

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN CITRA TUBUH REMAJA DENGAN STATUS GIZI LEBIH
DI SMP NEGERI 1 WAGIR**



OLEH

NOVA YULIA WULANDARI

NIM (17.1.128)

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN RS.dr. SOEPRAOEN MALANG

TAHUN AKADEMIK 2019/2020

KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN CITRA TUBUH REMAJA DENGAN STATUS GIZI LEBIH
DI SMP NEGERI 1 WAGIR

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Prodi Keperawatan
Politeknik Kesehatan RS. dr. Soepraoen

Malang



OLEH:

NOVA YULIA WULANDARI

NIM (17.1.128)

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG

TAHUN AKADEMIK 2019/2020

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nova Yulia Wulandari
Tempat/tanggal lahir : Malang, 21 Juli 1999
NIM : 17.1.128
Alamat : Mendalan Wangi, Wagir RT 13 RW 04

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

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

Malang, Oktober 2019



Nova Yulia Wulandari

17.1.128

CURRICULUM VITAE



Nama : Nova Yulia Wulandari
Tempat Tgl Lahir : Malang, 21 Juli 1999
Alamat Rumah : Mendalan Wangi, Wagir RT 13 RW 04
Nama Orang Tua :
Ayah : Timbul Hadi
Ibu : Mistiani
Riwayat Pendidikan :
SD : SD NEGERI 1 Mendalan Wangi
SMP : SMP NEGERI 1 Wagir
SMA : SMK NEGERI 11 Malang

LEMBAR PERSEMBAHAN

Motto: Nikmati setiap prosesmu karena itu merupakan awal dari kesuksesanmu

Dengan segala puji syukur kelapa Tuhan Yang Maha Esa serta atas dukungan dan doa dari orang-orang tercinta, akhirnya tugas akhir ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu dengan rasa bangga saya ucapkan terimakasih saya kepada:

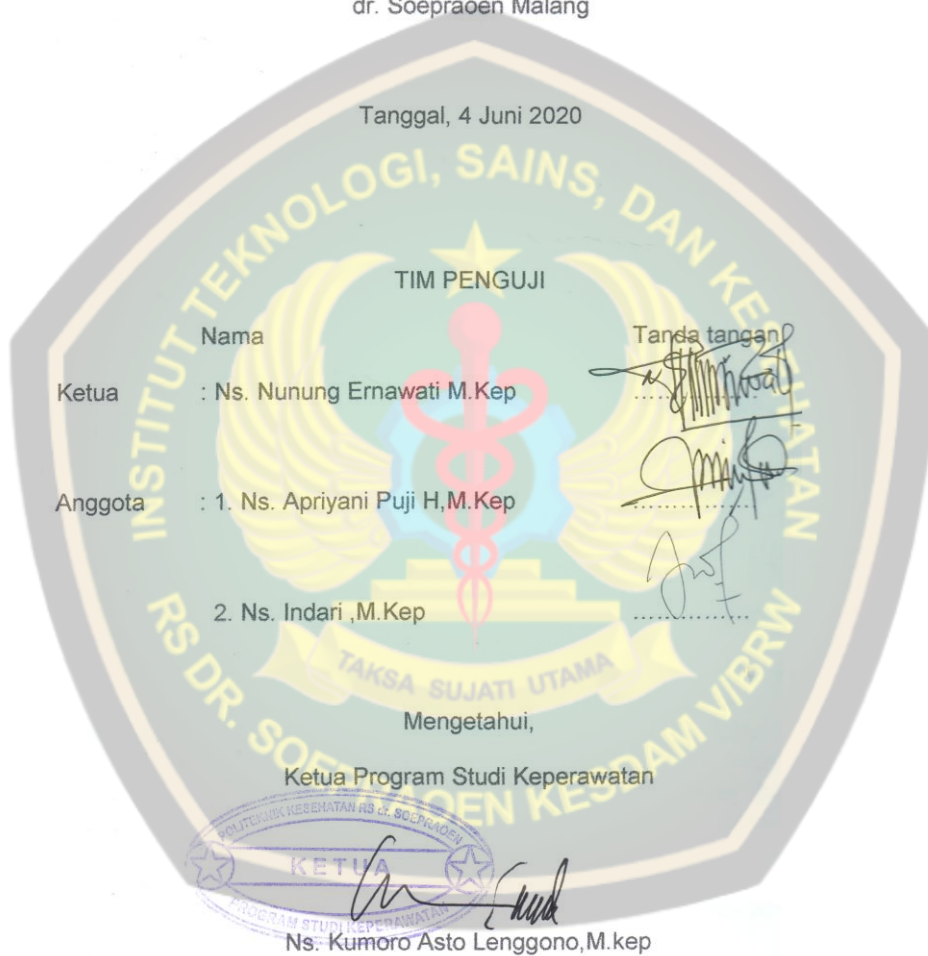
- 1. Ayah dan Ibu saya** yang telah memberikan dukungan moril dan materil serta doa yang tiada henti untuk kesuksesan saya, karena tiada kata seindah lantunan doa dan doa yang paling khusyuk selain doa yang terucap dari orang tua. Ucapan terimakasih saja tidak akan pernah cukup untuk membalas kebaikan orang tua, karena itu terimalah persembahan bakti dan sayangku untuk kalian ayah dan ibu tercinta.
- 2. Bapak dan Ibu dosen pembimbing, penguji, dan pengajar** yang selama ini telah tulus ikhlas meluangkan waktunya untuk membimbing dan mengarahkan saya, memberikan ilmu dan pelajaran yang tiada ternilai harganya, agar saya menjadi lebih baik. Terimakasih banyak Bapak dan Ibu dosen, jasa kalian akan selalu terpatihati
- 3. Sahabat kelas 3B Keperawatan** tanpa lelah memberi dukungan dan bantuan kalian semua tidak mungkin aku sampai disini, terimakasih untuk canda dan tawa, tangis, dan perjuangan yang kita lewati bersama dan terimakasih untuk kenangan manis yang telah diukir bersama selama ini

LEMBAR PENGESAHAN

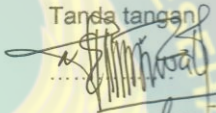
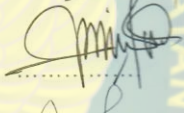
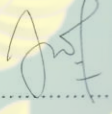
Telah Diuji dan Disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang
Karya Tulis Ilmiah di Program Studi Keperawatan Politeknik Kesehatan RS.

dr. Soepraoen Malang

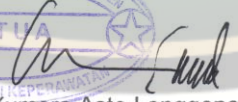
Tanggal, 4 Juni 2020



TIM PENGUJI

| Nama | Tanda tangan |
|--|---|
| Ketua : Ns. Nunung Ernawati M.Kep |  |
| Anggota : 1. Ns. Apriyani Puji H,M.Kep |  |
| 2. Ns. Indari ,M.Kep |  |

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan


Ns: Kumoro Asto Lenggono, M.kep

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "Gambaran Citra Tubuh Remaja Dengan Status Gizi Lebih Di SMP Negeri 1 Wagir" sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi Keperawatan Poltekkes 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 Letnan Kolonel (Ckm) Arief Effendi, SMPH.,SH, S.Kep., Ners,M. M, selaku Direktur Poltekkes RS. Dr. Soepraoen Malang.
2. Bapak Ns. Kumoro Asto Lenggono, M.Kep. selaku Ketua Program Studi Keperawatan.
3. Ibu Nunung Ernawati M.Kep selaku penguji I dalam sidang Karya Tulis Ilmiah
4. Ibu Apriyani Puji H.,S.Kep,M.Kep selaku penguji II dalam sidang Karya Tulis Ilmiah
5. Ibu Ns. Indari M. Kep selaku penguji III sekaligus pembimbing I dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
6. Ibu Ns. Aloysia Ispriantari M.Kep selaku pembimbing II dalam penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan saran kepada penulis.
7. Bapak Budi Utomo M.Pd selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Wagir yang telah berkenan memberikan ijin untuk penelitian.
8. Bu Hesti selaku guru UKS di SMP Negeri 1 Wagir yang telah memberikan bimbingan saat penelitian.
9. Para remaja di SMP Negeri 1 Wagir selaku responden yang mendukung dan membantu dalam memperoleh data penelitian.
10. Serta teman-teman yang banyak membantu kelancaran penelitian ini.

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 mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak, untuk menyempurnakannya.

Malang, Oktober 2019

Penulis

1. Ibu Ns. Aloysia Ispriantari M.Kep selaku pembimbing II dalam penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan saran kepada penulis.
2. Bapak Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Wagir yang telah berkenan memberikan ijin untuk penelitian.
3. Bu Hesti selaku guru UKS di SMP Negeri 1 Wagir yang telah memberikan bimbingan saat penelitian.
4. Para remaja di SMP Negeri 1 Wagir selaku responden yang mendukung dan membantu dalam memperoleh data penelitian.
5. Serta teman-teman yang banyak membantu kelancaran penelitian ini.

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 mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak, untuk menyempurnakannya.

Malang, Oktober 2019

Penulis

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|---|---------|
| Halaman Judul | i |
| Cover Dalam | ii |
| Lembar Pernyataan..... | iii |
| Curriculum Vitae..... | iv |
| Lembar Persembahan | v |
| Lembar Persetujuan | vi |
| Lembar Pengesahan..... | vii |
| Kata Pengantar..... | viii |
| Daftar Isi | x |
| Daftar Gambar..... | xxiv |
| Daftar Tabel | xiv |
| Daftar Singkatan | xv |
| Daftar Lampiran | xvi |
| Abstrak | xvii |
| Abstract..... | xvii |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| 1.1 Latar Belakang..... | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah Penelitian | 4 |
| 1.3 Tujuan Penelitian | 4 |
| 1.4 Manfaat Penelitian | 4 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | |
| 2.1 Konsep Citra Tubuh | 6 |
| 2.1.1 Definisi Citra Tubuh | 6 |
| 2.1.2 Faktor Yang Mempengaruhi Citra Tubuh..... | 7 |
| 2.1.3 Dimensi Citra Tubuh | 9 |
| 2.1.4 Dampak Citra Tubuh..... | 13 |
| 2.2 Konsep Remaja | 15 |
| 2.2.1 Definisi Remaja | 15 |
| 2.2.2 Usia Masa Remaja | 16 |

| | |
|---|----|
| 2.2.3 Perkembangan Remaja..... | 16 |
| 2.2.4 Tugas Perkembangan Remaja..... | 19 |
| 2.2.5 Ciri-ciri Remaja..... | 20 |
| 2.3 Konsep Status Gizi Lebih..... | 21 |
| 2.3.1 Definisi Status Gizi Lebih..... | 21 |
| 2.3.2 Pengukuran Status Gizi Lebih..... | 22 |
| 2.3.3 Penyebab Status Gizi Lebih..... | 24 |
| 2.3.4 Dampak Status Gizi Lebih..... | 25 |
| 2.3.5 Pencegahan Status Gizi Lebih..... | 26 |
| 2.3.6 Gambaran Citra Tubuh pada Remaja dengan Status Gizi Lebih..... | 26 |
| 2.4 Kerangka Konsep..... | 29 |
| 2.4.1 Deskriptif Kerangka Konsep..... | 30 |
| BAB III METODE PENELITIAN | |
| 3.1 Desain Penelitian..... | 31 |
| 3.2 Kerangka Kerja..... | 32 |
| 3.3 Populasi, sampel, dan sampling..... | 33 |
| 3.3.1 Populasi..... | 33 |
| 3.3.2 Sampel..... | 33 |
| 3.3.3 Sampling..... | 33 |
| 3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional..... | 34 |
| 3.4.1 Identifikasi Variabel..... | 34 |
| 3.4.2 Definisi Operasional Variabel..... | 34 |
| 3.5 Pengumpulan Data dan Analisa Data..... | 36 |
| 3.5.1 Proses Pengumpulan Data..... | 36 |
| 3.5.2 Instrumen Pengumpulan Data..... | 37 |
| 3.5.3 Waktu dan Tempat Pengumpulan Data..... | 37 |
| 3.5.5 Analisis Data..... | 37 |
| 3.6 Etika Penelitian..... | 41 |
| 3.7 Keterbatasan Penelitian..... | 41 |

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian 43
4.2 Deskripsi Tempat dan Waktu Penelitian 43
4.3 Data Umum 45
4.4 Data Khusus 46
4.5 Pembahasan 47

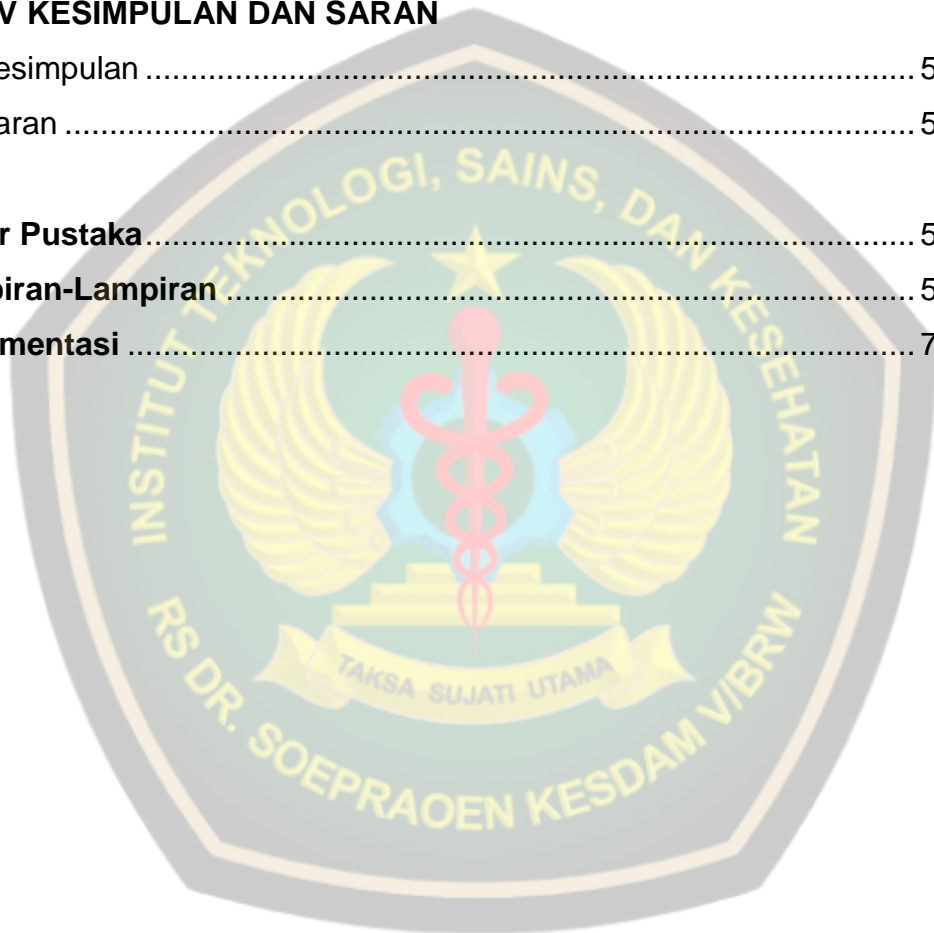
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan 51
5.2 Saran 51

Daftar Pustaka 53

Lampiran-Lampiran 55

Dokumentasi 75



DAFTAR GAMBAR

| | Halaman |
|--|----------------|
| Gambar 2.3.3 Cara Mengukur Indeks Masa Tubuh | 23 |
| Gambar 2.1 Kerangka Konsep..... | 29 |
| Gambar 3.1 Kerangka Kerja | 32 |



DAFTAR TABEL

| | Halaman |
|---|----------------|
| Tabel 2.1 Kategori Ambang Batas IMT untuk Indonesia..... | 23 |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional..... | 35 |
| Tabel 3.3 Kriteria Kategori Skor Citra Tubuh Dengan Status Gizi Lebih..... | 40 |
| Tabel 4.3.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Siswa di SMP Negeri 1 Wagir Pada Bulan Februari 2020..... | 44 |
| Tabel 4.3.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Siswa di SMP Negeri 1 Wagir Pada Bulan Februari 2020..... | 44 |
| Tabel 4.3.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kategori IMT (Indeks Masa Tubuh) di SMP Negeri 1 Wagir Pada Bulan Februari 2020..... | 45 |
| Tabel 4.4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Citra Tubuh Remaja Siswa di SMP Negeri 1 Wagir..... | 45 |
| Tabel 4.5 Tabulasi Silang Data Umum Dan Data Khusus..... | 46 |



DAFTAR SINGKATAN

| | |
|-----|-------------------------------------|
| IMT | : Indeks Masa Tubuh |
| AN | : <i>Anoreksia Nervosa</i> |
| BN | : <i>Bulimia Nervosa</i> |
| BDD | : <i>Boddy Dysmorphic Dissorder</i> |



DAFTAR LAMPIRAN

| | Halaman |
|---|----------------|
| Lampiran 1 Jadwal Penelitian | 55 |
| Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian | 56 |
| Lampiran 3 Surat Persetujuan Menjadi Responden..... | 57 |
| Lampiran 4 Kisi- Kisi Kuisisioner | 58 |
| Lampiran 5 Lembar Kuisisioner | 60 |
| Lampiran 6 Uji Validitas dan Rehabilitas Kuisisioner Citra Tubuh Remaja Dengan Gizi Lebih di SMP Negeri 1 Wagir | 64 |
| Lampiran 7 Data Umum Gambaran Citra Tubuh Remaja Dengan Status Gizi Lebih di SMP Negeri 1 Wagir | 66 |
| Lampiran 8 Rekapitulasi Data Umum Gambaran Citra Tubuh Remaja Dengan Status Gizi Lebih di SMP Negeri 1 Wagir | 67 |
| Lampiran 9 <i>Master Sheet</i> Gambaran Citra Tubuh Remaja Dengan Status Gizi Lebih di SMP Negeri 1 Wagir | 70 |
| Lampiran 10 Kartu Bimbingan KTI (Pembimbing I)..... | 71 |
| Lampiran 11 Kartu Bimbingan KTI (Pembimbing II)..... | 72 |
| Lampiran 12 Surat Studi Pendahuluan | 73 |
| Lampiran 13 Surat Ijin Penelitian | 74 |
| Lampiran 14 Surat Balasan Penelitian..... | 75 |
| Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian | 76 |

ABSTRAK

Wulandari, Nova Yulia. 2020. **Gambaran Citra Tubuh Remaja Dengan Status Gizi Lebih di SMP Negeri 1 Wagir**. Karya Tulis Ilmiah. Program Studi Keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang. Pembimbing I Ns. Indari M. Kep, Pembimbing II Ns. Aloysia Ispriantari M.Kep.

Citra tubuh merupakan cara individu mempresepsikan tubuhnya sendiri, secara sadar atau tidak sadar, yang meliputi penampilan fisik serta struktur fungsi dan potensi tubuh. Status gizi lebih (*overweight* dan obesitas) merupakan suatu masalah yang ditakuti oleh remaja. Data Risdas menunjukkan prevalensi gizi lebih relatif lebih tinggi pada remaja perempuan dibanding remaja laki-laki (perempuan 1,5%, laki-laki 1,3%). Diperlukan tindakan khusus yaitu *health education* sehingga remaja mampu mencapai berat badan yang ideal dan mempunyai pemikiran yang positif. Tujuan penelitian ini mengidentifikasi gambaran citra tubuh remaja dengan status gizi lebih pada siswa kelas 9 di SMP Negeri 1 Wagir.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Dengan populasi seluruh kelas seluruh siswa kelas 9 di SMP Negeri 1 Wagir. Pemilihan sampel dengan *total sampling* yaitu 25 orang dengan status gizi lebih. Instrument penelitian menggunakan kuisioner. Analisa data menggunakan *analisa univariate* meliputi *editing, coding, scoring, tabulating*.

Hasil penelitian didapatkan bahwa citra tubuh remaja dengan kategori positif. Sebagian besar dengan kategori citra tubuh positif yaitu sejumlah 18 orang (72%) dan hampir setengahnya dengan kategori citra tubuh negatif yaitu sejumlah 7 orang (28%).

Berdasarkan hasil penelitian ini dimungkinkan karena remaja tidak memperlakukan berat badannya, tetap percaya diri walaupun bentuk tubuh jauh dari ideal, merasa bahagia dan mereka menghargai tubuh mereka sendiri.

Kata kunci: Citra Tubuh, Remaja, Status Gizi Lebih

ABSTRACT

Wulandari, Nova Yulia. 2020. **Image of Teenage Body Image with More Nutritional Status in SMP Negeri 1 Wagir**. Scientific papers. Poltekkes Hospital Nursing Study Program Dr. Soepraoen Malang. Advisor I Ns. Indari M. Kep, Advisor II Ns. Aloysia Ispriantari M.Kep.

Body image is individual's way of perceiving his own body, consciously or unconsciously, which includes the physical appearance and structure of the body's functions and potential. Over nutritional status (overweight and obesity) was a problem that is feared by adolescents. Riskesdas data shows that the prevalence of nutrition is relatively higher among female adolescents than male adolescents (1.5% female, 1.3% male). Special action is needed, namely health education so that adolescents are able to achieve ideal body weight and have positive thoughts. The purpose of this study is to identify the image of adolescent body image with more nutritional status in 9th grade students at SMP Negeri 1 Wagir.

The research design used in this study was descriptive. With a population of all classes, all grade 9 students at SMP Negeri 1 Wagir. Sample selection with total sampling is 25 people with more nutritional status. The research instrument uses a questionnaire. Data analysis using univariate analysis includes editing, coding, scoring, tabulating.

The results showed that the body image of adolescents with positive categories. Most with a positive body image category with 18 people (72%) and almost half with a negative body image category with 7 people (28%).

Based on the results of this study it is possible because adolescents do not mind their weight, remain confident even though their body shape is far from ideal, feel happy and they respect their own body.

Keywords: Body Image, Teenagers, Over Nutritional Status

