HUBUNGAN CITRA TUBUH (*BODY IMAGE*) DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 1 BANCAK KABUPATEN SEMARANG

ARTIKEL

Oleh:

IKLILA FITRIYANI

NIM. 030218A068

PROGRAM STUDI DIV KEBIDANAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2019

LEMBAR PENGESAHAN ARTIKEL

Artikel dengan judul "Hubungan Citra Tubuh (*Body Image*) Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di SMK Negeri 1 Bancak Kabupaten Semarang" yang disusun oleh :

Nama : IKLILA FITRIYANI

Nim : 030218A068

Program Studi : DIV Kebidanan

Fakultas : Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Telah disetujui dan disahkan oleh pembimbing utama skripsi program studi DIV Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, 20 Juli 2019

Pembimbing Utama

Isri Nasifah, S.SiT., M.Keb
NIDN. 0601028002

LEMBAR PENGESAHAN ARTIKEL

Artikel dengan judul "Hubungan Citra Tubuh (*Body Image*) Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di SMK Negeri 1 Bancak Kabupaten Semarang" yang

bangga dan nyaman terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya. Penelitian lain yang mendukung penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Serly (2015), bahwa responden yang mempunyai status gizi normal mempunyai citra tubuh (body image) positif . Hal ini menunjukkan bahwa status gizi berpengaruh terhadap persepsi diri sendiri terutama persepsi terhadap citra tubuh (body image).

Responden dengan citra tubuh (body image) negatif dengan status gizi normal sebanyak 28 responden (49,1%). Hal ini dikarenakan ketidakpuasan tersebut dikarenakan subjek merasa tubuhnya terdapat beberapa bagian tubuh (misalnya lengan, paha) yang tidak sesuai dengan ukuran tubuhnya sehingga terlihat tidak proporsional (Dieny, 2014). Penelitian lain yang mendukung penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Widianti Nur dan K Candra Aryu (2012) menyatakan bahwa responden dengan status gizi normal namun merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Hal ini memperlihatkan bahwa meskipun subjek telah mempunyai tubuh ideal namun mereka cenderung menilai ukuran tubuhnya lebih besar dari ukuran sebenarnya.

Responden dengan citra tubuh (body image) positif dengan status gizi gemuk sebanyak 4 responden (9,3%). Hal ini dikarenakan bagi seorang remaja bentuk tubuh kurang ideal, sering kali menolak kenyataan perubahan fisiknya sehingga mereka tampak mengasingkan diri karena merasa minder, dan bagi remaja yang menerima perubahan fisik yang terjadi pada dirinya, menganggap hal tersebut merupakan suatu yang wajar karena memang akan dialami semua orang yang melalui masa pubertas. Yang mana kita ketahui perkembangan fisik pada remaja putri itu sendiri bertambah jaringan pengikat dibawah kulit (lemak) terutama paha, pantat, lengan atas dan dada sehingga dari pertambahan jaringan tersebut membuat bagian-bagian dari bentuk badan yang khas pada wanita (Dieny, 2014).

Responden dengan citra tubuh (body image) positif dengan status gizi kurus sekali sebanyak 1 responden (2,3%). Hal ini dikarenakan yang mana wanita pada umumnya menginginkan tubuh yang langsing (Dieny,2014). Menurut penelitian oleh Coelho, dkk (2015) menyatakan wanita lebih memperhatikan bentuk tubuhnya dan cenderung untuk lebih berjuang membuat citra tubuh (body image) mereka menjadi positif. Perempuan cenderung menilai seseorang akan menarik apabila wanita memiliki tubuh yang langsing seperti anggapan dilingkungan sekitarnya.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di SMK N 1 Bancak pada tanggal 17-19 Juni 2019 dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar remaja putri di SMK N 1 Bancak memiliki citra tubuh (body image) dalam kategori negatif sejumlah 57 remaja (57%).
2. Sebagian besar remaja putri di SMK N 1 Bancak memiliki status gizi yang normal sejumlah 61 remaja (61,0%).
3. Ada hubungan antara citra tubuh (body image) dengan status gizi remaja putri di SMK N 1 Bancak. Dengan p-value 0,019, oleh karena itu p-value 0,019 < .

DAFTAR PUSTAKA

Almatsier, S. 2010. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.

Ariani, P. A. 2017. Ilmu Gizi Yogyakarta : Nuha Medika.

Burtaverde. 2012. Self Esteem, Body Esteem And Quality Of Life Among Obese People In Romania. Romanian journal of experimental applied psychology. Vol 3, issue 4-2012.

Coelho. Dkk. 2015. Body Image And Nutritional Status Are Associated With Physical Activity In Men And Women: The ELSA-Brasil Study International Journal Of Environmental Research And Public Health. ISSN 1660-4601.

Denich dan Ifdil. 2015. Konsep Body Image pada Remaja Putri. Jurnal Konseling dan Pendidikan. 3(2) : 55-61.

Dieny, F. F. 2014. Permasalahan gizi pada remaja putri. Yogyakarta : Graha Ilmu.

Hasdianah, et.al. 2014. Gizi pemanfaatan gizi, diet dan obesitas. Yogyakarta : Nuha Medika.

Istiany, A. 2014. Gizi Terapan. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.

Kementerian Kesehatan RI. 2012. Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Kegemukan dan Obesitas pada Anak Sekolah. Jakarta : Bakti Husada.

Riset Kesehatan Dasar. 2018. Status Gizi pada Remaja Putri. Kementerian Kesehatan RI. Diakses pada tanggal 09 November 2018.

Saryono, 2011. Metodologi Penelitian Kesehatan Yogjakarta : Mitra Cendikia.

Serly, V. 2015. Hubungan Body Image, Asupan Energi Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2014. Jurnal Fakultas Kedokteran, Universitas Riau. 2 (2).

Supariasa, Ibnu Fajar, dkk. 2009. Penilaian Status Gizi. Jakarta : Badan Penerbit Kedokteran EGC.

Widianti Nur dan K. Candra Aryu. 2012. Hubungan antara Body Image dan Perilaku Makan dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Theresiana Semarang Jurnal Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro. 1(1) : 398-404.