



**SKRIPSI**

**HUBUNGAN INDEKS MASA TUBUH DENGAN CITRA TUBUH  
DI MAN 2 REJOSO JOMBANG**

***PENELITIAN CROSS SECTIONAL***



Oleh :

**MUHAMMAD RIFKY AMINULLAH**  
NIM : 7318006

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PESANTREN TINGGI DARUL 'ULUM  
JOMBANG  
2022**



## SKRIPSI

### HUBUNGAN INDEKS MASA TUBUH DENGAN CITRA TUBUH DI MAN 2 REJOSO JOMBANG

*PENELITIAN CROSS SECTIONAL*

*Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan ( S. Kep ) Pada  
Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang*



Oleh :  
**MUHAMMAD RIFKY AMINULLAH**  
NIM : 7318006

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PESANTREN TINGGI DARUL 'ULUM  
JOMBANG  
2022**



## SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun

Jombang, Agustus 2022

Yang menyatakan

**Muhammad Rifky Aminullah**

**NIM : 7318006**



## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : Muhammad Rifky Aminullah

Judul : HUBUNGAN INDEKS MASA TUBUH DENGAN CITRA  
TUBUH DI MAN 2 REJOSO JOMBANG

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Skripsi

Disetujui oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II

**Dr. Nasrudin, SKM., M.Kes**  
NIPY : 11 010901 053

**Khotimah, S.Kep, Ns., M.Kes**  
NIPY : 11 010901063



## LEMBAR PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pesantren Tinggi Darul 'Ulum

Pada Tanggal:

Mengesahkan:

Tim Penguji		Tanda Tangan
Ketua	: Wiwiek Widiatie, S.Kep.,Ns., M.kes.	(.....)
Anggota I	: Khotimah, S.Kep.,Ns., M.Kes	(.....)
Anggota II	: Dr. Nasrudin, SKM., M. Kes	(.....)

Mengetahui,  
Ka. Program Studi Sarjana Keperawatan

**Khotimah, S.Kep. Ns., M.Kes**  
**NIPY : 11 010901 063**



## MOTTO

**“Jangan Takut Dengan Kegagalan, Karena Disaat Kita Berusaha Dan Ada Niat Disitu Pasti Ada Keberhasilan”**



## LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillah puji syukur selalu saya panjatkan kehadirat Allah SWT. Dengan terselesaikan skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Allah yang maha esa yang telah memberikan nikmat sehat, kesabaran, dan keikhlasan atas takdir-Mu saya bisa berfikir, berilmu, dan beriman. Semoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal masa depanku dalam meraih cita-cita yang diinginkan.
2. Orangtuaku, Bapak Dimyathi dan Ibu Siti Cholillaah tercinta. Terima kasih atas segala kasih sayang yang tiada batas memberi dukungan, Ridho yang diberikan kepada saya yang mana tidak bisa saya balas dengan selebar kertas bertuliskan persembahan.
3. Bapak/ibu penguji yang telah bersedia menguji saya dalam karya ilmiah ini. Saya ucapkan terimakasih.
4. Bapak dan Ibu Dosen S1 Keperawatan Unipdu Jombang, khususnya Dosen Pembimbing saya Dr.H. Nasrudin, SKM., M.Kes dan Sufendi Hariyanto, S. Kep. Ns., M.MB
5. Teman-teman S1 Keperawatan angkatan 2018 yang saya sayangi



## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhammad Rifky Aminullah

NIM : 7318006

Tempat dan tanggal lahir : Jombang, 18 Desember 1999

Institusi : S1 Ilmu Keperawatan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul HUBUNGAN INDEKS MASA TUBUH DENGAN CITRA TUBUH DI MAN 2 REJOSO JOMBANG adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Jombang, Agustus

Yang menyatakan,

**Muhammad Rifky Aminullah**

**NIM 7318006**





## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, nikmat dan ridloNya sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul ‘HUBUNGAN BERAT BADAN DENGAN CITRA TUBUH DI MAN 2 REJOSO JOMBANG. Sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan strata S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pesantren Tinggi Darul ‘Ulum Jombang. Sholawat serta salam tetap tercurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa ajaran islam kepada kita sekalian, sehingga penulis termotivasi menyelesaikan skripsi ini.

Mengingat pembuatan skripsi ini tidak dapat lepas dari berbagai pihak yang membantu dalam memberikan dorongan baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu penulis menyampaikan terimakasih sebesar besarnya kepada :

1. Prof. Dr. Ahmad Zahro, MA selaku Rektor Universitas Pesantren Tinggi Darul ‘Ulum Jombang.
2. Pujiani, S.Kep, Ns., M.kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pesantren Tinggi Darul ‘Ulum Jombang.
3. Khotimah, S.Kep, Ns., M.Kes selaku Kaprodi Sarjana Keperawatan Universitas Pesantren Tinggi Darul ‘Ulum Jombang.
4. Nasrudin, SKM., M. Kes selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam pembuatan skripsi ini.
5. Sufendi Hariyanto, S. Kep. Ns. selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam pembuatan skripsi ini.
6. Kepala sekolah MAN 2 Rejoso Jombang



7. Staf TU MAN 2 Rejoso Jombang selaku penanggung jawab adanya penelitian di MAN 2 Rejoso Jombang.
8. Ayah, Ibu, Adek serta seluruh keluarga yang telah mendo'akan dan memberikan kasih sayang baik moral, material serta semangat tiada duanya untukku.
9. Sahabatku (Afi, Riri Cantik, Mak Eva, Rani, Alim BTS, Lihen) yang selalu menemani hari-hariku dikala sedih, senang dan disaat aku membutuhkan kalian selalu ada. Terimakasih atas kebersamaan yang telah kita bina sejak awal masuk kuliah sampai sekarang dan selamanya, semoga persahabatan kita terjalin sampai nanti.

Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih kurang dari sempurna. Oleh karenanya penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca umumnya.

Jombang, 23 Juli 2022

**Muhammad Rifky Aminullah**



## Hubungan Indeks masa tubuh Dengan Citra Tubuh di MAN 2 Rejoso Jombang

**Muhammad Rifky Aminullah**

Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas  
Pesantren

Tinggi Darul 'Ulum

Email: [finkyashter1@gmail.com](mailto:finkyashter1@gmail.com)

### Abstrak

Citra tubuh adalah evaluasi terhadap ukuran tubuh, berat tubuh ataupun aspek tubuh lainnya yang mengarah pada penampilan fisik seseorang. Indeks masa tubuh adalah hasil peningkatan atau penurunan semua jaringan yang ada pada tubuh antara lain, tulang, otot, lemak, cairan tubuh dll. Indeks masa tubuh mnggambarkan jumlah dari protein, lemak, air dan mineral pada tulang. Perubahan indeks masa tubuh merupakan berubahnya ukuran berat, baik bertambah ataupun berkurang akibat konsumsi makanan yang diubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit. Faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas meliputi yaitu genetik, kerusakan pada salah satu bagian otak, pola makan berlebihan, kurang gerak/olahraga, pengaruh emosional, lingkungan, penanganan obesitas, intervensi diet, aktivitas fisik, farmakoterapi, intervensi bedah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan indeks masa tubuh dengan citra tubuh.

Desain penelitian menggunakan deskriptif analitik pendekatan *Cross Sectional*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 63 responden, pengambilan sampel menggunakan teknik *proposive sampling* dengan kriteria penelitian, analisis uji yang digunakan adalah uji *contingency coefficient* ( $\alpha \leq 0,05$ ).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa siswi di MAN 2 Rejoso Jombang sebagian besar kurang percaya diri ingin memiliki fisik seperti orang lain dan sebagian kecil tidak mementingkan akan penampilannya.

**Kata kunci:** Indeks masa tubuh, Citra Tubuh



## Abstract

Body image is an evaluation of body size, body weight or other aspects of the body that lead to a person's physical appearance. Body mass index is the result of an increase or decrease in all tissues in the body including, bones, muscles, fat, body fluids etc. Body time index describes the amount of protein, fat, water and minerals in bones. Changes in body mass index are changes in weight size, either increasing or decreasing due to the consumption of foods that are converted into fat and stored under the skin. Factors associated with obesity include genetics, damage to one part of the brain, excessive diet, lack of movement / exercise, emotional influences, environment, obesity management, dietary interventions, physical activity, pharmacotherapy, surgical interventions. The purpose of this study was to determine the relationship between body mass index and body image.

The research design used descriptive analytic Cross Sectional approach. The sample in this study was 63 respondents, sampling using purposive sampling techniques with research criteria, the test analysis used was a contingency coefficient test ( $\alpha < 0.05$ ).

Based on the results of the study, it shows that most of the students in MAN 2 Rejoso Jombang lack confidence in wanting to have a physique like others and a small number do not attach importance to their appearance.

**Keywords:** Body mass index, Body Image



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL LUAR.....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN SAMPUL DALAM .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>xi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum .....	5
1.3.2 Tujuan Khusus .....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1. Manfaat teoritis .....	5
1.4.2. Manfaat bagi peneliti.....	5
1.4.3. Institusi .....	6
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>7</b>
2.1 Konsep diri .....	7
2.1.1 Aspek-Aspek Konsep Diri .....	7
2.1.2 Faktor yang mempengaruhi Konsep Diri .....	14
2.1.3 Komponen konsep diri .....	16
2.2 Konsep berat badan dan pertumbuhan fisik remaja.....	17
2.2.1 Pengertian berat badan.....	17
2.2.2 Pertumbuhan fisik remaja .....	27
2.3 Konsep Citra Tubuh.....	35
2.3.1 Definisi Citra Tubuh .....	35
2.3.2 Aspek-aspek Citra Tubuh .....	37
2.3.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi citra tubuh .....	39
2.4 Hubungan berat badan dengan citra tubuh.....	41
2.5 Kerangka Teori.....	46
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN ....</b>	<b>47</b>



3.1	Kerangka konseptual.....	47
3.2	Hipotesis penelitian.....	48
<b>BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN.....</b>		<b>49</b>
4.1	Jenis dan desain penelitian .....	49
4.2	Kerangka kerja.....	51
4.3	Populasi, Sampel dan Teknik Sampling .....	52
4.3.1	Populasi.....	52
4.3.2	Sampel .....	52
4.3.3	Teknik Sampling .....	53
4.4	Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional .....	54
4.4.1	Identifikasi Variabel .....	54
4.4.2	Definisi Operasional.....	55
4.5	Instrumen penelitian .....	56
4.6	Lokasi dan tempat penelitian.....	56
4.7	Prosedur Pengambilan, Pengumpulan Data Dan Pengolahan Data .....	56
4.7.1	Pengambilan data .....	56
4.7.2	Pengumpulan data .....	56
4.7.3	Prosedur penelitian .....	57
4.7.4	Teknik pengolahan data.....	57
4.8	Analisis Data .....	58
4.8.1	Analisa Univariat .....	58
4.8.2	Analisa Bivariat.....	59
4.9	Etika Penelitian.....	59
<b>BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>61</b>
5.1.	Hasil Penelitian.....	61
5.1.1.	Gambaran umum tempat penelitian .....	61
5.1.2.	Data umum.....	62
5.2.	Pembahasan.....	64
5.2.1.	Berat badan pada siswi di MAN 2 Rejoso Jombang .....	64
5.2.2.	Citra tubuh pada siswi di MAN 2 Rejoso Jombang .....	65
5.2.3.	Hubungan berat badan dengan citra tubuh di MAN 2 Rejoso Jombang .....	67
<b>BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>69</b>
6.1.	Kesimpulan.....	69
6.2.	Saran .....	69
6.2.1.	Bagi Responden .....	69
6.2.2.	Bagi Peneliti.....	70
6.2.3.	Bagi Tempat Penelitian .....	70
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>71</b>



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Bagan kerangka teori hubungan berat badan dengan citra tubuh di man 2 rejosso Jombang .....	46
Gambar 3.2	Bagan kerangka konseptual hubungan berat badan dengan citra tubuh di man 2 rejosso Jombang .....	47
Gambar 4.1	Bagan kerangka kerja penelitian hubungan berat badan dengan citra tubuh di man 2 rejosso Jombang .....	51



## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Tabel definisi operasional hubungan berat badan dengan citra tubuh di man 2 rejosso Jombang.....	55
-----------	--	----





## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 surat balasan studi pendahuluan .....	72
Lampiran 3 sertifikat etik .....	73
Lampiran 4 lembar persetujuan responden .....	74
Lampiran 5 surat pernyataan .....	75
Lampiran 6 kuisisioner .....	76
Lampiran 7 hasil SPSS.....	82
Lampiran 8 dokumentasi.....	89



## DAFTAR SINGKATAN

WHO	: Word health organization
RISKESDAS	: Riset kesehatan dasar
DINKESPROV JATIM	: Dinas kesehatan provinsi Jawa Timur
SMA	: Sekolah menengah atas
MAN	: Madrasan aliyah negeri