

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN *SELF-ESTEEM* PADA
MAHASISWA KEPERAWATAN YANG MENGALAMI *OVERWEIGHT***

SKRIPSI



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN DAN SAINS
WIYATA HUSADA SAMARINDA**

2020

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN *SELF-ESTEEM* PADA
MAHASISWA KEPERAWATAN YANG MENGALAMI *OVERWEIGHT***

SKRIPSI

Untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar Sarjana S.Kep



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN DAN SAINS
WIYATA HUSADA SAMARINDA**

2020



HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN *SELF-ESTEEN* PADA MAHASISWA
KEPERAWATAN YANG MENGALAMI *OVERWEIGHT*

SKRIPSI

Disusun Oleh:

Muja Asmara

16039272701

Telah dipertahankan didepan dewan penguji

Pada tanggal 18 Agustus 2020

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

1. Ns. Aries Abivoga, S.Kep., M.Kep
NIDN. 812118602

2. Ns. Siti Mukaromah, S.Kep., M.Kep
NIDN. 1112058203

3. DR. Anik Puji Rahayu, S.Kp., M.Kep
NIDN. 3417047201

4. Ns. Desy Ayu Wardani, S.Kep., M.Kep. Sp.Kep.Mat
NIDN. 1103129001

Mengetahui:
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan
ITKES Wiyata Husada Samarinda



Ns. Kiki Hardiansyah Safitri, M.Kep., Sp.Kep.M.B
NIDN. 1128058801

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muja Asmara

NIM : 16.0392.727.01

Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan

Dengan ini menyetujui dan memberikan hak kepada ITKES Wiyata Husada Samarinda atas karya ilmiah saya yang berjudul :

HUBUNAN *BODY IMAGE* DENGAN *SELF-ESTEEM* PADA MAHASISWA YANG MENGALAMI *OVERWEIGHT*

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak ini, ITKES Wiyata Husada Samarinda berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pengkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.



Samarinda, 06 Juli 2020

Yang membuat pernyataan

Muja Asmara

NIM: 16.0392.727.01

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muja Asmara
NIM : 16.0392.727.01
Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan

dengan ini menyetujui dan memberikan hal kepada ITKES Wiyata Husada Samarinda atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Hubungan *Body Image* Dengan *Self-Esteem* Pada Mahasiswa Keperawatan Yang Mengalami *Overweight*

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). ITKES Wiyata Husada Samarinda berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Samarinda, 3 Oktober 2020

Yang membuat pernyataan

Muja Asmara

NIM: 16.0392.727.01

HALAMAN PERSEMBAHAN

Pertama-tama puji syukur saya panjatkan pada Allah SWT, atas karunia yang engkau berikan akhirnya skripsi sederhana ini dapat terselesaikan. Sholawat dan salam selalu terlimpahkan kehadiran Rasulullah Muhammad SAW.

Saya persembahkan karya sederhana ini kepada semua orang yang sangat saya kasihi dan sayangi :

1. Untuk Bapak dan Mama tercinta, sebagai tanda bakti, hormat, dan rasa terima kasih yang tiada terhingga kupersembahkan karya kecil ini kepada Bapak dan Mama yang telah memberikan kasih sayang, segala dukungan, dan cinta kasih yang tiada terhingga yang tiada mungkin dapat kubalas hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata cinta dan persembahan.
2. Kepada Kaka dan Adikku tercinta, rasa terima kasih yang tiada terhingga kupersembahkan karya kecil ini kepada kalian yang telah memberikan kasih sayang, segala dukungan, dan cinta kasih yang tiada terhingga yang tiada mungkin dapat kubalas hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata cinta dan persembahan.
3. Ucapan terima kasih yang tulus kepada sahabat terbaik saya Melinda Dwi Irawati, Felia Maulida, Heri Saputra, Santosius, Ricky Julianur dan Elva Vera. Terimakasih atas semua bantuan yang telah kalian berikan, baik berupa dukungan, motivasi, serta kebersamaan yang tentunya tidak akan penulis lupakan.



KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur bagi kehadiran ALLAH SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunianya kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan *Body Image* dengan *Self-esteem* Pada Mahasiswa Keperawatan Yang Mengalami *Overweight*”**. Shalawat dan salam senantiasa tercurah kepada Rasulullah SAW yang mengatarkan manusia dari zaman kegelapan ke zaman yang terang benderang ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) pada Program Sarjana Keperawatan di Institut Teknologi Kesehatan Dan Sains Wiyata Husada Samarinda.

Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan semua proses tepat pada waktunya. Dan dalam penyusunan skripsi ini banyak hambatan serta rintangan yang peneliti hadapi namun pada akhirnya dapat melaluinya berkat adanya bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara moral maupun spiritual. Oleh karena itu, perkenankanlah saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Bapak H. Mujito Hadi, S.Pd., MM selaku Ketua Yayasan ITKES Wiyata Husada Samarinda.
2. Dr. Eka Anantha Sidaharta, SE., MM., AK., CA., CSRS., CSRA., CFrA., selaku Rektor ITKES Wiyata Husada Samarinda.
3. Ns. Kiki Hardiansyah, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep., MB selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan ITKES Wiyata Husada Saamarinda
4. Dr. Anik Puji Rahayu, S.Kep., M.Kep selaku dosen pembimbing I yang telah bersedia membimbing dan mengarahkan peneliti selama menyusun skripsi dan memberikan banyak ilmu serta solusi pada setiap permasalahan atas kesulitan dalam penulisan skripsi ini.
5. Ns. Desy Ayu Wardani, M. Kep., Sp. Kep, Mat selaku dosen pembimbing II yang telah bersedia membimbing dan mengarahkan peneliti selama menyusun skripsi dan memberikan banyak ilmu serta solusi pada setiap permasalahan atas kesulitan dalam penulisan skripsi ini.

6. Ns. Aries Abiyoga, S. Kep., M. Kep, selaku penguji I yang berkenan memberikan saran dalam perbaikan skripsi
7. Ns. Siti Mukaromah, S. Kep., M. Kep, selaku penguji II yang berkenan memberikan saran dalam perbaikan skripsi
8. Seluruh Bapak dan Ibu dosen ITKES Wiyata Husada Samarinda yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat bagi kehidupan peneliti serta seluruh staf pegawai yang telah banyak membantu.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas kebaikan dan melimpahkan karunia serta rahmat-Nya kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan sehingga memerlukan banyak perbaikan dan penyempurnaan baik dalam bentuk saran dan kritik yang bersifat membangun. Peneliti berharap skripsi ini dapat di terima sebagai syarat untuk menyelesaikan program studi Ilmu Keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda.



Samarinda, 06 Juli 2020

Peneliti
Muja Asmara

ABSTRAK

Hubungan *Body Image* Dengan *Self-Esteem* Pada Mahasiswa Keperawatan Yang Mengalami *Overweight*

Muja Asmara¹, Anik Puji Rahayu², Desy Ayu Wardani³
E-mail: mujaasmara97@gmail.com¹, rahayuanik@ymail.com²,
desyayuardani@itkes.ac.id³

Latar belakang: *Overweight* merupakan keadaan yang menunjukkan ketidakseimbangan antara tinggi dan berat badan akibat jaringan lemak dalam tubuh sehingga terjadi kelebihan berat badan yang melampaui ukuran ideal. *Overweight* dapat memberikan dampak negatif secara psikologi kepada remaja yang bersangkutan, hal ini yang selalu beriringan dengan *overweight* adalah gangguan *body image* dan *self-esteem*. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *body image* dengan *self-esteem* pada mahasiswa keperawatan yang mengalami *overweight* di ITKES Wiyata Husada Samarinda. **Metode:** Penelitian kuantitatif dengan penggunaan metode korelasional dan pendekatan *cross sectional*, dilaksanakan di ITKES Wiyata Husada Samarinda. Melibatkan 53 mahasiswa keperawatan dengan teknik *total sampling* yang telah memenuhi kriteria inklusi yaitu mahasiswa yang mengalami *overweight* dengan kategori *obesitas 1* dan *obesitas 2*. **Hasil:** Hasil penelitian menyatakan bahwa sebagian besar mahasiswa yang menjadi responden dalam penelitian memiliki *body image* yang negative sebanyak 28 orang (52,8%), serta memiliki *self-esteem* yang negatif sebanyak 28 orang (52,8%). Berdasarkan hasil uji korelasi *chi-square* didapatkan bahwa hasil analisis korelasi antara *body image* dengan *self-esteem* terlihat nilai *Asimp.Sig* sebesar 0,002. Karena nilai *Asimp.Sig* $0,002 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan *self-esteem* pada mahasiswa yang mengalami *overweight*. Maka hipotesis dalam penelitian ini diterima (H_a diterima), dan H_0 ditolak.

Kata kunci: *Overweight*, *Body Image*, *Self-Esteem*, Mahasiswa.

¹ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, ITKES Wiyata Husada Samarinda

² Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, ITKES Wiyata Husada Samarinda

³ Dosen Program Studi Keperawatan, Universitas Mulawarman Samarinda

ABSTRAK

The Relationship between Body Image and Self-Esteem in Nursing Students Who Are Overweight

Muja Asmara¹, Anik Puji Rahayu², Desy Ayu Wardani³
E-mail: mujaasmara97@gmail.com¹, rahayuanik@ymail.com²,
desyayuwardani@itkes.ac.id³

Background: Overweight is a condition that shows an imbalance between height and weight due to fat tissue in the body, resulting in overweight which exceeds the ideal size. Overweight can have a negative psychological impact on the adolescent concerned, this which is always accompanied by being overweight is a disorder of body image and self-esteem. **Purpose:** This study aims to determine the relationship between body image and self-esteem in overweight nursing students at ITKES Wiyata Husada Samarinda. **Methods:** Quantitative research using correlational methods and cross sectional approaches, conducted at ITKES Wiyata Husada Samarinda. Involving 53 nursing students with a total sampling technique that met the inclusion criteria, namely students who are overweight with obesity 1 and obesity 2 categories. **Results:** The results showed that most of the students who became respondents in the study had a negative body image as many as 28 people (52.8%), and had negative self-esteem as many as 28 people (52.8%). Based on the results of the chi-square correlation test, it was found that the results of the correlation analysis between body image and self-esteem showed that the Asimp.Sig value was 0.002. Because the Asimp.Sig value is $0.002 < 0.05$, it can be concluded that there is a significant positive relationship between body image and self-esteem in students who are overweight. Then the hypothesis in this study is accepted (H_a is accepted), and H_0 is rejected.

Keywords: Overweight, Body Image, Self-Esteem, Students.

¹ Student of Nursing Study Program, ITKES Wiyata Husada Samarinda

² Lecturers of Nursing Study Program, ITKES Wiyata Husada Samarinda

³ Lecturers of the Nursing Study Program, Mulawarman University Samarinda

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR SKEMA	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Penelitian Terkait	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Telaah Pustaka	9
1. Konsep <i>Overweight</i>	9
2. Konsep <i>Body Image</i>	15
3. Konsep <i>Self-Esteem</i>	25
4. Konsep Mahasiswa	28
5. Konsep kebutuhan Rasa Nyaman Sesuai Dengan Teori	29
B. Kerangka Teori Keperawatan	30
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	36
B. Kerangka Konsep Penelitian	36
C. Populasi dan Sampel	37
D. Variabel Penelitian	39
E. Definisi Operasional	40
F. Tempat dan Waktu Penelitian	42
G. Sumber Data dan Instrumen Penelitian	42
H. Uji Instrumen	43
I. Prosedur Pengumpulan Data	44
J. Analisa Data	48
K. Etika Penelitian	50
L. Alur Penelitian	52

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian54
B. Hasil Analisis Univariat.....54
C. Hasil Analisis Bivariat56
D. Pembahasan59
E. Keterbatasan Penelitian66

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan67
B. Saran67

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Berat Badan	10
Tabel 3.1	Definisi Operasional	41
Tabel 3.2	Kisi-kisi Instrumen Body Image	43
Tabel 3.3	Kisi-kisi Instrumen Self-Esteem	44
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	55
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia	55
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan IMT.....	56
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Variabel Body Image	56
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Variabel Self-Esteem	57
Tabel 4.6	Analisa Bivariat.....	58



DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori Penelitian	34
Skema 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	36



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Biodata Peneliti
- Lampiran 2 : Penjelasan Penelitian Bagi Responden Penelitian
- Lampiran 3 : Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4 : Lembar Pernyataan Persetujuan Kesiediaan Mengikuti Penelitian
- Lampiran 5 : Kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ)
- Lampiran 6 : Kuesioner *Self-Esteem Rosenberg*



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah kelebihan zat gizi atau sering disebut *overweight* merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak terjadi di zaman modern ini karena prevalensi kejadian tiap tahunnya semakin meningkat dan diperkirakan akan meledak di tahun 2020. Permasalahan *overweight* juga terjadi di Indonesia. Menurut Kemenkes RI, prevalensi *overweight* pada penduduk dewasa di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun 2007 hingga 2018 (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Prevalensi *overweight* pada tahun 2007 sebanyak 8,6% menjadi 11,5% pada tahun 2013 dan 13,6% pada tahun 2018. Dan proporsi *overweight* pada dewasa umur >18 di Provinsi Kalimantan Timur sebesar 25% pada tahun 2018. Prevalensi *Overweight* lebih tinggi di daerah perkotaan dibandingkan dengan daerah perdesaan. Daerah perkotaan merupakan pusat bagi mahasiswa untuk melanjutkan pendidikan perguruan tinggi. Banyak mahasiswa dengan masalah tidak pandai dalam memasak, sehingga membuat mereka setiap hari mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dan minuman ringan (*soft drink*). Pola makan yang salah mudah menyebabkan kelebihan masukan energi yang dapat menimbulkan *Overweight* bahkan gizi lebih. *Overweight* pada remaja berhubungan dengan konsumsi makanan yang mengandung karbohidrat dan penggantinya, makanan cepat saji, makanan dan minuman yang manis dan tinggi kalori dan kurangnya konsumsi makanan berserat (Gillis dan Bar, 2003).

Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal (Yusuf, 2012). Seseorang yang tergolong remaja akhir cenderung berada dalam keadaan labil dan emosional karena mengalami banyak perubahan yang berlangsung cepat. Pada masa ini terjadi proses peralihan perkembangan yang melibatkan perubahan dalam diri individu, seperti perubahan biologis atau fisik, sosio-emosional, dan kognitif. Perubahan secara fisik yang dialami salah satunya yaitu berubahnya bentuk tubuh menjadi

gemuk. Bagi para mahasiswa yang memulai memikirkan penampilan fisiknya, *Overweight* dianggap sebagai “momok” karena selain dapat berdampak langsung bagi kesehatan, juga sangat mengganggu penampilan fisik. Bentuk tubuh yang dimiliki dapat menciptakan pandangan atau persepsi tentang tubuh yang dimilikinya, disebut *body image* (NEDC, 2014). Perubahan fisik yang dialami oleh individu, menghasilkan persepsi yang berubah-ubah mengenai citra tubuhnya, namun hampir selalu bersifat negatif dan menunjukkan penolakan terhadap fisiknya (Bestiana, 2012).

Periode umur mahasiswa merupakan periode yang rentan terhadap gangguan *body image*. Pada masa ini mahasiswa akan menjadi lebih memperhatikan penampilan dirinya, terutama dengan bentuk tubuh yang dimiliki. Individu dengan status berat badan berlebih (*Overweight*) cenderung memiliki ketidakpuasan *body image* yang lebih besar dibandingkan dengan individu dengan berat badan normal (Buxton, 2008). Dan perkembangan *body image* itu sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya sosialisasi kebudayaan, pengalaman-pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, dan faktor kepribadian. Pada faktor kepribadian, *self-esteem* merupakan hal yang sangat penting terkait dengan perkembangan *body image*. Seseorang yang memiliki *self-esteem* yang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, namun sebaliknya seseorang yang memiliki *self-esteem* yang rendah akan meningkatkan *body image* yang negatif (Cash dan Pruzinsky, 2002).

Penelitian yang dilakukan oleh Sasmita Bobihu *et al.*, (2019) dengan judul Hubungan Obesitas Dengan Harga Diri Pada Mahasiswa Program Sru di Ilmi Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan obesitas dengan harga diri pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan. Populasi dalam penelitian ini yakni mahasiswa yang mengalami obesitas dengan jumlah sebanyak 37 responden. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan obesitas dengan harga diri (p Value .014), ada pengaruh yang signifikan antara obesitas dengan harga diri pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan di Universitas Muhammadiyah Gorontalo.

Penelitian yang dilakukan oleh Dyah Ayu Kusuma Wardani *et al.*, (2015) dengan judul *Obesitas, body image, dan perasaan stres pada mahasiswa di Daerah Istimewa Yogyakarta*. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara obesitas, *body image*, dan perasaan stres pada mahasiswa di Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara obesitas dengan *body image* pada mahasiswa laki-laki ($r= 0,32$; $p<0,01$) dan perempuan ($r= 0,23$; $p<0,01$). Demikian juga *body image* dan perasaan stres tidak berhubungan signifikan pada mahasiswa laki-laki ($\chi^2=0,50$; $r=0,480$) dan perempuan ($\chi^2=0,55$; $r=0,09$), tetapi mahasiswa dengan *body image* negatif mempunyai potensi 1,5 kali lebih besar untuk merasa stres dari pada mahasiswa dengan *body image* positif. Kesimpulannya *body image* berhubungan signifikan dengan obesitas pada mahasiswa laki-laki maupun perempuan. Namun, tidak terdapat hubungan signifikan antara *body image* dan perasaan stres, serta antara obesitas dan perasaan stres pada semua mahasiswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Victoria Nurvita dan Muryatinah Mulyo (2015) dengan judul *Hubungan antara self-esteem dengan body image pada remaja awal yang mengalami obesitas*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara self-esteem dengan *body image* pada remaja awal yang mengalami obesitas. Hasil penelitian menunjukkan taraf signifikansi sebesar 0,00 yang berarti H_0 ditolak, artinya terdapat hubungan antara variabel self-esteem dan variabel *body image*. Besar koefisien korelasi antar dua variabel adalah 0,855 yang menunjukkan hubungan positif antar dua variabel. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi self-esteem, maka *body image* yang dimiliki semakin positif pula.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 13 Maret 2020, melalui via online (whatsapp) pada 10 Mahasiswa ITKES Wiyata Husada Samarinda. Peneliti melakukan pengukuran IMT menurut klasifikasi WHO pada 10 mahasiswa yang mengalami masalah *Overweight*. Dan di peroleh hasil 2 mahasiswa mengalami kelebihan berat badan dengan risiko (IMT 23–24,9), 3 mahasiswa mengalami obesitas I (IMT 25-29,9) dan 5 mahasiswa mengalami obesitas II (IMT ≥ 30). Dari 10 mahasiswa yang mengalami peningkatan berat badan dilakukan pengukuran

citra tubuh dan harga diri dengan cara mahasiswa menjawab beberapa pertanyaan dari peneliti yang mengajukan pertanyaan wawancara mengenai citra diri dan harga diri. Dan di peroleh hasil 10 mahasiswa mengalami citra diri negative, karena mereka menganggap bawah ukuran tubuh mereka saat ini tidak ideal karena mereka mengalami kelebihan berat badan. Sedangkan 2 mahasiswa mengalami harga diri negative, karena mereka merasa di bully oleh orang-orang di sekitar mereka saat di katakan gendut atau ndut yang membuat mereka sakit hati mendengarnya. Sedangkan 8 mahasiswa mengalami harga diri positif, mereka tidak pernah berfikir untuk menarik diri dalam bergaul dengan orang sekitar mereka karena mereka masih bisa menutupi kekurangan yang ada pada diri mereka dengan rasa percaya diri yang mereka miliki.

Berdasarkan paparan-paparan diatas, peneliti ingin melakukan kajian apakah terdapat hubungan antara *body image* dengan *self-esteem* pada mahasiswa yang mengalami *overweight*.

B. Rumusan Masalah

Masalah kelebihan zat gizi atau sering disebut *overweight* merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak terjadi di zaman modern ini karena prevalensi kejadian tiap tahunnya semakin meningkat dan diperkirakan akan meledak di tahun 2020. *Overweight* kini menjadi permasalahan secara global terhadap seluruh tingkat sosial ekonomi negara di dunia. *Overweight* merupakan akar dari berbagai penyakit tidak menular seperti diabetes, hipertensi dan penyakit kardiovaskuler yang saat ini masih menjadi masalah kesehatan yang utama di Indonesia. Individu dengan status berat badan berlebih (*Overweight*) cenderung memiliki ketidakpuasan *body image* yang lebih besar dibandingkan dengan individu dengan berat badan normal. Seseorang yang memiliki *self-esteem* yang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, namun sebaliknya seseorang yang memiliki *self-esteem* yang rendah akan meningkatkan *body image* yang negatif.

Berdasarkan uraian ringkas dalam latar belakang diatas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Hubungan *Body Image* dengan *Self-estem* pada mahasiswa yang mengalami *overweight*”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisa hubungan *body image* dengan *self-esteem* pada mahasiswa yang mengalami *overweight*.

2. Tujuan Khusus

- a) Teridentifikasi *body image* pada mahasiswa yang mengalami *overweight*.
- b) Teridentifikasi *self-esteem* pada mahasiswa yang mengalami *overweight*.
- c) Teranalisis hubungan *body image* dengan *self-esteem* pada mahasiswa yang mengalami *overweight*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi bagi pihak kampus sebagai bahan edukasi dan pengetahuan tentang hubungan *body image* dengan *self-esteem* pada mahasiswa yang mengalami *overweight*.

2. Manfaat Praktis

- a) Bagi Mahasiswa dapat dijadikan sebagai acuan pengetahuan dalam meningkatkan pemahaman tentang mengenai *body image* dan *Self-esteem* secara positif.
- b) Bagi peneliti selanjutnya manfaat penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran terhadap referensi bagi kalangan yang akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan topik yang berhubungan dengan judul penelitian di atas

E. Penelitian Terkait

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sasmita Bobihu, Firmawati, Fendi Ntobuo (2019) dengan judul Hubungan Obesitas Dengan Harga Diri Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan obesitas dengan harga diri pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan.

Penelitian ini bersifat deskriptif kuantitatif, dengan desain penelitian *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini yakni mahasiswa yang mengalami obesitas dengan jumlah sebanyak 37 responden. Penentuan sampel menggunakan Total Sampling. Metode pengumpulan data menggunakan kuisioner. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji Chi-square. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan obesitas dengan harga diri (p Value .014), ada pengaruh yang signifikan antara obesitas dengan harga diri pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan di Universitas Muhammadiyah Gorontalo.

Persamaan penelitian yang dilakukan Sasmita Bobihu, Firmawati, Fendi Ntobuo (2019) dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti yaitu menganalisis hubungan obesitas dengan harga diri dan populasi dalam penelitian ini sama yaitu pada mahasiswa yang mengalami obesitas. Sedangkan Perbedaannya adalah penelitian yang dilakukan Sasmita Bobihu, Firmawati, dan Fendi Ntobuo bertujuan untuk mengetahui hubungan obesitas dengan harga diri pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan sedangkan penelitian yang akan dilakukan peneliti dengan tujuan untuk mengetahui hubungan *body image* dengan harga diri pada mahasiswa yang mengalami *overweight*.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Dyah Ayu Kusuma Wardani, Emy Huriyati, Mustikaningtyas, Janatin Hastuti (2015) dengan judul Obesitas, *body image*, dan perasaan stres pada mahasiswa di Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara obesitas, *body image*, dan perasaan stres pada mahasiswa di Yogyakarta. Desain penelitian *cross sectional* pada 150 mahasiswa (75 laki-laki dan 75 perempuan) di Universitas Gadjah Mada dan Universitas Teknologi Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara obesitas dengan *body image* pada mahasiswa laki-laki ($r= 0,32$; $p<0,01$) dan perempuan ($r= 0,23$; $p<0,01$). Mahasiswa laki-laki obes memiliki potensi 7 kali lebih besar untuk mempunyai *body image* negatif dibandingkan mahasiswa laki-laki tidak obes. Meskipun tidak terdapat hubungan signifikan antara obesitas dengan perasaan stres baik pada

mahasiswa laki-laki ($x^2=1,08$; $r=0,12$) maupun perempuan ($x^2=1,45$; $r=0,14$), tetapi mahasiswa non-obes memiliki peluang hampir 2 kali untuk merasa stres dibandingkan mahasiswa obes. Demikian juga *body image* dan perasaan stres tidak berhubungan signifikan pada mahasiswa laki-laki ($x^2=0,50$; $r=0,480$) dan perempuan ($x^2=0,55$; $r=0,09$), tetapi mahasiswa dengan *body image* negatif mempunyai potensi 1,5 kali lebih besar untuk merasa stres daripada mahasiswa dengan *body image* positif. Kesimpulannya *body image* berhubungan signifikan dengan obesitas pada mahasiswa laki-laki maupun perempuan. Namun, tidak terdapat hubungan signifikan antara *body image* dan perasaan stres, serta antara obesitas dan perasaan stres pada semua mahasiswa.

Persamaan penelitian yang dilakukan Dyah Ayu Kusuma Wardani et.al (2015) dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti yaitu untuk mengetahui hubungan antara obesitas dengan *body image* pada mahasiswa. Perbedaannya adalah penelitian yang dilakukan Dyah Ayu Kusuma Wardani bertujuan untuk mengetahui hubungan antara obesitas dengan *body image* pada mahasiswa, sedangkan penelitian yang akan dilakukan peneliti dengan tujuan untuk mengetahui hubungan *body image* dengan harga diri pada mahasiswa yang mengalami *overweight*.

3. Victoria Nurvita dan Muryatinah Mulyo (2015) dengan judul Hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* pada remaja awal yang mengalami obesitas. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Berdasarkan teknik pengumpulan data yang digunakan, penelitian ini menggunakan teknik survei. Alat pengumpul data berupa kuisioner *self-esteem* dan *body image*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* pada remaja awal yang mengalami obesitas. Hasil analisis data menunjukkan taraf signifikansi sebesar 0,00 yang berarti H_0 ditolak, artinya terdapat hubungan antara variabel *self-esteem* dan variabel *body image*. Besar koefisien korelasi antar dua variabel adalah 0,855 yang menunjukkan hubungan positif antar dua variabel. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi *self-esteem*, maka *body image* yang dimiliki semakin positif pula.

Persamaan penelitian yang dilakukan Victoria Nurvita dan Muryatinah Mulyo (2015) dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti yaitu menggunakan metode kuantitatif dan untuk mencari tahu hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* pada individu yang mengalami *overweight*. Perbedaannya adalah penelitian yang dilakukan Victoria Nurvita dan Muryatinah Mulyo dilakukan pada responden remaja awal, sedangkan penelitian yang akan dilakukan peneliti dengan tujuan untuk dengan responden mahasiswa.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

B. Telaah Pustaka

1. Konsep *Overweight*

a. Definisi *Overweight*

Overweight (kegemukan) merupakan keadaan yang menunjukkan ketidakseimbangan antara tinggi dan berat badan akibat jaringan lemak dalam tubuh sehingga terjadi kelebihan berat badan yang melampaui ukuran ideal (Sumanto, 2000). *Overweight* ditinjau dari segi psikososial merupakan beban bagi individu yang bersangkutan karena dapat menghambat kegiatan jasmani, sosial, dan psikologis. Selain itu, akibat bentuk yang kurang menarik, sering menimbulkan problem dalam pergaulan dan seseorang menjadi rendah diri dan merasa putusasa (Soegih, 2009). *Overweight* dapat terjadi pada semua golongan usia termasuk usia remaja dikarenakan kelompok ini berada pada fase pertumbuhan yang pesat (*growth spurt*) sehingga membutuhkan zat gizi yang relatif lebih besar jumlahnya yang dapat menimbulkan masalah gizi, lingkungan serta pola hidup dan menyebabkan kelebihan gizi (Aritonang & Iriyantun, 2009).

Penentuan seseorang mengalami *overweight* dapat menggunakan indeks masa tubuh (IMT) yaitu perbandingan berat badan dalam kilogram dengan tinggi badan kuadrat dalam meter. Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan rumus matematis yang berkaitan dengan lemak tubuh orang dewasa, dan dinyatakan sebagai berat badan dalam kilogram dengan kuadrat tinggi badan dalam ukurang meter (Arisman, 2007). Pada orang dewasa, BMI lebih besar atau sama dengan 25 dikategorikan kelebihan berat badan, sedngakan BMI lebih besar atau sama dengan 30 disebut obesitas. Meskipun dalam skor IMT terdapat perbedaan antara *overweight* dan obesitas, namun keduanya termasuk dalam kategori *excess body weight* (WHO, 2019).

Tabel 1.1 Klasifikasi Berat Badan Menurut WHO

Klasifikasi	IMT
Berat badan kurang (undeweight)	< 18,5
Berat badan normal	18,5 – 22,9
Kelebihan berat badan (overweight)	
Dengan resiko	23 – 24,9
Obesitas I	25 – 29,9
Obesitas II	≥ 30

b. Faktor Penyebab Overweight

Menurut para ahli, didasarkan pada hasil penelitian, kegemukan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor-faktor tersebut diantaranya adalah faktor genetik, disfungsi salah satu bagian otak, pola makan yang berlebih, kurang gerak atau olahraga, emosi, dan faktor lingkungan (Soetjiningsih, 1995).

1) Genetik

Kegemukan dapat diturunkan dari generasi sebelumnya pada generasi berikutnya di dalam sebuah keluarga. Itulah sebabnya kita seringkali menjumpai orangtua yang gemuk cenderung memiliki anak-anak yang gemuk pula. Dalam hal ini nampaknya faktor genetik telah ikut campur dalam menentukan jumlah unsur sel lemak dalam tubuh. Hal ini dimungkinkan karena pada saat ibu yang obesitas sedang hamil maka unsur sel lemak yang berjumlah besar dan melebihi ukuran normal, secara otomatis akan diturunkan kepada sang bayi selama dalam kandungan. Maka tidak heranlah bila bayi yang lahirpun memiliki unsur lemak tubuh yang relatif sama besar. Seorang anak punya 40% kemungkinan mengalami kegemukan, bila salah satu orangtuanya obesitas. Bila kedua orangtuanya kelebihan berat badan, maka kemungkinan seorang anak mengalami obesitas pun naik hingga 80% (Hanson, 2005).

2) Pola makan berlebih

Orang yang kegemukan lebih responsif disbanding dengan orang berberat badan normal terhadap isyarat lapar eksternal, seperti rasa dan bau makanan, atau saatnya waktu makan. Orang yang gemuk cenderung makan bila ia merasa ingin makan, bukan makan pada saat ia lapar. Pola makan berlebih inilah yang menyebabkan mereka sulit untuk keluar dari kegemukan jika sang individu tidak memiliki kontrol diri dan motivasi yang kuat untuk mengurangi berat badan (Khomsan, 2002).

3) Kurang gerak atau olahraga

Tingkat pengeluaran energi tubuh sangat peka terhadap pengendalian berat tubuh. Pengeluaran energy tergantung dari dua faktor: 1) tingkat aktivitas dan olah raga secara umum; 2) angka metabolisme basal atau tingkat energi yang dibutuhkan untuk mempertahankan fungsi minimal tubuh. Dari kedua faktor tersebut metabolisme basal memiliki tanggung jawab dua pertiga dari pengeluaran energi orang normal. Meski aktivitas fisik hanya mempengaruhi satu pertiga pengeluaran energi seseorang dengan berat normal, tapi bagi orang yang memiliki kelebihan berat badan aktivitas fisik memiliki peran yang sangat penting. Pada saat berolahraga kalori terbakar, makin banyak berolahraga maka semakin banyak kalori yang hilang. Kalori secara tidak langsung mempengaruhi sistem metabolisme basal. Orang yang duduk bekerja seharian akan mengalami penurunan metabolisme basal tubuhnya. Kekurangan aktifitas gerak akan menyebabkan suatu siklus yang hebat, obesitas membuat kegiatan olah raga menjadi sangat sulit dan kurang dapat dinikmati dan kurangnya olah raga secara tidak langsung akan mempengaruhi turunnya metabolisme basal tubuh orang tersebut. Jadi olahraga sangat penting dalam penurunan berat badan tidak saja karena dapat membakar kalori, melainkan juga karena dapat membantu mengatur berfungsinya metabolis normal (Martinez *et. al.*, 2008).

4) Lingkungan

Faktor lingkungan ternyata juga mempengaruhi seseorang untuk menjadi gemuk. Jika seseorang dibesarkan dalam lingkungan yang menganggap gemuk adalah simbol kemakmuran dan keindahan maka orang tersebut akan cenderung untuk menjadi gemuk. Selama pandangan tersebut tidak dipengaruhi oleh faktor eksternal maka orang yang obesitas tidak akan mengalami masalah-masalah psikologis sehubungan dengan kegemukan.

c. Dampak Overweight

Overweight dapat menimbulkan dampak negatif bagi penderitanya. Menurut World Health Organization kegemukan dan obesitas dapat berisiko menyebabkan efek metabolik buruk pada tekanan darah, trigliserida, resistensi insulin dan kolesterol. Resiko penyakit yang akan timbul yaitu diabetes mellitus tipe 2, ischemic stroke dan jantung koroner dapat terjadi dengan meningkatnya Indeks Massa Tubuh (IMT). Indeks Massa Tubuh yang tinggi juga akan meningkatkan resiko kanker payudara, prostat, endometrium, usus besar, ginjal dan kandung empedu. Tingkat kematian meningkat dengan meningkatnya derajat kasus kelebihan berat badan dan *obesitas* (WHO, 2016).

d. Penatalaksanaan Overweight

Penatalaksanaan *Overweight* dapat dibagi beberapa kategori, yaitu:

1) Farmakologi

Tiga mekanisme dapat digunakan untuk mengklasifikasi obat-obatan untuk terapi *Overweight* dan obesitas adalah terapi yang mengurangi asupan makanan, yang mengganggu metabolisme dengan cara mempengaruhi proses pra atau pasca absorpsi. Terapi yang meningkatkan pengeluaran energi atau termogenesis. Obat yang tersedia saat ini Orlistat : yang menghambat lipase pankreas (enzim yang dihasilkan kelenjar ludah perut) dan akan menyebabkan penurunan penyerapan lemak sampai 30%. Efedrin dan kafein, meningkatkan pengeluaran energi, akan meningkatkan konsumsi oksigen sekitar 10% selama beberapa jam. Pada uji klinis efedrin

dan kafein menghasilkan penurunan berat badan lebih besar dibanding kelompok plasebo. Diperkirakan 25-40% penurunan berat badan oleh karena thermogenesis dan 60-75% karena pengurangan asupan makanan. Efek samping utama adalah peningkatan nadi dan perasaan berdebar-debar yang terjadi pada sejumlah penderita. Sibutramin dapat menurunkan energi intake dan mempertahankan penurunan pengeluaran energi setelah penurunan berat badan. Pada penelitian ternyata terbukti sibutramin menurunkan asupan makanan dengan cara mempercepat timbulnya rasa kenyang dan mempertahankan penurunan pengeluaran energi setelah penurunan berat badan.

2) Intervensi Bedah

Intervensi bedah untuk mengatasi masalah obesitas sebenarnya telah diterapkan sejak th.1960 dengan bedah pintas lambung. Hanya karena teknologi bedah saat itu masih terbatas, membuat operasi ini hampir selalu berujung pada kematian pasien. Ada beberapa pilihan pembedahan seperti Laparoscopic Adjustable Gastric Binding, Vertical Banded Gastroplasty, Rouxen-Y gastric bypass. Laparoscopic Adjustable Gastric Binding, merupakan tindakan bedah generasi mutakhir untuk menangani penderita dengan obesitas yang berat, dimana hanya dengan membuat lubang/irisasi kecil diperut (diameter 0,5-1,0 cm). Dengan pita/plaster silicon yang dilekatkan seputar lambung bagian atas, sehingga terbentuk satu kantong kecil. Apabila penderita makan, kantong kecil tadi akan cepat penuh dan ini akan memberikan sensasi kenyang. Pengosongan makanan dari kantong kecil tersebut akan secara pelan-pelan melalui ikatan yang dibuat dan penderita tidak akan merasa lapar sampai beberapa jam. Dengan intervensi bedah ini, diharapkan dapat menurunkan berat badan dari 20 kg sampai lebih dari 100kg.

3) Non Farmakologi

a) Intervensi Diet

Pengaturan makan merupakan tiang utama penanganan overweight, oleh sebab itu perlu ditekankan pada penderita bahwa konsistensi pengaturan makan jangka panjang sangat menentukan keberhasilan pengobatan. Keberhasilan pengobatan dievaluasi minimal dalam jangka waktu 6 bulan. Dua macam nutrisi medic yang efektif untuk menurunkan berat badan, yaitu Low Calorie balance Diets (LCD), Very Low Calorie Diets (VLCD), Low Calorie balance Diets (LCD). Hal ini dapat dicapai dengan mengurangi asupan lemak dan karbohidrat. Dapat diberikan 1200-1600 kkal/hari dengan protein 1 g/kg BB, lemak 20-25% dari kalori total dan sisanya karbohidrat. Beberapa rekomendasi praktis dapat dilakukan untuk mencapai sasaran diet: makan setidaknya 5-7 porsi buah dan sayuran perhari. Makan 25-30 gram serat perhari (dari buah atau sayur, roti gandum, sereal, pasta dan kacang-kacangan. Untuk sumber karbohidrat hasil proses, pilihlah roti gandum. Minum setidaknya 8 gelas sehari. Makan setidaknya 2 porsi perhari hasil olahan susu rendah lemak. Pilih protein rendah lemak seperti ayam tanpa kulit, kalkun dan produk kedelai. Sebaiknya makan daging lebih sedikit. Makan ikan setidaknya 2 kali seminggu. Asupan garam maksimum 2.400 mg perhari (I Koupil, 2008).

b) **Aktivitas Fisik**

Aktivitas fisik aktif berupa aktivitas yang rutin, merupakan bagian penting dari program penurunan berat badan. Olahraga juga dapat mengurangi rata-rata angka kesakitan dan kematian beberapa penyakit kronik. Dokter dapat menekankan urgensinya aktivitas fisik pada penderita, dan menyarankan untuk melakukan aktivitas fisik paling sedikit 150 menit perminggu. Latihan fisik saja sudah dapat menurunkan berat badan rata-rata 2-3 kg. Perubahan perilaku merupakan usaha maksimal untuk menerapkan aspek nonfarmakologis dalam pengelolaan

penyakit. Perencanaan makan dan kegiatan jasmani merupakan aspek penting dalam terapi nonfarmakologis. Penderita agar menyadari untuk mengubah perilaku, karena keberhasilan penurunan berat badan ini sangat dipengaruhi oleh faktor dirinya sendiri, kedisiplinan mengikuti program diet serta kesinambungan pengobatan. Motivasi penderita sangat menentukan keberhasilan upaya penurunan berat badan.

2. Konsep *Body Image*

a. Definisi *Body Image*

Body image merupakan suatu sikap atau perasaan puas dan tidak puas yang dimiliki oleh seseorang atau suatu individu tertentu terhadap tubuhnya sehingga dapat melahirkan suatu penilaian yang positif atau negatif pada dirinya. Menurut Honigam dan Castle *body image* adalah gambaran mental seseorang terhadap bentuk serta ukuran tubuhnya dan bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dia pikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya dan atas penilaian orang lain terhadap dirinya (Januar, 2007).

Body image adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan pengalaman baru setiap individu (Struat and Sundeen, 1999).

Pembentukan *body image* dipengaruhi oleh persepsi, imajinasi, emosi, suasana hati, lingkungan, dan pengalaman fisik. Setiap individu memiliki gambaran diri ideal seperti apa yang diinginkannya termasuk bentuk tubuh ideal seperti apa yang dimilikinya. Kepuasan atau ketidakpuasan terhadap tubuh dan bagian-bagian tubuh merupakan bagian dari cara seseorang memaknai anggota tubuhnya sebagai fungsi atau sebagai objek keindahan. Ketidaksesuaian antara bentuk tubuh yang dipersepsi oleh individu dengan bentuk tubuh yang menurutnya ideal akan memunculkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya (Amalia, 2007). Tingkat *Body image* individu digambarkan oleh seberapa jauh

individu merasa puas terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan serta menambahkan tingkat penerimaan citra raga sebagian besar tergantung pada pengaruh sosial budaya yang terdiri dari empat aspek yaitu reaksi orang lain, perbandingan dengan orang lain, peranan individu dan identifikasi terhadap orang lain (Thompson, 2000)

b. Konsep pandangan *Body Image*

Menurut Nurvita (2015) *Body Image* memiliki dua konsep pandangan yang berlawanan yaitu positif dan negatif.

1) *Body Image* Positif

Body image positif dimiliki oleh individu yang merasa puas terhadap bentuk tubuh dan penampilannya (*body satisfaction*), merasa percaya diri, dan menerima segala perubahan pada bentuk tubuhnya. *Body image* adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan pengalaman baru setiap individu (Struat and Sundeen, 1999). Pembentukan *body image* dipengaruhi oleh persepsi, imajinasi, emosi, suasana hati, lingkungan, dan pengalaman fisik. Setiap individu memiliki gambaran diri ideal seperti apa yang diinginkannya termasuk bentuk tubuh ideal seperti apa yang dimilikinya. Kepuasan atau ketidakpuasan terhadap tubuh dan bagian-bagian tubuh merupakan bagian dari cara seseorang memaknai anggota tubuhnya sebagai fungsi atau sebagai objek keindahan. Ketidaksesuaian antara bentuk tubuh yang dipersepsi oleh individu dengan bentuk tubuh yang menurutnya ideal akan memunculkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya (Amalia, 2007). Tingkat *Body image* individu digambarkan oleh seberapa jauh individu merasa puas terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan serta menambahkan tingkat penerimaan citra raga sebagian besar tergantung pada pengaruh sosial budaya

yang terdiri dari empat aspek yaitu reaksi orang lain, perbandingan dengan orang lain, peranan individu dan identifikasi terhadap orang lain (Thompson, 2000)

c. Konsep pandangan *Body Image*

Menurut Nurvita (2015) *Body Image* memiliki dua konsep pandangan yang berlawanan yaitu positif dan negatif.

1) *Body Image* Positif

Body image positif dimiliki oleh individu yang merasa puas terhadap bentuk tubuh dan penampilan fisiknya (*body satisfaction*), merasa percaya diri, dan menerima segala perubahan pada bentuk tubuhnya.

2) *Body Image* Negatif

Body image negatif pada individu terjadi karena tidak terpenuhinya standar kepribadiannya dalam segi penampilan. Sehingga individu menilai tubuhnya dengan rendah. *Body image* negatif dimiliki oleh individu yang merasa bentuk tubuh dan penampilannya (*body satisfaction*) tidak sesuai dengan bentuk tubuh ideal yang ia harapkan dan yang ada di media maupun lingkungan sosialnya sehingga orang tersebut merasa tidak puas dengan bentuk tubuh serta penampilannya. Apabila hal tersebut berlanjut, maka dapat menyebabkan individu menjadi rentan terhadap harga diri yang rendah, depresi, kecemasan, sosial, menarik diri dari situasi sosial.

d. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Body Image*

Banyak hal yang dapat mempengaruhi *body image* seseorang termasuk pandangan atau penilaian orang lain terhadap penampilan diri sendiri. Beberapa ahli menyatakan ada berbagai faktor yang dapat mempengaruhi *body image* seseorang adapun faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan *body image* menurut Cash (1994) adalah sebagai berikut:

1) Jenis kelamin

Jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan *body image* seseorang (Cash & Hrabosky, 2004).

Ketidakpuasan terhadap tubuh lebih sering terjadi pada wanita dari pada laki-laki (Cash, 1994). Pada umumnya wanita, lebih kurang puas dengan tubuhnya dan cenderung memiliki *body image* yang negatif. Wanita biasanya lebih kritis terhadap tubuh mereka baik secara keseluruhan maupun pada bagian tertentu tubuh mereka dari pada laki-laki. Persepsi *body image* yang buruk sering berhubungan dengan perasaan kelebihan berat badan terutama pada wanita. Sedangkan pada seorang laki-laki, lebih memperhatikan masa otot ketika mempertimbangkan *body image* mereka. Umumnya *body image* yang buruk dapat menyebabkan diet konstan dan diet yang bersifat sementara, *obesity*, dan gangguan makan serta dapat menyebabkan rendahnya harga diri, depresi, kecemasan dan keseluruhan tekanan emosional. Seorang laki-laki juga ingin menghindari bentuk tubuh gemuk, lembek, namun dikalangan lelaki yang tidak puas dengan berat dan bentuk berusaha untuk menambah berat badan untuk mengembangkan lengan atas, dada dan bahu.

2) Media massa

Media massa yang muncul dimana-mana memberikan gambaran ideal mengenai *figure* perempuan dan laki-laki yang dapat mempengaruhi gambaran tubuh seseorang. Tiggeman menyatakan media massa menjadi pengaruh kuat dalam budaya social. Anak-anak dan remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan menonton televisi dan kebanyakan orang dewasa membaca surat kabar harian dan majalah (Cash, 1994). Survey media massa menunjukkan 83% majalah fashion khususnya dibaca oleh mayoritas perempuan maupun anak perempuan. Konsumsi media yang tinggi dapat mempengaruhi konsumen dalam berbagai cara. Isi tayangan media massa sering menggambarkan standart kecantikan perempuan adalah tubuh yang kurus, dalam hal ini berarti level kekurusan yang dimiliki, kebanyakan wanita percaya mereka adalah orang-orang yang sehat. Media juga menggambarkan gambaran

ideal bagi laki-laki adalah dengan memiliki tubuh yang berotot dan perut yang rata. Menurut Longe *body image* dapat dipengaruhi oleh pengaruh luar (dalam Cash, 1994). Sumber media, seperti televisi, internet, dan majalah sering menggambarkan orang lebih dekat dengan tipe tubuh yang ideal umum diterima daripada citra tubuh rata-rata, untuk menjual produk mereka. Akibatnya, orang-orang, terutama anak-anak dan dewasa muda yang terlalu dipengaruhi dan terpengaruh oleh penggambaran seperti citra tubuh tersebut. Levine dan Smolak menyimpulkan dengan melihat foto-foto model yang langsing membuat gadis dan perempuan merasa buruk tentang tubuh mereka (dalam Cash, 1994), beberapa penelitian menunjukkan dampak negatif. Secara singkat media menciptakan citra seorang wanita itu langsing pada majalah fashion terbukti menyebabkan sejumlah efek negative secara langsung termasuk perhatian yang lebih besar tentang berat badan, ketidakpuasan tubuh, suasana hati yang negatif, dan penurunan persepsi daya tarik diri.

3) Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal membuat seseorang cenderung membandingkan diridengan orang lain dan *feedback* yang diterima mempengaruhi konsep diri termasuk mempengaruhi bagaimana perasaan terhadap penampilan fisik. Hal inilah yang sering membuat orang merasa cemas dengan penampilannya dan gugup ketika orang lain melakukan evaluasi terhadap dirinya. Rossen dan koleganya menyatakan *feedback* terhadap penampilan dan kompetensi teman sebaya dan keluarga dalam hubungan interpersonal dapat mempengaruhi bagaimana pandangan dan perasaan mengenai tubuh (Cash, 1994). Dunn dan Gooke menerima *feedback* mengenai penampilan fisik mereka berarti seseorang mengembangkan persepsi tentang bagaimana seseorang melakukan perbandingan social yang merupakan salah satu proses pembentukan dalam penilaian diri mengenai daya tarik fisik (Cash, 1994). Pikiran dan perasaan mengenai tubuh bermula dari adanya reaksi orang lain.

Dalam konteks perkembangan, *body image* berasal dari hubungan interpersonal. Perkembangan emosional dan pikiran individu juga berkontribusi pada bagaimana seseorang melihat dirinya. Maka, bagaimana seseorang berpikir dan merasa mengenai tubuhnya dapat mempengaruhi hubungan dan karakteristik psikologis.

Banyak hal yang dapat mempengaruhi *body image*. Sejalan dengan itu, Thompson (2000) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* sebagai berikut :

- 1) Pengaruh berat badan dan persepsi gemuk atau kurus
Keinginan-keinginan untuk menjadikan berat badan tetap optimal dengan menjaga pola makan yang teratur, sehingga persepsi terhadap citra tubuh yang baik akan sesuai dengan diinginkannya.
- 2) Budaya
Adanya pengaruh disekitar lingkungan individu dan bagaimana cara budaya mengkomunikasikan norma-norma tentang penampilan fisik, dan ukuran tubuh yang menarik.
- 3) Siklus hidup
Pada dasar Individu menginginkan untuk kembali memiliki bentuk tubuh seperti masa lalu.
- 4) Masa kehamilan
Proses dimana individu bisa menjaga masa tumbuh kembang anak dalam kandungan, tanpa ada peristiwa-peristiwa pada masa kehamilan.
- 5) Sosialisasi
Adanya pengaruh dari teman sebaya yang menjadikan individu ikut terpengaruh didalamnya.
- 6) Konsep diri

Gambaran Individu terhadap dirinya, yang meliputi penilaian diri dan penilaian sosial.

7) Peran gender

Dalam hal ini peran orang tua sangat penting bagi citra tubuh individu, sehingga menjadikan individu lebih cepat terpengaruh.

8) Pengaruh distorsi citra tubuh pada diri individu

Perasaan dan persepsi individu yang bersifat negatif terhadap tubuhnya yang dapat diikuti oleh sikap yang buruk.

Di antara komponen tersebut, yang memiliki pengaruh lebih besar adalah budaya yaitu keindahan tubuh dan standar tentang tubuh ditentukan oleh masyarakat. Dengan kata lain, masyarakat menilai apa yang dikatakan indah, ideal, dan apa yang tidak. Kecantikan wanita yang ideal telah bervariasi dan berubah sesuai standar estetika jangka waktu tertentu dan sebagian besar wanita telah berusaha untuk mengubah diri mereka sendiri untuk memenuhi citra ideal ini (Thomson, 2000). Adanya *trend* mengenai citra ideal dapat mempengaruhi persepsi individu terhadap tubuhnya, hal tersebut akan membuat individu cenderung membandingkan antara persepsi tubuh dan penampilannya sendiri dengan penampilan ideal yang mereka bayangkan, apabila terdapat kesenjangan yang terlalu jauh antara tubuh nyatanya dengan tubuh idealnya, individu akan merasakecewa, frustrasi, sedih atau merasa ada satu kebutuhan yang tidak terpenuhi. Penelitian lain menekankan kecenderungan untuk membandingkan penampilan fisik sendiri pada orang lain secara kuat terkait dengan ketidakpuasan tubuh (Thompson, 2000).

Pada studi lain, terdapat indikasi mayoritas variasi dari *body image* dan gangguan pola makan bisa dikaitkan dengan kecenderungan untuk menyadari dan menginternalisasikan norma sosiokultural mengenai penampilan yang menarik (Thompson, 2000). Media massa menjadi faktor yang penting dalam membentuk nilai-nilai yang dianut di masyarakat (Wei, R., & Pan, Z., 1999). Melalui media massa, tubuh yang ideal terbentuk di masyarakat. Di Indonesia sendiri dapat dilihat

peran media massa mulai mempunyai pengaruh dalam membentuk pikiran tentang penampilan dan *body image*, pada iklan-iklan kosmetik sering digunakan model wanita dengan kulit yang putih, tubuh yang langsing, secara tidak sadar masyarakat menganggap tubuh ideal seorang wanita adalah yang memiliki kulit putih dan bertubuh langsing.

e. Aspek – aspek Body Image

Menurut Thompson (2000) tingkat citra raga individu digambarkan oleh seberapa jauh individu merasa puas terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan serta menambahkan tingkat penerimaan citra raga sebagian besar tergantung pada pengaruh sosial budaya yang terdiri dari empat aspek yaitu reaksi orang lain, perbandingan dengan orang lain, peranan individu dan identifikasi terhadap orang lain. Komponen citra raga terdiri dari komponen perseptual dan komponen sikap menjadi landasan pengukuran. Komponen perseptual menunjukkan bagaimana individu menggambarkan kondisi fisiknya. Oleh karena itu penilaian merupakan aspek yang tepat untuk mewakili komponen-komponen tersebut. Komponen sikap mengarah pada perasaan dan sikap yang muncul dari kondisi tersebut. Perasaan diwakili dengan tingkat kepuasan dan ketidakpuasan individu terhadap tubuhnya, sedangkan sikap diwakili oleh harapan-harapan mengenai tubuhnya, sebagai akibat dari harapan biasanya menjadi tindakan demi mewujudkan harapan tersebut. Oleh karena itu aspek perasaan dan aspek harapan mewakili seluruh komponen sikap. Thompson (2000) menjelaskan aspek-aspek dalam citra raga yaitu:

- 1) Persepsi terhadap bagian tubuh dan penampilan secara keseluruhan
Bentuk tubuh merupakan suatu simbol dari diri seorang individu, karna dalam hal tersebut individu dinilai oleh orang lain dan dinilai oleh dirinya sendiri. Selanjutnya bentuk tubuh serta penampilan baik dan buruk dapat mendatangkan perasaan senang atau tidak senang terhadap bentuk tubuhnya sendiri.

2) Aspek perbandingan dengan orang lain

Adanya penilaian sesuatu yang lebih baik atau lebih buruk dari yang lain, sehingga menimbulkan suatu prasangka bagi dirinya ke orang lain, hal-hal yang menjadi perbandingan individu ialah ketika harus menilai penampilan dirinya dengan penampilan fisik orang lain.

3) Aspek sosial budaya (reaksi terhadap orang lain)

Seseorang dapat menilai reaksi terhadap orang lain apabila dinilai orang itu menarik secara fisik, maka gambaran orang itu akan menuju hal-hal yang baik untuk menilai dirinya.

f. Gangguan Body Image

Gangguan gambaran diri (*body image disturbance*) didefinisikan bahwa gangguan gambaran diri merupakan pemikiran dan perasaan negatif seseorang mengenai tubuhnya. Menurut Cash dan Pruzinsky (2002 dalam Nahdiyah, 2015) bentuk gangguan gambaran diri dapat dibagi dua, berdasarkan komponen gambaran diri yang terganggu yaitu; Satu *Body image distortion* apabila komponen yang terganggu adalah komponen persepsi maka gangguan gambaran diri yang dialami adalah *distorsi body image*. Apabila individu mengalami *distorsi body image* maka ia tidak mampu memperkirakan (mengestimasi) ukuran tubuhnya secara tepat, kedua *Body image dissatisfaction* Ketidakpuasan gambaran diri dapat dilihat dari bagaimana individu menilai tubuhnya. Bila individu menilai penampilan tidak sesuai dengan standar pribadi, maka ia menilai rendah tubuhnya. Menurut penelitian, gambaran diri adalah komponen yang penting dalam hidup manusia karena apabila terdapat gangguan pada gambaran diri dapat mengakibatkan banyak hal, seperti rendahnya *self esteem*, gangguan pola makan (*disordered eating*), diet yang tidak sehat, depresi dan juga *anxiety*. Persepsi tubuh seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya adalah faktor eksternal (seperti orangtua, teman, media massa, dokter/ahli gizi, dan lainnya) serta faktor internal (seperti ukuran tubuh saat ini). Orangtua, teman sebaya, dan media massa memiliki pengaruh yang paling besar terhadap

persepsi tubuh remaja untuk menurunkan berat badannya (McCabe, 2001).

g. Alat Ukur *Body Image*

Di Indonesia, sampai saat ini belum banyak dikembangkan alat ukur untuk menilai persepsi tubuh. Salah satu alat ukur yang digunakan untuk menilai persepsi tubuh adalah *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34). *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34) adalah alat ukur yang digunakan untuk menilai persepsi tubuh melalui serangkaian pertanyaan mendalam dengan 34 item pertanyaan yang dikembangkan oleh Cooper *et al.*, tahun 1987. Validitas metode BSQ diuji menggunakan nilai sensitivitas (Se) dan spesivisilas (Sp) dengan FRS sebagai standar. Nilai dikatagorikan sensitif dan spesifik apabila nilainya lebih dari 75. Analisis data dilakukan secara deskriptif dan uji korelasi. Data BSQ dianalisis reliabilitas dan alidilasnya melalui uji Se dan Sp dengan FRS sebagai benchmark. Uji statistik yang digunakan adalah korelasi rank spearman, pearson, dan chi-square. Analisis data menggunakan program komputer MS Excel, WHO Anthro 2007, dan SPSS 17.0 for Windows (Pook, 2006).

Dalam penelitian ini, untuk menilai persepsi tubuh peneliti menggunakan skala adaptasi dari Evans dan Dolan (1993) yaitu *Body Shape Questionnaire* (BSQ-16). Skala *Body Shape Questionnaire* terdiri dari 16 item menggunakan konstruk Cooper (1987) berdasarkan pada dimensi *Self Perception of Body Shape*, *Comparative Perception of Body Image*, *Attitude Concerning Body Image Alteration*, dan *Severe Alterations in Body Perception*. Skala variable menggunakan skala Likert, skala 1 menunjukkan tidak pernah, skala 2 menunjukkan jarang, skala 3 menunjukkan terkadang, skala 4 menunjukkan sering, skala 5 menunjukkan sangat sering, dan skala 6 menunjukkan selalu.

Sebelum mengadaptasi skala peneliti sudah memperoleh izin dari pihak atau peneliti yang berkaitan langsung dengan skala (terlampir). Peneliti mengadaptasi skala BSQ-16 dengan menterjemahkan skala tersebut dari Bahasa Inggris ke Bahasa Indonesia. Metode yang

digunakan dalam proses penerjemahan skala adalah metode *back-translation*. *Back-translation* adalah metode dengan melibatkan pengambilan protokol dari sebuah penelitian ke dalam bahasa tertentu. Protokol tersebut diterjemahkan ke dalam bahasa lain, kemudian dengan meminta orang lain untuk menerjemahkan kembali ke bahasa aslinya untuk menekan kemunculan bias yang terjadi (Matsumoto dan Juang, 2008).

3. Konsep *Self - Esteem*

a. Pengertian *Self - Esteem*

Harga diri atau dalam istilah psikologinya *self-esteem* merupakan pembahasan penting dalam psikologi, karena terkait dengan aspek emosional yang merupakan salah satu dimensi manusia (Matthew and Patrick, 2000). Harga diri adalah penilaian dan sikap individu secara menyeluruh terhadap dirinya sendiri, mulai dari penilaian yang bersifat negatif sampai positif (Rosenberg *et al*, 1995). *Self-esteem* merupakan sikap seseorang berdasarkan persepsi tentang bagaimana ia menghargai dan menilai dirinya sendiri secara keseluruhan, yang berupa sikap positif atau negatif terhadap dirinya (Mruk, 2006).

Harga diri berasal dari dua sumber utama yaitu diri sendiri dan orang lain. Faktor yang mempengaruhi harga diri yang berasal dari diri sendiri seperti kegagalan yang berulang kali, kurang mempunyai tanggung jawab personal, ketergantungan pada orang lain, ideal diri tidak realistis. Sedangkan yang berasal dari orang lain adalah penolakan orang tua, harapan orang tua yang tidak realistis. Harga diri ini di dapat ketika seseorang merasa dicintai, dihormati dan ketika seseorang dihargai dan dipuji (Stuart & Laraia, 2005).

Abraham H. Maslow mengemukakan hierarki kebutuhan dari yang paling dasar sampai yang paling tinggi salah satunya adalah kebutuhan penghargaan atau *self esteem*. Kebutuhan akan rasa harga diri ini oleh Maslow dibagi menjadi dua bagian yaitu, Penghormatan atau penghargaan dari diri sendiri yang mencakup hasrat untuk memperoleh kompetensi, rasa percaya diri, kekuatan pribadi, adekuasi,

kemandirian dan kebebasan. Individu ingin mengetahui atau yakin bahwa dirinya berharga serta mampu mengatasi segala tantangan dalam hidupnya. Dan penghargaan dari orang lain, antara lain prestasi. Dalam hal ini individu butuh penghargaan atas apa-apa yang dilakukannya (Sri Mendari, 2013).

b. Respon *Self Esteem*

Respon *Self Esteem* terdiri dari harga diri positif dan harga diri negatif:

1) *Self Esteem* Positif

Individu dengan harga diri tinggi bersikap asertif, terbuka, dan memiliki kepercayaan terhadap dirinya. Sikap asertif tersebut memungkinkan mereka untuk dapat menyatakan diri apa adanya sehingga pengungkapan diri yang dilakukan bukan sebagai topeng untuk menutupi kelemahannya. Individu dengan harga diri rendah menunjukkan perilaku yang menghambat pengungkapan diri (Michener dan DeLamater 1999).

2) *Self Esteem* Negatif

Harga diri rendah merupakan suatu kesedihan atau perasaan duka berkepanjangan (Stuart & Laraia, 2005). Harga diri rendah adalah emosi normal manusia, tetapi secara klinis dapat bermakna patologik apabila mengganggu perilaku sehari-hari, menjadi pervasive dan muncul bersama penyakit lain (Stuart & Sundeen, 1998). Harga diri rendah terkait dengan hubungan interpersonal yang buruk yang beresiko mengalami depresi dan schizoprenia. Harga diri rendah digambarkan sebagai perasaan negatif terhadap diri sendiri termasuk hilangnya rasa percaya diri dan harga diri. Harga diri rendah dapat terjadi secara situasional atau kronis. Harga diri rendah kronis adalah evaluasi diri atau prasaan tentang diri atau kemampuan yang negatif dan dipertahankan dalam waktu yang lama (NANDA, 2005).

c. Aspek - aspek *Self Esteem*

Berdasarkan teori dari Rosenberg, terdapat tiga dimensi dalam general self esteem yaitu:

1) Performance self esteem

Dimensi ini merujuk kepada kemampuan individu secara umum meliputi kemampuan intelektual, kepercayaan diri dan efikasi diri. Individu yang memiliki performance self esteem yang tinggi yakin bahwa dirinya pintar dan mampu.

2) Social self esteem

Dimensi ini merujuk pada bagaimana seseorang mempersepsikan dirinya berdasarkan pandangan orang lain. Pada dimensi ini jika individu mempercayai orang lain terutama seseorang yang berarti bagi individu tersebut menghargai dan menerima dirinya, maka individu tersebut dapat memiliki aspek self esteem yang tinggi. Individu yang memiliki social self esteem yang rendah seringkali mengalami kecemasan sosial dan selalu perhatian dengan keadaan dirinya ketika berada di tengah lingkungan, individu tersebut khawatir dengan bagaimana orang lain melihatnya.

3) Physical self esteem

Dimensi ini merujuk bagaimana individu melihat keadaan tubuh mereka, mulai dari kemampuan atletik, ketertarikan fisik, bentuk tubuh dan juga stigma dan pendapat mengenai ras dan etnis.

d. Alat Ukur Self Esteem

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan alat ukur yaitu *Rosenberg Self esteem scale* (RSES). RSES adalah alat ukur yang dikembangkan oleh Morris Rosenberg (1965). RSES adalah alat ukur yang paling banyak digunakan untuk mengukur *Self esteem* secara umum (Heatherton & Wyland, 2003). RSES merupakan alat ukur yang bersifat *self-administrated questionnaire* yang mengukur self esteem dalam skala likert satu sampai empat, dengan rentang skor antara 0-30. Setengah dari item merupakan ekspresi positif, dan setengahnya lagi

merupakan ekspresi negative. Semakin rendah skor, semakin merespresentasikan *self esteem* yang tinggi. Sebaliknya tinggi skor, semakin merespresentasikan *self esteem* yang rendah. *Internal consistency* pada RSES sebesar 0,87 dan terbukti valid dan reliable (Griffin dan Kurby, 2007)

RSES pernah diadaptasikan ke dalam bahasa Indonesia oleh Ariyani (2004). Ia juga mengukur kembali validitas dan reabilitas RSES dan didapatkan hasil yang valid dan reliable. Pada sampel 140 orang dengan rentang usia 16-24 tahun di Jakarta, reliabilitas RSES berdasarkan nilai *alpha* sebesar 0,9024 dan validitas berdasarkan item *total correlation* berkisar antara 0,3296 – 0,822 ($r \text{ tabel} = 0,2456$) (Aryani, 2004). RSES terdiri dari sepuluh item yang terdiri dari empat pilihan jawaban, yaitu Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS), dan Sangat Setuju (SS). Skoring RSES adalah 0-3 dengan aturan pemberian skor sebagai berikut :

- Skor 0 (nol) untuk STS
- Skor 1 (satu) untuk TS
- Skor 2 (dua) untuk S
- Skor 3 (tiga) untuk SS

4. Konsep Mahasiswa

a. Definisi Mahasiswa

Mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang Perguruan Tinggi. Pengertian mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah siswa yang belajar pada Perguruan Tinggi (Depdiknas, 2012). Mahasiswa dapat dikategorikan sebagai pelajar dewasa (Supratiknya, 2006). Remaja akhir merupakan individu yang mempunyai rentang usia antara 17-25 tahun (Depkes RI, 2009). Dari segi kognisi, mahasiswa ada pada tahap operasional formal. Tahap operasional formal ditandai dengan adanya kemampuan kognitif untuk berpikir secara abstrak dan logis. Pada tahap ini mahasiswa diharapkan dapat menyusun rencana- rencana yang dapat digunakan untuk

menyelesaikan masalah dan mempersiapkan masa depan (Santrock, 2012).

b. Ciri-ciri Mahasiswa

Menurut Daines, Daines & Graham (dalam Supratiknya, 2006) ciri-ciri mahasiswa adalah sebagai berikut:

- 1) Memiliki cukup banyak pengetahuan dan pengalaman yang relevan dengan apa yang mereka pelajari sekarang dan mampu mentransfer pengetahuan dan pengalamannya itu pada proses belajar.
- 2) Memiliki sikap, gaya berpikir dan cara-cara menjalankan tugas yang relatif menetap sebagai ciri khas masing-masing serta yang akan memudahkan mereka menghadapi situasi dan tuntutan baru.
- 3) Mereka dapat dan senang diberi kesempatan untuk bertanggung jawab.

5. Konsep kebutuhan Rasa Nyaman Sesuai Dengan Teori

Kolcaba menjelaskan kenyamanan atau rasa nyaman adalah suatu keadaan telah terpenuhinya kebutuhan dasar manusia yaitu kebutuhan akan kelegaan (kebutuhan telah terpenuhi), ketentraman (suatu kepuasan yang meningkatkan penampilan sehari-hari), dan *transenden* (keadaan dimana seseorang berhasil melampaui masalah atau kesakitannya).

Konteks dimana nyaman terjadi terbagi menjadi empat yaitu :

- a. Fisik : berhubungan dengan sensasi jasmaniah.
- b. Psikospiritual : berhubungan dengan kesadaran akan diri sendiri, termasuk harga diri, konsep diri, seksualitas, dan makna dalam hubungan seseorang dengan tatanan atau keberadaan yang lebih tinggi.
- c. Lingkungan : berhubungan dengan lingkungan eksternal, kondisi-kondisi, dan pengaruh disekitarnya.
- d. Sosial : berhubungan dengan hubungan interpersonal, keluarga, dan sosial.

C. Teori Keperawatan

Kolcaba menjelaskan kenyamanan adalah suatu keadaan telah terpenuhinya kebutuhan dasar manusia. Kolcaba dalam teori tentang kenyamanan mensintesis tiga tipe kenyamanan dalam analisis konsepnya. Tiga tipe kenyamanan itu adalah:

1. *Relief* (kelegaian) merupakan arti kenyamanan yang mengemukakan bahwa perawat meringankan kebutuhan yang diperlukan oleh pasien.
2. *Ease* (ketentraman) mendeskripsikan ada 13 fungsi dasar manusia yang harus dipertahankan selama pemberian asuhan .
3. *Transcendence* keadaan dimana seseorang individu mampu mengatasi masalah dari ketidaknyamanan yang terjadi.

Selanjutnya Kolcaba memandang dari tiga tipe kenyamanan tersebut dapat terlihat melalui dalam empat konteks yang meliputi :

1. **Kenyamanan fisiologis**: berhubungan dengan mekanisme sensasi tubuh dan homeostasis, meliputi penurunan kemampuan tubuh dalam merespon suatu penyakit atau prosedur invasif. Beberapa alternatif untuk memenuhi kebutuhan fisik adalah memberikan obat, merubah posisi, backrub, kompres hangat atau dingin, sentuhan terapeutik.
2. **Kenyamanan psikospiritual**, yang berkenaan dengan kesadaran internal diri, yang meliputi konsep diri, harga diri, makna kehidupan, seksualitas hingga hubungan yang sangat dekat dan lebih tinggi.
3. **Kenyamanan sosiokultural** : berhubungan dengan hubungan interpersonal, keluarga dan sosial.
4. **Lingkungan** : berhubungan dengan lingkungan eksternal, kondisi-kondisi, dan pengaruh disekitarnya.

Berdasarkan Teori Kolcaba, alat ukur pencapaian kenyamanan melingkupi penerimaan, pasien, siswa, tahanan, pekerja, dewasa lanjut, komunitas dan institusi. Berikut penjelasan mengenai kerangka konsep teori kenyamanan menurut Kolcaba, yaitu:

- 1) *Health Care Needs* (Kebutuhan Perawatan Kesehatan)

Kebutuhan perawatan kesehatan adalah kebutuhan nyaman yang berkembang dari situasi stres dalam asuhan kesehatan kesehatan yang tidak

dapat dicapai dengan sistem dukungan penerima secara umum (tradisional). Kebutuhan manusia dapat berupa kebutuhan fisiologis, psikologis, sosiokultural, atau lingkungan. Hal ini dapat didefinisikan melalui melakukan observasi, laporan verbal atau nonverbal, dan konsultasi keuangan dan ontervensi.

2) *Nursung interventions* (Intervensi untuk rasa nyaman)

Intervensi untuk rasa nyaman adalah tindakan keperawatan dan ditunjukkan untuk mencapai kebutuhan kenyamanan penerima asuhan, mencakup fisiologis, sosial, budaya, ekonomi, psikologi, spiritual, lingkungan dan intervensi fisik.

3) *Variabel intervening* (Variabel yang meintervensi)

Variabel yang meintervensi adalah interaksi yang mempengaruhi persepsi penerima mengenai kenyamanan sepenuhnya. Hal ini mencakup pengalaman sebelumnya, usia, sikap, status emosional, latar belakang budaya, sistem pendukung, prognosis, ekonomi, edukasi dan keseluruhan elemen lainnya dari pengalaman penderita. Variabel intervensi akan memberikan pengaruh kepada perencanaan dan pencapaian intervensi asuhan keperawatan untuk pasien.

4) *Enhanced Comfort* (Rasa nyaman)

Merupakan status yang diungkapkan atau dirasakan penerima terhadap intervensi nyaman yang didapatkan. Hal ini merupakan pengalaman yang holistik dan memberikan kekuatan ketika seseorang membutuhkannya yang terdiri dari tiga bentuk kenyamanan (*relief, ease, dan transcendence*) dalam empat konteks (fisik, psikospiritual, sosiokultural, dan lingkungan).

5) *Health Seeking Behavior* (Perilaku mencari bantuan)

Menjelaskan tujuan hasil yang ingin dicapai tentang makna sehat, yakni sikap penerima berkonsultasi mengenai kesehatannya dengan perawat. Kategori tersebut dijabarkan dan dijelaskan menjadi Eksternal berupa aktivitas yang berkaitan dengan kesehatan dan Internal berupa penyembuhan, fungsi, imun), dan *peaceful death* (kematian yang damai).

6) *Institutional Intergrity* (Integritas Institusional)

Perusahaan, komunitas, sekolah, rumah sakit, yang memiliki kualitas lengkap, utuh, berkembang, etik dan tulus akan memiliki integritas kelembagaan. Ketika institusi tersebut menunjukkan hal ini akan menciptakan dasar praktik dan kebijakan yang tepat.

7) *Best Practices* (Praktik Terbaik)

Merupakan intervensi yang diberikan petugas kesehatan sesuai dasar keilmuan dan praktik untuk mendapatkan hasil yang terbaik untuk pasien dan keluarga.

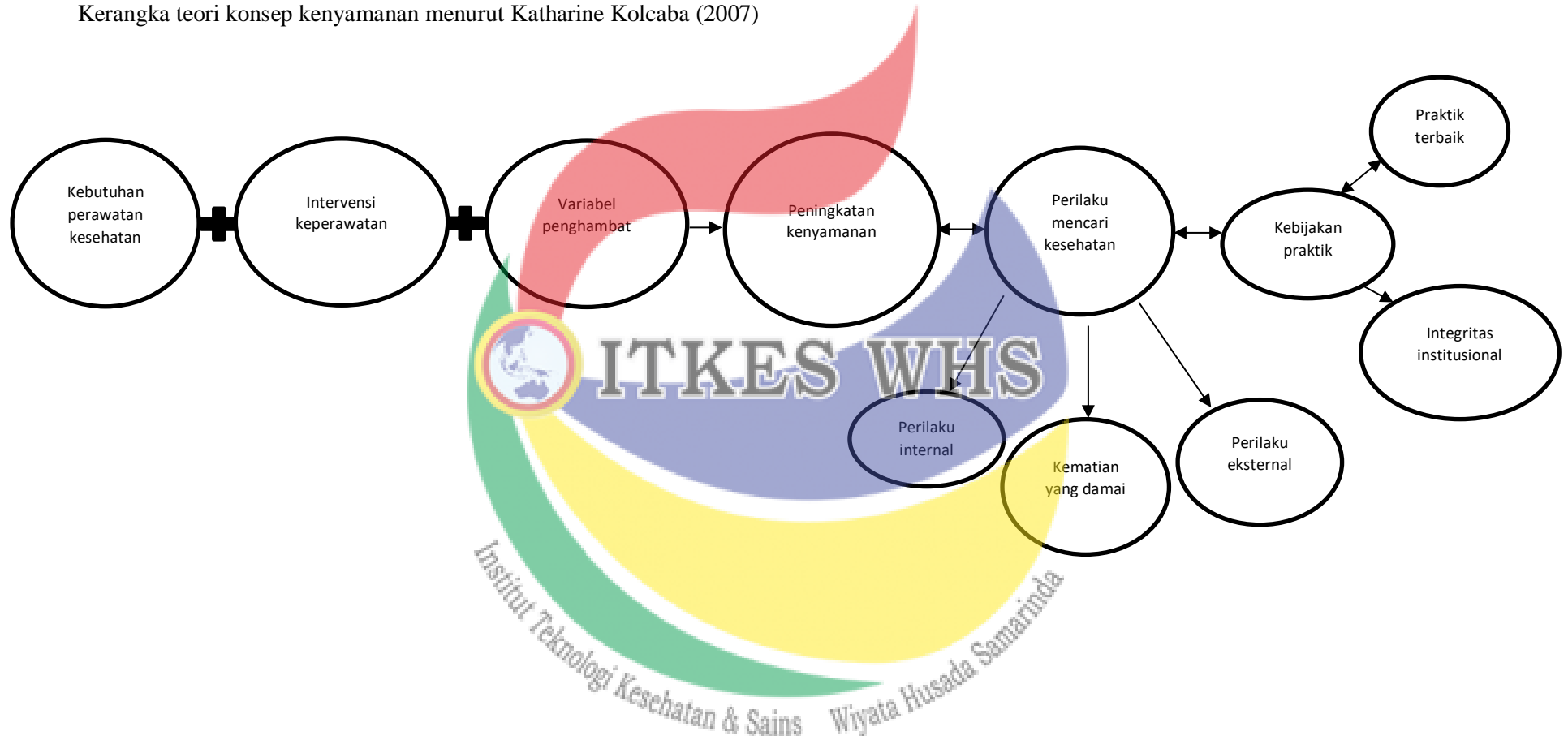
8) *Best Policies* (Kebijakan terbaik institusi atau kebijakan regional)

Dimulai dari adanya protokol prosedur dan medis yang mudah untuk diakses, diperoleh dan diberikan.



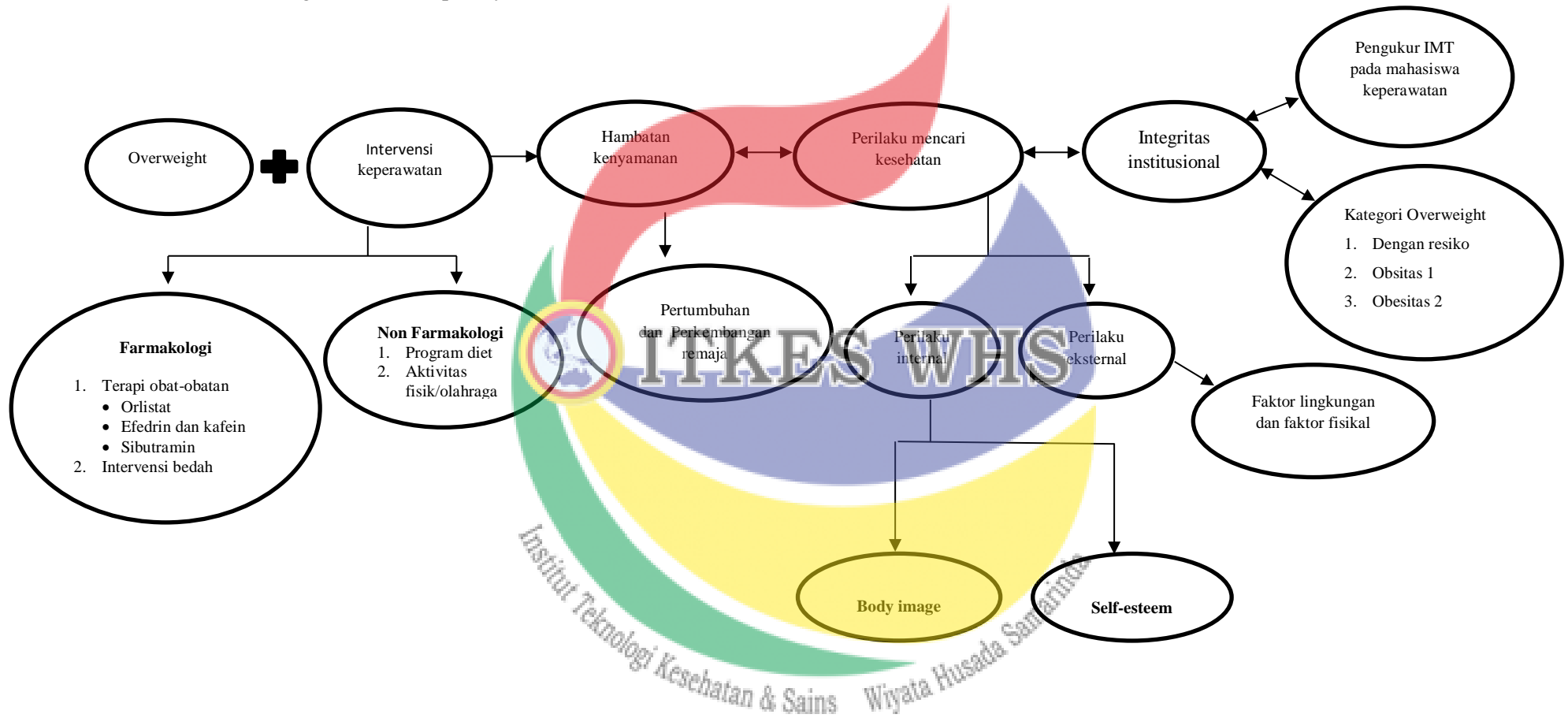
D. Kerangka Teori Keperawatan

Kerangka teori konsep kenyamanan menurut Katharine Kolcaba (2007)



D. Teori Keperawatan

Modifikasi kerangka teori konsep kenyamanan menurut Katharine Kolcaba (2007)



E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah suatu pendapat atau kesimpulan yang bersifat sementara. Hipotesis merupakan jawaban sementara dari masalah penelitian yang dilakukan. Hipotesis muncul karena adanya dugaan dari peneliti terkait teori yang ada (Sugiono, 2013). Penelitian ini terdapat korelasi jika, H_a diterima dan H_o ditolak dan Hipotesis dalam penelitian ini tidak terdapat korelasi jika, H_a ditolak dan H_o diterima. Berdasarkan kerangka konseptual penelitian, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah :

1. H_a : Ada hubungan positif antara *Body Image* dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa yang mengalami *overweight* di Kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda.
2. H_a : Ada hubungan negatif antara *Body Image* dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa yang mengalami *overweight* di Kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda.
3. H_o : Tidak ada hubungan positif antara *Body Image* dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa yang mengalami *overweight* di Kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda.
4. H_o : Tidak ada hubungan negatif antara *Body Image* dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa yang mengalami *overweight* di Kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda.



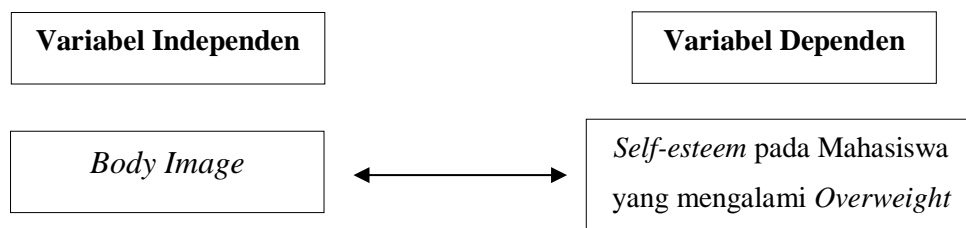
BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, karena dalam analisisnya banyak menggunakan angka yang diolah dengan metode statistika (Suharsimi Arikunto, 2013). Penelitian kuantitatif ini secara spesifik lebih di arahkan kepada penggunaan metode korelasional. Penelitian korelasi atau korelasional adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa melakukan perubahan, tambahan atau manipulasi terhadap data yang sudah ada (Suharsimi Arikunto, 2013). Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional* (potong lintang) (Nursalam, 2014). Penelitian ini di lakukan dengan pengumpulan data secara bersama-sama atau dalam satu waktu, setelah kedua variabel di ukur dan diperoleh data, peneliti kemudian menganalisa hubungan kedua variabel berdasarkan uji statistik, penggunaan desain ini karena peneliti ingin mengetahui hubungan variabel, apakah terdapat hubungan *Body Image* dengan *Self-estem* pada Mahasiswa yang mengalami masalah *Overweight* di Kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda.

B. Kerangka Konsep Penelitian

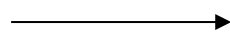
Kerangka konsep adalah suatu hubungan antara kaitan antara konsep satu terhadap konsep yang lain dari masalah yang ingin di teliti (Notoodmojo, 2015). Dalam penelitian ini, kerangka konsep yang di gunakan dalam penelitian ini dapat dilihat pada skema berikut:



(Skema 3.1 Kerangka Konsep Penelitian)

Keterangan :

: Variabel yang diteliti



: Hubungan yang diteliti

C. Populasi dan Sampel**1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulan. Jadi populasi bukan hanya orang tetapi juga objek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada objek atau subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek itu (Sugiyono, 2016).

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa keperawatan tingkat I, II, III dan IV yang mengalami masalah *Overweight* di ITKES Wiyata Husada Samarinda yang berjumlah 114 mahasiswa.

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, karena keterbatasan, dana, tenaga, dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut itu, apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatis (mewakili) (Sugiyono, 2016).

Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan yang mengalami *overweight* ITKES Wiyata Husada Samarinda. Peneliti menggunakan rumus untuk menghitung besar sampel menggunakan rumus Slovin, hasil yang diperoleh dari rumus ini (n) responden.

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

Keterangan:

n : Jumlah sampel

N : Jumlah populasi yang diketahui

d^2 : Presentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sample yang masih bisa ditolerir (0,05)

Dalam rumus Slovin ada ketentuan sebagai berikut:

Nilai d^2 : 0,1 (10%) untuk populasi dalam jumlah besar

Nilai d^2 : 0,05 (5%) untuk populasi dalam jumlah kecil

Berdasarkan rumus diatas, maka didapatkan jumlah sampel sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

$$n = \frac{114}{1 + 114(0,01)^2}$$

$$n = \frac{114}{1 + 114(0,01)}$$

$$n = \frac{114}{2,14}$$

$$n = 53 \text{ Mahasiswa}$$

Sehingga dari hasil perhitungan dengan rumus tersebut dapat disimpulkan bahwa pengambilan sampel didalam penelitian ini sebanyak 53 mahasiswa keperawatan yang mengalami *overweight* ITKES Wiyata Husada Samarinda.

3. Teknik Sampling dan Pemilihan Subjek Penelitian

a. Teknik Sampling

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2016). Sampling adalah suatu cara yang ditempuh dengan pengambilan sampel yang benar-benar sesuai dengan keseluruhan objek penelitian (Nursalam, 2008). Secara umum, untuk penelitian korelasional jumlah sampel minimal untuk

memperoleh hasil yang baik adalah 30 sampel. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling (sampling jenuh). Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2010). Alasan pengambilan total sampling karena menurut Sugiyono (2010) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya.

b. Kriteria Pemilihan Subjek Penelitian

Teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteria pemilihan yang telah ditetapkan, kriteria pemilihan subjek tersebut terdiri dari kriteria inklusi dan eksklusi :

1) Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau dan akan diteliti (Nursalam, 2016) :

- a) Mahasiswa keperawatan tingkat I, II, III dan IV yang mengalami masalah *overweight* dengan klasifikasi *obesitas* 1 dan 2
- b) Mahasiswa yang bersedia untuk berpartisipasi untuk menjadi responden dalam penelitian ini dibuktikan dengan penandatanganan lembar persetujuan atau *informed consent*

2) Kriteria Eksklusi

Kriteria Eksklusi adalah menghilangkan atau mengeluarkan subjek yang tidak memenuhi kriteria inklusi (Nursalam, 2016):

- a) Mahasiswa yang tidak bersedia menjadi responden
- b) Mahasiswa yang sedang sakit sehingga tidak mampu untuk mengisi *google form*

D. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut,

kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Adapun variable dalam penelitian ini adalah :

1) Variabel Independent

Variabel independent merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen atau terikat (Sugiyono, 2016). Adapun variable independent dalam penelitian ini terdiri dari :

a) *Body Image*

Body image secara umum adalah gambaran dan anggapan atau persepsi seseorang terhadap bentuk tubuhnya sendiri. Tingkat akurasi persepsi tersebut dibandingkan dengan standar yang sesuai menurut mereka (Wertheim, 2012).

b) *Self-esteem*

Self-esteem merupakan sikap seseorang berdasarkan persepsi tentang bagaimana seseorang menghargai dan menilai dirinya sendiri secara keseluruhan, yang berupa sikap positif atau negatif terhadap dirinya (Mruk, 2006).

2) Variabel Dependent

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2016). Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikat mahasiswa yang mengalami *overweight*. Mahasiswa dapat dikategorikan sebagai pelajar dewasa atau remaja akhir merupakan individu yang mempunyai rentang usia antara 17-25 tahun (Depkes RI, 2009). Sedangkan *overweight* merupakan keadaan yang menunjukkan ketidakseimbangan antara tinggi dan berat badan akibat jaringan lemak dalam tubuh sehingga terjadi kelebihan berat badan yang melampaui ukuran ideal (Sumanto, 2000).

E. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang dapat diamati dari sesuatu yang didefinisikan tersebut. Karakteristik yang diamati (diukur) merupakan kunci dari definisi operasional. Pemberian arti atau makna pada masing-masing variable berdasarkan karakteristik masing-masing

variable (Nursalam, 2016). Untuk lebih jelasnya mengenai operasionalisasi variabel dalam penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 3.1 berikut ini :

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Variable Independen, <i>Body Image</i>	persepsi seseorang terhadap bentuk serta ukuran tubuhnya atas apa yang ia pikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya dan atas berdasarkan penilaian orang lain terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar.	Kuesioner <i>Body Shape Questionnaire</i> (BSQ-16) dengan jumlah pertanyaan 16 item, menggunakan skala ukur Likert. Dengan rentan skor 16 - 96.	Menggunakan <i>cut of point</i> 1. Negative jika di peroleh skoring \geq (54.77) mean 2. Positif jika diperoleh skoring $<$ (54.77) mean	Ordinal
	<p>1. <i>Body image</i> positif, mengacu pada perilaku atau perasaan puas terhadap bentuk dan penampilannya, merasa percaya diri, dan menerima segala perubahan pada bentuk tubuhnya.</p> <p>2. <i>Body image</i> negative mengacu pada perilaku atau perasaan rentan terhadap harga diri yang rendah, depresi, kecemasan, sosial, menarik diri dari situasi social.</p>			
Variable Dependen, <i>Self-esteem</i>	sikap seseorang berdasarkan persepsi tentang bagaimana ia menghargai dan menilai dirinya sendiri secara	Kuesioner Self-esteem Rosenberg dengan jumlah pertanyaan 10 item, menggunakan skala ukur likert.	Menggunakan <i>cut of point</i> 1. Positif jika di peroleh skoring \geq	Ordinal

keseluruhan, yang berupa sikap positif atau negative terhadap dirinya.	Dengan rentang skor 0 - 30.	(19.00) median
1. <i>Self esteem</i> positif mengacu pada perilaku atau perasaan dengan harga diri tinggi bersikap asertif, terbuka, dan memiliki kepercayaan terhadap dirinya		2. Negative jika di peroleh skoring < (19.00) median
2. <i>Self esteem</i> negative mengacu pada perilaku atau perasaan kesedihan dan duka berkepanjangan, serta hilangnya rasa percaya diri dan harga diri.		

F. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian ini dilakukan di ITKES Wiyata Husada Samarinda, Kelurahan Air Hitam, Kota Samarinda. Waktu dalam penelitian ini direncanakan akan dilaksanakan pada Juni-Juli 2020.

G. Sumber Data dan Instrumen Penelitian

1. Sumber Data

Sumber data pada penelitian terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer adalah sumber data yang langsung memberikan kepada pengumpul data atau peneliti melalui wawancara, angket, observasi atau gabungan ketiganya (Sugiyono, 2016). Berkaitan dengan hal tersebut sumber data pada penelitian ini adalah subjek yang terlibat langsung dengan penelitian yaitu mahasiswa angkatan 2016-2019 yang mengalami masalah *overweight*. Data sekunder adalah sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data atau peneliti misalnya lewat

orang lain atau dokumen, berkaitan dengan hal tersebut data sekunder yang peneliti gunakan dalam penelitian ini data yang di dapatkan dari buku-buku atau pustaka (Sugiyono, 2016).

H. Instrument Penelitian

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah berupa kuesioner yang di masukan dalam google form. Kuesioner adalah sebuah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh data atau informasi responden. Pada penelitian ini terdapat 2 kuisisioner, yaitu :

a) Kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ-16)

Body Shape Questionnaire merupakan kuesioner yang digunakan untuk mengukur kekhawatiran tentang bentuk tubuh dan body dissatisfaction. Instrument yang digunakan untuk mengumpulkan data *Body image* adalah skala adaptasi dari Laksana Adi (2018) yaitu *Body Shape Questionnaire* (BSQ-16). Skala *Body Shape Questionnaire* terdiri dari 16 item menggunakan konstruk Cooper (1987) berdasarkan pada dimensi *Self Perception of Body Shape*, *Comparative Perception of Body Image*, *Attitude Concerning Body Image Alteration*, dan *Severe Alterations in Body Perception*. Skala variabel menggunakan skala *Likert*, skala 1 menunjukkan tidak pernah, skala 2 menunjukkan jarang, skala 3 menunjukkan terkadang, skala 4 menunjukkan sering, skala 5 sangat sering, dan skala 6 menunjukkan selalu. Berikut lembar kisi-kisi instrument setelah diuji:

Tabel 3.2 Kisi-kisi instrument *Body Image*

Indikator	Favorable	Jumlah
Persepsi diri terhadap bentuk tubuh (<i>Self Perception of Body Shape</i>)	1, 3, 5, 9, 10, 11, 15, 17, 21, 22, 28, 34	12
Persepsi perbandingan citra tubuh (<i>Comparative Perception of Body Image</i>)	20, 25	2
Sikap mengenai perubahan citra tubuh (<i>Attitude Concerning Body Image Alteration</i>)	7	1
Perubahan yang parah dalam persepsi tubuh (<i>Severe Alterations in Body Perception</i>)	8	1

Jumlah item total	16
-------------------	----

b) Kuesioner *Self-esteem Rosenberg*

Berisi pernyataan soal-soal yang diadopsi dari Irawati (2016) berisikan 10 item pertanyaan yang sudah di uji dengan *SPSS 16.0 For Windows*, pengukuran menggunakan skala likert. Skala *Rosenberg* dalam versi bahasa Indonesia menggunakan 5 poin pemelihan yaitu untuk pertanyaan *favourable* sangat tidak setuju (0), tidak setuju (1), setuju (2), sangat setuju (3), untuk pertanyaan *unfavourable* sangat tidak setuju (3), tidak setuju (2), setuju (1), sangat setuju (0). Setiap pertanyaan yang telah ditulis dapat disepakati sebagai pernyataan *favorable* dan *unfavorable* dimana pernyataan *favorable* adalah pernyataan yang mendukung atau memihak pada penilaian subjek, sedangkan *unfavorable* adalah pernyataan yang tidak memihak atau mendukung pada penilaian subjek dan jawaban yang diberikan individu yang mempunyai penilaian positif harus diberi bobot atau nilai yang lebih tinggi dan pada yang jawaban oleh responden yang mempunyai nilai negatif (Azwar, 2007).

Tabel 3.3 Kisi-kisi instrument *Self Esteem*

Indikator	No item		Total
	Favorable	Unfavorable	
Mengungkapkan penerimaan diri secara verbal	6,7	10	3
Menerima kritikan dan berhubungan dengan orang lain	2	5,8	3
Menceritakan keberhasilan yang diraih	4	3	2
Pemenuhan peran yang signifikan	1	9	2
Jumlah	5	5	10

I. Uji Instrumen

1. Uji Validitas

Uji validitas merupakan tingkat kemampuan suatu instrumen untuk mengungkapkan sesuatu yang menjadi sasaran pokok pengukuran yang dilakukan dengan instrument tersebut (Arikunto, 2016). Suatu instrument

dinyatakan *valid* jika instrument tersebut mampu mengukur apa saja yang hendak diukur peneliti. Pada penelitian ini tidak dilakukan uji validitas dan reliabilitas karna semua instrumen yang digunakan diambil dari :

a) ***Body Shape Questionnaire (BSQ-16)***

Pada skala *Body Shape Questionnaire* dengan item sejumlah 16 buah, menunjukkan bahwa keseluruhan item yang berjumlah 16 dinyatakan lolos karena memiliki nilai $r_{ix} > 0,30$ dengan rentang nilai r_{ix} 0,366 sampai dengan 0,746. Menunjukkan bahwa item-item tersebut memiliki daya beda yang tinggi (Sony Laksana Adi, 2018).

b) ***Self Esteem Rosenberg***

Uji validitas alat pengumpul data yang digunakan adalah *korelasi pearson product moment*. Hasil uji validitas dikatakan valid jika r hitung (*r pearson*) lebih dari r tabel, jika r hitung (*r pearson*) kurang dari r tabel maka pertanyaan kuesioner tersebut dikatakan tidak valid. Kuesioner *self esteem* menggunakan skala *Self Esteem* Rosenberg. Skala *Self Esteem* versi Indonesia telah di uji validitas dengan nilai antara 0,415-0,703 dengan jumlah responden 71 (Riski Indra Irawati, 2016).

2. Uji Realibilitas

Uji Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Uji reliabilitas sebuah instrumen dikatakan reliabel jika koefisien *alpha* lebih besar atau sama dengan 0,80 (Polit , 2012).

a) ***Body Shape Questionnaire (BSQ-16)***

Realibilitas pada skala *Body Shape Questionnaire* asli mencapai nilai koefisien alpha untuk 16 item sebesar 0,93 (Evans & Dolan, 1993). Realibilitas skala *body image* pada penelitian ini menunjukkan nilai koefisien alpha untuk 16 item sebesar 0,926. Skala *body image* tergolong reliable (Sony Laksana Adi, 2018).

b) *Self Esteem Rosenberg*

Uji reliabilitas akan dilakukan setelah pertanyaan dinyatakan valid dengan menggunakan cronbach alpha. Hasil uji reliabilitas, kuesioner atau alat ukur dinyatakan reliabel jika nilai cronbach alpha lebih dari r tabel (Setiadi, 2007). Hasil uji reliabilitas skala *self esteem rosenberg* adalah 0,8587 (Riski Indra Irawati, 2016).

J. Prosedur Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah suatu person pendekatan subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2017). Teknik pengumpulan data digunakan dalam penelitian ini adalah dengan cara pemberian kuesioner. Langkah-langkah dalam pengumpulan data melalui proses sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan Penelitian

- a) Peneliti menyusun proposal dan melakukan bimbingan
- b) Mengurus surat izin studi pendahuluan di kampus ITKES Wiyata Husada Samarinda
- c) Mengajukan surat izin studi pendahuluan di kampus ITKES Wiyata Husada Samarinda
- d) Penelitian menghubungi ketua program studi keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda untuk memperoleh izin pengambilan data
- e) Mengurus surat perizinan penelitian ke kampus ITKES Wiyata Husada Samarinda
- f) Tahap studi dokumentasi, studi pustaka, penyusunan proposal dan dilanjutkan dengan ujian proposal

2. Tahap pelaksanaan

- a) Menjelaskan pada responden tujuan penelitian
- b) Mengajukan izin kesepakatan pada responden untuk menjadi sampel dan menandatangani lembar persetujuan menjadi responden (*Informed consent*) dan kuesioner bagi responden yang bersedia menjadi sampel peneliti.

- c) Menentukan responden sesuai dengan strata kelas, yaitu tingkat 1, 2, 3, dan 4 dengan kelas A dan B atau sesuai dengan absen di tiap kelas.
- d) Memberikan lembar kuesioner mengenai aktivitas fisik dengan menggunakan metode melalui aplikasi *google form (online)* dimana didalam *google form* (<https://forms.gle/6Dkcv8iJ2oUbi9Mb7>) juga tersedia untuk pernyataan persetujuan menjadi responden. Cara membagikan link tersebut, yaitu menghubungi kating di tiap kelas A dan B, lalu memberikan link untuk mengisi kuesioner melalui *google form*. Kating tersebut membagikan di grup kelas masing-masing.
- e) Apabila ada kuesioner yang belum lengkap, peneliti mendatangi responden kembali untuk melengkapi
- f) Setelah lembar kuesioner pada mahasiswa dikumpulkan selanjutnya di persiapkan untuk diolah dan dianalisa

3. Tahap Penyelesaian

- a) Peneliti menyusun laporan hasil penelitian dan melakukan bimbingan
- b) Peneliti mengikuti ujian hasil

K. Pengolahan Data

Suatu penelitian, pengolahan data merupakan salah satu langkah yang penting. Data yang telah dikumpulkan akan dilakukan pengolahan data. Agar penelitian menghasilkan informasi yang benar, maka data diolah peneliti (Notoatmodjo, 2012).

1. Memeriksa Data (*Editing*)

Proses editing merupakan proses dimana penelitian melakukan klasifikasi, kelengkapan data yang sudah terkumpul. Secara umum editing adalah merupakan kegiatan pengecekan dan perbaikan dormulir atau koesioner. Penelitian telah mengoreksi data yang diperoleh, dengan hasil semua data lengkap dan dapat digunakan. Pada penelitian ini peneliti memeriksa kembali data yang sudah diperoleh melalui observasi dan jika ada data yang belum lengkap maka peneliti akan melengkapinya.

2. Memberi Kode (*Coding*)

Coding adalah usaha mengklarifikasi jawaban para responden menurut macamnya, dengan menandai masing-masing jawaban menurut macamnya dengan kode tertentu. Kegunaan *coding* adalah mempermudah pada saat analisa data dan juga mempercepat *entry* data.

a. Kode *Body Image* :

1. Negatif
2. Positif

b. Kode *Self-Esteem* :

1. Positif
2. Negatif

3. Mengelompokkan Data (*Tabulating*)

Tabulating adalah kegiatan memasukan data hasil penelitian dalam klasifikasi ke dalam tabel sesuai dengan kriteria agar lebih mudah dalam *entry* data. *Tabulasi* data tersebut berkesinambungan dengan pemberian kode data responden, serta hasil skor nilai.

4. Scoring

Scoring adalah memberi nilai masing-masing kuesioner dengan prosentasi *Body Image* dan *Self-Esteem* :

a. Skor *Body Image* :

- 1 = Jika jawaban tidak pernah
- 2 = Jika jawaban jarang
- 3 = Jika jawaban kadang-kadang
- 4 = Jika jawaban sering
- 5 = Jika jawaban sangat sering
- 6 = Jika jawaban selalu

b. Skor *Self-Esteem* :

Favourable

- 0 = Jika jawaban sangat tidak setuju
- 1 = Jika jawaban tidak setuju
- 2 = Jika jawaban setuju
- 3 = Jika jawaban sangat setuju

Unfavourable

0 = Jika jawaban sangat setuju

1 = Jika jawaban setuju

2 = Jika jawaban tidak setuju

3 = Jika jawaban sangat tidak setuju

5. Memasukkan Data (*Processing* atau *Entry data*)

Entry data adalah kegiatan memasukan data yang telah dikumpulkan ke dalam master atau data *database* komputer, kemudian membuat distribusi frekuensi sederhana atau dengan membuat tabel kontingensi. Setelah pengkodean dilakukan, peneliti memasukan observasi dalam bentuk kode kedalam master tabel atau *database* komputer lalu kemudian mengolah data tersebut menggunakan uji statistik yang sesuai. Salah satu program yang sudah umum digunakan untuk *entry data* adalah program *SPSS for Windows*.

L. Teknik Analisa Data

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang digunakan dalam penelitian memiliki sebaran atau distribusi yang normal atau tidak (Imam, 2011). Sebelum melakukan pengujian Hipotesis terlebih dahulu dilakukan pengujian normalitas data untuk mengetahui kenormalan dari distribusi data. Rumus yang digunakan dalam uji normalitas data dengan metode *Kolmogorov Smirnov*. Uji *Kolmogorov-Smirnov* dilakukan ketika jumlah subjek yang kita miliki lebih dari 50 (Setiaji, 2010). Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal atau tidak sebaran data adalah jika $p > 0,05$ maka sebaran dinyatakan normal, sebaliknya jika $p < 0,05$ sebarannya dinyatakan tidak normal.

Tabel 3.4 Uji Normalitas

<i>Kolmogorov-Smirnov</i>		
Variabel	p-Value	Kategori
Body Image	0,200	Normal
Self Esteem	0,016	Tidak Normal

Hasil uji normalitas yang telah dilakukan dengan *Kolmogorov-Smirnov Test*, pada skala *body image* menunjukkan nilai $p = 0,200$ ($p > 0,05$). Oleh karena nilai $p > 0,05$, maka data pada variable *body image* terdistribusi dengan normal. Sementara itu, hasil uji pada *self-esteem* menunjukkan nilai $p = 0.016$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa data pada *self-esteem* terdistribusi normal.

2. Analisis Univariate (Analisis Deskriptif)

Analisa univariat berfungsi untuk meringkas kumpulan data hasil pengukuran sedemikian rupa sehingga kumpulan data tersebut berubah menjadi informasi yang berguna. Peringkasan tersebut dapat berupa ukuran statistik, tabel atau grafik. Melakukan analisa data secara univariat digunakan distribusi frekuensi dengan ukuran persentase atau proporsi (Notoatmodjo, 2012). Menurut Sujarweni (2015), uji statistic univariat adalah suatu analisa yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variable penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari tiap variabel. Dengan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100$$

Keterangan :

P : Presentase yang di cari

F : Frekuensi sampel untuk setiap pertanyaan

N : Jumlah keseluruhan sampel

3. Analisis Bivariate

Notoatmojo (2015) Analisa bivariat adalah analisa yang di lakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Analisa bivariat dalam penelitan ini dilakukan untuk mengetahui Hubungan Antara *Body Image* Dengan *Self-Esteem* Pada Mahasiswa yang Mengalami *Overweight* Pada Mahasiswa S1 Keperawatan di ITKes Wiyata Husada Samarinda. Secara statistik dengan menggunakan program computer dan

derajat kemaknaan 95%. Rumus uji statistic *chi-square* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan uji statistic *chi-square* untuk mengetahui apakah ada atau tidak hubungan *body image* dengan *self esteem* pada mahasiswa S1 keperawatan yang mengalami masalah *overweight* di ITKES Wiyata Husada Samarinda. Alasan peneliti menggunakan uji statistic *chi-square* karena uji ini sering digunakan dalam penelitian yang menggunakan dua variable, dan jenis data yang digunakan berbentuk data kategorik. Uji statistic *chi-square* atau uji chi kuadrat bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variable yang terdapat pada baris dengan kolom. Jenis data yang digunakan dalam uji *chi-square* berbentuk data kategori atau data frekuensi. Berikut langkah-langkah uji *chi-square* yaitu:

- a) Formulasikan hipotesis (H_0 dan H_a)
- b) Hitung nilai χ^2 dengan persyaratan yang harus terpenuhi yaitu sel yang mempunyai nilai expected kurang dari lima maksimal 20% dari jumlah sel (Dahlan, 2017)
- c) Mencari nilai chi-square dengan rumus :

Error! Reference source not found.= X Error! Reference source not found.

Keterangan :

F_e : Frekuensi yang di harapkan

$\sum fk$: Jumlah frekuensi pada kolom

$\sum fb$: Jumlah frekuensi pada baris

ΣT : Jumlah keseluruhan baris dan kolom

- d) Kemudian bandingkan nilai p-value dengan nilai α (0,05) dengan keputusan uji:
 - 1) Jika nilai $p < \alpha$ (0,05) maka H_0 ditolak.
 - 2) Jika nilai $p > \alpha$ (0,05) maka H_0 gagal ditolak.
- e) Bila syarat uji chi-square tidak, maka gunakan uji fisher exact pada tabel 2 x 2 atau uji mann whitney pada kolom 2 x K (Dahlan, 2017).

M. Etika Penelitian

Sebelum dilakukan, penelitian ini juga memenuhi beberapa prinsip etik dan formulir *inform consent* yang diberikan pada responden (Hidayat dan Nursalam, 2008).

1. *Self determination*

Responden diberi kebebasan untuk menentukan pilihan apakah bersedia atau tidak untuk mengikuti kegiatan penelitian, setelah semua informasi yang berkaitan dengan penelitian dijelaskan, dengan menandatangani *informed consent* yang disediakan.

2. *Anonymity*

Peneliti tidak mencantumkan nama responden, tetapi menggunakan kode responden.

3. *Confidentiality*

Peneliti menjaga kerahasiaan identitas responden dan informasi yang diberikannya. Semua catatan dan data responden disimpan di file ber-*password* sebagai dokumen penelitian.

4. *Inform Consent*

Perlindungan hak-hak responden dijamin dan tercantum dalam lembar persetujuan. Sebelum responden menyetujui untuk berpartisipasi dalam penelitian, responden harus memahami tentang penelitian yang akan dilakukan, formulir/ lembar persetujuan memuat hal-hal sebagai berikut:

- a) Subjek penelitian diberi penjelasan yang dapat dimengerti tentang tujuan dari penelitian yang akan dilakukan. Dijelaskan prosedur dan tehnik yang akan dilakukan serta tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian.
- b) Subjek penelitian diberi penjelasan mengenai resiko dan ketidaknyamanan potensial yang mungkin akan dialami. Jika selama kegiatan penelitian responden merasa tidak nyaman maka intervensi dihentikan.
- c) Subjek diberi tahu mengenai manfaat yang akan didapatkan pada penelitian yang akan dilakukan.

- d) Peneliti bersedia menjawab semua pertanyaan mengenai prosedur yang diajukan subjek penelitian dan bersedia memberikan penjelasan dengan lengkap tentang prosedur penelitian yang dilakukan.
- e) Jika selama berlangsungnya kegiatan penelitian ini subjek ingin mengundurkan diri, maka dapat mengundurkan diri kapan saja tanpa konsekuensi apapun.

N. Alur Penelitian

Alur penelitian memberikan gambaran keseluruhan mengenai prosedur penelitian (Dahlan, 2014). Prosedur pengumpulan data yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu :

1. Prosedur Administratif

- a) Peneliti meminta surat pengantar dari STIKES Wiyata Husada Samarinda untuk melakukan penelitian di Kampus ITKes Wiyata Husada Samarinda.
- b) Mengajukan surat permohonan ijin penelitian kepada pihak kampus.
- c) Mengajukan permohonan ijin pengumpulan data di kampus tersebut.
- d) Menentukan responden penelitian sesuai kriteria inklusi dan eksklusi.
- e) Mengajukan ijin dan kesepakatan kepada responden untuk menjadi sampel dan menandatangani lembar persetujuan menjadi responden (*informed consent*) bagi responden yang bersedia untuk menjadi sampel penelitian.
- f) Mendiskusikan waktu dan tempat pelaksanaan penelitian dengan responden

2. Prosedur Teknis Penelitian

- a) Mempersiapkan lembar kuesioner yang dimasukkan dalam google form untuk dibagikan kepada para responden.
- b) Menghubungi masing-masing responden untuk mengajukan persetujuan melakukan penelitian.
- c) Membuat kesepakatan waktu untuk dilakukan penelitian yang melalui aplikasi *google form*.

- d) Menjelaskan kepada responden tujuan penelitian
- e) Menjelaskan kepada responden mengenai penggunaan dan cara pengisian kuesioner di aplikasi google form melalui whatsapp.
- f) Mengajukan izin dan kesepakatan kepada responden dalam hal ini siswa yang akan menjadi sampel penelitian dan menandatangani lembar persetujuan (*inform concen*) bagi responden yang bersedia menjadi penelitian.
- g) Setelah responden memahami tujuan penelitian, maka lembar kuisisioner diberikan menggunakan *google from*.
- h) Jika responden menyatakan bersedia maka lembar kuisisioner diberikan melalui *google from* untuk mengisi karakteristik responden.
- i) Responden diminta untuk menjawab kuesioner yang diberikan dengan jujur sesuai dengan apa yang dirasakan oleh masing masing responden.
- j) Mengucapkan terima kasih kepada para responden karena telah berpartisipasi dalam penelitian ini.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Profil Tempat Penelitian

Bab ini berisi tentang pemaparan hasil penelitian dan pembahasan yang berkaitan dengan penelitian yang telah dilakukan. Hasil penelitian yang tertulis disertai dengan interpretasi dari data-data tersebut. Pada bagian selanjutnya akan dibahas mengenai analisis univariate dengan memaparkan pembahasan serta teori-teori yang mendukung hasil penelitian ini. Penelitian dilakukan pada bulan November 2019 sampai dengan bulan Juli 2020 di ITKes Wiyata Husada Samarinda. Institut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda terletak di jalan Kadrie Oening No. 77 Samarinda-Kalimantan Timur. ITKes Wiyata Husada Samarinda diresmikan pada tanggal 14 Juli 2008 sesuai dengan SK peresmian kampus. ITKes Wiyata Husada Samarinda memiliki 63 tenaga pendidik (dosen) dan memiliki 1.102 mahasiswa yang terbagi dari berbagai jurusan yang ada pada saat ini, diantaranya mahasiswa S1-Keperawatan berjumlah 594 orang, mahasiswa D3 Tenaga Laboratorium Medik 276 orang, mahasiswa D3 Kebidanan 146 orang dan Mahasiswa Program Profesi Ners berjumlah 86 orang. ITKes Wiyata Husada Samarinda juga memiliki dua gedung kampus utama yaitu gedung kampus A, gedung B dan gedung kampus C, serta memiliki berbagai macam fasilitas pendukung lainnya, seperti ballroom, Laboratorium untuk setiap program studi yang ada, serta Mushola untuk beribadah.

B. Hasil Penelitian

1. Gambaran Karakteristik

a) Jenis kelamin

Distributor frekuensi berdasarkan jenis kelamin pada Mahasiswa S1 Keperawatan yang mengalami masalah *overweight* di Intitut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda bulan Juli tahun 2020 dapat dilihat pada table berikut ini:


Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan jenis kelamin di ITKES WHS Juli Tahun 2020

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Perempuan	45	84,9%
Laki – laki	8	15,1%
Total	53	100%

Berdasarkan tabel 4.1 diatas didapatkan hasil data menurut jenis kelamin pada mahasiswa prodi keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda pada bulan Juli tahun 2020 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden di dominasi oleh jenis kelamin perempuan dengan jumlah 45 (84,9%) responden dan jenis kelamin laki-laki dengan jumlah 8 (15,1%) responden.

b) Usia

Distributor frekuensi berdasarkan usia pada Mahasiswa S1 Keperawatan yang mengalami masalah *overweight* di Intitut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda bulan Juli tahun 2020 dapat dilihat pada table berikut ini:



Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan usia di ITKES WHS Juli Tahun 2020

Usia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
18 tahun	1	1,9%
19 tahun	5	9,4%
20 tahun	11	20,8%
21 tahun	10	18,9%
22 tahun	20	37,7%
23 tahun	4	7,5%
24 tahun	2	3,8%
Total	53	100%

Berdasarkan tabel 4.2 diatas, didapatkan hasil data usia pada mahasiswa prodi keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda pada bulan Juli tahun 2020 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden dengan usia 22 tahun sebanyak 20 orang dengan persentase sebesar (37,7%), dan dengan usia 20 tahun sebanyak 11 orang dengan persentase sebesar (20,8), serta dengan usia 21 tahun sebanyak 10 orang dengan persentase sebesar (18,9%).

c) Indeks Massa Tubuh

Distributor frekuensi berdasarkan indeks massa tubuh pada Mahasiswa S1 Keperawatan yang mengalami masalah *overweight* di Intitut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda bulan Juli tahun 2020 dapat dilihat pada table berikut ini:

Tabel 4.3 Disteribusi Frekuensi Responden Berdasarkan indeks massa tubuh di ITKES WHS Juli Tahun 2020

Kategori IMT	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Obesitas I (25 – 29,9)	41	77,4%
Obesitas II (≥ 30)	12	22,6%
Total	53	100%

Berdasarkan tabel 4.2 diatas, didapatkan hasil data usia pada mahasiswa prodi keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda pada bulan Juli tahun 2020 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden lebih banyak mengalami Obesitas I (25 – 29,9) dengan jumlah 41 orang dengan persentase (77,4%), dan yang mengalami Obesitas II (≥ 30) dengan jumlah 12 orang dengan persentase (22,6%).

2. Berdasarkan Variabel

a) *Body Image*

Distribusi frekuensi berdasarkan *body image* pada mahasiswa S1 keperawatan yang mengalami *overweight* di ITKES Wiyata Husada Samarinda dapat dilihat dalam tabel 4.4 berikut ini :

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Body Image (n-53)

Indeks Massa Tubuh	<i>Body Image</i>		Total
	Positif	Negatif	
Obesitas I (25 – 29,9)	15	21	36
Obesitas II (≥ 30)	10	7	17
TOTAL	25	28	53

Berdasarkan tabel 4.4 diatas, didapatkan hasil data *body image* berdasarkan karakteristik pada mahasiswa prodi keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda pada bulan Juli tahun 2020 dapat dilihat bahwa bahwa berdasarkan IMT dengan kategori obesitas II (≥ 30)

sebanyak 10 orang mengalami *body image* positif dan sebanyak 7 orang mengalami *body image* negatif.

b) *Self-Esteem*

Distribusi frekuensi berdasarkan *self-esteem* pada mahasiswa S1 keperawatan yang mengalami *overweight* di ITKES Wiyata Husada Samarinda dapat dilihat dalam tabel 4.5 berikut ini :

Tabel 4.5 distribusi Frekuensi *self-esteem* (n=53)

Indeks Massa Tubuh	<i>Self - Esteem</i>		Total
	Positif	Negatif	
Obesitas I (25 – 29,9)	16	20	36
Obesitas II (≥ 30)	9	8	17
TOTAL	25	28	53

Berdasarkan tabel 4.5 diatas, didapatkan hasil data *self-esteem* berdasarkan karakteristik pada mahasiswa prodi keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda pada bulan Juli tahun 2020 dapat dilihat bahwa bahwa berdasarkan IMT dengan kategori obesitas I (25-29,9) sebanyak 16 orang mengalami *self-esteem* positif dan sebanyak 20 orang mengalami *self-esteem* negatif. Dan berdasarkan IMT dengan kategori obesitas II (≥ 30) sebanyak 9 orang mengalami *self-esteem* positif dan sebanyak 17 orang mengalami *self-esteem* negatif.

3. Analisa Bivariat

Distribusi frekuensi dan persentase berdasarkan hubungan analisis korelasi antara *body image* dengan *self-esteem* pada mahasiswa keperawatan yang mengalami *overweight* di ITKES Wiyata Husada Samarinda dapat dilihat dalam tabel 4.6 berikut ini :

Tabel 4.6 Frekuensi Dan Persentase Hubungan Analisis Korelasi antara *Body Image* dengan *Self Esteem*

<i>Self-Esteem Rosenberg</i>			
Positif	Negatif	Total	<i>p value</i>

<i>Body Shape</i> <i>Questionnaire</i> (BSQ-16)	n	%	n	%	n	%
Positif	18	34,0%	7	13,2%	25	47,9%
Negatif	7	13,2%	21	39,6%	28	52,8%
Jumlah	25	47,2%	28	52,8%	92	100%

0,002

*Analisa uji *chi-square* $p > \alpha$, $\alpha = 0,002 < 0,005$

Berdasarkan hasil dari Tabel 4.6 diperoleh hasil penelitian ini di dapatkan korelasi antara *body image* dengan *self esteem* terlihat nilai Asimp.Sig sebesar 0,002. Karena nilai Asimp.Sig $0,002 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan *self-esteem*. Maka hipotesis dalam penelitian ini di terima.

C. Pembahasan

1. Hubungan *Body Image* pada mahasiswa yang mengalami *Overweight*

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti kepada 53 responden menunjukkan *body image* mahasiswa berdasarkan kategori *body image* positif dan negatif. Didapat hasil sebagian besar mahasiswa berada dalam kategori *body image* negatif yaitu sebanyak 28 orang dengan persentase (52,8%) dan mahasiswa yang mengalami *body image* positif sebanyak 25 orang dengan persentase (47,2%).

Hal ini sejalan dengan pendapat dari Denich dan Ifdil (2015) yang menjelaskan bahwa terdapat banyak faktor yang dapat mempengaruhi *body image*, salah satunya ialah pengaruh berat badan. Keinginan untuk memiliki berat badan ideal sesuai dengan standar yang dimiliki dapat mempengaruhi penilaian individu terhadap tubuhnya. Berkaitan dengan tren tubuh yang kurus dan ideal, maka individu dengan status gizi lebih seperti *overweight* atau obesitas akan lebih berisiko mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya dan memiliki *body image* negatif (Toral *et al.*, 2016).

Hasil pada penelitian ini mendukung pendapat yang dikemukakan oleh Januar (dalam Amandha & Ifdil, 2015) *Body image* merupakan suatu sikap atau perasaan puas dan tidak puas yang dimiliki oleh seseorang atau

suatu individu tertentu terhadap tubuhnya sehingga dapat melahirkan suatu penilaian yang positif atau negatif pada dirinya. *Body image* adalah gambaran mental seseorang terhadap bentuk serta ukuran tubuhnya dan bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dia pikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya dan atas penilaian orang lain terhadap dirinya.

Pembentukan *body image* dipengaruhi oleh persepsi, imajinasi, emosi, suasana hati, lingkungan, dan pengalaman fisik. Setiap individu memiliki gambaran diri ideal seperti apa yang diinginkan termasuk bentuk tubuh ideal seperti apa yang dimilikinya. Kepuasan atau ketidakpuasan terhadap tubuh dan bagian-bagian tubuh merupakan bagian dari cara seseorang memaknai anggota tubuhnya sebagai fungsi atau sebagai objek keindahan. Ketidaksesuaian antara bentuk tubuh yang dipersepsi oleh individu dengan bentuk tubuh yang menurutnya ideal akan memunculkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya (Amalia, 2007 dalam Amandha & Ifdil, 2015).

Menurut Cash dan Pruzinsky (2002 dalam Nandiyah, 2015) bentuk gangguan gambaran diri dapat dibagi dua, berdasarkan komponen gambaran diri yang terganggu yaitu, satu *body image distortion* apabila komponen yang terganggu adalah komponen persepsi maka gangguan gambaran diri yang dialami adalah *distorsi body image*. Apabila individu mengalami distorsi *body image* maka ia tidak mampu memperkirakan (mengestimasi) ukuran tubuhnya secara tepat, kedua *body image dissatisfaction* (ketidakpuasan gambaran diri) dapat dilihat dari bagaimana individu menilai tubuhnya. Bila individu menilai penampilan tidak sesuai dengan standar pribadi, maka ia menilai rendah tubuhnya.

2. Hubungan *Self-Esteem* pada mahasiswa yang mengalami *Overweight*

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan kepada 53 responden, diketahui *self-esteem* pada mahasiswa prodi keperawatan di ITKES Wiyata Husada Samarinda berdasarkan kategori *self-esteem* positif dan *self-esteem* negatif, didapatkan sebagian besar responden

mengalami *self-esteem* negatif sebanyak 28 orang (52,8%) dan responden yang mengalami *self-esteem* positif sebanyak 25 orang dengan persentase (47,2%).

Obesitas merupakan salah satu kondisi fisik yang dapat mempengaruhi *self-esteem* dan rasa percaya diri seseorang. *Self-esteem* erat kaitannya terhadap berat badan ideal seseorang. Seseorang yang memiliki berat badan ideal cenderung dapat diterima di lingkungannya, sehingga memiliki rasa percaya diri yang positif. Begitu juga sebaliknya, apabila seseorang memiliki berat badan yang kurang ideal, maka dapat membuat remaja tersebut tidak percaya diri dan pada akhirnya merasa *self-esteem* nya negatif. Rasa tidak puas terhadap kondisi bentuk tubuh sering dirasakan oleh remaja. Hal tersebut menjadi salah satu penyebab timbulnya gangguan *self-esteem* negatif pada remaja (Sasmita Bobihu *et. al*, 2019).

Obesitas dapat mempengaruhi *self-esteem* dikarenakan beberapa faktor yang mempengaruhi, diantaranya mahasiswa yang memiliki *self-esteem* negatif merasa tubuhnya kurang ideal bila dibandingkan dengan mahasiswa yang lain dan merasa kurang dihargai sehingga termasuk dalam *self-esteem* yang negatif. Kemudian mahasiswa yang *obesitas* lainnya memiliki *self-esteem* yang positif dikarenakan mahasiswa tersebut mampu menerima keadaan dirinya, mendapat dukungan dari keluarganya dan memberikan motivasi kehidupan sehingga akan membuat perasaan mahasiswa tersebut menjadi lebih baik dan lebih percaya diri sehingga termasuk dalam *self-esteem* yang tinggi (Sasmita Bobihu *et. al*, 2019).

Hasil pada penelitian ini mendukung teori yang dikemukakan oleh Rosenberg (1965 dalam Amandha & Irdil, 2015) harga diri adalah penilaian dan sikap individu secara menyeluruh terhadap dirinya sendiri, mulai dari penilaian yang bersifat negatif sampai positif. *Self-esteem* merupakan sikap seseorang berdasarkan persepsi tentang bagaimana ia menghargai dan menilai dirinya sendiri secara keseluruhan, yang berupa sikap positif atau negatif terhadap dirinya. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian dari Widyawati dan Sri Lestari (2016) yang

menemukan adanya hubungan obesitas dengan harga diri pada remaja di MA/Mua'llimat Muhammadiyah Yogyakarta. Obesitas yang dimiliki dapat menjadi pengaruh dari dalam bagi responden, obesitas yang terjadi karena proses perubahan dalam penampilan dan struktur tubuh. Sedangkan dari luar dapat berupa cara pandang dan penilaian orang lain terhadap proporsi tubuh yang dimilikinya.

3. Hubungan *Body Image* dengan *Self-Esteem* pada mahasiswa yang mengalami *Overweight*

Berdasarkan hasil uji korelasi yang telah dilakukan oleh peneliti dengan teknik analisis korelasi *chi-square*, diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,002. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variable *body image* dengan *self-esteem* karena nilai taraf signifikan antara kedua variable kurang dari 0,05.

Koefisien korelasi menunjukkan seberapa kuat hubungan antara kedua variable yang diliti. Rentang koefisien korelasi antara -1,00 hingga 1,00 dimana korelasi -1,00 menunjukkan bahwa antara kedua variable memiliki hubungan yang negatif, sedangkan koefisien korelasi sebesar 1,00 menunjukkan bahwa kedua variable memiliki hubungan positif yang sempurna (Pallant, 2011).

Hasil pada penelitian ini mendukung teori yang dikemukakan oleh Cash & Pruzinsky (2002 dalam Victoria dan Muryantinah, 2015) bahwa *self-esteem* berperan penting dalam perkembangan *body image*. Semakin positif *body image* yang dimiliki maka akan semakin positif pula *self-esteem* yang dimiliki, begitu pula sebaliknya, semakin negatif *body image* yang dimiliki maka akan semakin negatif pula *self-esteem* yang dimiliki. Hal ini juga sejalan dengan pendapat dari Hurlock (dalam Henggaryadi & Fakhurrozi, 2008) memiliki bentuk fisik yang baik akan menimbulkan kepuasan dalam diri terhadap tubuhnya. Semakin menarik atau efektif kepercayaan diri terhadap tubuh maka semakin positif *self-esteem* yang dimiliki, karena *body image* positif akan meningkatkan nilai diri,

kepercayaan diri serta mempertegas jati diri pada orang lain maupun dirinya sendiri, yang akan mempengaruhi harga diri.

Remaja yang memiliki *body image* positif menunjukkan bahwa mereka merasa puas terhadap bentuk tubuh dan penampilannya. Mereka tidak peduli dengan figur wanita atau pria ideal yang ada di masyarakat, namun mereka menerima segala perubahan pada bentuk tubuhnya. Berbeda dengan remaja yang memiliki *body image* negatif, yang merasa bentuk tubuh dan penampilannya tidak sesuai dengan apa yang ada di media maupun apa yang diharapkan oleh lingkungan sosialnya. *Body image* yang negatif akan berdampak pada rendahnya *self-esteem* yang dimiliki, stress secara emosional, kebiasaan perilaku diet yang tidak sehat, kecemasan, depresi, gangguan makan, kesehatan seksual yang terancam, *social withdrawal*, dan berhenti melakukan kegiatan olahraga (Victoria dan Muryantinah, 2015).

Self-esteem pada mahasiswa terbentuk dari *body image* mereka. Pandangan ini terbentuk dari reaksi mereka terhadap perubahan bentuk tubuh (*overweight*) mereka yang memberikan pengaruh terhadap diri mereka. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Williams dan Currie (2000) yang menunjukkan bahwa antara *self-esteem* dengan *body image* memiliki hubungan korelasi yang positif. Semakin rendah *self-esteem* yang dimiliki, maka semakin negatif *body image* pada diri individu, begitu juga sebaliknya semakin tinggi *self-esteem* maka semakin positif pula *body image* yang dimiliki.

Berdasarkan paparan-paparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini telah menjawab rumusan masalah penelitian, yaitu terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* pada mahasiswa yang mengalami *overweight*.

D. Keterbatasan Penelitian

1. Pada penelitian ini terkendala dengan responden tidak langsung menjawab saat *google form* dibagikan, hal ini terjadi juga dikarenakan keterbatasan kuota yang dimiliki.

2. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner bersifat subjektif, sehingga kebenaran data sangat bergantung dari kejujuran responden.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian yang dilakukan pada bulan November 2019 sampai dengan Juli 2020 di ITKes Wiyata Husada Samarinda, dengan jumlah sampel sebanyak 53 orang. Hasil penelitian di dapatkan hubungan signifikan antara hubungan *body image* dengan *self esteem* pada mahasiswa yang mengalami *overweight* yaitu dengan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) 0,002 (< 0,005), maka hipotesis dalam penelitian ini diterima (H_a diterima), dan H_0 ditolak.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa diharapkan mampu mengetahui pentingnya mengatur pola makan, agar bisa menjaga berat badan yang ideal, sesuai dengan asupan nutrisi yang dibutuhkan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a) Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih belum sempurna. Oleh sebab itu peneliti mengharapkan kepada peneliti selanjutnya agar mampu mengembangkan penelitian dari segi metode, teori maupun alat ukur, serta untuk mengambil sampel yang lebih banyak, hal ini bertujuan untuk keakuratan data yang lebih baik dalam penelitiannya.
- b) Dalam penelitian selanjutnya, dapat meneliti lebih lanjut tentang faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *body image* dan *self-esteem* seperti pola asuh orang tua dan lingkungan responden.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier Sunita. Prinsip dasar ilmu gizi, PT Gra-media Pustaka Utama, Jakarta, Almatsier Sunita. Prinsip dasar ilmu gizi, PT Gra-media Pustaka Utama, Jakarta, 2003.
- Amalia, L. (2007). Citra Tubuh (*Body Image*) Remaja Perempuan. *Jurnal Musawa*, 5(4). STAIN Ponorogo.
- Arikunto, Suharsimi. 2016. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi VI*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Arisman. 2007. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Aritonang, Iriyanton. 2009. Hubungan Intensitas Menonton Televisi dengan Asupan Energi dan Status Gizi Remaja. *Prosiding Temu Ilmiah Kongres XIV Persagi*.
- Ariyani, A. (2004). Perbedaan Hope dan Self Esteem Antara Remaja Yang Pernah Menggunakan Narkoba dan Remaja Yang Tidak Pernah Menggunakan Narkoba. Tugas Akhir Magister Profesi Psikolog Klinik Dewasa. Depok: Fakultas Psikologi UI.
- Buxton BK. Body image and women: how does obesity fit 4. into the picture?. *Bariatric Nurs Surg Patient Care* [serial online] 2008 [cited 2014 Oct 6];3(4). Available from: URL: <http://search.proquest.com>
- Cash, T. F. (1994). Body Image Attitudes : Evaluation, Investment and Affect : Perceptual Motor Skills. *Journal of psychology*, (78), 1168-1170.
- Cash, T.F. & Pruzinsky. (2002). *Body image : A Handbook of Theory, Research and Clinical Practice*, New York : Guilford Press
- Depdiknas. (2012). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta. Penerbit: Gramedia Pustaka Utama
- Desi Bestiana. (2012). Citra Tubuh dan Konsep Tubuh Ideal Mahasiswa FISIP Universitas Airlangga Surabaya. *Jurnal Penelitian*, vol.1 no. 1.
- Dyah Ayu Kusuma Wardani, Emy Huriyati, Mustikaningtyas, Janatin Hastuti (2015). Obesitas, body image, dan perasaan stres pada mahasiswa di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, Vol. 11, No. 4, April 2015
- Gillis, L.J., & Bar- Or. (2003). Food away from home, sugar-sweetened drink consumption and juvenile obesity. *Journal of American Nutrition*: 22 (6); 539-545.
- Griffin, M & Kirby, S. (2007). *The Effect of Gender in Improving Body Image and Self Esteem*. County of Essex: University of Essex.

- Haerens, dkk. *The contribution of psychosocial and home environmental factors in explaining eating behaviours in adolescents. International of Obesity*, 2008.
- Hanson NI, Neumark-Sztainer D, Eisenberg ME, et.al. *Associations between parental report of the home food environment and adolescent intakes of fruit, vegetables and dairy foods. International Journal of Obesity* 2005.
- Hardisuryabrata, MS. (1997). *Mengembangkan Citra Diri yang Positif*. Jakarta: Obor offset.
- Heatherton, T. F. & Wyland, C. L. (2003). *Assesing Self Esteem*. Washington: American Psychology Association.
- I Koupil, P Toivenan, Social and earlylife determinants of overweight and obesity in 18-yearold Swedish men, *International of Obesity*, 2008.
- Januar, V. (2007). *Citra Tubuh Pada Remaja Putri Menikah dan Memiliki Anak. Jurnal Psikologi*. 3(3). Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). **HASIL UTAMA RISKESDAS 2018**.
- Khomsan Ali, *Pangan Dan Gizi Untuk Kesehatan*, PT Rajagrafindo Persada, Jakarta, 2002.
- Martinez Vizcano, dkk. *Assessment of an afterschool physical activity program to prevent obesity among 9- to 10-year-oldchildren: a cluster randomized trial. International of Obesity*, 2008
- Mckay, M., Patrick F. (2000). *Self-Esteem Thrid Edition. Oakland: New Harbinger Publications*
- Mruk, C.J. (2006). *Self-esteem research, theory, and practice: Toward a positive psychology of self-esteem (3rd ed). New York: Springer Publishing Company*.
- NANDA. (2005). *Nursing diagnosis : definition and classification*. Philadelphia : AR
- Notoatmodjo, S. 2015. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Nursalam. 2016. *Pendekatan praktis metodologi penelitian ilmu Keperawatan*. Jakarta, Salemba Medika.
- Nurvita, V. (2015). Hubungan antara self-esteem dengan body image pada remaja awal yang mengalami obesitas. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 4(1), 1–9.
- Ogden, C. L., Carroll, M.D., Curtin, L.R., Lamb, M. M. & Flegal K, M. 2010. Prevalence of High Body Mass Index in US Children and Adolescents. *Journal of the American Medical Association*. Vol. 303, No.3: 242-249.

- Phares, V., Steinberg, A. R., & Thompson, J. K. (2004). Gender differences in peer and parental influences: Body image disturbance, self-worth, and psychological functioning in preadolescent children. *Journal of Youth and Adolescence*, 33(5), 421-429.
- Pook, M., Tuschen-Caffier, B., & Braehler, E. (2008). evaluation and comparison of different versions of the body shape questionnaire. *Psychiatry Research*, 158, 67-73.
- Sasmita Bobihu, Firmawati, Fendi Ntobuo (2019). Hubungan Obesitas Dengan Harga Diri Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo.
- Soegih, R. & Wiramihardja, K. 2009. *Obesitas: Permasalahan dan Terapi Praktis*. Jakarta: Sagung Seto.
- Soetjiningsih. Buku Ajar Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta: CV. Agung Seto.
- Sri Mendari, A. (2013). Aplikasi teori hierarki kebutuhan Maslow dalam meningkatkan motivasi belajar mahasiswa. *Widya warta*, 34(01).
- Stuart & Laraia. (2005). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. St. Louis : Mosby
- Stuart & Sundeen. (1998). *Pocket Guide to Psychiatric Nursing*, 5thEd. St. Louis : Mosby
- Sugiyono, 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. CV Alfabeta. Bandung.
- Sumanto A. 2000. *Tetap Langsing dan Sehat dengan Terapi Diet*. Jakarta: PT Agro Media Pustaka.
- Supariasa, I.D.N., B. Bakri, dan I. Fajar. 2013. *Penilaian Status Gizi*. Edisi Revisi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- The National Eating Disorders Collaboration (NEDC). *What is Body Image*. Australia. 2014.
- Thompson, J. K. (2000). *Body Image, Eating Disorders, and Obesity*. American Psychological Association. Washington, DC.
- Victoria Nurvita dan Muryatinah Mulyo (2015). Hubungan antara *sel-esteem* dengan *body image* pada remaja awal yang mengalami obesitas. *Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya. Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental* Vol. 4 No. 1 April 2015.

- Wertheim EH, Paxton. (2012). Body Image Development-Adolescent Girls. Encyclopedia of Body Image and Human Appearance, Volume 1, hlm 187-193.
- WHO. 2011. Overweight and Obesity Fact Sheet. Department of Sustainable Development and Healthy Environments. September 2011.
- World Health Organization. Overweight and Obesity : Adults Ages 18+. 2016. Tersedia di: http://www.who.int/gho/ncd/risk_factors/overweight_text/en/ [diakses tanggal 27 Februari 2017].
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.







**INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN & SAINS WIYATA
HUSADA SAMARINDA**

BIODATA PENELITI

A. BIODATA PENELITI

1. Nama : Muja Asmara
2. Jenis Kelamin : Perempuan
3. Tempat, Tanggal, Lahir : Sangatta, 30 Agustus 1997
4. Agama : Islam
5. Alamat : Jln. Kampung Kajang.. Sangatta Selatan
6. Email : mujaasmara97@gmail.com
7. Nim : 16.0392.727.01
8. Judul Skripsi : Hubungan *Body Image* Dengan *Self-Esteem* Pada Mahasiswa Yang Mengalami *Overweight*
9. Dosen Pembimbing : 1. Dr. Anik Puji Rahayu, S.Kp., M.Kep
2. Ns. Desy Ayu Wardani, M.Kep., Sp.Kep, Mat

B. PENDIDIKAN FORMAL

1. Tahun 2010 : Lulus SDN 001 Sangatta Selatan
2. Tahun 2013 : Lulus SMPN 1 Sangatta Selatan
3. Tahun 2016 : Lulus SMK Keperawatan Sangatta Selatan

PENJELASAN PENELITIAN BAGI RESPONDEN PENELITIAN

Nama : Muja Asmara
NIM : 16039272701
Judul penelitian : Hubungan *Body Image* dengan *Self Esteem* pada Mahasiswa S1 Keperawatan yang mengalami *Overweight* Di ITKES Wiyata Husada Samarinda.

Tujuan Penelitian :

1. Tujuan Umum

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan *body image* dengan *self Esteem* pada mahasiswa yang mengalami *overweight*.

2. Tujuan Khusus

- c) Teridentifikasi *body image* pada mahasiswa yang mengalami *overweight*.
- d) Teridentifikasi *self-esteem* pada mahasiswa yang mengalami *overweight*.
- e) Teranalisis hubungan *body image* dengan *self-esteem* pada mahasiswa yang mengalami *overweight*

Perlakuan yang diterapkan pada subyek

1. Peneliti membuat grup watsshap calon responden, jika pandemi COVID 19 masih berlanjut peneliti menggunakan media google form untuk memberikan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian. Jika calon responden bersedia menjadi responden maka diminta untuk mengisi inform consent secara langsung atau secara online melalui google form dalam rentang waktu 1 hari.
2. Setelah itu responden diminta untuk mengisi kuesioner melalui google form yang telah dikirim melalui grup watsshap

Manfaat Penelitian :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi bagi pihak kampus sebagai bahan edukasi dan pengetahuan tentang hubungan *body image* dengan *self esteem* pada mahasiswa yang mengalami *overweight*.

2. Manfaat Praktis

- a) Bagi Mahasiswa dapat dijadikan sebagai acuan pengetahuan dalam meningkatkan pemahaman tentang mengenai *body mage* dan *Self-esteem* secara positif.
- b) Bagi peneliti selanjutnya manfaat penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran terhadap referensi bagi kalangan yang akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan topik yang berhubungan dengan judul penelitian di atas

Bahaya potensial

Tidak ada bahaya potensial yang diakibatkan oleh keterlibatan subyek dalam penelitian ini, oleh karena itu dalam penelitian ini tidak dilakukan intervensi apapun melainkan hanya pengisian kuesioner.

Hak untuk mengundurkan diri

Keikutsertaan subyek dalam penelitian ini bersifat sukarela dan responden berhak untuk mengundurkan diri kapan pun, tanpa menimbulkan konsekuensi yang merugikan responden.

Jaminan kerahasiaan data

Peneliti berjanji akan selalu menghargai dan menjunjung tinggi hak responden dengan cara menjamin kerahasiaan identitas dan data yang diperoleh selama proses pengumpulan, pengelolaan dan penyajian data hasil penelitian.

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muja Asmara

NIM : 16.0392.727.01

Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda, saya akan melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Body Image* dengan *Self Esteem* pada mahasiswa S1 keperawatan yang mengalami *Overweight* di ITKES Wiyata Husada Samarinda”.

Untuk itu kami mohon Mahasiswa/i untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Dijamin kerahasiaannya (tanpa nama) dan tidak ada paksaan. Data disajikan hanya untuk pengembangan ilmu keperawatan atas kerjasama partisipasinya, kami sampaikan terimakasih.

Hormat Saya,

Muja Asmara

NIM : 16039272701

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN KESEDIAAN
MENGIKUTI PENELITIAN (INFORM CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama (inisial) :

Umur :

Jenis Kelamin :

Jurusan :

Setelah mendapatkan penjelasan dari peneliti saya bersedia berpartisipasi sebagai responden penelitian dengan judul “Hubungan *Body Image* dengan *Self Esteem* pada mahasiswa S1 keperawatan yang mengalami *Overweight* di ITKES Wiyata Husada Samarinda” yang dilakukan oleh Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda.

Saya memahami bahwa penelitian tidak akan berakibat negatif bagi saya dan segala informasi yang diberikan dijamin kerahasiaannya. Saya memahami bahwa penelitian ini akan menjadi bahan masukan bagi ilmu keperawatan untuk dapat meningkatkan pelayanan di lembaga pembinaan, karena itu jawaban yang diberikan adalah sebenar-benarnya.

Saya telah diberi kesempatan untuk bertanya mengenai segala sesuatu yang berkaitan dengan penelitian ini dan telah mendapat jawaban yang memuaskan. Berdasarkan semua penjelasan di atas maka dengan ini saya menyatakan secara sukarela bersedia menjadi responden dan berpartisipasi aktif dalam penelitian.

Samarinda,

2020

Responden

KUESIONER PENELITIAN
BODY SHAPE QUESTIONNAIRE (BSQ-16)

A. Identitas Responden

1. Inisial Nama :
2. Usia :
3. Jenis Kelamin :
4. Tinggi Badan :
5. Berat Badan :
6. Tahun Angkatan :

B. Petunjuk Pengisian

Kami bertujuan untuk mengetahui bagaimana kamu menilai penampilanmu sendiri. Baca dan jawab semua pertanyaan di bawah ini dengan mengisi kolom nomor di sebelah kanan.

Keterangan :

- 1 = Tidak pernah
- 2 = Jarang
- 3 = Kadang-kadang
- 4 = Sering
- 5 = Sangat Sering
- 6 = Selalu

No	Pertanyaan	1	2	3	4	5	6
1	Pernahkah rasa bosan membuat kamu khawatir tentang bentuk tubuh kamu ?						
2	Pernahkah kamu berfikir bahwa paha, pinggul atau kakimu terlalu besar untuk bagian tubuhmu yang lain ?						
3	Pernahkan kamu khawatir jika ototmu kendur ?						
4	Pernahkah kamu bersedih dan menangis bentuk tubuhmu ?						

5	Pernahkah kamu menghindari lari-lari karena takut ototmu akan kendur ?						
6	Pernahkah kamu memperhatikan tubuhmu ketika berada disekitar orang-orang langsing ?						
7	Pernahkah kamu khawatir bagian pahamu seolah melebar ketika kamu duduk ?						
8	Pernahkah kamu merasa bahwa kamu masih gemuk meskipun hanya makan makanan dalam jumlah kecil ?						
9	Pernahkah kamu menghindari pakaian tertentu yang membuat kamu menyadari bentuk tubuhmu ?						
10	Pernahkah kamu makan kue, permen dan makanan tinggi kalori lainnya yang membuat kamu merasa gemuk ?						
11	Pernahkah kamu merasa malu dengan bentuk tubuhmu ?						
12	Apakah kamu khawatir dengan bentuk tubuhmu ?						
13	Apakah kamu khawatir dengan bentuk tubuhmu sehingga kamu menjalani diet ?						
14	Pernahkah kamu berfikir tidak adil setiap kali kamu melihat wanita atau pria lain yang lebih langsing dari pada kamu ?						
15	Pernahkah kamu khawatir jika otot kamu akan kendur ?						
16	Pernahkah kamu khawatir dengan bentuk tubuhmu sehingga membuat kamu merasa harus berolahraga ?						

**KUESIONER PENELITIAN
SELF-ESTEEM ROSENBERG**

A. Identitas Responden

1. Inisial Nama :
2. Usia :
3. Jenis Kelamin :
4. Tahun Angkatan :

B. Petunjuk Pengisian

Berikut ini disajikan 10 buah pertanyaan berkaitan dengan perasaan anda secara umum tentang diri anda. Silahkan beri tanda (√) pada kolom SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju) dan STS (Sangat Tidak Setuju).

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain				
2.	Saya rasa banyak hal-hal yang baik dalam diri saya				
3.	Saya orang yang gagal				
4.	Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain				
5.	Saya rasa tidak banyak yang dapat saya banggakan pada diri saya				
6.	Saya menerima keadaan diri saya seperti apa adanya				
7.	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya				
8.	Saya berharap saya dapat lebih dihargai				
9.	Saya sering merasa tidak berguna				
10.	Kadang-kadang saya merasa bahwa diri saya tidak baik				

Samarinda, 15 Juni 2020

Nomor : -

Lamp : -

Hal : Permohonan Ijin Studi Pendahuluan dan Pengambilan Data

Kepada Yth,

Wakil Rektor I ITKES Wiyata Husada Samarinda

di -

Tempat

Dengan hormat,

Teriring salam dan doa semoga Allah SWT selalu memberikan Rahmat dan Hidayah - Nya kepada kita semua.

Sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir mahasiswa berupa penyusunan karya tulis ilmiah/skripsi, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu agar dapat memberikan ijin kepada saya untuk melakukan studi pendahuluan dan pengambilan di tempat yang Bapak/Ibu pimpin.

Adapun identitas saya yang melakukan kegiatan tersebut adalah :

Nama : Muja Asmara

16.06.20172701

Semester

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Judul Penelitian : **Hubungan *Body Image* Dengan *Self-Esteem* Pada Mahasiswa Yang Mengalami *Overweight* Di ITKES Wiyata Husada Samarinda**


Demikian saya sampaikan, atas perhatian dan kesediaannya Bapak/Ibu saya ucapkan terima kasih.

Mahasiswa

Muja Asmara

NIM 16039272701

Institut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda



**INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN & SAINS
WIYATA HUSADA SAMARINDA**
Izin Menristekdikti RI Nomor : 1040/KPT/I/2019

ITKES WHS
ITKES WHS
www.itkeswhs.ac.id
info@itkeswhs.ac.id


Jl. Kadrie Oening No. 77 Samarinda - Kalimantan Timur, Telp/Fax (0541) 7272431

Nomor : 98 /ITKES-WHS/LT/2020
Perihal : Pemberian ijin 22 Juni 2020

Yth. Sdr. Muja Asmara
Mahasiswa ITKES Wiyata Husada Samarinda
di _
Tempat

Dengan hormat,
Menindaklanjuti surat saudara perihal Permohonan ijin penelitian, pada prinsipnya kami tidak keberatan dan mengizinkan untuk melakukan kegiatan tersebut, dengan ketentuan peneliti harus taat dan patuh terhadap tata tertib yang ada di ITKES Wiyata Husada Samarinda.

Demikian surat pemberitahuan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.



ITKES WHS
Sulistyorini, M.Keb
1121038701

Institut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda

"Hold The Future Now"

BODY SHAPE QUESTIONNAIRE (BSQ-16)

RESPONDEN	USIA	JENIS KELAMIN	BB (Kg)	TB (cm)	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14	p15	p16	TOTAL	KATEGORI
r1	22	PEREMPUAN	68	158	4	6	4	6	3	5	5	6	6	6	5	6	3	5	3	3	76	NEGATIF
r2	22	PEREMPUAN	75	164	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	58	NEGATIF
r3	22	LAKI - LAKI	90	165	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	POSITIF
r4	23	LAKI - LAKI	70	169	1	2	2	1	1	2	3	4	4	5	1	33	3	3	3	4	72	NEGATIF
r5	22	PEREMPUAN	68	165	5	5	6	3	3	6	6	6	5	5	3	6	6	6	6	6	83	NEGATIF
r6	21	PEREMPUAN	65	150	5	5	4	2	2	2	2	5	5	5	5	6	6	4	4	6	68	NEGATIF
r7	21	PEREMPUAN	80	160	4	5	6	5	5	5	5	5	6	6	3	6	6	6	6	5	84	NEGATIF
r8	20	PEREMPUAN	79	165	2	1	3	1	1	2	2	4	6	4	3	3	4	1	3	5	45	POSITIF
r9	21	PEREMPUAN	70	155	6	6	4	1	4	4	4	4	4	6	6	6	3	6	6	4	74	NEGATIF
r10	22	PEREMPUAN	77	149	1	4	1	4	1	2	6	6	6	1	4	3	1	3	2	49	POSITIF	
r11	20	PEREMPUAN	103	160	5	4	4	3	3	6	5	6	6	5	4	4	6	3	3	3	70	NEGATIF
r12	23	PEREMPUAN	72	160	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	49	POSITIF
r13	21	PEREMPUAN	62	155	4	5	4	3	2	6	4	4	5	5	5	5	4	3	3	5	67	NEGATIF
r14	21	PEREMPUAN	71	155	4	4	4	3	3	4	4	4	5	4	4	5	5	3	2	2	60	NEGATIF
r15	20	PEREMPUAN	92	163	2	6	4	5	3	6	5	6	4	4	5	6	5	6	4	4	75	NEGATIF
r16	24	PEREMPUAN	73	157	3	4	3	3	1	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	5	52	POSITIF
r17	20	PEREMPUAN	73	162	3	3	3	1	1	3	2	4	4	4	3	3	3	1	3	4	45	POSITIF
r18	21	PEREMPUAN	74	166	4	4	3	2	1	2	2	3	3	3	2	4	3	2	2	4	44	POSITIF
r19	21	PEREMPUAN	85	167	3	3	4	3	4	2	2	2	6	3	3	4	4	1	2	4	50	POSITIF
r20	23	PEREMPUAN	65	158	4	4	1	2	1	4	4	4	5	5	5	5	5	1	1	5	56	NEGATIF
r21	19	PEREMPUAN	95	160	3	3	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	2	1	1	3	27	POSITIF
r22	22	LAKI - LAKI	95	169	4	1	3	1	1	2	1	3	3	2	2	3	3	2	2	3	36	POSITIF
r23	19	PEREMPUAN	66	159	5	5	5	5	3	4	4	4	4	4	5	5	3	5	4	3	68	NEGATIF
r24	19	PEREMPUAN	75	169	4	3	2	1	1	2	3	4	3	2	2	3	2	1	2	3	38	POSITIF
r25	22	PEREMPUAN	87	170	4	4	5	1	1	6	3	5	3	3	6	5	4	6	4	4	64	NEGATIF
r26	20	PEREMPUAN	70	156	1	4	3	5	2	3	4	4	4	3	3	4	5	3	3	4	55	NEGATIF

r27	22	LAKI - LAKI	82	173	3	4	4	2	2	2	3	3	4	4	2	3	4	3	3	4	50	POSITIF	
r28	22	PEREMPUAN	65	153	5	5	4	4	1	5	3	5	4	5	3	4	4	6	4	5	67	NEGATIF	
r29	20	PEREMPUAN	72	157	4	3	3	3	1	6	6	4	4	4	3	4	3	6	3	3	60	NEGATIF	
r30	22	PEREMPUAN	67	159	1	4	2	1	1	3	4	2	1	3	1	2	3	2	2	3	35	POSITIF	
r31	20	PEREMPUAN	69	157	4	4	4	3	3	4	4	5	4	2	5	4	4	4	4	4	62	NEGATIF	
r32	19	PEREMPUAN	83	167	5	5	6	6	3	6	6	6	5	5	5	6	4	6	6	6	86	NEGATIF	
r33	22	PEREMPUAN	71	160	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	56	NEGATIF	
r34	18	LAKI - LAKI	79	159	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	1	1	1	1	2	21	POSITIF	
r35	20	PEREMPUAN	66	158	2	1	4	1	1	2	2	2	2	3	1	2	4	2	2	4	35	POSITIF	
r36	23	PEREMPUAN	66	155	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	64	NEGATIF	
r37	20	PEREMPUAN	62	153	5	6	4	3	3	5	5	5	6	6	3	6	3	5	5	6	76	NEGATIF	
r38	21	PEREMPUAN	73	166	3	3	2	3	1	4	3	4	4	5	3	4	3	4	1	3	50	POSITIF	
r39	21	PEREMPUAN	63	159	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	6	6	6	5	6	86	NEGATIF	
r40	22	PEREMPUAN	88	156	3	4	1	1	1	4	3	3	3	3	1	4	1	1	3	37	POSITIF		
r41	22	LAKI - LAKI	92	179	1	3	1	1	2	3	1	1	4	3	1	2	3	1	2	31	POSITIF		
r42	20	PEREMPUAN	76	155	4	4	4	1	1	4	3	4	6	4	3	4	4	3	3	4	56	NEGATIF	
r43	22	PEREMPUAN	68	153	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	POSITIF	
r44	22	PEREMPUAN	68	165	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	55	NEGATIF	
r45	22	LAKI - LAKI	73	166	3	4	4	2	1	2	1	1	2	5	2	2	2	1	2	4	38	POSITIF	
r46	22	PEREMPUAN	64	160	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	3	4	53	POSITIF	
r47	22	PEREMPUAN	65	159	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	58	NEGATIF	
r48	22	PEREMPUAN	63	160	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	17	POSITIF	
r49	22	PEREMPUAN	67	150	1	3	1	4	6	1	6	1	1	3	3	3	3	1	4	3	44	POSITIF	
r50	24	LAKI - LAKI	76	171	3	4	5	1	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	54	POSITIF	
r51	21	PEREMPUAN	62	155	4	6	1	1	1	4	4	2	3	4	2	3	2	3	2	3	45	POSITIF	
r52	20	PEREMPUAN	93	169	4	3	5	2	3	1	3	6	3	6	1	6	6	1	6	6	62	NEGATIF	
r53	19	PEREMPUAN	69	160	4	5	5	5	5	5	5	5	6	4	5	6	5	4	3	5	4	76	NEGATIF

SELF-ESTEEM ROSENBERG

RESPONDEN	USIA	JENIS KELAMIN	BB (Kg)	TB (TB)	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	TOTAL	KATEGORI
r1	22	PEREMPUAN	68	158	3	3	3	0	0	1	1	1	3	3	18	NEGATIF
r2	22	PEREMPUAN	75	164	3	3	2	0	0	3	3	0	3	0	17	NEGATIF
r3	22	LAKI - LAKI	90	165	3	3	3	0	0	3	3	1	3	3	22	POSITIF
r4	23	LAKI - LAKI	70	169	3	3	3	0	0	3	3	0	3	3	21	POSITIF
r5	22	PEREMPUAN	68	165	2	2	2	1	0	3	3	1	2	1	17	NEGATIF
r6	21	PEREMPUAN	65	150	3	3	2	0	0	3	3	1	3	3	21	POSITIF
r7	21	PEREMPUAN	80	160	3	3	2	0	0	3	3	0	2	3	19	NEGATIF
r8	20	PEREMPUAN	79	165	2	2	2	0	0	2	2	0	2	1	13	NEGATIF
r9	21	PEREMPUAN	70	155	3	3	2	0	0	3	3	0	3	3	20	POSITIF
r10	22	PEREMPUAN	77	149	3	3	3	0	0	3	2	0	3	3	20	POSITIF
r11	20	PEREMPUAN	103	160	3	2	2	1	1	2	1	0	2	2	16	NEGATIF
r12	23	PEREMPUAN	72	160	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	16	NEGATIF
r13	21	PEREMPUAN	62	155	2	2	2	1	1	3	3	1	2	2	19	NEGATIF
r14	21	PEREMPUAN	71	155	2	2	3	0	1	2	2	1	2	2	17	NEGATIF
r15	20	PEREMPUAN	92	163	3	3	2	1	0	3	2	0	1	0	15	NEGATIF
r16	24	PEREMPUAN	73	157	3	3	2	3	2	3	3	0	2	2	23	POSITIF
r17	20	PEREMPUAN	73	162	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	20	POSITIF
r18	21	PEREMPUAN	74	166	2	3	3	2	3	2	3	0	3	1	22	POSITIF
r19	21	PEREMPUAN	85	167	3	3	3	2	2	3	3	0	1	1	21	POSITIF
r20	23	PEREMPUAN	65	158	2	2	2	2	2	2	1	0	2	2	17	NEGATIF
r21	19	PEREMPUAN	95	160	3	3	3	3	2	3	3	0	3	2	25	POSITIF
r22	22	LAKI - LAKI	95	169	3	3	2	2	2	2	2	0	2	2	20	POSITIF
r23	19	PEREMPUAN	66	159	3	2	2	2	2	3	2	0	1	1	18	NEGATIF
r24	19	PEREMPUAN	75	169	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	18	NEGATIF
r25	22	PEREMPUAN	87	170	2	2	3	2	3	2	1	2	3	1	21	POSITIF

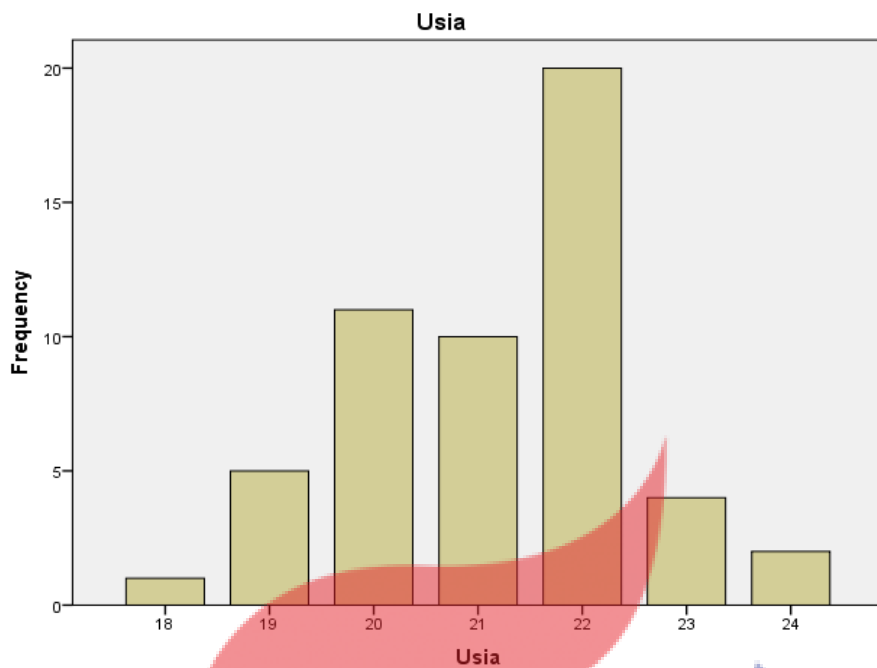
r26	20	PEREMPUAN	70	156	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	23	POSITIF
r27	22	LAKI - LAKI	82	173	3	3	3	2	3	3	3	1	2	1	24	POSITIF
r28	22	PEREMPUAN	65	153	3	3	3	3	2	3	3	0	2	2	24	POSITIF
r29	20	PEREMPUAN	72	157	3	3	2	2	2	1	1	1	2	2	19	NEGATIF
r30	22	PEREMPUAN	67	159	3	3	3	3	3	3	3	0	3	3	27	POSITIF
r31	20	PEREMPUAN	69	157	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	16	NEGATIF
r32	19	PEREMPUAN	83	167	1	1	3	1	2	1	1	2	2	2	16	NEGATIF
r33	22	PEREMPUAN	71	160	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	17	NEGATIF
r34	18	LAKI - LAKI	79	159	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	27	POSITIF
r35	20	PEREMPUAN	66	158	3	3	3	3	2	3	3	0	2	1	23	POSITIF
r36	23	PEREMPUAN	66	155	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	18	NEGATIF
r37	20	PEREMPUAN	62	153	2	2	2	2	1	3	2	0	2	2	18	NEGATIF
r38	21	PEREMPUAN	73	166	3	3	2	3	2	3	3	0	2	2	23	POSITIF
r39	21	PEREMPUAN	63	159	3	3	2	3	0	1	1	0	0	2	15	NEGATIF
r40	22	PEREMPUAN	88	156	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	18	NEGATIF
r41	22	LAKI - LAKI	92	179	3	3	3	3	2	3	3	1	2	2	25	POSITIF
r42	20	PEREMPUAN	76	155	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	14	NEGATIF
r43	22	PEREMPUAN	68	153	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	18	NEGATIF
r44	22	PEREMPUAN	68	165	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	16	NEGATIF
r45	22	LAKI - LAKI	73	166	3	3	3	3	3	3	3	0	2	3	26	POSITIF
r46	22	PEREMPUAN	64	160	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	17	NEGATIF
r47	22	PEREMPUAN	65	159	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	16	NEGATIF
r48	22	PEREMPUAN	63	160	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	20	POSITIF
r49	22	PEREMPUAN	67	150	3	3	3	3	3	2	2	1	2	1	23	POSITIF
r50	24	LAKI - LAKI	76	171	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	16	NEGATIF
r51	21	PEREMPUAN	62	155	2	1	3	3	2	3	3	1	3	2	23	POSITIF
r52	20	PEREMPUAN	93	169	3	3	3	3	3	3	3	0	3	3	27	POSITIF
r53	19	PEREMPUAN	69	160	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	19	NEGATIF

Frequency Karakteristik Responden

Statistics

		Usia	Indeks Massa Tubuh
N	Valid	53	53
	Missing	0	0
Mean		21.19	28.89
Std. Error of Mean		.183	.459
Median		21.00	28.00
Mode		22	27
Std. Deviation		1.331	3.344
Variance		1.771	11.179
Range		6	15
Minimum		18	25
Maximum		24	40
Sum		1123	1531

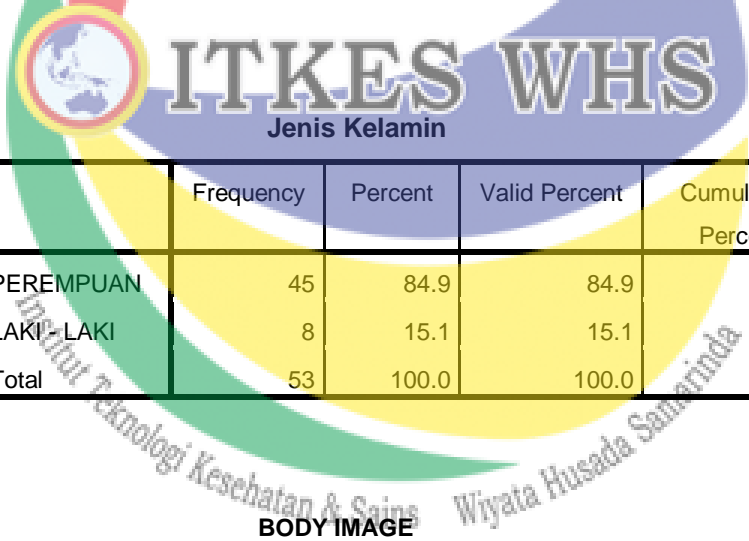
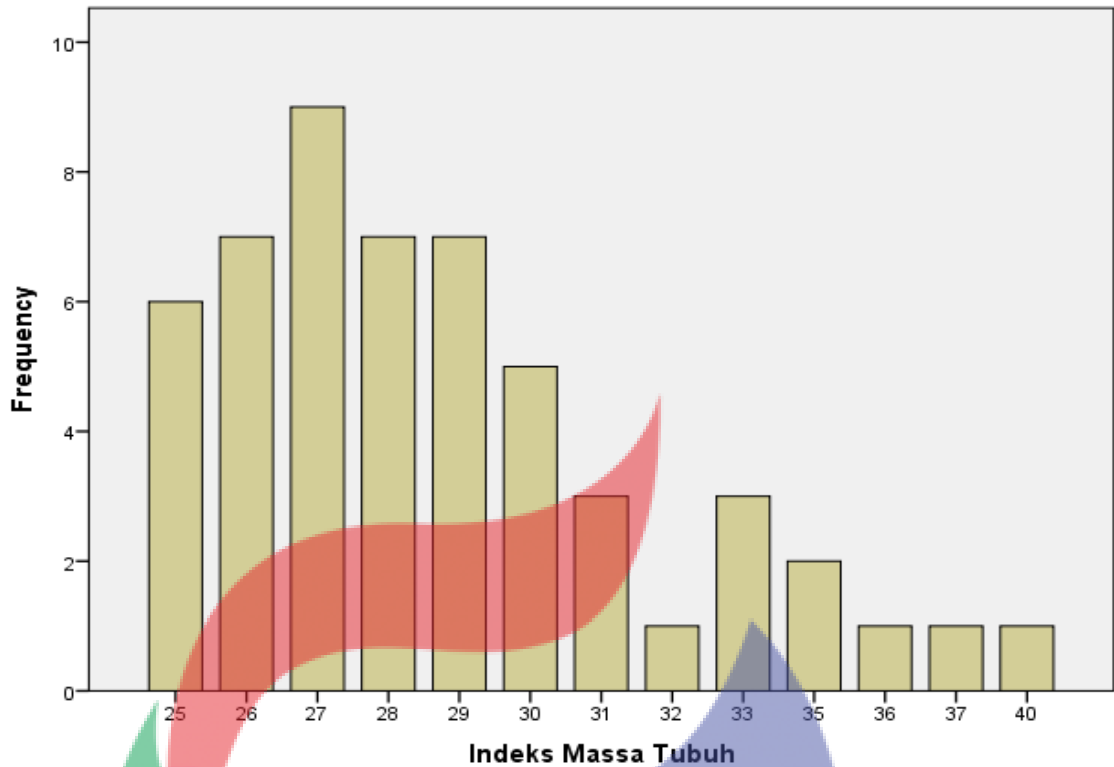
		Usia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	18	1	1.9	1.9	1.9
	19	5	9.4	9.4	11.3
	20	11	20.8	20.8	32.1
	21	10	18.9	18.9	50.9
	22	20	37.7	37.7	88.7
	23	4	7.5	7.5	96.2
	24	2	3.8	3.8	100.0
Total		53	100.0	100.0	



Indeks Massa Tubuh

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 25	6	11.3	11.3	11.3
26	7	13.2	13.2	24.5
27	9	17.0	17.0	41.5
28	7	13.2	13.2	54.7
29	7	13.2	13.2	67.9
30	5	9.4	9.4	77.4
31	3	5.7	5.7	83.0
32	1	1.9	1.9	84.9
33	3	5.7	5.7	90.6
35	2	3.8	3.8	94.3
36	1	1.9	1.9	96.2
37	1	1.9	1.9	98.1
40	1	1.9	1.9	100.0
Total	53	100.0	100.0	

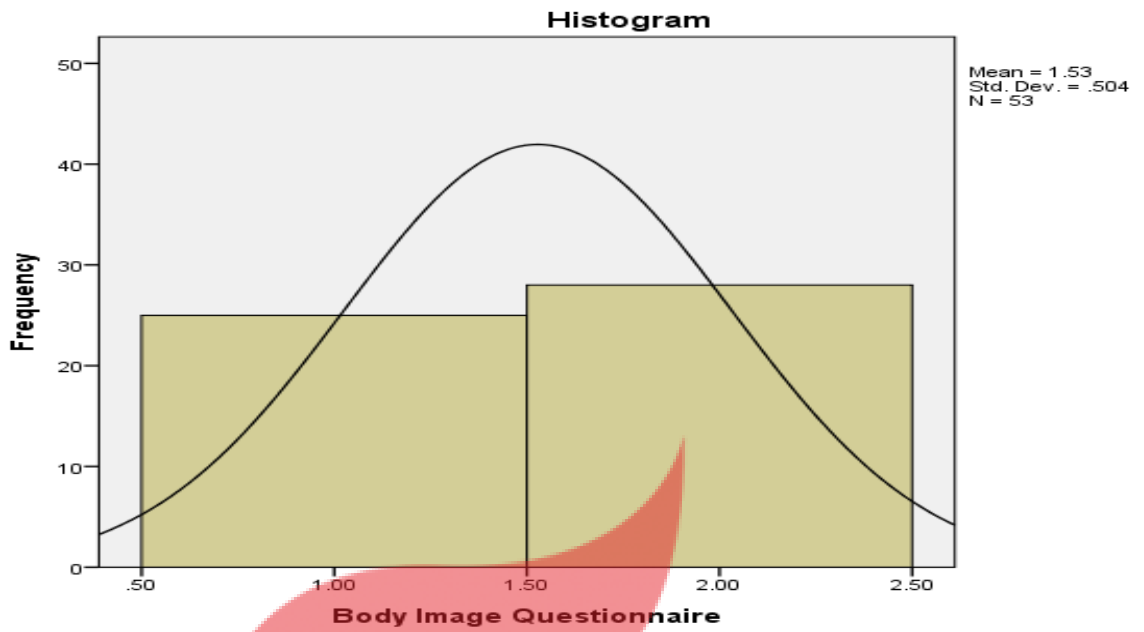
Indeks Massa Tubuh



	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid PEREMPUAN	45	84.9	84.9	84.9
LAKI-LAKI	8	15.1	15.1	100.0
Total	53	100.0	100.0	

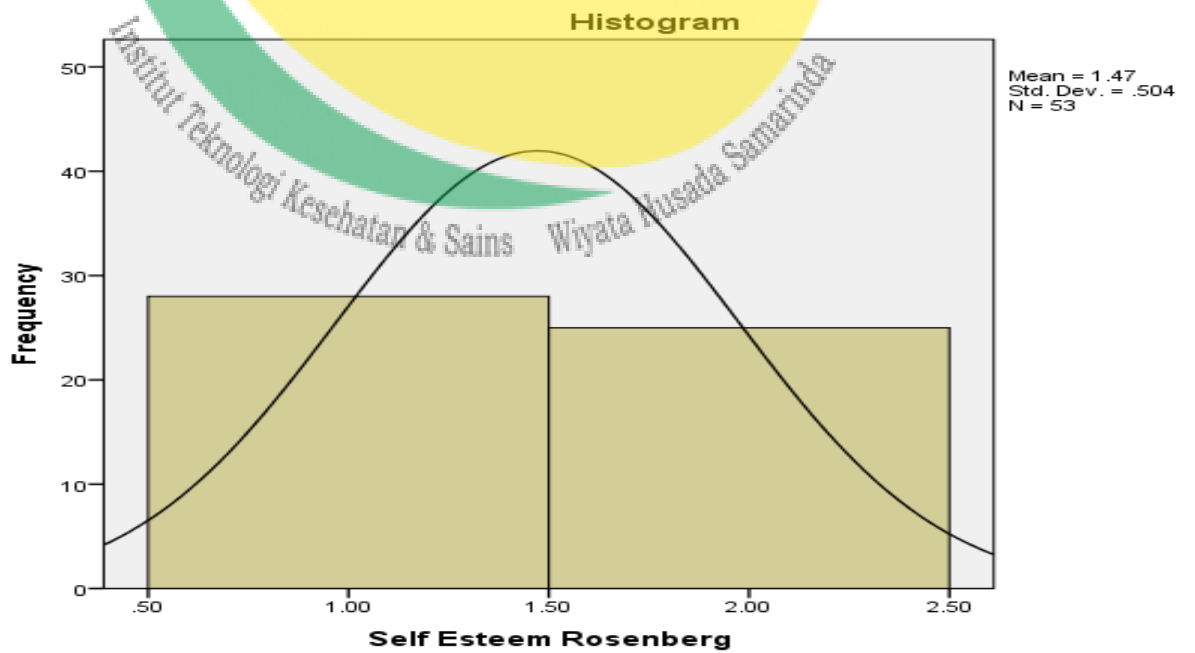
BODY IMAGE

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid POSITIF	25	47.2	47.2	47.2
NEGATIF	28	52.8	52.8	100.0
Total	53	100.0	100.0	



SELF ESTEEM

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid POSITIF	25	47.2	47.2	47.2
Valid NEGATIF	28	52.8	52.8	100.0
Total	53	100.0	100.0	



Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Body Shape Questionnaire * Self-Esteem Rosenberg	53	100.0%	0	0.0%	53	100.0%

Body Shape Questionnaire * Self-Esteem Rosenberg Crosstabulation

		Self-Esteem Rosenberg		Total
		POSITIF	NEGATIF	
Body Shape Questionnaire	Count	18	7	25
	% within Body Shape Questionnaire	72.0%	28.0%	100.0%
	POSITIF			
	% within Self-Esteem Rosenberg	72.0%	25.0%	47.2%
	% of Total	34.0%	13.2%	47.2%
	Count	7	21	28
NEGATIF	% within Body Shape Questionnaire	25.0%	75.0%	100.0%
	% within Self-Esteem Rosenberg	28.0%	75.0%	52.8%
	% of Total	13.2%	39.6%	52.8%
	Count	25	28	53
	% within Body Shape Questionnaire	47.2%	52.8%	100.0%
	Total	% within Self-Esteem Rosenberg	100.0%	100.0%
	% of Total	47.2%	52.8%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	11.708 ^a	1	.001		
Continuity Correction ^b	9.898	1	.002		
Likelihood Ratio	12.165	1	.000		
Fisher's Exact Test				.001	.001
Linear-by-Linear Association	11.487	1	.001		
N of Valid Cases	53				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 11.79.

b. Computed only for a 2x2 table

