

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN *BODY IMAGE* PADA REMAJA *OVERWEIGHT*  
DI DESA PEPEN MOJOSARI KECAMATAN KEPANJEN  
KABUPATEN MALANG**



**OLEH**

**PUPUT MAULIDIYAH**

**NIM. 191101**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPRAOEN MALANG  
TAHUN AKADEMIK 2020/2021**

**KARYA TULIS ILMIAH**  
**GAMBARAN *BODY IMAGE* PADA REMAJA *OVERWEIGHT***  
**DI DESA PEPEN MOJOSARI KECAMATAN KEPANJEN**  
**KABUPATEN MALANG**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya  
Keperawatan Pada Prodi Keperawatan Institut Teknologi Sains dan  
Kesehatan RS dr. Soepraoen Kota Malang



**OLEH : UTAMA**  
**PUPUT MAULIDIYAH**  
**NIM. 191101**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**  
**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN**  
**RS dr. SOEPRAOEN MALANG**  
**TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

**LEMBAR PERNYATAAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Puput Maulidiyah  
Tempat/tanggal lahir : Malang, 10 Juni 2000  
Nim : 191101  
Alamat : Jl. W. R Supratman RT 3 RW 3  
Pepen Mojosari Kepanjen

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

Malang, Juli 2022

Yang menyatakan



Puput Maulidiyah

NIM. 191101

## LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah ini telah disetujui untuk diujikan  
di Depan Tim Penguji

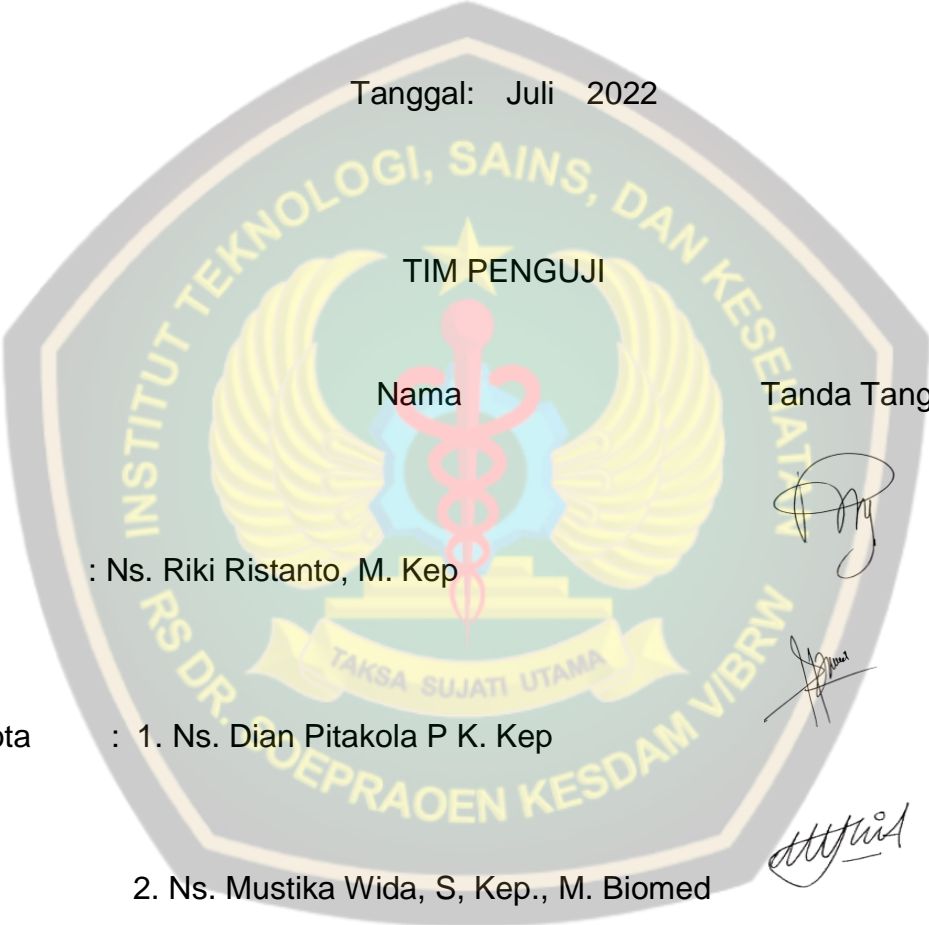
Tanggal: Juli 2022






## LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui oleh Tim Penguji Pada Ujian di Program Studi  
Keperawatan Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan RS dr. Soepraoen  
Malang

Tanggal: Juli 2022



TIM PENGUJI

Nama	Tanda Tangan
Ketua : Ns. Riki Ristanto, M. Kep	
Anggota : 1. Ns. Dian Pitakola P K. Kep	
2. Ns. Mustika Wida, S, Kep., M. Biomed	

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



Ns. Riki Ristanto, M. Kep

Ns. Riki Ristanto, M. Kep

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan Kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran *Body Image* Pada Remaja *Overweight* Di Desa Pepen Mojosari Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang” sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah ini di susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Dalam penyusunan Proposal 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 Kolonen (Ckm) Arief Effendi, S.MPh., SH (Adv), S.Kep., Ners, M.M, M.Kes selaku Rektor Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang
2. Bapak Riki Ristanto, M. Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan
3. Ibu Ns. Musthika Wida Mashitah, S, Kep., M. Biomed selaku pembimbing I yang telah memberikan arahan dan bimbingan kepada panulis
4. Bapak Dion Kunto Adi Patria ,M.Kep selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis
5. Kedua orang tua saya yang selalu mendukung, membantu dan mendoakan saya
6. Desa Pepen Mojosari Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang yang sudah bersedia menjadi tempat penelitian.

7. Responden yang bersedia mengisi kuesioner.

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, Juli 2022

Puput Maulidiyah



## ABSTRAK

Maulidiya, Puput “**Gambaran *Body Image* Pada Remaja Dengan Berat Badan Lebih di Desa Pepen Mojosari Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang**”. Pembimbing (1) Ibu Ns. Mustika Wida, S, Kep., M. Biomed (2) Dion Kunto A, M. Kep.

*Body image* merupakan gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seorang remaja mempersepsi dan memberikan penilaian atas yang dia pikirkan dan rasakan terhadap bentuk, dan ukuran pada tubuhnya. *Overweight* atau kegemukan merupakan penyebab terjadinya penyakit tidak menular yang angkanya terus mengalami peningkatan di Indonesia. Dampak dari *Overweight* menyebabkan tekanan darah tinggi, kolesterol tinggi, dan penyumbatan arteri. Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui gambaran *body image* pada remaja *overweight* di Desa Pepen Mojosari Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang.

Metode penelitian ini adalah deskriptif, menggunakan instrument kuesioner, populasi dalam penelitian ini adalah semua remaja di Desa Pepen Mojosari Kecamatan Kepanjen sebanyak 89 orang. Sampel dalam penelitian remaja yang mengalami *overweight* sebanyak 30 orang menggunakan *purposive* sampling yang dilakukan pada 8-13 Juni 2022. Variabel dalam penelitian ini adalah *body image* pada remaja *overweight*. Dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat.

Hasil penelitian gambaran *body image* pada remaja yang mengalami *overweight* remaja hampir seluruhnya negatif yaitu 21 orang (90%), dan sebagian kecil positif yaitu 3 orang (10%). Hal ini disebabkan karena faktor usia dan jenis kelamin. Pendapat-pendapat yang negatif atau keluhan mengenai penampilan dan tekanan budaya mengenai tubuh yang ideal adalah langsing dapat berpengaruh buruk pada wanita. Perasaan yang berhubungan dengan bentuk tubuh dan ukuran tubuh yang dimiliki dapat berupa perasaan positif atau negatif dengan tubuh yang dimiliki.

Responden yang merasa mengalami *body image* dan merasa tidak percaya diri dengan berat dan bentuk badannya bisa melakukan perubahan pola hidup dengan cara makan seimbang sesuai kebutuhan harian dan melakukan defisit kalori, berolahraga dan tidur cukup 7-8 jam.

**Kata Kunci : *Body Image*, Remaja, *Overweight***



## ABSTRACT

Maulidiya, Puput "An Overview of Body Image in Adolescents With More Weight in Pepen Mojosari Village, Kepanjen District, Malang Regency". Supervisor (1) Mrs. Ns. Mustika Wida, S, Kep., M. Biomed (2 ) Dion Kunto A,M.Kep.

Body image is a person's mental picture of the shape and size of his body, how a teenager perceives and gives an assessment of what he thinks and feels about the shape and size of his body. Overweight or obesity is the cause of non-communicable diseases whose numbers continue to increase in Indonesia. The impact of being overweight causes high blood pressure, high cholesterol, and clogged arteries. The purpose of this study was to determine the description of body image in overweight adolescents in Pepen Mojosari Village, Kepanjen District, Malang Regency.

This research method is descriptive, using a questionnaire instrument, the population in this study were all teenagers in Pepen Mojosari Village, Kepanjen District as many as 89 people. The sample in the study of adolescents who were overweight was 30 people using purposive sampling conducted on June 8-13, 2022. The variable in this study was body image of overweight adolescents. In this study using a univariate analyst.

The results of the study on body image descriptions in adolescents who experienced adolescent overweight were almost entirely negative, namely 21 people (90%), and a small percentage were positive, namely 3 people (10%). This is due to age and gender. Negative opinions or complaints about appearance and cultural pressures about the ideal body is slim can have a bad effect on women. Feelings related to body shape and body size can be positive or negative feelings about the body you have.

Respondents who feel they have a body image and feel insecure about their weight and shape can make lifestyle changes by eating a balanced diet according to their daily needs and maintaining a calorie deficit, exercising and getting enough sleep for 7-8 hours.

**Keywords : Body Image, Teen agres, Overweight**

## DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul .....	i
Cover Dalam .....	ii
Lembar Pernyataan .....	iii
Lembar Persetujuan .....	iv
Lembar Pengesahan .....	v
Kata Pengantar .....	vi
Daftar Isi .....	viii
Daftar Gambar .....	x
Daftar Tabel .....	xi
Daftar Lampiran .....	xii
<b>BAB 1 PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
Latar Belakang.....	1
Rumusan Masalah .....	4
Tujuan Penelitian.....	4
Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
Konsep <i>Body Image</i> .....	6
Definisi <i>Body Image</i> .....	6
Faktor Yang Mempengaruhi <i>Body Image</i> .....	6
Aspek <i>Body Image</i> .....	9
Skala <i>Body Image</i> .....	10
Konsep Remaja .....	11
Definisi Remaja .....	11
Perubahan Fisik Remaja .....	11
Konsep <i>Overweight</i> .....	13
Definisi <i>Overweight</i> .....	13
Penyebab <i>Overweight</i> .....	14
Tipe-tipe <i>Overweight</i> .....	14
Resiko <i>Overweight</i> .....	15
<i>Body Image</i> Pada Remaja <i>Overweight</i> .....	15
Penentuan <i>Overweight</i> .....	16
Kerangka Konsep.....	18
Deskripsi Kerangka Konsep.....	19
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN .....</b>	<b>20</b>
Desain Penelitian .....	20
Pengertian Desain Penelitian.....	20
Kerangka Kerja.....	20
Populasi, Sampel Dan Sampling .....	22
Populasi.....	22
Sampel.....	22
Sampling .....	22
Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional .....	23
Identifikasi Variabel .....	23
Definsi Operasional .....	23
Proses Pengumpulan Data.....	25
Instrumen Pengumpulan Data .....	25

Pengelolaan Data Dan Analisa Data.....	26
Pengelolaan Data .....	26
Analisa Data .....	28
Waktu Dan Tempat Penelitian .....	28
Etika Penelitian.....	28
<b>BAB IV Hasil dan Pembahasan</b>	
Hasil dan Pembahasan .....	29
Lokasi Penelitian .....	29
Data Umum .....	30
Data Khusus.....	31
Tabulasi silang.....	32
Pembahasan.....	33
<b>BAB V Kesimpulan dan Saran</b>	
Kesimpulan.....	35
Saran.....	35
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>36</b>



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Konsep Penelitian .....	18
Gambar 3.1 Kerja Penelitian .....	21



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian .....	24
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Data Umum Remaja yang Mengalami <i>Overweight</i> di Desa Pepen Mojosari Kecamatan Kepanjen.....	31
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kategori <i>Body Image</i> pada Remaja yang Mengalami <i>Overweight</i> di Dusun Pepen Mojosari Kecamatan Kepanjen.....	32
Tabel 4.3 Tabulasi Silang <i>Body Image</i> pada Remaja yang Mengalami <i>Overweight</i> di Dusun Pepen Mojosari Kecamatan Kepanjen.....	32
Tabel 4.4 Analisis Butir Soal.....	33



**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1	Jadwal Penelitian .....	31
Lampiran 2	Lembar Permohonan Menjadi Responden Penelitian.....	32
Lampiran 3	Lembar Persetujuan Menjadi Responden .....	33
Lampiran 4	Kisi-Kisi Kuesioner .....	34
Lampiran 5	Kuesioner Penelitian .....	35

