

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN CITRA TUBUH PEREMPUAN DEWASA MUDA DENGAN
PENGALAMAN *BODY SHAMING* DI PUSAT KEBUGARAN WANITA**



OLEH

RETNO PALUPI WIDYA PURNOMO

NIM 19.1.047

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS

DAN KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG

TAHUN AKADEMIK 2021/2022

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN CITRA TUBUH PEREMPUAN DEWASA MUDA DENGAN
PENGALAMAN *BODY SHAMING* DI PUSAT KEBUGARAN WANITA**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya

Keperawatan pada Prodi Keperawatan Institut Teknologi Sains

Dan Kesehatan Rs Dr. Soepraoen Malang



PROGRAM STUDI KEPERAWATAN INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS

DAN KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG

TAHUN AKADEMIK 2021/2022

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Retno Palupi Widya Purnomo

Tempat/Tanggal Lahir : Malang, 03 Maret 2000

NIM : 191047

Alamat :Jln. Probolinggo RT 02 RW 02 Penarukan
Kepanjen Malang

Menyatakan dan bersumpah bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan diperguruan tinggi manapun.

Jika dikemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan sumpah tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 26 Juli 2022

Yang Menyatakan


Retno Palupi Widya Purnomo

CURICULUM VITAE



Nama : Retno Palupi Widya Purnomo

Tempat / Tanggal Lahir : Malang, 03 Maret 2000

Alamat Rumah : Jln Probolinggo Kapanjen Malang

Nim : 191047

Jurusan : D III Keperawatan

Semester : VI (Genap)

Agama : Islam

Orang tua :

a. Ayah : Yusman Hadi Purnomo

b. Ibu : Wijjati

Riwayat Pendidikan :

a. TK : TK Muslimat NU Bangsri

b. SD : SDN 03 Kapanjen

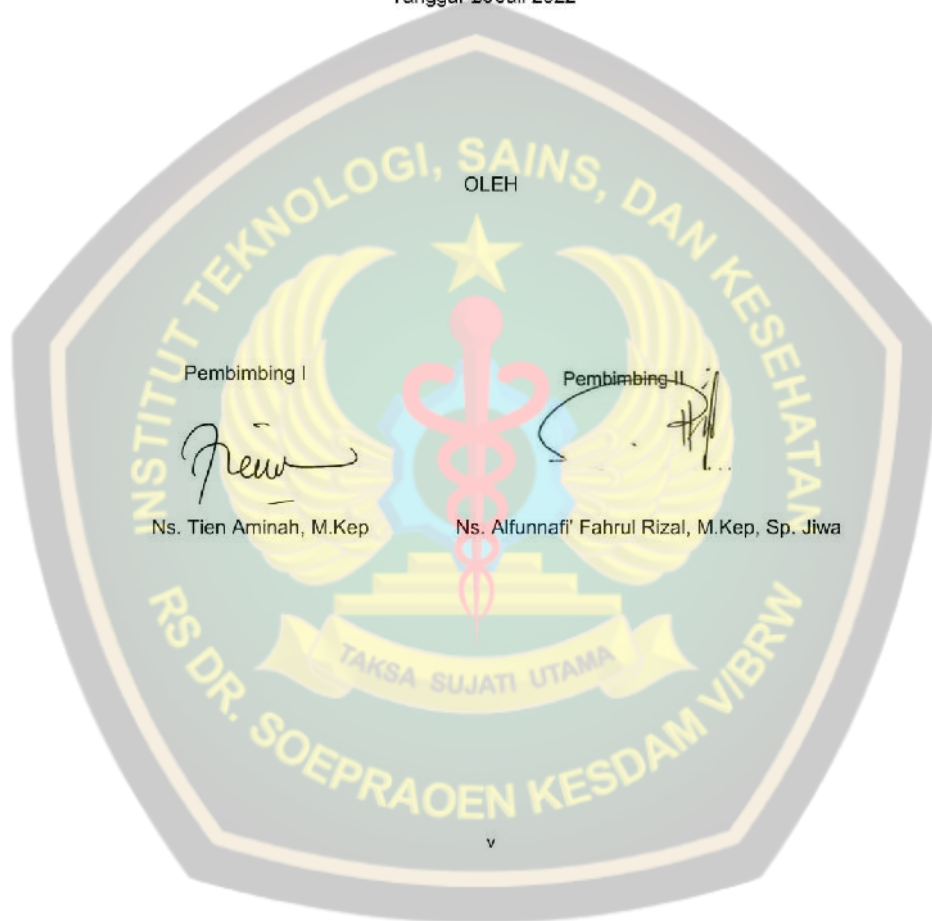
c. SMP : SMPN 03 Kapanjen

d. SMK : SMK Islam Kapanjen

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah ini telah Disetujui untuk Diujikan

Tanggal 26 Juli 2022



LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian
Sidang di Program Studi Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan Rs
dr. Soepraoen

Tanggal, Juli 2022

TIM PENGUJI

	Nama	Tanda Tangan
Ketua	: Ns. Apriyani Puji Hastuti, M.Kep
Anggota	: 1. Ns. Bayu Budi Laksono, M.Kep
	2. Ns. Tien Aminah, M.Kep

Mengetahui,
Ketua Program Studi D-III Keperawatan



Ns. Riki Ristanto, M. Kep

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran Citra Tubuh Perempuan Dewasa Muda Dengan Pengalaman Body Shaming di Pusat Kebugaran Step Up Ladys Gym Kepanjen” sesuai waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi DIII Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan Rs dr. Soepraoen Malang.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Letkol Ckm Arief Efendi SMPH, SH (Adv), S.Kep Ners, MM, M.Kes selaku Rektor ITSK Soepraoen Malang.
2. Ns. Riki Ristanto, S.Kep, M.Kep selaku Ketua Prodi Keperawatan ITSK Soepraoen Malang.
3. Ibu Tien Aminah, M. Kep selaku Pembimbing I dalam pembuatan Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan bimbingan dan saran sehingga terwujudnya Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Bapak Ns. Alfunnafi' Fahrul Rizal. M. Kep., Sp. Jiwa selaku Pembimbing II dalam pembuatan Karya Tulis Ilmiah yang telah

memberikan bimbingan dan saran sehingga terwujudnya Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

5. Ibu Arsy selaku Manager Step Up Ladys Gym Kepanjen terima kasih telah membantu saya untuk menyelesaikan penelitian ini.
6. Orangtua dan keluarga yang sudah memberi semangat serta dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan Karya Tulis ilmiah ini.
7. Kepada Temen Mabar Nela, Lilis, Dinda, Silning, Ressa, Teman dinas Amanda, Diska dan anggota ladys gym yang telah ikut berpartisipasi dalam penelitian ini
8. Responden dan seluruh pihak yang telah membantu kelancaran penelitian ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Penulis berusaha untuk dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini, dengan sebaik baiknya. Namun demikian penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaan, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaan, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak, untuk menyempurnakannya.

Malang, 26 Juli 2022

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
COVER DALAM	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
CURICULUM VITAE	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
KATA PENGANTAR	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	4
1.3. Tujuan Penelitian	5
1.4. Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Citra Tubuh	7
2.1.1 Definisi Citra Tubuh	7
2.1.2 Aspek- Aspek Citra Tubuh.....	8
2.1.3 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Citra Tubuh	9
2.1.4 Klasifikasi Citra Tubuh.....	10
2.1.4.1 Citra Tubuh Positif.....	10
2.1.4.2 Citra Tubuh Negatif	10
2.1.5 Cara Pengukuran Citra Tubuh.....	11
2.2 Konsep Body Shaming	11
2.2.1 Definisi Body Shaming	11
2.2.2 Jenis Body Shaming.....	12
2.2.3 Bentuk – Bentuk Body Shaming	13
2.2.4 Kriteria Individu Mengalami Body Shaming	13
2.2.5 Dampak Body Shaming.....	14
2.3 Konsep Dewasa Muda	16
2.3.1 Definisi Dewasa Muda.....	16
2.3.2 Ciri – Ciri Dewasa Muda.....	17
2.3.3 Karakteristik Dewasa Muda.....	18
2.4 Kerangka Konsep	21
2.4 Deskripsi Kerangka Konsep.....	22
BAB III METODELOGI PENELITIAN	23
3.1 Desain Penelitian	23
3.2 Kerangka Kerja	24
3.3 Populasi , Sampel, Sampling	25
3.3.1 Populasi.....	25

3.3.2 Sampel	25
3.3.3 Sampling	25
3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional	26
3.4.1 Identifikasi Variabel	26
3.4.2 Definisi Operasional	27
3.5 Pengumpulan Data dan Analisa Data	28
3.5.1 Proses Perijinan	28
3.5.2 Proses Pengumpulan Data.....	28
3.6 Pengolahan Data dan Analisa Data	29
3.6.1 Pengolahan Data.....	29
3.7 Waktu dan Tempat Pengumpulan Data	29
3.8 Etika Penelitian	30
BAB IV HASIL PENLITIAN DAN PEMBAHASAN	47
5.2 Hasil penelitian	47
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian	47
4.2 Data Umum.....	47
4.3 Data Khusus	49
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	52
5.1 Simpulan.....	52
5.2 Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	53



DAFTAR GAMBAR

Halaman

2.1 Kerangka Konsep	21
---------------------------	----



DAFTAR TABEL

	Halaman
3.4 Definisi Operasional.....	22



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Jadwal Penelitian	46
Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	47
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	48
Lampiran 4 Lembar Kisi-Kisi Kuesioner	49
Lampiran 5 Blue Print	50
Lampiran 6 Lembar Skala Uji Validasi	51
Lampiran 7 Lembar Kuesioner Penelitian	54
Lampiran 8 Bukti Revisi Proposal	60
Lampiran 9 Surat Ijin Penelitian	61
Lampiran 10 Surat Balasan Penelitian.....	62
Lampiran 11 Dokumentasi	63
Lampiran 12 SPSS	65
Lampiran 13 Rekapitulasi Data Umum Responden	69
Lampiran 14 Rekapitulasi Data Khusus Responden.....	71



ABSTRAK

Purnomo, Retno Palupi Widya. 2022 Gambaran Citra Tubuh Perempuan Dewasa Muda Dengan Pengalaman Body Shaming di Pusat Kebugaran Step Up Ladys Gym Kepanjen. Karya Tulis Ilmiah. Pembimbing I Ns. Tien Aminah., M.Kep Pembimbing II Ns. Ns. Alfunnafi' Fahrul Rizal. M. Kep., Sp. Jiwa

Perempuan dewasa muda menjadi korban *body shaming* atau olok-olokan/kritik mengenai warna kulit, ukuran badan, bahkan bentuk kaki. Citra negatif seseorang tumbuh karena hanya terfokus pada kesalahan dan kekurangan yang dimilikinya, tidak mengenali kelebihan dan potensi yang dimiliki diri sendiri. Citra diri yang negatif juga muncul karena terlalu mengacu pada penilaian orang lain terhadap dirinya, bagaimana orang lain menilai citra tubuh atau kondisi fisik yang dimilikinya. Dalam kehidupan sehari-hari, baik lingkup kampus maupun pertemanan dengan teman sebaya kegiatan *body shaming* sering terjadi baik secara verbal maupun non verbal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran citra tubuh perempuan dewasa muda dengan pengalaman *body shaming* di Pusat Kebugaran Step Up Ladys Gym Kepanjen.

Desain penelitian ini adalah deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh perempuan usia dewasa awal di pusat kebugaran step up ladys gym sebanyak 30 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *consecutive sampling* dengan besar sampel 30 responden. Variabel yang diteliti adalah citra tubuh perempuan dewasa muda. Hasil penelitian dianalisis menggunakan analisis univariat. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner yang disebarluaskan menggunakan lembar kuesioner. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 29 Juni 2022 – 5 Juli 2022.

Data hasil penelitian citra tubuh perempuan dewasa muda di pusat kebugaran ladys gym dari 30 responden didapatkan bahwa citra tubuh di pusat kebugaran ladys gym hampir seluruhnya ada indikasi gangguan citra tubuh sebanyak 27 orang (90%), sebagian kecil tidak ada indikasi gangguan citra tubuh sebanyak 3 orang (10%). Hal ini dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, pekerjaan, status pernikahan, mengikuti komunitas dan seringnya mengalami *body shaming*.

Berdasarkan penelitian ini, diharapkan perempuan dewasa awal dapat menumbuhkan konsep diri yang positif sehingga akan tercipta kepuasan terhadap tubuh yang dimiliki atau citra tubuh yang positif dan mendapatkan mekanisme coping yang positif.

Kata kunci : body shaming, citra diri, dewasa muda

ABSTRACT

Purnomo, Retno Palupi Widya. 2022 Body Image Image of Young Adult Women With Body Shaming Experience at Step Up Ladys Gym Fitness Center Kepanjen. Scientific papers. Advisor I Ns.Tien Aminah., M.Kep Advisor IINs.Ns. Alfunnafi' Fahrul Rizal. M. Kep., Sp. Soul

Young adult women are victims of body shaming or ridicule/criticism regarding skin color, body size, and even foot shape. A person's negative image grows because he only focuses on his mistakes and shortcomings, not recognizing his own strengths and potential. A negative self-image also arises because it refers too much to other people's assessments of themselves, how others judge their body image or their physical condition. In everyday life, both on campus and in friendship with peers, body shaming activities often occur both verbally and non-verbally. This study aims to determine the body image of young adult women with body shaming experiences at the Step Up Ladys Gym Fitness Center in Kepanjen.

The design of this research is descriptive. The population in this study were all women of early adulthood at the step up lady's gym as many as 30 people. The sampling technique used is consecutive sampling with a sample size of 30 respondents. The variable studied was the body image of young adult women. The results of the study were analyzed using univariate analysis. The research instrument used a questionnaire which was distributed using a questionnaire sheet. This research was conducted on June 29, 2022 – July 5, 2022.

The data from the body image research of young adult women at the ladys gym fitness center from 30 respondents found that body image in the ladys gym fitness center almost entirely indicated body image disturbances as many as 27 people (90%), a small portion had no indication of body image disturbance as many as 3 people (10%). This is influenced by age, gender, occupation, marital status, following the community and often experiencing body shaming.

Based on this research, it is hoped that early adult women can develop a positive self-concept so that they will create satisfaction with their body or positive body image and get positive coping mechanisms.

Keywords: *body shaming, self-image, young adults*