

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN *BODY IMAGE* PADA MAHASISWA (USIA REMAJA AKHIR)

Karwati*¹, Farhan Maulana Yusuf²

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sebelas April

²Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sebelas April

Email : karwati626@gmail.com

Article Info

Article history:

Diterima 06 Nove 2022

Direvisi 09 Nov 2022

Diterima 16 Nov 2022

Keywords:

Body Image

Indeks Massa Tubuh

Mahasiswa

Remaja Akhir

ABSTRAK

Indeks Massa Tubuh merupakan cara untuk melihat status gizi seseorang terkait dengan berat badan kurang dan kelebihan berat badan, hal ini karena dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Indeks massa tubuh yang sangat kurus, kurus, normal, kelebihan berat badan, dan obesitas tentunya juga dapat mempengaruhi bagaimana siswa memberikan pandangan puas atau tidak terhadap dirinya dengan kata lain yaitu persepsi citra tubuh yang positif atau negatif. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui hubungan indeks massa tubuh dengan citra tubuh pada mahasiswa keperawatan kelas reguler (remaja akhir) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April 2022. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. desain deskriptif, dengan jumlah sampel 74 mahasiswa usia 17-21 tahun kategori remaja akhir, teknik sampling parsial menggunakan rumus Slovin sehingga diperoleh sebanyak 74 responden dari total jumlah mahasiswa program studi ilmu keperawatan, dan analisis data menggunakan uji statistik chi-square. Penelitian ini menunjukkan BMI terbesar adalah 59,5%, dan citra tubuh adalah 55,4%. Penelitian ini menyatakan bahwa ada hubungan antara indeks massa tubuh dengan citra tubuh pada mahasiswa keperawatan kelas reguler Fakultas Kesehatan Universitas Sebelas April dengan nilai uji chi-square yaitu p-value = 0,030 dimana p-value (0,030 < nilai 0,05). Diharapkan prodi ilmu keperawatan melakukan pemeriksaan rutin terhadap mahasiswa, meningkatkan sarana dan prasarana pembelajaran serta menyediakan literatur sehingga peneliti selanjutnya tidak kesulitan mencari referensi terkait IMT sebagai upaya preventif.



Copyright © 2022 JIKSA. All rights reserved.

Korespondensi:

Karwati

Program Studi Ilmu Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April

Jl. Cipadung No.54, Kota Kaler, Sumedang Utara, Sumedang, Jawa Barat 45621, Indonesia.

Email: karwati626@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Pada masa ini remaja akhir berada pada rentang usia 17-21 tahun yang tentunya sedang mengalami fase perubahan sosial yang pesat dari masyarakat tradisional ke masyarakat modern, yang juga mengalami perubahan norma, nilai dan gaya hidup. Masa remaja akhir merupakan tahap pertumbuhan dan perkembangan dari masa remaja dan akan menjadi dewasa. Masa remaja berlangsung antara 12 hingga 21 tahun untuk wanita dan 13 hingga 22 tahun untuk pria (Safuat, 2012 dalam Filsa Destiara, 2017). Masa ini merupakan masa yang paling menarik dalam kehidupan karena pertumbuhan yang semula dikatakan seragam, tiba-tiba mengalami peningkatan yang pesat. Perubahan dalam periode ini akan berlangsung dalam urutan yang sama. (Sari dkk, 2014 dalam Filsa Destiara, 2017). Menurut (Sofyan, et al, 2010) bahwa remaja akhir memperoleh sejumlah norma dan nilai, belajar memiliki peran sosial sesuai dengan jenis kelaminnya masing-masing, menerima realitas fisik dan dapat menggunakannya secara efektif dan merasa puas dengan situasi, mencapai kebebasan dari ketergantungan pada orang tua atau orang dewasa lainnya, mencapai kebebasan ekonomi, mempersiapkan diri untuk memilih pekerjaan yang sesuai dengan bakat dan kemampuannya, memperoleh informasi tentang pernikahan dan persiapannya, dan mengembangkan keterampilan intelektual.

Semua hal tersebut tentunya menjadi tugas dan perkembangan pada fase remaja akhir karena merupakan fase transisi yang akan menuju ke masa dewasa, sehingga dengan adanya tugas dan perkembangan tersebut secara perlahan juga memunculkan persepsi terkait penilaian diri atau body image.

Body image adalah gambaran tubuh seseorang yang terbentuk dalam pikiran individu itu sendiri. Citra tubuh memiliki dua konsep, yaitu positif dan negatif. Citra tubuh positif dimiliki oleh individu yang merasa puas dengan kondisi fisiknya, sedangkan citra tubuh negatif dimiliki oleh individu yang tidak puas dengan kondisi fisiknya (Cash, Pruzynsky, dkk, 2011 dalam Filsa Destiara, 2017). *Body Mass Index (BMI)* atau Indeks Massa Tubuh merupakan cara sederhana untuk melihat status gizi seseorang, terutama yang berkaitan dengan *underweight* dan *overweight*. Indeks massa tubuh ini ditemukan oleh (ahli statistik Belgia Quetelet) dari perhitungan konvensional, yaitu dengan membagi berat badan dalam kilogram (kg), dengan kuadrat tinggi badan dalam meter (m). Indeks massa tubuh diklasifikasikan menjadi kurus, normal, kelebihan berat badan dan obesitas (Rezeki, 2013 dalam Filsa Destiara, 2017).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti yang dilakukan pada bulan Mei 2022 melalui wawancara langsung dan juga wawancara online menggunakan media berupa Googleform kepada 20 mahasiswa program studi ilmu keperawatan. Dari hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa dari 20 mahasiswa tersebut, 12 mahasiswa memiliki persepsi citra tubuh negatif karena berhubungan dengan berat badan, dan 8 mahasiswa memiliki citra tubuh positif karena indeks massa tubuhnya normal.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif cross sectional. Tempat penelitian ini berada di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April Kabupaten Sumedang. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan dalam waktu kurang lebih 5 bulan, dimulai dari bulan April sampai Agustus 2022. Dalam penelitian ini peneliti mengukur variabel bebas (body mass index) dan variabel terikat (body image) hanya sekali dalam satu waktu. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 292 mahasiswa yang terdiri dari mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April Kabupaten Sumedang yang dipersempit menggunakan teknik sampel sehingga hanya sebagian responden yaitu sebanyak 74 responden. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April Kabupaten Sumedang, mahasiswa yang hadir dan bersedia menjadi responden dengan mengisi aplikasi dan angket pada saat pengumpulan data. Kriteria eksklusi meliputi siswa yang sakit, tidak hadir, dan tidak bersedia pada saat penelitian, siswa yang berusia di atas 21 tahun.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

1. Gambaran Umum Karakteristik Indeks Massa Tubuh

Tabel 1 Distribusi Frekuensi dan Kategori Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April 2022

Indeks Massa Tubuh (IMT)		
Klasifikasi	Frekuensi	Persentase
Kurus Sekali	2	2.7
Kurus	13	17.6
Normal	44	59.5
Overweight	8	10.8
Obesitas	7	9.5
Total	74	100.0

Berdasarkan tabel 4.1 distribusi frekuensi kategori indeks massa tubuh menunjukkan bahwa dari sebanyak 74 responden yang diteliti, hasilnya adalah sebanyak 44 orang (59,5%) memiliki klasifikasi indeks massa tubuh yang normal.

2. Gambaran Karakteristik *Body Image*

Tabel 2 Distribusi Frekuensi dan Kategori *Body Image* Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April

<i>Body Image</i>		
Klasifikasi	Frekuensi	Persentase
Positif	41	55.4
Negatif	33	44.6
Total	74	100.0

Berdasarkan tabel 4.2 distribusi frekuensi kategori *body image* menunjukkan bahwa dari sebanyak 74 mahasiswa yang menjadi responden didapatkan sebanyak 41 orang (55,4%) memiliki persepsi *body image* positif.

3.1.1 Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk menganalisis uji hubungan antara variabel indeks massa tubuh dengan *body image* pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan kelas reguler di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April, dan analisis ini dituangkan dalam tabel berikut :

Tabel 4.3 Hasil Uji *Chi Square* Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan *Body Image* pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Kelas Reguler di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April Tahun 2022

Indeks Massa Tubuh dengan <i>Body Image</i>							
<i>Body Image</i>							
Indeks Massa Tubuh (IMT)	Positif		Negatif		Total		P-value
	F	%	F	%	F	%	
Kurus Sekali	0	0.0%	2	2.7%	2	2.7%	0.030
Kurus	9	12.2%	4	5.4%	13	17.6%	
Normal	22	29.7%	22	29.7%	44	59.5%	
Overweight	3	4.1%	5	6.8%	8	10.8%	
Obesitas	7	9.5%	0	0.0%	7	9.5%	
Total	41	55.4%	33	44.6%	74	100.0%	

Berdasarkan tabel 4.3 diatas yaitu terkait dengan analisa uji *chi-square* didapatkan hasil p-value sebesar 0,030 dimana nilai tersebut lebih kecil dari nilai alpha yaitu 0,05.

3.2. Pembahasan

Dari hasil penelitian, data menunjukkan bahwa dari 74 siswa yang menjadi responden, berdasarkan karakteristik responden berdasarkan indeks massa tubuh, 44 orang (59,5%) siswa memiliki indeks massa tubuh normal. Sebanyak 44 siswa dengan interpretasi indeks massa tubuh normal, siswa tersebut merasa bahwa bentuk tubuhnya secara keseluruhan memuaskan untuk lawan jenis, dan juga didukung dengan pola makan yang terjaga dan pola hidup yang lebih sehat sehingga indeks massa tubuh tersebut. siswa termasuk dalam indeks. massa tubuh normal. Menurut WHO (World Health Organization, 2011) juga menyatakan bahwa indeks massa tubuh seseorang dapat dikatakan normal jika nilai BMI mencapai 18,5-25,0.

Hal ini sejalan dengan pernyataan yang dikemukakan oleh (Wulandari, 2021) bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi individu untuk memiliki indeks massa tubuh yang berbeda, diantaranya dapat dipengaruhi oleh aktivitas fisik yang menggambarkan gerakan tubuh yang disebabkan oleh kontraksi otot. Aktivitas fisik berbanding terbalik dengan Indeks Massa Tubuh, jika aktivitas fisik meningkat maka hasil Indeks Massa Tubuh akan lebih normal, jika aktivitas fisik menurun, Indeks Massa Tubuh meningkat (Ramadhani, 2013 dalam Wulandari, 2021), pola makan adalah pengulangan komposisi makanan pada waktu makan. Diet berkaitan dengan jenis, proporsi dan kombinasi makanan yang dimakan oleh seseorang, komunitas atau kelompok penduduk (Abramowitz, dkk dalam Wulandari 2021).

Sehingga dapat disimpulkan bahwa indeks massa tubuh yang dimiliki oleh setiap siswa dapat terbentuk beberapa diantaranya karena pola makan, aktivitas fisik, maupun lingkungan sekitar. Bila pola makan dijaga dan aktivitas fisik terjadwal maka indeks massa tubuh yang akan dimiliki siswa akan mencapai angka normal, tidak akan kurang atau berlebihan, begitu pula sebaliknya jika pola makan tidak teratur dan aktivitas fisik minimal maka massa tubuh akan meningkat. Indeks akan meningkat seiring dengan peningkatan indeks massa tubuh. dengan praktik ini.

Dari hasil penelitian data menunjukkan bahwa dari 74 mahasiswa yang menjadi responden, pada karakteristik responden berdasarkan body image didapatkan data sebanyak 41 orang (55,4%) mahasiswa memiliki persepsi body image yang positif. Dari 41 mahasiswa dengan interpretasi body image positif, mahasiswa tersebut memiliki kepuasan serta penerimaan tersendiri terhadap tubuhnya.

Hasil penelitian menyatakan bahwa mahasiswa tersebut memiliki kepuasan serta penerimaan terhadap tubuhnya karena dukungan dari lingkungannya sehingga mahasiswa tersebut dapat menerima dan melihat dengan sudut pandang yang positif, tidak memandang rendah bentuk fisik seseorang dengan menggunakan kalimat hinaan atau ejekan yang ditujukan kepada seseorang, merasa bersyukur serta memiliki rasa percaya diri untuk tampil dengan penampilannya.

Hal ini sejalan dengan pendapat dari (Cash dan Pruzinsky, dalam Sebayang 2011) yang menyatakan bahwa body image terbentuk dalam pikiran individu itu sendiri, atau dengan kata lain gambaran tubuh individu menurut individu itu sendiri. *Body image* positif dimiliki oleh individu yang puas dengan keadaan fisiknya, sedangkan *body image* negatif dimiliki oleh individu yang tidak puas dengan keadaan fisiknya. Maka dapat disimpulkan bahwa *body image* yang dimiliki oleh mahasiswa bergantung pada bagaimana mahasiswa tersebut memandang dirinya sendiri, serta merasa puas atau tidak terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya. Hal itu juga dapat dipengaruhi oleh indeks massa tubuh yang dimiliki oleh setiap mahasiswa, dan lingkungan yang menunjang bagi mahasiswa untuk melihat dari sudut pandang yang positif. Jadi, semua hal itu dapat memberikan pengaruh terhadap persepsi *body image*.

4. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan dapat disimpulkan mengenai hubungan indeks massa tubuh dengan *body image* pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April Kabupaten Sumedang 2022, diantaranya sebagai berikut :

1. Gambaran klasifikasi indeks massa tubuh pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan terbesar yaitu pada klasifikasi indeks massa tubuh normal yaitu sebesar 59,5%.
2. Gambaran klasifikasi *body image* pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan terbesar yaitu pada klasifikasi *body image* positif sebesar 55,4%.
3. Ada hubungan antara indeks massa tubuh dengan *body image* pada mahasiswa (remaja akhir) ilmu keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April Kabupaten Sumedang 2022, berdasarkan analisa uji *chi-square* didapatkan hasil *p-value* sebesar 0,030 dimana nilai tersebut lebih kecil dari nilai alpha yaitu 0,05. Dari hasil diatas nilai *p-value* (0,030) < α (0,05).

DAFTAR PUSTAKA

- Angga, 2017. Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Kejadian Andropause di Lingkungan Kerja UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Skripsi
- Ap Nurfazri, 2017 Hubungan Body Image dengan Kebersyukuran. Skripsi
- Cash, T. F. (1994). *Body Image Attitudes : Evaluation, Investment and Affect : Perceptual Motor Skills. Journal of psychology, (78), 1168-1170.*
- Cash, T.F & Pruzinsky, T. 2002. *Body Image : A Handbook of Theory, Research and Clinical Practice.*
- Dinda Tiara Putri Rasadi, 2018. Tingkat Kepercayaan Diri Mahasiswa Berprestasi Rendah. Skripsi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Sebelas April Kabupaten Sumedang, 2022. Data Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Kelas Reguler
- Faza Maulida, 2020. Hubungan Antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa. Skripsi
- Filsa Destiara, dkk, 2017. Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan *Body Image* pada Remaja Putri di Asrama Putri Sanggau Malang. Skripsi
- Handayani, A. T. 2018. Hubungan *body image* dan *imaginary audience* dengan kepercayaan diri pada remaja di SMA Panca Budi Medan. *Jurnal Penelitian Pendidikan Sosial Humaniora, 3(1), 319-324.*
- Hastuti, J. et al. 2017. *Body Mass Index and Weight Status Misperception among a Sample of College Students in Yogyakarta, Indonesia 2017, (Https://www.banglajol.info/index.php/BJMS/article/view/26264.*

- Indita Noviana, dkk, 2018. Korelasi Jumlah Langkah dengan Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Islam Bandung.
- Kemendes RI. 2018. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, *Laporan Nasional 2018*.
- Kemendes RI, 2018. Epidemi Obesitas
- Lauster, P. 2012. *Tes Kepribadian (alih bahasa: D. H. Gulo)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Maulida, F., (2020)., Hubungan antara Body Image dengan Kepercayaan Diri pada Mahasiswa., Karya Tulis Ilmiah strata satu., Universitas Islam Indonesia.
- Middlebrook, P. N. 1974. *Social Psychology and Personal Life*. New York: Alfred A. Knopf, ICN.
- Notoatmodjo (2012), Metodologi Penelitian Kesehatan, 2012.
- Rosidawati, dkk, 2019. Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan *Body Image* pada Siswa SMA PGRI Jakarta Timur.
- Safuat. 2012. Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan harga diri remaja. *Skripsi*. Universitas Tribhuwana Tungga Dewi. Malang.
- Wenni Hulukati, 2016. Buku Pengembangan Diri Siswa SMA. *googlebooks*
- WHO. 2011. Noncommunicable Diseases in The South-East Asia Region.
- WHO. 2013. *Obesity and overweight :report 311*. Geneva: *World Health Organization*. (<https://www.who.int/obesityandoverweight/recommendati>. Diakses 17 Juni 2019).
- World Health Organization*. ([https://apps.searo.who.int/PDS_DOCS/B4793 .pdf](https://apps.searo.who.int/PDS_DOCS/B4793.pdf). Diakses 21 Juni 2019).
- World Health Organization (WHO)*. *Obesity and overweight* [Internet]. who.int. 2018 (diunduh 24 Desember 2019). Tersedia dari: <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/obesity-and-overweight>