

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1 Hasil Penelitian**

##### **4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

SMA Pangeran Antasari merupakan salah satu jenjang pendidikan yang dimiliki oleh Yayasan Pendidikan (YP) Pangeran Antasari. Sekolah ini didirikan pada tahun 1987 dengan tujuan mendidik siswa melalui bakat dan keterampilan sehingga berhasil membentuk siswa berkualitas, cerdas, kreatif, inovatif, kompetitif, dan mandiri sehingga mampu berprestasi di berbagai bidang pengetahuan.

Visi SMA Pangeran Antasari adalah optimalisasi mutu, kualitas, prestasi, dan budaya sesuai dengan perkembangan IPTEK yang potensial berdasarkan iman dan taqwa. Sedangkan misi sekolah ini antara lain:

1. Meningkatkan pelaksanaan proses kegiatan belajar mengajar dan bimbingan studi untuk mencapai prestasi akademik.
2. Meningkatkan secara berkesinambungan pengenalan nilai-nilai keagamaan.
3. Meningkatkan aktifitas dan prestasi bidang olah raga untuk mencapai prestasi non-akademik.
4. Meningkatkan kemampuan siswa dalam berbahasa Inggris.
5. Membekali siswa mampu mengoperasikan komputer.

SMA Pangeran Antasari berada pada satu kawasan dengan jenjang pendidikan lainnya yang dimiliki oleh YP Pangeran Antasari, yaitu dari jenjang TK, SD, SMP, SMK, sampai jenjang Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Akuntansi dan Bisnis Internasional (STIE A&BI). Kawasan sekolah ini beralamat di Jalan Veteran No. 1060/19, Helvetia, Kecamatan Labuhan Deli, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.

Luas tanah sekolah ini sebesar 4.100 m<sup>2</sup>. Sekolah ini terdiri dari 9 ruang kelas, 2 laboratorium, 1 perpustakaan, 2 sanitasi siswa, 1 lapangan bola basket,

dan 1 lapangan bola voli. Akses internet tersedia untuk seluruh civitas akademika dan didukung dengan daya listrik sebesar 24.800 KVA.

SMA Pangeran Antasari mendapat akreditasi A (Sangat Baik). Kurikulum sekolah ini adalah KTSP dengan Sistem Manajemen Berbasis Sekolah. Peminatan di sekolah ini terbagi menjadi 2, yaitu MIA (Matematika dan Ilmu Alam) dan IIS (Ilmu-Ilmu Sosial). Total murid di SMA Pangeran Antasari pada tahun ajaran 2018/2019 sebesar 250 orang, yang terdiri dari 105 orang laki-laki dan 145 orang perempuan. Khusus untuk jenjang SMA terdapat 2 pilihan ekstrakurikuler, yaitu paskibraka dan *marching band*.

#### 4.1.2 Karakteristik Responden

##### a. Usia Responden

Responden terdiri dari semua siswi berumur 15-18 tahun. Umur responden didasarkan pada perhitungan ulang tahun terakhir pada saat lahir hingga pada waktu pengambilan data penelitian, yaitu bulan Nopember. Distribusi responden berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel 4.1 berikut ini.

**Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia**

Umur (tahun)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
15	37	34,91
16	33	31,13
17	29	27,36
18	7	6,60
<b>Jumlah</b>	<b>106</b>	<b>100,00</b>

Dari 106 responden frekuensi usia 15 tahun sebanyak 37 siswi (34,91%), frekuensi usia 16 sebanyak tahun 33 siswi (31,13%), frekuensi usia 17 sebanyak tahun 29 siswi (27,36%) dan frekuensi usia 18 tahun sebanyak 7 siswi (6,6%)

##### b. Pendidikan Responden

Pemilihan responden secara proposional untuk tingkatan pendidikan yaitu Kelas X yang menjadi responden 33 siswi. Kelas XI yang menjadi responden 43 siswi dan kelas XII 30 siswi.

**Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Kelas**

<b>Kelas/ Jurusan</b>	<b>Frekuensi (n)</b>	<b>%</b>
X MIA 1	11	10,38
X MIA 2	12	11,32
X IIS	10	9,43
XI MIA	26	24,53
XI IIS	17	16,04
XII MIA	18	16,98
XII IIS	12	11,32
<b>Jumlah</b>	<b>106</b>	<b>100,0</b>

Dari 161 responden kelas X MIA1 sebanyak 11 siswi (10,38%), kelas X MIA2 sebanyak 12 siswi (11,32%), kelas kelas X IIS sebanyak 10 siswi (9,43%), kelas XI MIA sebanyak 26 siswi (24,53%). Kelas XI IIS sebanyak 17 siswi (16,04%), kelas XII MIA sebanyak 18 siswi (16,98%), dan Kelas XII IIS sebanyak 12 siswi (11,32%).

#### **4.1.3 Uji Normalitas Residual (Sebaran)**

Pada penelitian ini diperoleh taraf signifikansi =  $0,112 > 0,05$ , maka nilai residual berdistribusi normal. Perhitungan Uji Normalitas dapat dilihat pada lampiran 3. Secara visual uji normalitas pada penelitian ini dilakukan dengan *probability plot (p-plot)* yang dapat dilihat pada lampiran 4.

#### **4.1.4 Analisis Univariat**

Analisis univariat menggunakan program komputer untuk mendeskripsikan setiap variabel yaitu data citra tubuh dan status gizi responden.

##### **a. Distribusi Frekuensi Citra Tubuh Responden**

Citra tubuh adalah persepsi seseorang tentang bentuk fisik tubuhnya. Penilaian citra tubuh responden mengenai penampilan fisik bentuk tubuhnya dibagi menjadi dua yaitu, perespsi tubuh positif (+) dan presepsi tubuh negatif (-). Penilaian citra tubuh berdasarkan pengisian kusioner *Body Shape Questioner (BSQ)* oleh responden. Berikut ini adalah tabel 4.3 distribusi frekuensi citra tubuh responden.

**Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Citra Tubuh Responden**

Citra tubuh	Frekuensi (n)	%
Positif (+)	86	81,13
Negatif (-)	20	18,87
<b>Jumlah</b>	<b>106</b>	<b>100,0</b>

Dari 106 responden yang memiliki citra tubuh positif sebanyak 86 siswi (81,13%) dan citra tubuh negatif sebanyak 20 siswi (18,87%). Tabel frekuensi data karakteristik responden menurut citra tubuhnya dapat dilihat pada lampiran 4.

#### **b. Distribusi Frekuensi Status Gizi Responden**

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan, penyerapan, dan penggunaan zat-zat gizi. Penilaian status gizi responden di tentukan dengan indeks IMT menurut umur untuk menggambarkan proporsi tubuh. Berikut ini adalah tabel 4.5 distribusi frekuensi status gizi responden.

**Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Status Gizi Responden**

Status Gizi	Frekuensi (n)	%
Kurus	3	2,83
Normal	94	88,68
Gemuk	9	8,49
<b>Jumlah</b>	<b>106</b>	<b>100,0</b>

Dari 106 responden status gizi kurus sebanyak 3 siswi (2,83%), status gizi normal sebanyak 94 siswi (88,68%) dan status gizi gemuk sebanyak 9 siswi (8,49%). Tabel frekuensi data karakteristik responden menurut status gizinya dapat dilihat pada lampiran 5.

#### **4.1.5 Analisis Bivariat**

Analisis data menggunakan metode uji *chi square*, dengan perhitungan komputer. *Chi square* dapat digunakan untuk menguji apakah ada hubungan antara dua variabel kategorik, dengan derajat kepercayaan 95%, dan nilai  $\alpha = 0,05$ .

Data mengenai hubungan citra tubuh dengan status gizi pada remaja putri di SMA Pangeran Antasari dapat dilihat pada tabel 4.6 hubungan citra tubuh dengan status gizi responden.

**Tabel 4.5 Hubungan Citra tubuh dengan Status Gizi Responden**

Citra tubuh	Status Gizi						Jumlah		pValue
	Kurus		Normal		Gemuk				
	f	%	f	%	f	%	f	%	
Positif	2	2,32	81	94,19	3	3,49	86	81,13	
Negatif	1	5	13	65	6	30	20	18,87	0,000
<b>Jumlah</b>	<b>3</b>	<b>7,32</b>	<b>94</b>	<b>159,19</b>	<b>9</b>	<b>33,49</b>	<b>106</b>	<b>100,0</b>	

Dari 106 responden, yang memiliki citra tubuh positif kategori status gizi kurus sebanyak 2 siswi (2,32%), citra tubuh positif kategori status gizi normal sebanyak 81 siswi (94,19%) dan citra tubuh positif kategori status gizi gemuk sebanyak 3 siswi (3,49%). Dari 106 responden, yang memiliki citra tubuh negatif kategori status gizi kurus sebanyak 1 siswi (5%), citra tubuh negatif kategori status gizi normal sebanyak 13 siswi (65%) dan citra tubuh negatif kategori status gizi gemuk sebanyak 6 siswi (30%).

Pada penelitian ini dilakukan analisis korelasi dilakukan untuk mengetahui hubungan antar variabel yang diteliti yaitu persepsi citra tubuh sebagai variabel independen dan status gizi sebagai variabel dependen dengan menggunakan uji *Chi Square*. Nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p = 0,000$ ). Nilai  $0,000 < 0,05$  dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  di tolak, yang berarti ada hubungan yang bermakna antara citra tubuh dengan status gizi. Perhitungan dapat di lihat pada lampiran 7.

## 4.2 Pembahasan Penelitian

### Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang

Hasil analisis hubungan citra tubuh dengan status gizi remaja putri SMA Pangeran Antasari diperoleh data citra tubuh positif status gizi kurus 2 siswi (2,32%) dan citra tubuh positif status gizi gemuk 3 siswi (3,49%), berbanding dengan citra tubuh negatif status gizi kurus 1 siswi (5%) dan citra tubuh negatif status gizi gemuk 6 siswi (30%). Hal ini berarti semakin tinggi ketidakpuasan terhadap citra tubuh, maka status gizinya semakin tidak normal kurus dan gemuk.

Ditunjukkan juga dari hasil uji analisis penelitian ini menggunakan *uji Chi Square*. Nilai asymp signifikansi sebesar 0,000 ( $p = 0,000$ ). Nilai  $0,000 < 0,05$  ( $\alpha = 0,05$ ) dapat di simpulkan bahwa  $H_0$  di tolak, yang berarti ada hubungan yang bermakna antara citra tubuh dengan status gizi remaja putri SMA Pangeran Antasari yang menggambarkan bahwa semakin baik persepsi citra tubuh remaja putri maka menunjukkan semakin baik pula status gizinya.

Hal ini sejalan dengan penelitian Nida Fadhilah Utami dan Triyanti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 34% dari 188 responden melakukan diet penurunan berat badan dan memiliki persepsi citra tubuh negatif (mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya) tidak hanya terjadi pada responden dengan kelebihan berat badan saja (gemuk dan obesitas), namun juga pada responden dengan status gizi normal. Pada uji analisis chi square diperoleh nilai  $p$ -value adalah 0.000 lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$ . Dengan demikian menunjukkan ada hubungan antara citra tubuh dengan status gizi (IMT/U) responden di SMA Negeri 5 Tasikmalaya Tahun 2013 (24).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Widianti (2015), yang menyatakan berdasarkan hasil pengukuran citra tubuh melalui *Body Shape Questionnaire* (BSQ) diketahui bahwa sebanyak (59,7%) puas terhadap bentuk tubuhnya dan sebanyak (40,3%) merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya. Ditemukan 9 subjek (12,5%) dengan status gizi normal namun merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Dengan hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa citra tubuh berhubungan dengan status gizi dengan  $r = 0,482$ ,  $p = 0,000$  (27).

Ketidakpuasan citra tubuh pada remaja putri terjadi karena ketidaksesuaian bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh yang di harapkan. Masa puberitas pada remaja putri di barengi dengan peningkatan lemak tubuh menyebabkan mereka sering merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya karena perubahan yang terjadi belum tentu sesuai dengan keinginannya.

Citra tubuh merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan. Makanan diperlukan oleh manusia untuk menunjang pertumbuhan, mempertahankan hidup, dan melakukan aktivitas fisik. Apabila konsumsi

makanan kurang dari kebutuhan tubuh maka cadangan makanan yang terdapat di dalam tubuh yang disimpan dalam otot dan lemak akan digunakan (28).

Citra tubuh pada umumnya dialami oleh mereka yang menganggap bahwa penampilan adalah faktor yang paling penting dalam kehidupan. Hal ini terutama terjadi pada usia remaja (29). Hal ini juga sebanding dengan hasil penelitian terlihat juga dari status gizi kurus 15 %, yang persepsi positif 12% dan persepsi negatif 2,83%. Di status gizi gemuk 8,49 %, persepsi positif 3,49% dan persepsi negatif 30%. Menggambarkan bahwa lebih banyak remaja putri yang bertubuh gemuk memiliki citra tubuh negatif.

Rasa takut menjadi gemuk (*fear of fatness*) merupakan istilah untuk mendeskripsikan penolakan terhadap kelebihan berat badan atau kegemukan dengan disertai upaya penurunan berat badan yang tidak ada kaitannya dengan ukuran tubuh. Bentuk rasa takut menjadi gemuk (*fear of fatness*) memiliki ciri bahwa banyak orang yang terkena permasalahan dengan *body dissatisfaction* (mempersepsikan dirinya lebih gemuk daripada sebenarnya), sementara sebagian lainnya terus mempertahankan tubuh yang kurus sekalipun mereka mengakui bahwa mereka tidak kelebihan berat badan (24).

Keadaan ini mengakibatkan pengontrolan bentuk badan yang tidak tepat pada orang-orang yang berat badannya normal atau bahkan kurang. Kesalahan persepsi dalam melihat perubahan diri seorang remaja menyebabkan mereka tidak memperhatikan asupan makanan yang bergizi. Padahal makanan yang bergizi sangat penting untuk mengimbangi perubahan-perubahan yang sangat pesat, baik fisik, psikologi maupun sosial pada periode *growth spurt* remaja. Penurunan berat badan yang berlanjut akan menyebabkan keadaan gizi kurang yang akan berakibat terhambatnya proses pertumbuhan dan perkembangan.

Dampak lain yang dapat timbul seseorang mudah terjangkit penyakit menular serta penurunan prestasi akademik. Kekurangan asupan ini apabila berlangsung dalam jangka waktu yang cukup lama maka akan mengakibatkan menurunnya berat badan dan kekurangan zat gizi lain. Oleh karena itu, citra tubuh remaja putri harus diperhatikan.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian citra tubuh dengan status gizi remaja putri di SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar responden memiliki citra tubuh positif.
2. Sebagian besar responden memiliki status gizi normal.
3. Ada hubungan antara citra tubuh dengan status gizi remaja putri.

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1 Saran Kepada Responden**

Siswi SMA Pangeran Antasari Kabupaten Deli Serdang agar selalu berpikir positif terhadap tubuh. Fokus pada hal-hal yang disukai pada bagian tubuh, selalu menjaga kebersihan tubuh, dan selalu berpakaian yang terbaik dapat membangun citra tubuh positif.

##### **5.2.2 Saran Kepada Tempat Penelitian**

Meningkatkan pemahaman citra tubuh positif di kalangan peserta didik. Misalnya dengan cara pendidikan gizi.

##### **5.2.3 Saran Kepada Penelitian Selanjutnya**

Setelah melakukan hasil evaluasi terhadap penelitian yang telah dilakukan, saran yang diberikan kepada penelitian selanjutnya adalah:

1. Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk meneliti hubungan status gizi remaja dengan kemungkinan adanya gangguan makan.
2. Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk meneliti tentang faktor yang menjadi penyebab timbulnya citra tubuh negatif pada remaja, khususnya remaja putra.