers*.

- G. Ritan, Agnes Felisitas, Wahyu Rochdiat Murdiono, Endang Nurul Syafitri. (2018). Hubungan body image dengan pola makan dan aktivitas fisik pada mahasiswa obesitas di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta. Vol. 02, No. 01.
- Pipit, Festi W. (2018). *Buku Ajar Gizi dan Diet*. Surabaya: UMSurabaya Publishing.
- Hendarini, Ani Try. (2018). Pengaruh Body Image dan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi di SMAN 1 Kampar Tahun 2017. ISSN. Vol. 2 No. 2.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2021). KBBI Citra atau Image. Diakses pada tanggal 14 November 2021, dari <https://kkbi.kemendikbud.go.id/>.
- Kementrian Kesehatan RI (Kemenkes). (2019). Pengertian IMT. Diakses pada tanggal 14 November 2021, dari <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/page/12/apa-itu-imt-dan-bagaimana-cara-menghitungnya>.
- Kementrian Kesehatan RI. (2014). Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja. Diperoleh tanggal 13 November 2021, dari <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-reproduksi-remaja.pdf>.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Remaja Indonesia Harus Sehat. Diperoleh tanggal 13 November 2021, dari <https://www.kemkes.go.id/article/view/18051600001/menkes-remaja-indonesia-harus-sehat.html>.
- Kementrian Kesehatan RI (Kemenkes). (2020). Profil Kesehatan Indonesia. Diperoleh tanggal 22 Februari 2022, dari <https://www.kemenkes.go.id>
- Muhammad Basri. (2021). *Developing Interpersonal Skills (Mengembangkan Keterampilan Antar Pribadi)*. Jawa Timur: CV. Beta Aksara.
- Mauli Siahaan. (2021). *All About Teens*. Yogyakarta: Founding Member CBA Indonesia.
- Masitah, Ravi, Eny, Sulistyadewi. (2019). Pemanfaatan Isi Pesan Instagram dan Sikap Pemilihan Makanan pada Remaja.
- Maryam B. (2021). *Perkembangan Remaja dan Problematika*. Yogyakarta: PT Kanisius.

- Nursalam. (2013). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pratiwi, Ayu, Yuni, Susilowati & Dina, Febriana. (2018). Hubungan Antara Pola Makan dan Pengetahuan Gizi dengan *Body Image* Remaja Putri di SMAN 24 Kabupaten Tangerang Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan*. Vol 7 No 2.
- Putri, Dian Pradnyani, Luh Seri Ani, Luh Putu Ariastuti. (2018). Persepsi Body Image Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Pelajar SMA Negeri 1 Gianyar. *E-Jurnal Medika*, Vol. 7 No. 11.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sri Wahyuni. (2021). *Psikologi Remaja*. Banggai: Pustaka Star's Lub.
- Swarjana, I. K. (2015). *Metodelogi penelitian kesehatan*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Swarjana, I. K. (2016). *Statistik kesehatan*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Utin Siti & Abori. (2010). *Body Image*. Jakarta: Trans Info Media.
- Utami, Deviani, Ayu Setyarini, Galih. (2017). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Indeks Massa Tubuh Pada Remaja Usia 15-18 Tahun Di SMAN 14 Tangerang. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, Volume 4, Nomor 3.
- Unziila Denich, Amandha, Ifdil. 2015. Konsep Body Image Remaja Putri. *Jurnal Konseling dan Kesehatan*. Volume 3 nomer 2.
- Vilda Ana. (2018). *Buku Ajar Dasar Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat*. Yogyakarta: Deepublish.
- Verawati, Ratna. (2015). HUBUNGAN ANTARA BODY IMAGE DENGAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMP AL ISLAM 1 SURAKARTA.
- Wulandary Pane, Herviza, Tasnim,Sulfanti. (2020). *Gizi dan Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.

Wahyu Putra, Yudha, & Amalia Solichathi Rizqi. (2018). Index Massa Tubuh (IMT) Mempengaruhi Aktivitas Remaja Putri SMP Negeri 1 Sumerlawang. *GASTER* Vol XVI No. 1.

Yusinta Happy, Dina, Siti Fatimah Pradigdo, & M. Zen Rahfiludin. (2019). Hubungan Body Image Dengan Pola Konsumsi dan Status Gizi Remaja Putri Di SMPN 2 Semarang. Volume 7, Nomor 2.

Lampiran 2

KISI-KISI KUESIONER
HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN DAN IMT PADA
REMAJA PUTRI DI SMA DWIJENDRA

No.	Variabel	No. soal positif	No. soal negatif	Jumlah soal
1.	<i>Body image</i>	2,3,4,7,9	1,5,6,8,10	10
2.	Pola makan	2,3,5,8,10	1,4,6,7,9	10

KUESIONER PENELITIAN
HUBUNGAN GAMBARAN *BODY IMAGE* DENGAN POLA MAKAN DAN
IMT PADA REMAJA PUTRI DI SMA DWIJENDRA

A. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah pertanyaan dan pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Setiap pertanyaan harus dijawab sendiri tanpa diwakili oleh orang lain
3. Pada pengisian identitas nama responden hanya menuliskan nama inisial saja, contohnya: “Sawitri” menjadi “S”
4. Jawaban dan identitas yang anda berikan akan dijamin kerahasiaannya

B. Karakteristik Responden

1. Nama : (inisial)
2. Umur : tahun
3. Kelas : 10 11
4. Jurusan : IPA IPS
5. Tinggi badan : cm
6. Berat Badan : kg

C. Kuesioner *Body Image* Remaja Putri

Berikan tanda (√) pada jawaban yang menurut anda paling tepat.

Keterangan :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

KS : Kurang Setuju

TS : Tidak Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	KS	TS
1.	Saya khawatir dengan apa yang orang lain pikirkan mengenai penampilan saya.				
2.	Saya merasa percaya diri dengan penampilan saya saat ini				
3.	Secara keseluruhan penampilan saya sangat memuaskan				
4.	Saya menyukai pakaian berwarna hitam untuk menyamarkan kegemukan tubuh saya				
5.	Saya tidak terlalu memperhatikan penampilan saya				
6.	Saya khawatir akan menjadi gemuk				
7.	Saya merasa baik-baik saja jika berat badan saya bertambah				
8.	Saya ingin melakukan diet untuk menurunkan berat badan				
9.	Saya tidak pernah mengeluh dengan berat badan saya				
10	Saya khawatir apabila seseorang mengatakan bahwa saya kelebihan berat badan				

D. Kuesioner Pola Makan Remaja Putri

Berikan tanda (√) pada jawaban yang menurut anda paling tepat.

Keterangan :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

KS : Kurang Setuju

TS : Tidak Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	KS	TS
1.	Saya sering makan-makanan cepat saji seperti <i>pizza</i> , burger, mie instan dan minuman soda				
2.	Saya wajib sarapan sebelum berangkat sekolah				
3.	Saya mengkonsumsi beraneka macam sayuran salah satunya yaitu bayam, kangkung, brokoli dan wortel				
4.	Saya mengkonsumsi teh pelangsing untuk menurunkan berat badan				
5.	Saya hanya mengkonsumsi buah-buahan saat malam hari				
6.	Saya menonton TV sambil makan snack				
7.	Saya mengkonsumsi lemon dan madu untuk membuat tubuh saya menjadi langsing				
8.	Saya mengkonsumsi makanan yang mengandung karbohidrat seperti nasi putih, yogurt, kentang, roti, jagung dan beras merah				
9.	Makan disekolah membuat saya senang karena bebas untuk memilih makanan				
10.	Saya makan makanan yang beraneka ragam yaitu empat sehat lima sempurna seperti nasi putih, daging, buah dan sayur				

Lampiran 4

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada:

Yth. Calon Responden
di SMA Dwijendra

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi
Nim : 18C10150
Pekerjaan : Mahasiswa semester VIII Program Studi Sarjana
Keperawatan, ITEKES Bali
Alamat : Banjar Telabah Sukawati, Gianyar

Bersama ini saya mengajukan permohonan kepada Saudara untuk bersedia menjadi responden dalam penelitian saya yang berjudul “Hubungan *body image* dengan pola makan dan IMT remaja putri di SMA Dwijendra”, yang pengumpulan datanya akan dilaksanakan pada tanggal 14 Maret 2022 s.d 30 April 2022. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *body image* dengan pola makan dan IMT pada remaja putri di SMA Dwijendra. Saya akan tetap menjaga kerahasiaan data maupun informasi yang diberikan.

Demikian surat permohonan ini disampaikan, atas perhatian, kerjasama dan ketersediaannya saya mengucapkan terimakasih.

Denpasar, 14 Maret 2022

Peneliti



Ni Komang Ayu Sawitri Yogi

NIM: 18C10150

Lampiran 5

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Jenis kelamin :

Umur :

Alamat :

Setelah membaca Lembar Permohonan Menjadi Responden yang diajukan oleh saudara, Ni Komang Ayu Sawitri Yogi, Mahasiswa Tingkat IV/semester VIII Program Studi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali, yang penelitiannya berjudul “Hubungan *body image* dengan pola makan dan IMT pada remaja putri di SMA Dwijendra” maka dengan ini saya menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian tersebut, secara sukarela dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun.

Demikian surat persetujuan ini saya berikan agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar,.....2022

Responden

Lampiran 6

LEMBAR PERNYATAAN UJI VALIDITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ns. Ni Komang Tri Agustini, S.Kep.,M.Kep.

NIDN : 0817089001

Menyatakan bahwa mahasiswa yang tersebut Namanya di bawah ini telah selesai melakukan uji Face Validity. Mahasiswa tersebut adalah:

Nama : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi

Nim : 18C10150

Masalah penelitian : Hubungan Body Image Dengan Pola Makan dan IMT Pada Remaja Putri di SMA Dwijendra

Sebagai expert, dengan ini menyatakan bahwa kuesioner yang bersangkutan telah memenuhi kriteria alat pengumpulan data dalam penelitian yang akan dilakukan.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 18 Februari
2022

Expert,



(Ns. Ni Komang Tri Agustini, S.Kep.,M.Kep)

LEMBAR PERNYATAAN UJI VALIDITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ns. Ni Putu Noviana Sagitarini, S.Kep.,M.Kes.

NIDN : 0819128705

Menyatakan bahwa mahasiswa yang tersebut Namanya di bawah ini telah selesai melakukan uji Face Validity. Mahasiswa tersebut adalah:

Nama : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi

Nim : 18C10150

Masalah penelitian : Hubungan Body Image Dengan Pola Makan dan IMT Pada Remaja Putri di SMA Dwijendra.

Sebagai expert, dengan ini menyatakan bahwa kuesioner yang bersangkutan telah memenuhi kriteria alat pengumpulan data dalam penelitian yang akan dilakukan.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 18 Februari 2022

Expert,



(Ns. Ni Putu Noviana Sagitarini, S.Kep.,M.Kes.)

Lampiran 7

LEMBAR PERNYATAAN ANALISA DATA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ns. Kadek Buja Harditya, S.Kep., M.C.M.

NIR : 16122

Menyatakan bahwa mahasiswa tersebut yang namanya dibawah ini telah melakukan Analisa Data, Mahasiswa tersebut adalah :

Nama : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi

NIM : 18C10150

Judul Penelitian: Hubungan *Body Image* Dengan Pola Makan dan IMT Pada Remaja Putri Di SMA Dwijendra.

Sebagai pembimbing analisa data, dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa yang disebutkan diatas telah melaksanakan pengolahan data.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 12 April 2022

Penganalisis Data



(Ns. Kadek Buja Harditya, S.Kep., M.C.M)

NIR. 16122

Lampiran 8



YAYASAN PENYELENGGARA PENDIDIKAN LATIHAN DAN PELAYANAN KESEHATAN BALI
INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN BALI (ITEKES BALI)

Ijin No. 197/KPT/I/2019 Tanggal 14 Maret 2019

Kampus I: Jalan Tukad Pakerisan No. 90, Panjer, Denpasar, Bali. Telp. 0361-221795, Fax. 0361-256937

Kampus II: Jalan Tukad Balian No. 180, Renon, Denpasar, Bali. Telp. 0361-8956208, Fax. 0361-8956210

Website: <http://www.itekes-bali.ac.id>

Nomor	: DL.02.02.1266.TU.III.2022	Denpasar, 1 Maret 2022
Sifat	: Penting	
Lampiran	: 1 (gabung)	Kepada:
Hal	: Permohonan Ijin Penelitian	Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Bali di- Denpasar

Dengan hormat,

Dalam rangka memenuhi tugas akhir bagi mahasiswa tingkat IV/ semester VII program Studi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali, maka mahasiswa yang bersangkutan diharuskan untuk melaksanakan penelitian.

Adapun mahasiswa yang akan melakukan penelitian tersebut atas nama:

Nama : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi
Nim : 18C10150
Tempat / Tanggal lahir : Sempidi, 21 Juli 2000
Alamat : Jln. Manggis, Banjar Telabah Sukawati Gianyar
Judul Penelitian : Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan dan IMT Pada Remaja Putri di SMA Dwijendra
Tempat Penelitian : SMA Dwijendra
Waktu Penelitian : Februari s/d Maret 2022
Jumlah Responden : 284 Responden
No.Hp : 081916288229

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik selama ini kami mengucapkan terimakasih.

Institut Teknologi dan Kesehatan (ITEKES) Bali
Rektor



I Gede Putu Darma Suwasa, S.Kp., M.Ng., Ph.D
NIDN. 0823067802

Tembusan disampaikan kepada Yth:

1. Ketua YPPLLPK Bali di Denpasar
2. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Denpasar
3. Rektor ITEKES BALI
4. Dekan Fakultas Kesehatan ITEKES BALI
5. Kaprodi Sarjana Keperawatan ITEKES BALI
6. Kepala Sekolah SMA Dwijendra
7. Arsip

Lampiran 10



PEMERINTAHAN KOTA DENPASAR
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
JALAN BELITON NO.1 TELEPON 234648 DENPASAR

<https://www.denpasarkota.go.id/> email : kesbangpol@denpasarkota.go.id

Nomor : 070/230/BKBP Kepada
Lampiran : - Yth. Kepala SMA Dwijendra Denpasar
Perihal : Surat Keterangan Penelitian/ di-
Rekomendasi Penelitian

Denpasar

I. Dasar:

1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian.
2. Peraturan Daerah Kota Denpasar Nomor 8 Tahun 2016 tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah (Lembaran Daerah Kota Denpasar Tahun 2016 Nomor 8. Tambahan Lembaran Daerah Kota Denpasar Nomor 8).
3. Peraturan Walikota Denpasar Nomor 43 Tahun 2016 tentang Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi Serta Tata Kerja Sekretariat Daerah, Staf Ahli, Sekretariat Dewan Perwakilan Daerah, Inspektorat, Badan Daerah dan Rumah Sakit Umum Daerah Kota Denpasar (Berita Daerah Kota Denpasar Tahun 2016 Nomor 43).
4. Peraturan Walikota Denpasar Nomor 12 Tahun 2017 Tentang Uraian Tugas Jabatan pada Sekretariat Daerah, Staf Ahli, Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah Inspektorat, Badan Daerah dan Rumah Sakit Daerah.

II. Memperhatikan:

Surat Rekomendasi dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Bali Nomor : B.30.070/790.E/IZIN-C/DPMPSTP, tanggal 14 Maret 2022, Perihal : Surat Keterangan Penelitian/Rekomendasi Penelitian

III. Setelah Mempelajari dan Meneliti Rencana Kegiatan yang diajukan, maka Walikota Denpasar memberikan Rekomendasi kepada :

Nama : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi
Alamat : Banjar Telabah Sukawati, Gianyar
Status Peneliti : Mahasiswa
Judul Penelitian : Hubungan Body Image Dengan Pola Makan Dan IMT Pada Remaja Putri Di SMA Dwijendra
Lokasi Penelitian : SMA Dwijendra
Tujuan Penelitian : Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara body image dengan pola makan dan IMT pada remaja putri di SMA Dwijendra.
Bidang Peneliti : Kesehatan
Jumlah Peserta : 1 Orang
Lama Penelitian : 2 Bulan (15 Maret 2022 - 30 April 2022)

IV. Dalam Melakukan Kegiatan agar yang bersangkutan mematuhi ketentuan sebagai berikut:

1. Sebelum mengadakan penelitian/kerja praktek agar melapor kepada Atasan/Kepala Instansi bersangkutan
2. Selesai mengadakan penelitian melapor kembali kepada Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Denpasar.

3. Menyerahkan 1 (satu) exemplar hasil penelitian tersebut kepada Pemerintah Kota Denpasar (Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Denpasar)
4. Dilarang melakukan kegiatan diluar dari pada kegiatan tujuan yang telah ditetapkan dan pelanggaran terhadap ketentuan di atas, ijin ini akan dicabut dan menghentikan segala kegiatannya.
5. Para Peneliti, Survey, Study Perbandingan, KKN, KKL, mentaati dan menghormati ketentuan yang berlaku di Daerah setempat.

Demikian Rekomendasi ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 16 Maret 2022

An. Walikota Denpasar

Dr. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan
Politik Kota Denpasar

Sekretaris



Al Wayan Wirawan, S.Sos, M.Si
NIP. 196501011986021014

Tembusan disampaikan :

1. Walikota Denpasar (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Pendidikan Kepemudaan dan Olahraga Provinsi Bali
3. Yang Bersangkutan
4. Arsip

Lampiran 11



**KOMISI ETIK PENELITIAN
INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN (ITEKES) BALI**

Kampus I : Jalan Tukad Pakerisan No. 90, Panjer, Denpasar, Bali
Kampus II : Jalan Tukad Balian No. 180, Renon, Denpasar, Bali
Website : <http://www.itekes-bali.ac.id> | Jurnal : <http://ojs.itekes-bali.ac.id/>
Website LPPM : <http://lppm.itekes-bali.ac.id/>

Nomor : 03.0256/KEPITEKES-BALI/III/2022
Lampiran : 1 Lembar
Perihal : Penyerahan *Ethical Clearance*

Kepada Yth,
Ni Komang Ayu Sawitri Yogi
di – Tempat

Dengan Hormat,

Bersama ini kami menyerahkan *Ethical Clearance* / Keterangan Kelaikan Etik Nomor 04.0256/KEPITEKES-BALI/III/2022 tertanggal 7 Maret 2022.

Hal hal yang perlu diperhatikan :

1. Setelah selesai penelitian wajib menyertakan 1 (satu) copy hasil penelitiannya.
2. Jika ada perubahan yang menyangkut dengan hal penelitian tersebut mohon melaporkan ke Komisi Etik Penelitian Institut Teknologi dan Kesehatan (ITEKES) BALI

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih

Denpasar, 7 Maret 2022.

Komisi Etik Penelitian ITEKES BALI



Ketut Swarjana, S.K.M., M.PH., Dr.PH
NIDN. 0807087401

Tembusan :

1. Instansi Peneliti
2. Instansi Lokasi Peneliti
3. Arsip



**KOMISI ETIK PENELITIAN
INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN (ITEKES) BALI**

Kampus I : Jalan Tukad Pakerisan No. 90, Panjer, Denpasar, Bali
Kampus II : Jalan Tukad Balian No. 180, Renon, Denpasar, Bali
Website : <http://www.itekes-bali.ac.id> | Jurnal : <http://ojs.itekes-bali.ac.id/>
Website LPPM : <http://lppm.itekes-bali.ac.id/>

**KETERANGAN KELAIKAN ETIK
(ETHICAL CLEARANCE)**

No : 04.0256/KEPITEKES-BALI/III/2022

Komisi Etik Penelitian Institut Teknologi dan Kesehatan (ITEKES) BALI, setelah mempelajari dengan seksama protokol penelitian yang diajukan, dengan ini menyatakan bahwa penelitian dengan judul :

**“Hubungan Body Image Dengan Pola Makan dan IMT Pada Remaja Putri di SMA
Dwijendra”**

Peneliti Utama : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi

Peneliti Lain : -

Unit/ Lembaga/ Tempat Penelitian : SMA Dwijendra

Dinyatakan **“LAIK ETIK”**. Surat keterangan ini berlaku selama satu tahun sejak ditetapkan.

Selanjutnya jenis laporan yang harus disampaikan kepada Komisi Etik Penelitian ITEKES Bali :

“FINAL REPORT” dalam bentuk softcopy.

Denpasar, 7 Maret 2022.

Komisi Etik Penelitian ITEKES BALI

Ketua,



I Komang Sarjana, S.KM., M.PH., Dr.PH
NIDN. 0807087401

Lampiran 13



YAYASAN PENYELENGGARA PENDIDIKAN LATIHAN DAN PELAYANAN KESEHATAN BALI
INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN BALI (ITEKES BALI)

Ijin No. 197/KPT/I/2019 Tanggal 14 Maret 2019

Kampus I: Jalan Tukad Pakerisan No. 90, Panjer, Denpasar, Bali. Telp. 0361-221795, Fax. 0361-256937

Kampus II: Jalan Tukad Balian No. 180, Renon, Denpasar, Bali. Telp. 0361-8956208, Fax. 0361-8956210

Website: <http://www.itekes-bali.ac.id>

Nomor : DL.02.02.1378.TU.III.2022
Sifat : Penting
Lampiran : 1 (gabung)
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Denpasar, 14 Maret 2022

Kepada:
Yth. Kepala Sekolah SMA
Dwijendra
di-
Denpasar

Dengan hormat,

Dalam rangka memenuhi tugas akhir bagi mahasiswa tingkat IV/ semester VII program Studi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali, maka mahasiswa yang bersangkutan diharuskan untuk melaksanakan penelitian.

Adapun mahasiswa yang akan melakukan penelitian tersebut atas nama:

Nama : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi
Nim : 18C10150
Tempat / Tanggal lahir : Sempidi, 21 Juli 2000
Alamat : Jln. Manggis, Banjar Telabah Sukawati
Judul Penelitian : Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan dan IMT Pada Remaja Putri di SMA Dwijendra
Tempat Penelitian : SMA Dwijendra
Waktu Penelitian : Maret s/d April 2022
Jumlah Responden : 284 Responden

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerja sama yang baik selama ini kami mengucapkan terimakasih.

Institut Teknologi dan Kesehatan (ITEKES) Bali
Rektor

Gede Putu Dharma Suyasa, S.Kp., M.Ng., Ph.D.
NIDN. 0823067802

Tembusan disampaikan kepada Yth:

1. Ketua YPPLPK Bali di Denpasar
2. Arsip

Lampiran 15

HASIL ANALISA DATA

Karakteristik Responden

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15 tahun	67	23.6	23.6	23.6
	16 tahun	149	52.5	52.5	76.1
	17 tahun	68	23.9	23.9	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kelas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	X SMA	152	53.5	53.5	53.5
	XI SMA	132	46.5	46.5	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Jurusan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	IPA	143	50.4	50.4	50.4
	IPS	141	49.6	49.6	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Hasil Analisa data Pernyataan Body Image

Kuesioner Body Image 1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
--	--	-----------	---------	---------------	--------------------

Valid	Sangat setuju	88	31.0	31.0	31.0
	Setuju	157	55.3	55.3	86.3
	Kurang setuju	23	8.1	8.1	94.4
	Tidak setuju	16	5.6	5.6	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Body Image 2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak setuju	10	3.5	3.5	3.5
	Kurang Setuju	59	20.8	20.8	24.3
	Setuju	167	58.8	58.8	83.1
	Sangat setuju	48	16.9	16.9	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Body Image 3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak setuju	17	6.0	6.0	6.0
	Kurang Setuju	79	27.8	27.8	33.8
	Setuju	154	54.2	54.2	88.0
	Sangat setuju	34	12.0	12.0	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Body Image 4

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak setuju	27	9.5	9.5	9.5
	Kurang Setuju	70	24.6	24.6	34.2
	Setuju	128	45.1	45.1	79.2
	Sangat setuju	59	20.8	20.8	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Body Image 5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat setuju	24	8.5	8.5	8.5
	Setuju	106	37.3	37.3	45.8
	Kurang setuju	98	34.5	34.5	80.3
	Tidak setuju	56	19.7	19.7	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Body Image 6

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat setuju	65	22.9	22.9	22.9
	Setuju	129	45.4	45.4	68.3
	Kurang setuju	69	24.3	24.3	92.6
	Tidak setuju	21	7.4	7.4	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Body Image 7

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak setuju	52	18.3	18.3	18.3
	Kurang Setuju	83	29.2	29.2	47.5
	Setuju	122	43.0	43.0	90.5
	Sangat setuju	27	9.5	9.5	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Body Image 8

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat setuju	46	16.2	16.2	16.2
	Setuju	133	46.8	46.8	63.0
	Kurang setuju	71	25.0	25.0	88.0
	Tidak setuju	34	12.0	12.0	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Body Image 9

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak setuju	41	14.4	14.4	14.4
	Kurang Setuju	82	28.9	28.9	43.3
	Setuju	118	41.5	41.5	84.9
	Sangat setuju	43	15.1	15.1	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Body Image 10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat setuju	64	22.5	22.5	22.5
	Setuju	124	43.7	43.7	66.2
	Kurang setuju	63	22.2	22.2	88.4
	Tidak setuju	33	11.6	11.6	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Hasil analisa data kategori Body Image

Body Image Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Negatif	20	7.0	7.0	7.0
	Positif	264	93.0	93.0	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Hasil Analisa data Pernyataan Pola Makan

Kuesioner Pola Makan 1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat setuju	31	10.9	10.9	10.9
	Setuju	134	47.2	47.2	58.1
	Kurang setuju	97	34.2	34.2	92.3
	Tidak setuju	22	7.7	7.7	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Pola Makan 2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak setuju	16	5.6	5.6	5.6
	Kurang Setuju	90	31.7	31.7	37.3
	Setuju	122	43.0	43.0	80.3
	Sangat setuju	56	19.7	19.7	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Pola Makan 3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak setuju	9	3.2	3.2	3.2
	Kurang Setuju	52	18.3	18.3	21.5
	Setuju	145	51.1	51.1	72.5
	Sangat setuju	78	27.5	27.5	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Pola Makan 4

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat setuju	22	7.7	7.7	7.7
	Setuju	104	36.6	36.6	44.4
	Kurang setuju	81	28.5	28.5	72.9
	Tidak setuju	77	27.1	27.1	100.0

	Total	284	100.0	100.0	
--	-------	-----	-------	-------	--

Kuesioner Pola Makan 5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak setuju	50	17.6	17.6	17.6
	Kurang Setuju	101	35.6	35.6	53.2
	Setuju	110	38.7	38.7	91.9
	Sangat setuju	23	8.1	8.1	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Pola Makan 6

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat setuju	40	14.1	14.1	14.1
	Setuju	136	47.9	47.9	62.0
	Kurang setuju	81	28.5	28.5	90.5
	Tidak setuju	27	9.5	9.5	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Pola Makan 7

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat setuju	17	6.0	6.0	6.0
	Setuju	104	36.6	36.6	42.6
	Kurang setuju	91	32.0	32.0	74.6

	Tidak setuju	72	25.4	25.4	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Pola Makan 8

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak setuju	8	2.8	2.8	2.8
	Kurang Setuju	33	11.6	11.6	14.4
	Setuju	150	52.8	52.8	67.3
	Sangat setuju	93	32.7	32.7	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Pola Makan 9

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat setuju	30	10.6	10.6	10.6
	Setuju	151	53.2	53.2	63.7
	Kurang setuju	77	27.1	27.1	90.8
	Tidak setuju	26	9.2	9.2	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Kuesioner Pola Makan 10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak setuju	6	2.1	2.1	2.1
	Kurang Setuju	39	13.7	13.7	15.8

	Setuju	153	53.9	53.9	69.7
	Sangat setuju	86	30.3	30.3	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Hasil Analisa Data Kategori Pola Makan

Pola Makan Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Buruk	56	19.7	19.7	19.7
	Baik	228	80.3	80.3	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Hasil Analisa Data Kategori IMT

Indeks Masa Tubuh Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat kurus	51	18.0	18.0	18.0
	Normal	108	38.0	38.0	56.0
	Gemuk	125	44.0	44.0	100.0
	Total	284	100.0	100.0	

Hasil Analisa Hubungan Body Image dengan Pola Makan

Correlations

		Body Image Responden	Pola Makan Responden
Spearman's rho	Body Image Responden	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.
		N	284

	Pola Makan Responden	Correlation Coefficient	.081	1.000
		Sig. (2-tailed)	.175	.
		N	284	284

Hasil Analisa Hubungan Body Image dengan IMT

Correlations

			Body Image Responden	Indeks Masa Tubuh Responden
Spearman's rho	Body Image Responden	Correlation Coefficient	1.000	.138*
		Sig. (2-tailed)	.	.020
		N	284	284
	Indeks Masa Tubuh Responden	Correlation Coefficient	.138*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.020	.
		N	284	284

Lampiran 16

LEMBAR PERMOHONAN ABSTRACT TRANSLATION

Denpasar, 4 Juli 2022

Kepada

Yth. Ibu Kadek Maya Cyntia Dewi, S.S.,M.Pd

di

Denpasar

Dengan Hormat,

Dalam memenuhi tugas akhir mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali, maka saya yang bertanda tangan di bawah ini memohon bantuan melaksanakan abstract translasi skripsi:

Nama : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi

NIM. : 18C10150

Judul Skripsi : Hubungan Body Image dengan Pola Makan dan IMT Pada Remaja Putri di SMA Dwijendra

Demikian permohonan ini saya sampaikan, atas bantuan dan bimbingan Ibu saya ucapkan terimakasih.

Hormat saya,



Ni Komang Ayu Sawitri Yogi

NIM. 18C10150

Lampiran 17

LEMBAR PERNYATAAN ABSTRACT TRANSLATION

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Kadek Maya Cyntia Dewi, SS.,M.Pd

NIDN : 0807068803

Menyatakan bahwa mahasiswa yang disebut sebagai berikut:

Nama : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi

NIM. : 18C10150

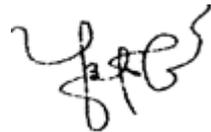
Judul Skripsi : Hubungan Body Image dengan Pola Makan dan IMT Pada Remaja Putri di SMA Dwijendra

Menyatakan dengan ini telah selesai melaksanakan penerjemahan abstract dari Bahasa Indonesia kedalam Bahasa Inggris terhadap skripsi yang bersangkutan.

Demikian surat pernyataan ini dibuat agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 2022

Abstract Translator,



Kadek Maya Cyntia Dewi, SS.,M.Pd

NIDN. 0807068803

Lampiran 18



PERMOHONAN PENGAJUAN UJIAN

Nama Mahasiswa : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi

Program Studi : Sarjana Keperawatan

NIM : 18C10150

Judul proposal : Hubungan *Body Image* dengan Pola Makan dan IMT Pada Remaja Putri di SMA Dwijendra

Penguji I : Dr. Ns. NLP Dina Susanti, S.Kep.,M.Kep. Institusi : ITEKES Bali

Penguji II : Ns. Ni Made Dewi Wahyunadi, S.Kep.,M.Kep Institusi : ITEKES Bali

Penguji III : Ni Made Nurtini, S.Si.T.,M.Kes. Institusi : ITEKES Bali

Tanda Tangan Mahasiswa :

Hari/ Tanggal: Selasa/28/2022

(Ni Komang Ayu Sawitri Yogi)

Permohonan diterima :

Tanggal presentasi : 29/ Juni/ 2022

Tanda Tangan :  (Ns. Ni Made Dewi Wahyunadi, S.Kep.,M.Kep.)

(Ni Made Nurtini, S.Si.T., M.Kes)

Disetujui :

Tanda Tangan :

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan

(A.A.A. Yuliati Darmini., S.Kep.Ns.,MNS)

Tanggal: 29/ Juni/ 2022

FORMAT ISIAN
PERSYARATAN MENGIKUTI UJIAN SKRIPSI ONLINE
MAHASISWA PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
ITEKES BALI TAHUN AKADEMIK 2021/2022

NAMA : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi
NIM : 18C10150
TK/SMT : IV / VII
ALAMAT : Jln. Manggis, Banjar Telabah Sukawati, Kab. Gianyar

No	Syarat yang ditentukan	Ada (√)	Tidak Ada (√)
1	Telah menyelesaikan administrasi keuangan (SPP dan Komite) semester Gasal dan Genap	√	
2	Bukti pembayaran UAP	√	
3	Menyerahkan fotocopy sertifikat seminar nasional/internasional (minimal 3)		
4	Jumlah bimbingan dengan Pembimbing I minimal 10kali	√	
5	Jumlah bimbingan dengan Pembimbing II minimal 10kali	√	
6	Bukti penyerahan laporan/ proposal pada Penguji I	√	
7	Bukti penyerahan laporan/ proposal pada Penguji II	√	
8	Bukti penyerahan laporan/ proposal pada Penguji III	√	

Catatan :

Bukti point diatas harus dilampirkan berupa foto copy dan menunjukkan aslinya

Wali kelas

Ns. Putu Inge Ruth Suantika, S.Kep.,M.Kep

NIDN. 0829039301

Mahasiswa

Ni Komang Ayu Sawitri Y.

NIM. 18C10150

Mengetahui/Menyetujui

Program Studi Sarjana Keperawatan

Ketua,

A.A.A Yuliati Darmini, S.Kep.Ns.,MNS

NIDN. 0821076701

Lampiran 17

**FORMAT BUKU BIMBINGAN PROPOSAL
MAHASISWA PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
ITEKES BALI TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

Nama : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi
NIM : 18C10150
Pembimbing 1 : Ns. Ni Made Dewi Wahyunadi, S.Kep., M.Kep

No.	Hari/Tanggal/ Jam	Kegiatan Bimbingan	Komentar/Saran Perbaikan	Paraf Pembimbing
1.	Senin, 25 oktober 2021 11.00 WITA	Topik interest	Mencari jurnal terkait ke 3 topik apakah ada yang sudah menentukan adanya hubungan atau tidak. Mencari teori berdasarkan topik yang dipilih.	
2.	Sabtu, 6 Noveber 2021 07.00 WITA	Topik interest	Acc topik interest dan acc judul proposal.	
3.	Kamis, 11 November 2021 10.00 WITA	Latar belakang	Perbaikan penulisan, spasi dan tambahkan GAP.	
4.	Rabu, 17 November 2021 08.00 WITA	BAB I	Revisi BAB I bagian manfaat dan tujuan khusus. Tujuan khusus harus sesuai dengan komponen dari variabel. Lanjut BAB II	
5.	Jumat, 26 November 2021 13.00 WITA	BAB II	Paparkan key teori dan lanjut BAB III – BAB IV	
6.	Kamis, 17 Desember 2021 15.00 WITA	BAB III	Revisi BAB III bagian kerangka konsep dan bagaimana alurnya hingga menjadi variabel tersebut.	

7.	Rabu, 29 Desember 2021 14.25 WITA	BAB III	Revisi skala pada definisi operasional dan perbaiki spasi, ukuran huruf.	
8.	Rabu, 5 januari 2022 16.00 WITA	BAB IV	Revisi BAB IV pada bagian tempat penelitian ditambahkan "penelitian ini akan". Pada bagian kriteria inklusi dan eksklusivitas tambahkan kata "remaja putri". Pada desain penelitian menggunakan "analitik".	
9.	Senin, 10 Januari 2022 15.30 WITA	BAB I-IV (keseluruhan sistematika penulisan)	Revisi spasi, ukuran huruf, huruf asing yang dicetak miring. Pada analisa univariat tambahkan kategori nama, jenis kelamin, umur, kelas, dan jurusan. Revisi daftar pustaka.	
10	Kamis, 13 januari 2022 16.00 WITA	Finishing akhir	Acc maju ujian proposal.	

**FORMAT BUKU BIMBINGAN PROPOSAL
MAHASISWA PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
ITEKES BALI TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

Nama : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi
NIM : 18C10150
Pembimbing 2 : Ni Made Nurtini, M.Kes

No.	Hari/Tanggal/ Jam	Kegiatan Bimbingan	Komentar/Saran Perbaikan	Paraf Pembimbing
1.	Selasa, 23 November 2021 09.01 WITA	BAB I	Penambahan data di Provinsi, Kabupaten, Kecamatan.	
2.	Kamis, 25 November 2021 11.00 WITA	BAB I	Penambahan Gambaran umum ditempat penelitian, perbaiki penulisan kutipan dan Perbaiki pada tujuan khusus..	
3.	Jumat, 26 November 2021 10.30 WITA	BAB IV (Teknik Pengumpulan Data)	Membuat surat izin penelitian di ITEKES Bali yang berisikan menuju kepada SMA yang akan dijadikan populasi penelitian yaitu SMA Negeri 1 Sukawati	
4.	Senin, 29 November 2021 11.00 WITA	BAB II	Perbaiki penulisan kutipan, perbaiki kalimat penulisan, perbaiki kata ejaan.	
5.	Jumat, 3 Desember 2021 10.30 WITA	BAB II	Penambahan judul table, perbaiki penulisan paragraf, spasi.	
6.	Senin, 6 Desember 2021 13.50 WITA	Surat Izin Penelitian	Surat izin penelitian permohonan data populasi siswi SMA Negeri 1 Sukawati.	
7.	Selasa, 21 Desember 2021 10.15 WITA	BAB III & IV	Sistematika penulisan (perbaikan spasi pada tabel, dan perbaikan margin).	

8.	Selasa, 28 Desember 2021 12.10 WITA	Perizinan pada tempat penelitian	Pengajuan surat izin penelitian kepada Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Sukawati.	
9.	Rabu, 5 Januari 2022 08.00 WITA	BAB I-IV (keseluruhan sistematika penulisan)	Sistematika penulisan (perbaikan spasi, perbaikan penggunaan huruf capital, penggunaan cetak miring pada istilah asing).	
10.	Selasa, 11 Januari 2022 16.00 WITA	BAB I-IV (Finishing Akhir)	Acc maju ujian proposal.	

Lampiran 18

**FORMAT BUKU BIMBINGAN SKRIPSI
MAHASISWA PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
ITEKES BALI TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

Nama : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi
NIM : 18C10150
Pembimbing 1 : Ns. Ni Made Dewi Wahyunadi, S.Kep., M.Kep

No.	Hari/Tanggal/ Jam	Kegiatan Bimbingan	Komentar/Saran Perbaikan	Paraf Pembimbing
1.	Rabu, 9 Februari 2022	Revisi kuesioner sebelum dilanjutkan ke uji expert	Mendeskripsikan indikator secara jelas	
2.	Senin, 11 April 2022	Revisi master excel sebelum dilanjutkan ke pengolah data	Memberikan penjelasan pada master excel untuk pertanyaan negative dan positif	
3.	Kamis, 9 Mei 2022	Bimbingan BAB V	Perbaiki tabel dan spasi pada table. Melanjutkan BAB VI dan VII	
4.	Jumat, 20 Mei 2022	Bimbingan BAB V - VII	Perbaiki ukuran huruf pada tabel, mengecek before after	
5.	Jumat, 27 mei 2022	Bimbingan BAB V - VII	Tambahkan jurnal pada BAB V dan cek kembali penulisan	
6.	Kamis, 2 Juni 2022	Bimbingan BAB V - VII	Tambahkan lagi jurnal pada BAB VI dan tambahkan lagi asumsi dari peneliti	
7.	Senin, 6 Juni 2022	Bimbingan BAB V - VII	Perbaiki saran agar lebih aplikatif	
8.	Kamis, 16 Juni 2022	Bimbingan BAB V - VII	Perbaiki garis pada tabel dan mengecek penulisan nama jurnal yang dipakai	
9.	Selasa, 21 Juni 2022	Bimbingan Abstrak	Spasi abstrak 1 dan 200 kata	

10	Jumat, 24 Juni 2022	Acc Maju ujian Skripsi	Finalisasi Akhir	
----	------------------------	---------------------------	------------------	-------------------------------------------------------------------------------------

**FORMAT BUKU BIMBINGAN SKRIPSI
MAHASISWA PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
ITEKES BALI TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

Nama : Ni Komang Ayu Sawitri Yogi
NIM : 18C10150
Pembimbing 2 : Ni Made Nurtini, M.Kes

No.	Hari/Tanggal/ Jam	Kegiatan Bimbingan	Komentar/Saran Perbaikan	Paraf Pembimbing
1.	Jumat, 25 Februari 2022	Melakukan bimbingan coding data dan hasil analisa data	Melanjutkan pembuatan BAB V	
2.	Rabu, 16 Maret 2022	Bimbingan BAB V	Perbaiki spasi, tabel dan penulisan	
3.	Senin, 18 April 2022	Bimbingan BAB V	Tambahkan jumlah SDM dan jumlah siswa secara umum pada gambaran tempat penelitian	
4.	Selasa, 26 April 2022	Bimbingan BAB V	Perbaiki penulisan pada angka	
5.	Senin, 9 Mei 2022	Bimbingan BAB V- VII	Perbaiki pengetikan, perbaiki penulisan pada angka	
6.	Kamis, 12 Mei 2022	Bimbingan BAB V- VII	Perbaiki pada keterbatasan penelitian yaitu sampaikan alasan kenapa tidak berlangsung, karena pandemic	
7.	Jumat, 20 Mei 2022	Bimbingan BAB V- VII	Perbaiki spasi pada tabel, huruf pada tabel	
8.	Jumat, 3 Juni 2022	Bimbingan BAB I- VII	Perbaiki paragraf, perbaiki penomoran	

9.	Senin, 13 Juni 2022	Bimbingan BAB I-VII	Perbaiki penulisan awal paragraph, perbaiki penulisan	
10.	Senin, 20 Juni 2022	Acc maju ujian Skripsi	Finalisasi Akhir	