



**HUBUNGAN OBESITAS DENGAN CITRA DIRI DAN HARGA DIRI PADA
REMAJA PUTRI**

SKRIPSI

Oleh :

Rizal Asep Pratama

010117A088

**PROGAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2021**



**HUBUNGAN OBESITAS DENGAN CITRA DIRI DAN HARGA DIRI PADA
REMAJA PUTRI**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan

Oleh :

RIZAL ASEP PRATAMA

010117A088

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2021

**Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan
Skripsi, Januari 2022
Rizal Asep Pratama**

010117A088

“Hubungan Obesitas dengan Citra Tubuh (*Body image*) dan Harga Diri (*Self-Esteem*) pada Remaja Putri”

ABSTRAK

Latar Belakang : Dimasa pandemic ini pemerintah melakukan progam PPKM yang bertujuan untuk mengurangi kerumunan masyarakat hal tersebut dilakukan untuk mengurangi resiko penularan virus COVID-19, sehingga banyak masyarakat yang tetap berdiam diri dirumah. Pelaksanaan progam PPKM membuat masyarakat berdiam diri dirumah sehingga banyak masyarakat menggunakan jasa Delivery order untuk memesan makanan dari luar. Perpanjangan Progam PPKM hingga level 3 mengakibatkan orang-orang menjadi jarang untuk bergerak dan jarang juga untuk berloahraga diluar rumah dan terus menerus melakukan pemesanan makanan di jasa delivery order sehingga banyak yang mengalami obesitas. Obesitas merupakan keadaan dimana terjadi penumpukan lemak tubuh yang berlebih, sehingga berat badan seseorang jauh diatas normal dan dapat membahayakan kesehatan. Obesitas dapat memberikan dampak negatif secara psikologi kepada remaja yang bersangkutan, hal yang selalu beriringan dengan obesitas adalah gangguan citra diri dan harga diri. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan obesitas dengan citra tubuh (*body image*) dan harga diri (*self-esteem*) pada remaja putri.

Metode : Desain penelitian ini *literature review* dengan *pendekatan systematic review*. Sumber data sekunder berupa artikel diambil dari *Google Scholar* dan *PubMed*. Strategi yang digunakan mencari artikel menggunakan PICOS, artikel yang di review yaitu rentang waktu penerbitan jurnal maksimal 10 tahun, berbahasa Indonesia atau Inggris, original artikel dan tersedia full teks. Artikel yang layak untuk di *review* sebanyak 10 artikel yaitu enam berbahasa Indonesia dan empat artikel berbahasa Inggris.

Hasil : Remaja putri sebagian besar mengalami obesitas kategori ringan, citra diri kategori negatif dan harga diri kategori positif ada hubungan obesitas dengan citra tubuh (*body image*) dan harga diri (*self-esteem*) pada remaja putri.

Saran : Diharapkan remaja putri yang mengalami obesitas agar meluangkan waktu untuk berolah raga rutin, meningkatkan harga dirinya dan memiliki pandangan yang positif pada tubuhnya agar terhindar dari penghinaan secara fisik

Kata Kunci : obesitas, citra tubuh, harga diri

Kepustakaan : 29 (2016-2020)

Ngudi Waluyo University
S1 Nursing Study Program
[Final Project](#), Januari 2022
Rizal Asep Pratama
010117A088

"The Relationship of Obesity with *Body image* and Self-Esteem in Young Women"

ABSTRACT

Background : During this pandemic, the government carried out the PPKM program which aims to reduce community crowds, this was done to reduce the risk of transmission of the COVID-19 virus, so that many people remained at home. The implementation of the PPKM program makes people stay at home so that many people use delivery order services to order food from outside. The extension of the PPKM Program to level 3 causes people to rarely move around and rarely exercise outside the home and continuously order food at delivery order services, so many are obese. Obesity is a condition in which there is an accumulation of excess body fat, so that a person's weight is far above normal and can endanger health. Obesity can have a negative psychological impact on the adolescents concerned, things that always go hand in hand with obesity are impaired self-image and self-esteem. The purpose of this study was to determine the relationship between obesity and body image and self-esteem in adolescent girls.

Object : The purpose of this study was to determine the relationship between obesity and *body image* and self-esteem in adolescent girls.

Methods: This research design is a literature review with a systematic review approach. Secondary data sources are articles taken from Google Scholar and PubMed. The strategy used to find articles using PICOS, criteria for articles to be reviewed are the maximum time span for journal publications of 10 years, in Indonesian or English, original articles and full text available. There are 10 articles that deserve to be reviewed, namely six in Indonesian and four in English.

Results: Most of the adolescent girls are obese in the mild category, self-image in the negative category and self-esteem in the positive category, there is a relationship between obesity and *body image* and self-esteem in young women.

Suggestion: It is expected that young women who are obese take time to exercise, increase their self-esteem and have a positive outlook on their bodies in order to avoid physical problem

Keywords : obesity, *body image* , self-esteem

Literature : 29 (2016-2020)

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN OBESITAS DENGAN CITRA TUBUH (*BODY IMAGE*) DAN HARGA DIRI (*SELF-ESTEEM*) PADA REMAJA PUTRI

oleh:

RIZAL ASEP PRATAMA

NIM. 010117A088



Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenankan untuk diujikan.

Ungaran, Januari 2022

Pembimbing

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Abdul Wahid', with a horizontal line underneath.

Ns. Abdul Wahid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Jiwa
NIDN. 0602027901

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN OBESITAS DENGAN CITRA TUBUH (*BODY IMAGE*) DAN
HARGA DIRI (*SELF-ESTEEM*) PADA REMAJA PUTRI**

disusun oleh:

RIZAL ASEP PRATAMA
NIM. 010117A088

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Senin

Tanggal : 17 Januari 2022

Tim Penguji :
Ketua / Pembimbing

Ns. Abdul Wakhid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J.
NIDN. 0602027901

Anggota / Penguji 1

Liyanovitasari, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN. 0630078801

Anggota / Penguji 2

Ns. M.Imron Rosyidi, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0606127804

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan

Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0614087402



PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Rizal Asep Pratama
NIM : 010117A088
Program Studi/Fakultas : S1 Keperawatan/ Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul **“Hubungan Obesitas dengan Citra Tubuh (*Body image*) dan Harga Diri (*Self-Esteem*) pada Remaja Putri ”** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Semarang, Januari 2022
Yang membuat pernyataan,



(Rizal Asep Pratama)

HALAMAN KESEDIAN PUBLIKASI

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Rizal Asep Pratama

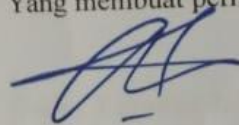
NIM : 010117A088

Program Studi/Fakultas : Program Studi S1 Keperawatan Fakultas

Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Meyatakan memberikan kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul "**Hubungan Obesitas dengan Citra Tubuh (Body image) dan Harga Diri (Self-Esteem) pada Remaja Putri**" untuk kepentingan akademi.

Ungaran, Januari 2022
Yang membuat pernyataan



(Rizal Asep Pratama)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Rizal Asep Pratama
Tempat, Tanggal Lahir : Pati, 3 Juli 1998
Jenis kelamin : Laki-laki
Agama : Islam
Alamat : Ds. Sarirejo Kab. Pati Jawa tengah

Riwayat pendidikan :

1. TK : Tahun 2002 - 2004
2. SD : Tahun 2004 - 2011
3. SMP : Tahun 2011 - 2014
4. SMA : Tahun 2014 - 2017
5. Universitas Ngudi Waluyo Ungaran : Tahun 2017 – sekarang

Data Orang Tua

Nama ayah : Cecep Kustiawan
Nama ibu : Asri
Pekerjaan Orang Tua
Ayah : Pedagang
Ibu : Ibu Rumah tangga
Agama : Islam
Alamat: Ds. Sarirejo Kab. Pati Jawa tengah

PRAKATA

Assalamualaikum Wr. Wb.

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kepada Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul “Hubungan obesitas dengan citra tubuh (body image) dan harga diri (self-esteem) pada remaja putri”.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak mungkin akan terwujud apabila tidak ada bantuan dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini ijinkan penulis menyampaikan ucapan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

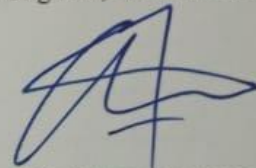
1. Bapak Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ibu Rosalina, S.Kp., M. Kes, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo
4. Ns. Abdul Wahid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Jiwa, selaku pembimbing utama yang telah banyak meluangkan waktu, pikiran, memberikan arahan serta motivasi dalam penyusunan Skripsi ini.
5. Seluruh dosen, staf, karyawan dan karyawan di Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo atas segala ilmu dan pengarahan yang telah diberikan kepada penulis.

6. Bapak, ibu, kakak dan adik tercinta Bapak, Ibu, keluarga besar yang telah senantiasa mendoakan dan selalu memberikan motivasi, semangat, do'a dan material selama ini.
7. Rekan – rekan PSIK angkatan 2017 yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu terimakasih atas kebersamaan, bantuan, kritik dan sarannya.
8. Dan kepada seluruh pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan ini masih banyak kekurangan, sehingga kritik dan saran sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Aamiin.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Ungaran, Januari 2022



Rizal Asep Pratama
NIM. 010117A088