

**PERBEDAAN CITRA TUBUH BERDASARKAN STATUS GIZI
REMAJA PUTRA**

Artikel Penelitian

disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
studi pada Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro



disusun oleh :

IRA DEWI RAMADHANI

22030110130094

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
2014**

HALAMAN PENGESAHAN

Artikel penelitian dengan judul “Perbedaan Citra Tubuh Berdasarkan Status Gizi Remaja Putra ” telah dipertahankan di hadapan penguji dan direvisi.

Mahasiswa yang mengajukan :

Nama : Ira Dewi Ramadhani

NIM : 22030110130094

Fakultas : Kedokteran

Pogram Studi : Ilmu Gizi

Universitas : Diponegoro Semarang

Judul Penelitian : “Perbedaan Citra Tubuh Berdasarkan Status Gizi Remaja Putra.”

Semarang, Juli 2014

Pembimbing

Binar Panunggal, S.Gz, MPH

Body Image Difference Based on Nutritional Status in Male Adolescents

Ira Dewi Ramadhani, Binar Panunggal*

ABSTRACT

Background : Body shape dissatisfaction has been found in male adolescents which can lead to inappropriate weight control practices and unhealthy dieting behaviours. These can be harmful for physical and cognitive development. Beside, the tendency of body shape dissatisfaction associated with nutritional status in male adolescents is not clear. This study aimed to determine the difference in body image associated with nutritional status in male adolescents.

Methods : This study was cross sectional design. Subjects were 84 male students at SMAN 1 Semarang and the selection of subjects were performed by simple randomization method that met the inclusion criteria. The body image data was collected using body image questionnaire. The nutritional status data obtained through the measurement of height and weight were subsequently determined using BMI for age percentile from growth standards WHO 2007. The body image scores were classified in 4 categories: body shape satisfaction (<80), mild dissatisfaction (80-110), moderate dissatisfaction (111-140), severe dissatisfaction (>140).

Result : The mean of body image scores of subjects with underweight, normal weight, overweight, and obese were 67,60; 83,44; 93,33; 115,50 respectively. There were 48,8% subjects with body shape satisfaction, 32,14% mild dissatisfaction, 11,90% moderate dissatisfaction and 7,14% severe dissatisfaction. There were difference in body image according to nutritional status in male adolescents ($p=0,000$).

Conclusion: There were difference in body image according to nutritional status in male adolescents. The nutritional status and the mean of body image have a linear relationship, indicating that body shape dissatisfaction increased in subjects with overweight and obesity nutritional status.

Keyword : body image, nutritional status, male adolescents

*Corresponding authors

Perbedaan Citra Tubuh Berdasarkan Status Gizi Remaja Putra

Ira Dewi Ramadhani, Binar Panunggal*

ABSTRAK

Latar Belakang : Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dijumpai pada remaja putra yang dapat menyebabkan perilaku pengontrolan berat badan yang tidak tepat maupun kebiasaan makan yang buruk sehingga membahayakan perkembangan fisik dan kognitif. Selain itu, kecenderungan pandangan mengenai ketidakpuasan tubuh berdasarkan status gizi remaja putra masih belum jelas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan citra tubuh berdasarkan status gizi remaja putra.

Metode : Penelitian menggunakan desain *cross sectional*. Subjek adalah 84 siswa di SMAN 1 Semarang. Pemilihan subjek menggunakan metode *simple random sampling*. Data citra tubuh diperoleh melalui kuesioner citra tubuh. Data status gizi diperoleh melalui pengukuran tinggi badan dan berat badan yang ditentukan menggunakan indikator IMT/U berdasarkan standar pertumbuhan WHO 2007. Hasil perhitungan skor citra tubuh dikategorikan menjadi empat yaitu puas (<80), ketidakpuasan ringan (80-110), ketidakpuasan sedang (111-140), dan ketidakpuasan berat (>140).

Hasil : Rerata skor citra tubuh subjek berdasarkan status gizi yaitu *underweight* (67,60), normal (83,44), *overweight* (93,33), dan obesitas (115,50). Terdapat 48,8% subjek yang puas terhadap bentuk tubuh, 32,14% subjek dengan ketidakpuasan ringan, 11,90% subjek dengan ketidakpuasan sedang dan 7,14% subjek dengan ketidakpuasan berat. Terdapat perbedaan citra tubuh berdasarkan status gizi remaja putra ($p=0,000$).

Kesimpulan : Terdapat perbedaan citra tubuh berdasarkan status gizi remaja putra. Status gizi subjek linear dengan rerata skor citra tubuh, hal ini menunjukkan bahwa subjek dengan status gizi *overweight* dan obesitas semakin menunjukkan ketidakpuasan terhadap tubuh.

Kata Kunci : citra tubuh, status gizi, remaja putra

*Penulis penanggung jawab

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai oleh perubahan mendasar yaitu perubahan secara biologis, psikologis, dan juga sosial.^{1,2} Dalam hal ini, perkembangan, kematangan, dan gaya hidup pada masing-masing remaja tidaklah sama karena tergantung pada masalah personal dan lingkungan. Masa remaja juga merupakan masa dimana mulai munculnya tanggung jawab pribadi seseorang terhadap kesehatannya. Akan tetapi, sebagian besar remaja menganggap diri mereka sehat walaupun sebenarnya mereka mengalami masalah terhadap status gizi.³

Berdasarkan data Riskesdas pada tahun 2013, secara nasional diketahui adanya masalah terhadap status gizi remaja, khususnya di Provinsi Jawa Tengah. Jawa Tengah termasuk dalam 17 provinsi dengan prevalensi status gizi *severe underweight* (IMT/U) pada remaja umur 13-15 tahun diatas prevalensi nasional dan termasuk dalam lima belas provinsi dengan prevalensi obesitas pada remaja umur 16-18 tahun diatas prevalensi nasional. Kecenderungan secara nasional pada remaja umur 16-18 tahun yang berstatus gizi *underweight* relatif sama tahun 2007 dan 2013, prevalensi *severe underweight* naik 0,4 %, dan prevalensi *overweight* naik dari 1,4 % (2007) menjadi 7,3 % (2013).⁴

Citra tubuh yang merupakan persepsi, sikap, perasaan, dan perilaku seseorang terhadap tubuhnya adalah hal penting pada masa remaja karena dapat menyebabkan masalah yang berkaitan dengan status gizi maupun psikologi.^{3,5} Pemicu munculnya masalah citra tubuh adalah perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja sebagai akibat dari pubertas.^{2,3} Perubahan fisik mengakibatkan remaja mulai menyibukkan dirinya untuk lebih memperhatikan bentuk tubuh.⁶

Terdapat perbedaan kecenderungan pandangan mengenai tubuh yang ideal.⁵ Remaja perempuan cenderung *overestimate* atau melebih-lebihkan ukuran tubuh sebenarnya, sedangkan remaja laki-laki terbagi menjadi dua yaitu *overestimate* dan *underestimate* atau menganggap rendah ukuran tubuh mereka dibandingkan dengan ukuran yang sebenarnya.⁷

Kecenderungan remaja laki-laki untuk *underestimate* pada tubuhnya merupakan salah satu penyebab pencegahan obesitas sulit untuk

diimplementasikan walaupun diantaranya terdapat pula laki-laki yang juga *overestimate* pada tubuhnya.⁸ Namun kecenderungan pandangan mengenai tubuh yang ideal tersebut berdasarkan status gizi remaja pria masih belum jelas.^{7,9} Selama ini, penelitian mengenai citra tubuh lebih terfokus pada remaja perempuan daripada remaja laki-laki karena masalah ketidakpuasan terhadap tubuh diketahui lebih besar pengaruhnya pada remaja putri.^{10,11} Akan tetapi pada penelitian jurnal *Human Movement* yang dilakukan pada tahun 2010 diketahui bahwa ketidakpuasan terhadap tubuh lebih besar terjadi pada remaja laki-laki daripada remaja perempuan.¹²

Selain itu, remaja laki-laki pun mengalami masalah pada citra tubuh yang dapat menyebabkan masalah kesehatan.¹³ Ketidakpuasaan remaja terhadap tubuh sendiri dapat menyebabkan perilaku pengontrolan berat badan yang tidak tepat maupun kebiasaan makan yang buruk sehingga membahayakan perkembangan fisik dan kognitif pada masa remaja.¹⁴ Terlebih lagi pada laki-laki menunjukkan adanya gangguan perilaku makan yang berbeda dari perempuan dikarenakan keinginan untuk memiliki tubuh yang lebih besar dalam hal massa otot.⁵ Masalah citra tubuh ini diketahui pula dapat terjadi pada seluruh IMT (Indeks Massa Tubuh) dan etnis.³ Berdasarkan hal tersebut, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan citra tubuh berdasarkan status gizi remaja putra.

METODE

Penelitian dilaksanakan di SMAN 1 Semarang pada bulan Mei 2014. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Subjek penelitian adalah remaja laki-laki berusia 15-17 tahun (*middle adolescent*) yang menjadi siswa kelas X dan XI di SMAN 1 Semarang dan dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Berdasarkan hasil survey, terdapat 396 siswa (remaja laki-laki) kelas X dan XI yang akan dipilih sejumlah 84 siswa untuk dijadikan sampel penelitian. Kriteria inklusi subjek adalah tidak sedang menjalankan diet khusus, tidak dalam perawatan rumah sakit, dan menyetujui *informed consent*.

Data yang dikumpulkan meliputi identitas subjek, tinggi badan, berat badan, dan skor citra tubuh. Pengukuran tinggi badan menggunakan *microtoise* ukuran maksimal 200 cm dan tingkat ketelitian 0,1 cm. Pengukuran berat badan menggunakan timbangan digital injak dengan ketelitian 0,1 kg. Kuesioner citra tubuh yang digunakan adalah BSQ (*Body Shape Questionnaire*).¹⁵ Kuesioner telah diuji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu di SMAN 5 Semarang dengan subjek sejumlah 42 orang.

Isi dari kuesioner citra tubuh yang diberikan pada subjek adalah pertanyaan-pertanyaan meliputi persepsi, sikap, perasaan, dan perilaku subjek terhadap tubuhnya yang dirasakan atau dialami dalam waktu 4 bulan terakhir terhadap bentuk tubuh, lemak tubuh, keinginan tubuh ramping berotot, rasa malu akan penampilan di depan umum, rasa tidak percaya diri, perasaan sedih maupun putus asa, serta kekhawatiran menjadi gemuk yang dapat membuat subjek melakukan diet ketat atau olahraga secara berlebihan.² Sejumlah 34 pertanyaan kuesioner dengan 6 pilihan jawaban yaitu tidak pernah (1), jarang (2), terkadang (3), sering (4), sangat sering (5), selalu (6) yang akan dipilih oleh subjek sesuai dengan jawaban pribadi subjek.

Perhitungan skor citra tubuh dilakukan dengan cara menjumlahkan keseluruhan pilihan jawaban yang telah dipilih oleh subjek. Penentuan status gizi menggunakan indikator IMT/U dengan persentil pertumbuhan WHO 2007 untuk remaja laki-laki usia 5-19 tahun yang terdiri dari status gizi *underweight* (persentil <15th), normal (persentil 15-85th), *overweight* (persentil 85-97th), dan obesitas (persentil \geq 97th).¹⁶ Hasil perhitungan skor citra tubuh dikategorikan menjadi empat yaitu kategori puas (<80), ketidakpuasan ringan (80-110), ketidakpuasan sedang (111-140), dan ketidakpuasan berat (>140).¹⁵

Uji normalitas yang digunakan adalah uji *Kolmogorov Smirnov* dan analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan subjek. Analisis bivariat yang digunakan adalah uji *Kruskal-Wallis* untuk menganalisis perbedaan skor citra tubuh berdasarkan status gizi dan uji *Mann-Whitney* sebagai uji lanjut (*post hoc test*) untuk menganalisis perbedaan skor citra tubuh antar kelompok status gizi.¹⁷

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Subjek

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 84 orang siswa (remaja putra) di SMAN 1 Semarang. Usia subjek berkisar antara 15-17 tahun (kelas X dan kelas XI) dengan rata-rata usia 16,05 tahun $\pm 0,68$ SD. Sedangkan rata-rata untuk berat badan adalah 64,57 kg $\pm 14,10$ SD dan rata-rata untuk tinggi badan adalah 168,74 cm $\pm 5,20$ SD. IMT (Indeks Massa Tubuh) subjek berkisar antara 16,46-37,76 kg/m² dengan rata-rata 22,66 kg/m² $\pm 4,77$ SD.

Subjek yang berstatus gizi normal sejumlah 45 orang (53,6%). Sisanya berstatus gizi *underweight* 15 orang (17,9%), status gizi *overweight* 12 orang (14,3%), dan status gizi obesitas 12 orang (14,3%). Skor citra tubuh subjek berkisar antara 40-190 dengan rata-rata 86,61 $\pm 31,19$ SD (tabel 2). Distribusi status gizi dan karakteristik subjek penelitian dapat dilihat pada tabel 1 dan 2.

Tabel 1. Distribusi frekuensi status gizi subjek

Status Gizi	N	%
<i>Underweight</i>	15	17,9
Normal	45	53,6
<i>Overweight</i>	12	14,3
Obesitas	12	14,3
Total	84	100,0

Tabel 2. Karakteristik subjek

Kategori	Rerata \pm SD	Minimum	Maksimum
Usia (tahun)	16,05 \pm 0,68	15,00	17,00
Berat badan (kg)	64,57 \pm 14,10	45,80	113,00
Tinggi badan (cm)	168,74 \pm 5,20	155,70	180,00
IMT (kg/m ²)	22,66 \pm 4,77	16,46	37,76
Citra tubuh	86,61 \pm 31,19	40,00	190,00

Berdasarkan rerata skor citra tubuh, diketahui bahwa subjek dengan status gizi *underweight* dikategorikan sebagai subjek yang tidak bermasalah dengan citra tubuh (puas terhadap tubuh), subjek dengan status gizi normal dan status gizi *overweight* dikategorikan sebagai subjek dengan ketidakpuasan ringan dan subjek dengan status gizi obesitas yang memiliki skor tertinggi dikategorikan sebagai subjek dengan ketidakpuasan sedang. Rata-rata skor kusioner citra tubuh dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Skor citra tubuh berdasarkan status gizi

	Status Gizi	Rerata±SD	Minimum	Maksimum
Skor citra tubuh	<i>Underweight</i>	67,60±21,63	40	113
	Normal	83,44±32,32	41	190
	<i>Overweight</i>	93,33±21,08	62	128
	Obesitas	115,50±25,13	88	171

Berdasarkan hasil analisis tabulasi silang (tabel 4), diketahui 41 (48,8%) subjek puas terhadap bentuk tubuhnya dan 43 (51,2%) subjek mengalami ketidakpuasan tubuh. Ketidakpuasan tubuh ini mencakup ketidakpuasan tubuh ringan, sedang, dan berat. Kepuasan terhadap citra tubuh terdapat pada subjek dari kelompok status gizi *underweight*, normal, dan *overweight*. Jumlah subjek dengan kepuasan citra tubuh paling banyak terdapat pada subjek berstatus gizi normal. Ketidakpuasan ringan berjumlah 27 subjek dan ketidakpuasan sedang berjumlah 10 subjek terdapat pada seluruh kelompok status gizi, dimana ketidakpuasan ringan paling banyak terdapat pada subjek dengan status gizi normal dan ketidakpuasan sedang paling banyak terdapat pada subjek dengan status gizi obesitas. Sedangkan ketidakpuasan berat terdapat pada subjek dengan status gizi normal dan obesitas dengan jumlah 6 subjek, dimana jumlah subjek berstatus gizi normal dengan ketidakpuasan berat lebih banyak dibandingkan dengan subjek berstatus gizi obesitas.

Tabel 4. Kategori citra tubuh berdasarkan status gizi

Kategori Citra Tubuh	Status Gizi				Total
	<i>Underweight</i>	Normal	<i>Overweight</i>	Obesitas	
Puas	11	26	4	0	41
Ketidakpuasan Ringan	3	13	5	6	27
Ketidakpuasan Sedang	1	2	3	4	10
Ketidakpuasan Berat	0	4	0	2	6
Total	15	45	12	12	84

Analisis Bivariat

Hasil dari uji perbedaan *Kruskal-Wallis* didapatkan $p=0,000$ yang berarti terdapat perbedaan citra tubuh berdasarkan status gizi remaja putra (*underweight*, normal, *overweight*, dan obesitas). Berdasarkan hasil *post hoc test* pada analisis *Mann-Whitney* diketahui bahwa terdapat perbedaan citra tubuh pada subjek berstatus gizi normal dengan obesitas ($p=0,000$), *underweight* dengan *overweight* ($p=0,006$), *underweight* dengan obesitas ($p=0,000$), dan *overweight* dengan obesitas ($p=0,040$). Namun, tidak terdapat perbedaan citra tubuh pada subjek berstatus gizi normal dengan *underweight* ($p=0,083$) dan subjek berstatus gizi normal dengan *overweight* ($p=0,080$).

PEMBAHASAN

Citra tubuh adalah konsep diri yang berkaitan dengan laju pertumbuhan, perubahan bagian tubuh, dan persepsi ukuran tubuh.¹⁸ Citra tubuh merupakan fenomena kompleks yang bersifat multidimensi serta berhubungan dengan ketidakpuasan diri, gangguan pola makan, dan status gizi.^{3,13} Citra tubuh seseorang dapat berubah tergantung pada perasaan atau *mood* yang dirasakan pada saat itu dan juga pengaruh dari lingkungannya.¹⁹

Pada penelitian ini yang terdiri dari 84 subjek, terdapat 17 siswa berusia 15 tahun, 46 siswa berusia 16 tahun, dan 21 siswa berusia 17 tahun. Rentang usia 15-

17 tahun disebut remaja pertengahan atau *middle adolescent* dengan karakteristik sangat memperhatikan penampilan, berusaha untuk mendapat teman baru, sering sedih/ *moody*, sangat perhatian terhadap lawan jenis, dan sudah mulai mempunyai konsep *role model*.²⁰ Berdasarkan karakteristik yang telah disebutkan dan perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja tersebut mengakibatkan mereka mulai menyibukkan dirinya untuk lebih memperhatikan bentuk tubuh.^{6,20}

Bentuk tubuh yang dianggap ideal untuk laki-laki adalah tubuh yang ramping tetapi sangat berotot, yang ditandai oleh otot pada dada dan lengan yang besar dengan ukuran dada yang bidang dan mengecil kebawah hingga ke bagian pinggang (bentuk V).^{2,25} Model bentuk tubuh ini dikatakan sebagai akibat dari masuknya pengaruh budaya barat.²

IMT (Indeks Massa Tubuh) sebagai faktor biologis menjadi hal yang penting untuk memprediksikan ketidakpuasan seseorang terhadap tubuhnya dan diketahui menjadi prediktor penting pada masalah ketidakpuasan tubuh pada laki-laki maupun perempuan.^{21,22} Berdasarkan analisis data, terdapat perbedaan skor citra tubuh berdasarkan status gizi. Skor citra tubuh pada subjek *overweight* dan obesitas menunjukkan ketidakpuasan terhadap tubuh lebih tinggi dari subjek dengan status gizi normal dan *underweight*. Subjek dengan status gizi *underweight* memiliki skor citra tubuh dengan rata-rata terendah. Sedangkan subjek dengan status gizi obesitas memiliki rata-rata skor citra tubuh tertinggi. Hal ini menunjukkan bahwa subjek remaja laki-laki pada penelitian ini memiliki hubungan yang linear antara status gizi dengan ketidakpuasan tubuh seperti pada masalah ketidakpuasan tubuh pada remaja perempuan.²

Berdasarkan model tubuh ideal *v shape* tersebut, ketidakpuasan tubuh pada laki-laki cenderung terjadi pada laki-laki dengan status gizi *underweight* dan *overweight* serta obesitas.^{2,13} Remaja laki-laki dengan status gizi *overweight* dan obesitas lebih rentan mengalami gangguan makan sebagai respon ketidakpuasan terhadap tubuhnya.²³ Namun, remaja yang tergolong *underweight* juga dapat memiliki citra tubuh yang negatif, khususnya pada remaja laki-laki yang lebih menginginkan tubuh berotot.²⁴

Hasil penelitian ini berbeda dengan anggapan tersebut, karena pada penelitian ini subjek dengan status gizi *underweight* menunjukkan kepuasan terhadap tubuh berdasarkan rerata skor citra tubuh. Namun, hasil penelitian ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Andrea pada jurnal *Human Movement*, bahwa persentase ketidakpuasan tubuh tertinggi terdapat pada remaja dengan status gizi *overweight*.¹² Selain itu, pada penelitian tersebut tidak ditemukan pula perbedaan citra tubuh antara subjek yang berstatus gizi *underweight* dengan subjek yang berstatus gizi normal seperti halnya pada penelitian ini, yaitu pada hasil uji lanjut diketahui tidak terdapat perbedaan antara subjek yang berstatus gizi *underweight* dengan normal dan pada subjek yang berstatus gizi *overweight* dengan normal.

Selain itu, penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Malete pada tahun 2013 yaitu skor citra tubuh tertinggi terdapat pada subjek berstatus *overweight* dan obesitas. Hal ini menunjukkan bahwa subjek dengan status gizi *overweight* dan obesitas memiliki ketidakpuasan terhadap tubuh paling tinggi dibandingkan dengan subjek dengan status gizi *underweight* dan status gizi normal.²⁶

Hal ini berbeda dengan penelitian Mc Cabe yang mengatakan bahwa rata-rata ketidakpuasan tubuh tertinggi terjadi pada laki-laki dengan status gizi *underweight* dan obesitas.^{2,13} Perbedaan hasil penelitian tersebut merupakan pengaruh dari faktor-faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh pada remaja laki-laki yaitu usia, sosial budaya, sosial ekonomi, serta tahap perkembangan (pubertas) yang dialami remaja tersebut.^{2,13,27} Meskipun laki-laki dikenal dengan bentuk tubuh ideal berupa *v shape*, namun pengaruh dari faktor-faktor tersebut dapat pula mempengaruhi kecenderungan remaja laki-laki dalam hal citra tubuh yang terbagi menjadi dua, yaitu remaja laki-laki yang menginginkan untuk memiliki tubuh yang lebih besar dan yang menginginkan untuk memiliki tubuh yang lebih kurus.^{2,13}

Faktor sosial budaya pada remaja laki-laki dinilai penting karena pengaruhnya dapat membentuk citra tubuh remaja laki-laki. Faktor sosial budaya tersebut terdiri dari keluarga, teman sebaya, dan media.²⁸ Pada remaja laki-laki,

peran Ibu dan teman perempuan lebih dapat mempengaruhi ketidakpuasan tubuh. Namun peran dari ayah, saudara kandung laki-laki, dan teman laki-laki memiliki peran seperti media, yaitu dalam hal pemilihan cara untuk merubah ukuran dan bentuk tubuh pada remaja laki-laki.²⁸ Selain faktor-faktor tersebut, perbedaan metodologi atau materi kuesioner yang digunakan, serta perbedaan rentang usia pada remaja dalam penelitian dapat menjadi penyebab terjadinya perbedaan pada hasil penelitian.¹³

Berdasarkan analisis tabulasi silang, diketahui jumlah subjek yang puas terhadap bentuk tubuhnya paling banyak ditemukan pada subjek dengan status gizi normal. Namun jumlah subjek yang mengalami ketidakpuasan juga paling banyak pada subjek berstatus gizi normal. Bahkan subjek berstatus gizi normal yang termasuk dalam ketidakpuasan ringan dan ketidakpuasan berat lebih banyak jumlahnya dari pada subjek yang berstatus obesitas. Perbedaan persepsi tubuh ideal menyebabkan remaja laki-laki memiliki masalah kecenderungan pandangan terhadap tubuh yang terbagi menjadi dua yaitu *overestimate* dan *underestimate*. *Overestimate* adalah melebih-lebihkan ukuran tubuh dari ukuran tubuh mereka yang sebenarnya seperti yang banyak dialami oleh remaja perempuan, sedangkan *underestimate* adalah menganggap rendah ukuran tubuh dibandingkan dengan ukuran tubuh mereka yang sebenarnya.^{7,30}

Pandangan ini juga bergantung pada faktor sosial budaya yang diterima.²⁸ Kesalahan persepsi mengenai citra tubuh dapat mengakibatkan adanya pandangan yang salah terhadap tubuh subjek.⁹ Subjek berstatus gizi normal pada penelitian ini yang mengalami ketidakpuasan terhadap tubuhnya menganggap tubuh mereka berukuran terlalu besar (*overestimate*) atau bahkan terlalu kecil (*underestimate*) menurut pandangan mereka, yang dapat disebabkan oleh kegiatan mereka yang menuntut bentuk tubuh tertentu seperti atlet atau model.^{3,23} Tidak tercapainya bentuk tubuh yang diinginkan mengakibatkan ketidaknyamanan pada dirinya yang berdampak memunculkan masalah ketidakpuasan tubuh.²⁹

Beberapa subjek pada penelitian ini menunjukkan adanya ketidakpuasan tubuh yang menyebabkan munculnya perubahan perilaku. Diet ketat dan olahraga berlebihan juga dialami oleh subjek yang mengalami ketidakpuasan tubuh. Hal ini

dapat dilihat dari beberapa pertanyaan kuesioner yang mengarah pada pertanyaan tentang perubahan perilaku seperti pengaturan pola makan, diet ketat serta olahraga berlebihan.

Akibat dari ketidakpuasan tubuh dapat membahayakan kesehatan, yaitu gangguan makan.^{13,23} Secara keseluruhan, gangguan makan akibat dari ketidakpuasan tubuh yang dialami oleh perempuan maupun laki-laki merupakan hal yang sama, yaitu *anorexia nervosa*, *bulimia nervosa*, *binge eating*, *purging*. Selain gangguan makan seperti yang dialami pada perempuan, ketidakpuasan citra tubuh pada laki-laki juga menghasilkan gangguan lainnya dalam hal yang berbeda, yaitu *muscle dysmorphia*. *Muscle dysmorphia* ini merupakan salah satu bentuk kecenderungan laki-laki yang *underestimate* pada ukuran tubuh mereka yang sebenarnya.⁸ *Muscle dysmorphia* yang juga disebut *reverse anorexia nervosa* adalah perilaku pada laki-laki yang menganggap dirinya tidak ramping dan berotot, menghabiskan banyak waktu untuk latihan angkat beban, dan menjalani diet yang sangat ketat. Laki-laki dengan *muscle dysmorphia* menganggap diri mereka kecil dan lemah walaupun pada kenyataannya tubuh mereka besar dan berotot. Hal ini dapat menyebabkan kecenderungan untuk mengonsumsi makanan tinggi protein secara berlebihan, suplemen, dan obat-obatan.²³

KETERBATASAN PENELITIAN

Keterbatasan penelitian ini yaitu tidak ada wawancara mendalam untuk mengetahui lebih banyak mengenai karakteristik subjek.

SIMPULAN

Terdapat perbedaan citra tubuh berdasarkan status gizi remaja putra. Status gizi subjek linear dengan rerata skor citra tubuh, hal ini menunjukkan bahwa subjek dengan status gizi *overweight* dan obesitas semakin menunjukkan ketidakpuasan terhadap tubuh.

SARAN

Perlu adanya program edukasi pada subjek yang mengalami masalah terhadap citra tubuh agar tidak terjadi perilaku makan dan pengontrolan berat badan yang tidak tepat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur penulis tujukan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan kemudahan yang diberikan-Nya. Rasa terima kasih penulis ucapkan kepada seluruh subjek serta perangkat sekolah di SMAN 1 dan SMAN 5 Semarang yang telah ikut berpartisipasi dalam penelitian ini, serta dosen pembimbing dan penguji yang telah memberikan masukan dan saran dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. M. Al-Mighwar. Psikologi Remaja. Jakarta: Pustaka Setia. 2006. 59-62.
2. Gattario, Kristina Holmqvist. Body Image in Adolescence. Department of Psychology, University of Gothenburg. 2013. 5-18.
3. WHO. Nutrition in Adolescence-Issues and Challenge for the Health Sector. 2005. 1-35.
4. Riset Kesehatan Dasar. Status gizi remaja umur 13 -15 tahun dan 16-18 tahun. 2013. 219-22.
5. Blashil, Aaron J dan Sabine Wilhelm. Body Image Distortions, Weight, and Depression in Adolescent Boys: Longitudinal Trajectories Into Adulthood. Psychology of Men & Masculinity. 2013. 1-6.
6. Santrock, W John. Perkembangan Sosio Emosional Masa Remaja dalam *life span development*. Jilid 2. Jakarta: Erlangga. 2002. 8.
7. Kagawa M., Kuroiwa C., Uenishi K., Mori M., Dhaliwal S., Hills A.P., Binns C.W., A comparison of body perceptions in relation to measured body composition in young Japanese males and females. Body Image. 2007. 4, 372-80.
8. Danubio M.E., Miranda G., Vinciguerra M.G., Vecchi E., Rufo F., Comparison of self--reported and measured height and weight: Implications for obesity research among young adults. Econ. Hum. Biol. 2008. 181-190.
9. Przysławski, Julius et al. Nutritional Status, Dietary Habits, and Body Image Perception in Male Adolescence. ACTA Scientiarum Polonorum. 2010. 385-89.
10. Sri Adiningsih. *Body Image* Remaja dalam Konsep Bio-Psikologi. Dalam Pangan dan Gizi : Masalah, Program Intervensi dan Teknologi Tepat Guna dalam DPP Pergizi Pangan Indonesia Bekerjasama dengan Pusat Pangan, Gizi dan Kesehatan UNHAS. Makasar; 2002.
11. Knauss C, Paxron S.J., Alsaker F.D. Relationship Amongst Body Dissatisfaction, Internalisation of The Media Body Ideal and Perceived

- Pressure from Media in Adolescent Girls and Boys. *Science Direct*. 2007. 353-60.
12. Pelegrini, A. and Petroski E.L. The Association Between Body Dissatisfaction and Nutritional Status in Adolescents. *Human Movement*. 2010. 51-57.
 13. McCabe MP and Ricciardelli LA. Body image dissatisfaction among males across the lifespan: a review of past literature. *Journal of Psychosomatic Research*. 2004. 56(6): 675–85.
 14. Laus, Maria Fernanda et al. Body Image Dissatisfaction, Nutritional Status, and Eating Attitudes in Adolescents. *Acta Scientiarum. Health Sciences*. 2013. 244-46.
 15. Bash et al. Body Shape Questionnaire [Online]. (Diakses tanggal 19 Maret 2014). Tersedia dari: <http://www.psych.org/tools/bsq/>
 16. WHO. Growth Reference Data for 5-19 Years [Online]. 2007. (Diakses tanggal 21 Maret 2014). Tersedia dari: <http://www.who.int/growthref/en/>
 17. Dahlan, MS. Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan. 2013 . 75-102.
 18. Mahan, L.K.; Escott-Stump, S. Krause's Food and Nutritional Therapy 12th edition. 2008. 246-57.
 19. Croll, Jillian. Body Image and Adolescents. *Guidelines for Adolescent Nutrition Services*. 2005.155-165.
 20. Batubara, Jose RL. Perkembangan Remaja (Adolescent Development). *Sari Pediatri*. 2010. 12, No. 1. 21-27.
 21. Ricciardelli, L. A., & McCabe, M. P. Psychometric evaluation of the Body Change Inventory: An assessment instrument for adolescent boys and girls. *Eating Behaviors*. 2002. 3, 45–59.
 22. Neumark-Sztainer, D., Story, M., Flakner, N. H., Beuhring, T., & Resnick, M. D. Sociodemographic and personal characteristics of adolescents engaged in weight loss and weight/muscle gain behaviors: Who is doing what? *Preventive Medicine*. 1999. 28, 40–50.

23. Thompson, L.J., Melinda M. Manore, Linda A. Vaughan. *The Science of Nutrition*. 2nd edition. 2011. 531-35.
24. Luder, Elisabeth and Irene Alton. *The Underweight Adolescent. Guidelines for Adolescent Nutrition Services*. 2005. 93-99.
25. Pope, H. G., Phillips, K. A., & Olivardia, R. *The Adonis complex: The secret crisis of male body obsession*. New York: Free Press. 2000. 27-45.
26. Malete, L et al. *Body Image Dissatisfaction Is Increased in Male and Overweight/Obese Adolescents in Botswana*. Hindawi. 2013. 5-6.
27. O'Dea, J., & Caputi, P. Association between socioeconomic status, weight, age and gender, and the body image and weight control practices of 6- to 19-year-old children and adolescents. *Health Education Research*. 2001. 16(5), 521-532.
28. Ricciardelli, L. A., & McCabe, M. P. Body image and body change methods in adolescent boys: Role of parents, friends, and the media. *Journal of Psychosomatic Research*. 2000. 49, 189–197.
29. Espina, A. et al. *Body Shape and Eating Disorders in A Sample of Students Basque Country : A Pilot Study*. *Psychology in Spain*. 2002. 3-7.
30. Grogan, Sarah. *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children*. 2007. 92.94.

Lampiran 1. Laporan Hasil Penelitian

No_ID	Usia	BB	TB	IMT	St_Gizi	Skor_Kues	CitraTubuh
1	15.0	59.7	157.3	24.22	Ow	128.0	Sedang
2	16.0	98.4	172.0	33.26	Obes	136.0	Sedang
3	16.0	70.9	167.2	25.42	Ow	75.0	Puas
4	15.0	59.0	165.9	21.41	Normal	88.0	Ringan
5	15.0	50.3	162.8	18.93	Normal	82.0	Ringan
6	16.0	49.0	161.0	18.9	Normal	59.0	Puas
7	16.0	72.0	173.0	24.06	Ow	90.0	Ringan
8	15.0	73.2	167.3	26.25	Ow	72.0	Puas
9	16.0	54.9	175.0	17.93	Uw	113.0	Sedang
10	16.0	57.9	174.4	19.12	Normal	76.0	Puas
11	17.0	113.0	172.7	37.76	Obes	123.0	Sedang
12	17.0	74.4	166.9	26.68	Ow	79.0	Puas
13	17.0	82.3	179.1	25.69	Ow	100.0	Ringan
14	15.0	47.7	163.2	17.95	Uw	76.0	Puas
15	15.0	55.9	165.1	20.53	Normal	75.0	Puas
16	16.0	61.3	161.6	23.36	Normal	190.0	Berat
17	16.0	53.3	155.7	21.9	Normal	109.0	Ringan
18	16.0	52.3	167.8	18.53	Normal	98.0	Ringan
19	16.0	64.6	164.1	24.02	Normal	160.0	Berat
20	16.0	86.5	173.5	28.57	Obes	171.0	Berat
21	16.0	52.2	166.0	18.94	Normal	93.0	Ringan
22	16.0	61.6	178.1	19.44	Normal	103.0	Ringan
23	16.0	67.3	167.1	24.13	Normal	150.0	Berat

24	16.0	66.5	174.4	21.96	Normal	69.0	Puas
25	17.0	48.6	166.0	17.63	Uw	57.0	Puas
26	16.0	64.3	171.0	21.99	Normal	54.0	Puas
27	16.0	61.0	180.0	18.82	Normal	60.0	Puas
28	15.0	56.2	166.3	20.39	Normal	130.0	Sedang
29	16.0	52.2	158.1	20.91	Normal	76.0	Puas
30	17.0	52.7	167.8	18.67	Uw	42.0	Puas
31	17.0	74.1	168.4	26.25	Ow	104.0	Ringan
32	16.0	58.4	175.4	19.07	Normal	50.0	Puas
33	17.0	65.9	175.6	21.27	Normal	56.0	Puas
34	17.0	50.9	167.8	18.03	Uw	60.0	Puas
35	16.0	55.3	170.8	18.91	Normal	74.0	Puas
36	17.0	55.0	173.7	18.17	Uw	46.0	Puas
37	15.0	49.9	167.9	17.68	Normal	75.0	Puas
38	16.0	51.8	169.1	18.14	Uw	48.0	Puas
39	16.0	66.5	168.6	23.28	Normal	70.0	Puas
40	15.0	56.8	164.1	21.12	Normal	72.0	Puas
41	17.0	73.4	167.1	26.32	Ow	115.0	Sedang
42	16.0	59.7	174.0	19.72	Normal	51.0	Puas
43	17.0	75.8	159.0	29.98	Obes	88.0	Ringan
44	15.0	53.6	166.4	19.45	Normal	71.0	Puas
45	15.0	60.9	172.8	20.35	Normal	92.0	Ringan
46	15.0	45.8	161.8	17.45	Uw	71.0	Puas
47	17.0	89.3	166.6	32.02	Obes	112.0	Sedang
48	16.0	95.1	170.0	32.91	Obes	96.0	Ringan

49	16.0	99.0	169.2	34.66	Obes	112.0	Sedang
50	17.0	47.7	166.4	17.31	Uw	65.0	Puas
51	16.0	57.4	169.2	20.1	Normal	55.0	Puas
52	16.0	47.6	164.0	17.7	Uw	86.0	Ringan
53	16.0	67.4	168.1	23.74	Normal	81.0	Ringan
54	17.0	58.4	173.6	19.29	Normal	74.0	Puas
55	16.0	67.4	166.4	24.46	Ow	84.0	Ringan
56	17.0	66.0	169.9	22.84	Normal	83.0	ringan
57	17.0	50.8	166.0	18.44	Uw	55.0	Puas
58	17.0	62.4	160.3	24.38	Normal	41.0	Puas
59	16.0	74.3	167.8	26.33	Ow	62.0	Puas
60	17.0	62.5	173.2	20.88	Normal	71.0	Puas
61	16.0	50.4	175.3	16.46	Uw	67.0	Puas
62	16.0	74.1	177.0	23.65	Normal	126.0	Sedang
63	16.0	80.5	167.5	28.52	Obes	101.0	Ringan
64	16.0	72.0	176.6	22.98	Normal	64.0	Puas
65	16.0	65.8	171.4	22.5	Normal	100.0	Ringan
66	17.0	79.8	168.2	28.27	Obes	96.0	Ringan
67	15.0	76.0	167.4	27.25	Obes	100.0	Ringan
68	16.0	64.6	169.6	22.35	Normal	48.0	Puas
69	17.0	66.3	164.9	24.35	Normal	107.0	Ringan
70	16.0	55.6	166.6	19.94	Normal	66.0	Puas
71	16.0	72.8	176.5	23.24	Normal	48.0	Puas
72	15.0	50.8	173.4	16.97	Uw	88.0	Ringan
73	17.0	56.6	160.2	22.11	Normal	96.0	Ringan

74	15.0	105.3	170.0	36.44	Obes	150.0	Berat
75	15.0	55.1	168.1	19.52	Normal	81.0	Ringan
76	15.0	77.8	176.0	25.12	Ow	124.0	Sedang
77	16.0	57.9	165.0	21.27	Normal	79.0	Puas
78	16.0	54.1	161.3	20.87	Normal	146.0	Berat
79	16.0	55.7	170.6	19.08	Normal	46.0	Puas
80	16.0	71.5	171.3	24.45	Ow	87.0	Ringan
81	16.0	55.3	174.5	18.06	Uw	100.0	Ringan
82	16.0	62.7	174.0	20.71	Normal	60.0	Puas
83	16.0	53.4	170.4	18.26	Uw	40.0	Puas
84	16.0	91.3	165.2	33.54	Obes	101.0	Ringan

Lampiran 2. Uji Statistkik

Karakteristik Subjek

Status Gizi (IMT/U)

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Underweight	15	17.9	17.9	17.9
Normal	45	53.6	53.6	71.4
Overweight	12	14.3	14.3	85.7
Obesitas	12	14.3	14.3	100.0
Total	84	100.0	100.0	

Usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 15	17	20.2	20.2	20.2
16	46	54.8	54.8	75.0
17	21	25.0	25.0	100.0
Total	84	100.0	100.0	

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Usia	84	15	17	16.05	.675
Berat Badan	84	45.80	113.00	64.5679	14.09915
Tinggi Badan	84	155.70	180.00	1.6875E2	5.19157
Indeks Massa Tubuh	84	16.46	37.76	22.6611	4.76824
Skor Citra Tubuh	84	40	190	86.61	31.194
Valid N (listwise)	84				

Skor Citra Tubuh Berdasarkan Status Gizi

Case Processing Summary

Status Gizi (IMT/U)		Cases					
		Valid		Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
Skor Kuesioner	Underweight	15	100.0%	0	.0%	15	100.0%
	Normal	45	100.0%	0	.0%	45	100.0%
	Overweight	12	100.0%	0	.0%	12	100.0%
	Obesitas	12	100.0%	0	.0%	12	100.0%

Descriptives

Status Gizi (IMT/U)			Statistic	Std. Error
Skor Kuesioner	Underweight	Mean	67.60	5.586
		95% Confidence Interval for Mean		
		Lower Bound	55.62	
		Upper Bound	79.58	
		5% Trimmed Mean	66.61	
		Median	65.00	
		Variance	467.971	

	Std. Deviation		21.633	
	Minimum		40	
	Maximum		113	
	Range		73	
	Interquartile Range		38	
	Skewness		.683	.580
	Kurtosis		-.227	1.121
Normal	Mean		83.44	4.817
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	73.74	
		Upper Bound	93.15	
	5% Trimmed Mean		80.70	
	Median		75.00	
	Variance		1.044E3	
	Std. Deviation		32.315	
	Minimum		41	
	Maximum		190	
	Range		149	
	Interquartile Range		37	

	Skewness		1.408	.354
	Kurtosis		2.070	.695
Overweight	Mean		93.33	6.084
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	79.94	
		Upper Bound	106.73	
	5% Trimmed Mean		93.15	
	Median		88.50	
	Variance		444.242	
	Std. Deviation		21.077	
	Minimum		62	
	Maximum		128	
	Range		66	
	Interquartile Range		36	
	Skewness		.367	.637
	Kurtosis		-.920	1.232
Obesitas	Mean		115.50	7.256
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	99.53	
		Upper Bound	131.47	

5% Trimmed Mean	113.94	
Median	106.50	
Variance	631.727	
Std. Deviation	25.134	
Minimum	88	
Maximum	171	
Range	83	
Interquartile Range	36	
Skewness	1.206	.637
Kurtosis	.741	1.232

Uji Normalitas Data

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Indeks Massa Tubuh	84	100.0%	0	.0%	84	100.0%
Skor Kuesioner	84	100.0%	0	.0%	84	100.0%

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
	Indeks Massa Tubuh	.115	84	.008	.887	84
Skor Kuesioner	.097	84	.047	.941	84	.001

a. Lilliefors Significance Correction

Kruskal-Wallis Test

Ranks				Test Statistics ^{a,b}	
Status Gizi (IMT/U)	N	Mean Rank		Skor Kuesioner	
Skor Kuesioner	Underweight	15	26.77	Chi-Square	21.032
	Normal	45	38.78	df	3
	Overweight	12	51.71	Asymp. Sig.	.000
	Obesitas	12	66.92		
	Total	84			

a. Kruskal Wallis Test
b. Grouping Variable: Status Gizi (IMT/U)

Mann-Whitney Test

*Status Gizi *Overweight* dan *Obesitas*

Ranks				Test Statistics ^b	
Status Gizi (IMT/U)	N	Mean Rank	Sum of Ranks	Skor Kuesioner	
Skor Kuesioner	Overweight	12	9.54	Mann-Whitney U	36.500
	Obesitas	12	15.46	Wilcoxon W	114.500
Total	24			Z	-2.051
				Asymp. Sig. (2-tailed)	.040

Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.039 ^a
--------------------------------	-------------------

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: Status Gizi (IMT/U)

*Status Gizi Normal dan Obesitas

Ranks				Test Statistics ^a	
Status Gizi (IMT/U)	N	Mean Rank	Sum of Ranks		Skor Kuesioner
Skor Kuesioner Normal	45	25.01	1125.50	Mann-Whitney U	90.500
Obesitas	12	43.96	527.50	Wilcoxon W	1125.500
Total	57			Z	-3.514
				Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Grouping Variable: Status Gizi (IMT/U)

*Status Gizi Normal dan *Overweight*

Ranks			
Status Gizi (IMT/U)	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Skor Kuesioner Normal	45	27.01	1215.50
Overweight	12	36.46	437.50

Total	57	
-------	----	--

Test Statistics^a

	Skor Kuesioner
Mann-Whitney U	180.500
Wilcoxon W	1215.500
Z	-1.752
Asymp. Sig. (2-tailed)	.080

a. Grouping Variable: Status Gizi (IMT/U)

*Status Gizi *Underweight* dan Normal

Ranks

Status Gizi (IMT/U)	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Skor Kuesioner Underweight	15	23.73	356.00
Normal	45	32.76	1474.00
Total	60		

Test Statistics^a

	Skor Kuesioner
Mann-Whitney U	236.000
Wilcoxon W	356.000
Z	-1.733
Asymp. Sig. (2-tailed)	.083

a. Grouping Variable: Status Gizi (IMT/U)

**Status Gizi Underweight dan Overweight*

Ranks				
Status Gizi (IMT/U)		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Skor Kuesioner	Underweight	15	10.23	153.50
	Overweight	12	18.71	224.50
Total		27		

Test Statistics ^b		Skor Kuesioner
Mann-Whitney U		33.500
Wilcoxon W		153.500
Z		-2.757
Asymp. Sig. (2-tailed)		.006
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]		.004 ^a

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: Status Gizi (IMT/U)

**Status Gizi Underweight dan Obesitas*

Ranks				
Status Gizi (IMT/U)		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Skor Kuesioner	Underweight	15	8.80	132.00
	Obesitas	12	20.50	246.00
Total		27		

Test Statistics ^b		Skor Kuesioner
Mann-Whitney U		12.000
Wilcoxon W		132.000
Z		-3.809
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]		.000 ^a

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: Status Gizi (IMT/U)

Crosstabs

Kategori Citra Tubuh * Status Gizi (IMT/U) Crosstabulation

			Status Gizi (IMT/U)				Total
			Underweight	Normal	Overweight	Obesitas	
Kategori Citra Tubuh	Puas	Count	11	26	4	0	41
		Expected Count	7.3	22.0	5.9	5.9	41.0
	Ketidakpuasan Ringan	Count	3	13	5	6	27
		Expected Count	4.8	14.5	3.9	3.9	27.0
	Ketidakpuasan Sedang	Count	1	2	3	4	10
		Expected Count	1.8	5.4	1.4	1.4	10.0
	Ketidakpuasan Berat	Count	0	4	0	2	6
		Expected Count	1.1	3.2	.9	.9	6.0
Total		Count	15	45	12	12	84
		Expected Count	15.0	45.0	12.0	12.0	84.0

Lampiran 3

Persetujuan Setelah Penjelasan (*INFORMED CONSENT*)

Berikut ini naskah yang akan dibacakan pada Responden/ Subjek Penelitian:

Sdra Yth :

Perkenalkan saya Ira Dewi Ramadhani dari Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro akan melakukan penelitian untuk kepentingan skripsi saya. Sebagai calon subjek, anda akan memperoleh penjelasan mengenai penelitian ini yang mencakup tujuan, manfaat, dan prosedur penelitian yang akan dilakukan. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui perbedaan citra tubuh berdasarkan status gizi remaja putra di SMAN 1 Semarang. Manfaat penelitian ini yaitu untuk memberikan informasi terkait status gizi anda dan sejauh apa anda dapat menilai tubuh anda dengan baik dan benar sebagai remaja putra. Prosedur penelitian ini dilakukan dengan cara subjek akan ditimbang berat badan dan diukur tinggi badan oleh peneliti serta mengisi kuesioner citra tubuh yang merupakan pertanyaan seputar persepsi, sikap, perasaan, dan perilaku subjek terhadap tubuhnya yang dirasakan atau dialami dalam waktu 4 bulan terakhir.

Setelah memperoleh penjelasan tersebut maka secara sukarela bersedia berpartisipasi menjadi subjek dalam penelitian yang berjudul “Perbedaan Citra Tubuh Berdasarkan Status Gizi Remaja Putra” dengan syarat peneliti menjaga kerahasiaan data dan hanya digunakan untuk kegiatan penelitian di Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro. Subjek penelitian akan ditimbang berat badan dan diukur tinggi badan, serta mengisi kuesioner yang diberikan tanpa dipungut biaya apapun. Penelitian ini dilakukan oleh Ira Dewi Ramadhani, mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro Semarang.

Dengan demikian, saya mengetahui bahwa partisipasi ini tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Terima kasih atas kerjasama Sdra.

Setelah mendengar dan memahami penjelasan Penelitian, dengan ini saya menyatakan:

SETUJU / TAK SETUJU

Untuk ikut sebagai responden / sampel penelitian

Semarang, Mei 2014

Saksi:

Nama Terang :

Nama Terang :

Alamat :

Alamat :

Lampiran 4

Kuesioner Modifikasi Citra Tubuh (BSQ)

Kuesioner ini bermaksud untuk mengetahui bagaimana anda menilai penampilan anda dalam jangka waktu empat minggu terakhir. Bacalah pertanyaan-pertanyaan berikut dan **mohon jawablah semua pertanyaan (jangan sampai ada yang terlewatkan)** dengan cara **melingkari angka** sesuai dengan jawaban anda.

DALAM WAKTU EMPAT MINGGU YANG TERAKHIR:

No	Pertanyaan	Tidak Pernah	Jarang	Kadang-Kadang	Sering	Sangat Sering	Selalu
1	Pernahkah anda merenung memikirkan bentuk tubuh anda?	1	2	3	4	5	6
2	Pernahkah anda merasa sangat khawatir dengan bentuk tubuh anda sehingga anda merasa harus mengatur pola makan (waktu makan, jenis dan jumlah makanan)?	1	2	3	4	5	6
3	Pernahkah perasaan kenyang (setelah konsumsi banyak makanan) membuat anda merasa menjadi gemuk?	1	2	3	4	5	6
4	Pernahkah anda menyesali bentuk tubuh anda hingga membuat anda sedih?	1	2	3	4	5	6
5	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri saat anda sedang bersama laki-laki yang	1	2	3	4	5	6

	ramping berotot?						
6	Pernahkah anda khawatir perut anda akan terlihat lebih besar/berlipat saat anda duduk?	1	2	3	4	5	6
7	Pernahkah anda merasa menjadi gemuk walaupun anda hanya makan dengan porsi yang kecil?	1	2	3	4	5	6
8	Pernahkah anda merasa bentuk tubuh anda tidak sebaik laki-laki lain?	1	2	3	4	5	6
9	Pernahkan anda sangat menginginkan tubuh anda ramping berotot?	1	2	3	4	5	6
10	Pernahkah anda merasa gemuk saat tidak berpakaian? (contohnya saat mandi)	1	2	3	4	5	6
11	Pernahkah anda menghindari menggunakan pakaian yang menyebabkan bentuk tubuh anda terlihat?	1	2	3	4	5	6
12	Pernahkah anda membayangkan untuk membuang bagian tubuh anda yang berlemak?	1	2	3	4	5	6
13	Pernahkah anda merasa takut gemuk saat makan makanan berlemak atau makanan tinggi kalori lainnya?	1	2	3	4	5	6
14	Pernahkah anda putus asa	1	2	3	4	5	6

	terhadap bentuk tubuh anda?						
15	Pernahkah anda merasa diri anda sangat besar dan bulat?	1	2	3	4	5	6
16	Pernahkah anda merasa malu dengan tubuh anda?	1	2	3	4	5	6
17	Pernahkah anda merasa sangat senang dengan bentuk tubuh anda saat perut anda kosong (contohnya pada waktu pagi hari)?	1	2	3	4	5	6
18	Pernahkah anda berpikir bahwa anda mempunyai bentuk tubuh seperti sekarang ini sebagai akibat dari kurangnya pengontrolan diri terhadap asupan makan anda?	1	2	3	4	5	6
19	Pernahkah anda merasa khawatir jika orang lain melihat lipatan lemak di bagian pinggang atau perut anda?	1	2	3	4	5	6
20	Pernahkah anda merasa bahwa bentuk tubuh anda tidak seperti yang anda harapkan?	1	2	3	4	5	6
21	Pernahkah anda menyalahkan diri anda terhadap bentuk tubuh anda saat ini?	1	2	3	4	5	6
22	Pernahkah anda merasa khawatir akan memakan banyak tempat saat sedang duduk bersama orang lain?	1	2	3	4	5	6

	(contohnya saat duduk di atas sofa atau di dalam bis)						
23	Pernahkah anda merasa khawatir terhadap tubuh anda yang berlipat (lemak)?	1	2	3	4	5	6
24	Pernahkah anda merasa tidak nyaman dengan diri anda saat anda berkaca di depan cermin?	1	2	3	4	5	6
25	Pernahkah anda mencubit bagian tubuh anda untuk melihat seberapa banyak lemak yang ada?	1	2	3	4	5	6
26	Pernahkah anda menghindari situasi di mana orang dapat melihat tubuh anda? (contohnya di tempat ganti baju atau kamar mandi untuk berenang)	1	2	3	4	5	6
27	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri dengan bentuk tubuh anda sehingga malu untuk bergaul dengan teman anda?	1	2	3	4	5	6
28	Pernahkah kekhawatiran terhadap bentuk tubuh anda membuat anda merasa harus berolahraga?	1	2	3	4	5	6
29	Pernahkah anda menginginkan bentuk tubuh anda seperti bentuk tubuh orang lain?	1	2	3	4	5	6

30	Pernahkah anda menghindari keramaian karena tidak percaya diri dengan bentuk tubuh anda?	1	2	3	4	5	6
31	Pernahkah anda tidak menyukai bentuk tubuh anda saat berada di depan cermin?	1	2	3	4	5	6
32	Pernahkan anda mengatur pola makan (waktu makan, jenis dan jumlah makanan) yang sangat ketat untuk mengurangi berat badan anda?	1	2	3	4	5	6
33	Pernahkah anda merasa telah melakukan olahraga yang berlebihan demi memperoleh bentuk tubuh yang ramping berotot?	1	2	3	4	5	6
34	Pernahkah anda merasa tidak percaya diri saat berada pada tempat olahraga seperti kolam renang dan tempat fitnes?	1	2	3	4	5	6

Lampiran 5

DATA IDENTITAS SUBJEK

Perbedaan Citra Tubuh Berdasarkan Status Gizi Remaja Putra

I. Data Identitas Subjek

Tanggal pengukuran :

Tanggal Lahir :

Usia :

Kelas :

II. Data Antropometri

Berat tubuh : __, __ kg

Tinggi tubuh : ____, __ cm

IMT : __, _ kg/m²

Status Gizi berdasarkan persentil IMT/U :