

IR – PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

SKRIPSI

HUBUNGAN BODY IMAGE DENGAN POLA KONSUMSI DAN
AKTIVITAS FISIK PADA MAHASISWA GIZI ANGKATAN 2017 FKM
UNIVERSITAS AIRLANGGA DIMASA PANDEMIC COVID-19



Oleh:

RASYID QANIT ABDULLAH

UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI GIZI
SURABAYA
2022

IR – PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

SKRIPSI

HUBUNGAN BODY IMAGE DENGAN POLA KONSUMSI DAN
AKTIVITAS FISIK PADA MAHASISWA GIZI ANGKATAN 2017 FKM
UNIVERSITAS AIRLANGGA DIMASA PANDEMIC COVID-19



Oleh:

RASYID QANIT ABDULLAH
NIM. 101511233049

UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI GIZI
SURABAYA
2022

SKRIPSI

i
HUBUNGAN BODY IMAGE ... RASYID QANIT A.

PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Sarjana Program Studi Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga dan
Diterima untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Gizi (S.Gz)
Pada tanggal 9 Juni 2022

Mengesahkan
Universitas Airlangga
Fakultas Kesehatan Masyarakat

Dekan



Dr. Santi Martini, dr., M.Kes
NIP. 196609271997022001

Tim Penguji :

- a) Lailatul Muniroh .S.KM., M.kes
- b) Farapti, dr., M.Gizi.
- c) Dr. Dewi Retno Suminar, M.Si.,

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Gizi (S.Gz.)
Program Studi Gizi
Departemen Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Airlangga

Oleh :

RASYID QANIT ABDULLAH
NIM. 101511233049

Surabaya, 20 Juli 2022

Menyetujui,
Pembimbing,



Farapti, dr., M.Gizi.
NIP 198104142008122001

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Gizi,



Lailatul Muniroh S.KM, M.Kes.
NIP 198005252005012004

Ketua Departemen Gizi,



Dr. Siti Rahayu Nadhiroh, S.KM., M.Kes.
NIP 197505312006042001

SURAT PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Rasyid Qanit Abdullah
NIM : 101511233049
Program Studi : Gizi
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenjang : Sarjana (S1)

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

**HUBUNGAN BODY IMAGE DENGAN POLA KONSUMSI DAN
AKTIVITAS FISIK PADA MAHASISWA GIZI ANGKATAN 2017 FKM
UNIVERSITAS AIRLANGGA DIMASA PANDEMIC COVID-19**

Apabila suatu saat nanti terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 20 Juli 2022



Rasyid Qanit Abdullah

NIM. 101511233049

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga dapat terselesaikannya skripsi dengan judul “Hubungan *Body Image* Dengan Pola Konsumsi Dan Aktivitas Fisik Pada Mahasiswi Gizi Angkatan 2017 FKM Universitas Airlangga Di Masa Pandemi Covid-19” sebagai salah satu persyaratan akademis dalam rangka menyelesaikan kuliah di Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.

Dalam skripsi ini dijabarkan tentang penelitian observasional yang ingin melihat terkait faktor apa saja pada responden yang berpengaruh terhadap status gizi di saat pandemi. Hal ini perlu diketahui karena terdapat banyak dampak yang ditimbulkan pada masa pandemi, termasuk terkait status gizi.

Pada kesempatan ini disampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada Farapti, dr., M.Gizi. selaku dosen pembimbing, yang telah memberikan petunjuk, koreksi serta saran sehingga terwujudnya skripsi ini. Terima kasih dan penghargaan kami sampaikan pula kepada yang terhormat:

1. Dr. Santi Martini, dr., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.
2. Dr. Siti Rahayu Nadhiroh, S.KM., M.Kes., selaku Ketua Departemen Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat.
3. Lailatul Muniroh S.KM, M.Kes., selaku Koordinator Program Studi S1 Gizi.
4. Alm. Dr. Edy Mintarto, M.Kes., selaku Ayah saya yang menjadi alasan untuk selalu bersemangat.
5. Keluarga dan teman-teman terdekat yang selalu berusaha saling mengerti, membantu, dan memberi dukungan selama penyusunan skripsi.
6. Hana Octaviyanti, S.M., selaku perempuan yang saya cintai setelah Ibu saya.
7. Seluruh dosen dan staff Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga atas wawasan, bimbingan serta didikan selama penulis menempuh pendidikan S1 Gizi.
8. Selvi Debi Savia Fitri, S.Pi., selaku mentor yang senantiasa mendampingi dalam menyelesaikan perkuliahan dan penulisan skripsi.

Semoga Allah SWT memberikan balasan pahala atas segala amal yang telah diberikan dan skripsi ini berguna baik bagi diri kami sendiri maupun pihak lain yang memanfaatkan.

Surabaya, 20 Juli 2022

Penulis

ABSTRACT

Women of childbearing age (WUS) based on the concept of the Ministry of Health (2010) are women of reproductive age, namely aged 15-45 years. One of the age groups included in WUS is female students. The character of female students is shaped by the environment with many factors that affect one of the patterns of consumption and physical activity. The purpose of this study was to analyze the relationship between body image, consumption patterns and physical activity in Nutrition student class 2017 FKM Airlangga University during the covid-19 pandemic.

This research is an observational analytic approach with a cross sectional research design. The minimum sample size based on the results is 72 student data from the Undergraduate Nutrition Study Program, Faculty of Public Health, Airlangga University. Data collection was carried out online using a google form questionnaire BSQ, SQ-FFQ and IPAQ. Analysis of this research data using the SPSS with Spearman Test.

The results showed that most of the respondents had a negative body image (77.8%), light physical activity (50.0%), less energy intake (97.2%), less carbohydrate intake (100%), less protein intake (90.3%), and less fat intake (91.7%). The results of the analysis showed that there was no relationship between body image and energy intake ($p = 0.803$), carbohydrate intake ($p = 0.063$), protein intake ($p = 0.214$), fat intake ($p = 0.744$). There is no relationship between body image and physical activity ($p = 0.724$).

The conclusion of this research is that most of the students of the Nutrition Science Program at FKM Unair 2017 had a body image with less intake of energy, carbohydrates, protein and fat, relatively light physical activity, and there is no relationship between body image and consumption patterns and physical activity.

Keywords: Body Image, Consumption Pattern, Physical Activity, Student.

ABSTRAK

Wanita usia subur (WUS) berdasarkan konsep Departemen Kesehatan (2010) merupakan wanita dalam usia reproduksi yaitu usia 15-45 tahun. Salah satu kelompok usia yang termasuk dalam WUS yaitu mahasiswa. Karakter mahasiswa dibentuk oleh lingkungan dengan banyak faktor yang mempengaruhi salah satunya pola konsumsi dan aktifitas fisik. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis adanya hubungan *body image* dengan pola konsumsi dan aktivitas fisik pada mahasiswa Gizi angkatan 2017 FKM Universitas Airlangga di masa pandemi covid-19.

Penelitian ini merupakan pendekatan analitik observasional dengan desain penelitian *cross sectional*. Besar sampel minimal berdasarkan hasil adalah 72 data mahasiswa Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga 2017. Pengambilan data dilakukan secara online dengan *googleform* kuesioner BSQ, SQ-FFQ dan IPAQ. Analisis data penelitian ini menggunakan SPSS yaitu uji spearman.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden yang memiliki *body image* negatif (77.8%), aktivitas fisik ringan (50,0%), asupan energi kurang (97.2%), asupan karbohidrat kurang (100%), asupan protein kurang (90.3%), dan asupan lemak kurang (91.7%). Hasil analisis tidak terdapat hubungan antara *body image* dengan asupan energi ($p=0,803$), asupan karbohidrat (0,063), asupan protein ($p=0,214$), asupan lemak ($p=0,744$). Tidak terdapat hubungan *body image* dengan aktifitas fisik ($p=0,724$).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagian besar mahasiswa program studi S1 Gizi FKM Unair 2017 memiliki *body image* negatif dengan asupan energi, karbohidrat, protein dan lemak kurang, aktifitas fisik tergolong ringan, dan tidak terdapat hubungan antara *body image* dengan pola konsumsi dan aktifitas fisik.

Kata Kunci : Body Image, Pola Konsumsi, Aktifitas Fisik, Mahasiswa

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
SURAT PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS	iii
KATA PENGANTAR	v
ABSTRACT	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	5
1.3 Rumusan Masalah.....	7
1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	7
1.5 Manfaat Penelitian.....	8
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 10
2.1 Mahasiswa.....	10
2.2 Body Image	13
2.3 Pola Konsumsi.....	21
2.4 Aktivitas Fisik	31
 BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN	 41
3.1 Kerangka Konsep	41
3.1 Penjelasan Kerangka Konseptual	42
3.2 Hipotesis Penelitian	43
 BAB IV METODE PENELITIAN	 44
4.1 Jenis dan Rancang Bangun Penelitian	44
4.2 Populasi Penelitian	44
4.3 Sampel, Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel	44
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	46
4.5 Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran dan Skala Data	46
4.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	50
4.7 Kerangka Operasional.....	52
4.8 Teknik Analisis Data	52
4.8.1 Analisis Univariat.....	52

4.8.2	Analisis Bivariat.....	53
BAB V	HASIL PENELITIAN	55
5.1	Gambaran Umum Responden	55
5.2	Hubungan <i>Body Image</i> dengan Pola Konsumsi	65
5.3	Hubungan <i>Body Image</i> dengan Aktivitas Fisik	69
BAB VI	PEMBAHASAN	71
6.1	Karakteristik Responden.....	71
6.2	Body Image	71
6.3	Aktivitas Fisik	73
6.4	Pola Konsumsi.....	74
6.5	Hubungan Body Image dengan Pola Konsumsi.....	75
6.6	Hubungan Body Image dengan Aktivitas Fisik	76
6.7	Keterbatasan Penelitian.....	78
BAB VII	KESIMPULAN DAN SARAN	79
7.1	Kesimpulan	79
7.2	Saran	80
7.2.1	Saran bagi Mahasiswa Gizi Angkatan 2017 FKM Unair	80
7.2.2	Saran bagi Penelitian Selanjutnya	80
DAFTAR PUSTAKA		81
LAMPIRAN		85

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
Tabel 2.1	Kategori Aktivitas Menurut IPAQ-SF	37
Tabel 4.1	Definisi Operasional dan Variabel Penelitian	44
Tabel 5.1	Distribusi Responden Berdasarkan Umur	50
Tabel 5.2	Distribusi Responden berdasarkan Body Image	51
Tabel 5.3	Distribusi Responden berdasarkan Jawaban Negatif Pertanyaan Kuisisioner <i>Body Image</i>	52
Tabel 5.4	Distribusi Responden berdasarkan Aktivitas Fisik	55
Tabel 5.5	Distribusi Frekuensi Pola Konsumsi Sumber Karbohidrat	55
Tabel 5.6	Distribusi Frekuensi Pola Konsumsi Sumber Protein	57
Tabel 5.7	Distribusi Frekuensi Pola Konsumsi Sumber Lemak	58
Tabel 5.8	Tabel Distribusi Frekuensi Asupan Energi dan Zat Gizi Makro	59
Tabel 5.9	Hubungan <i>Body Image</i> dengan Energi	60
Tabel 5.10	Hubungan <i>Body Image</i> dengan Karbohidrat	61
Tabel 5.11	Hubungan <i>Body Image</i> dengan Protein	61
Tabel 5.12	Hubungan <i>Body Image</i> dengan Lemak	63
Tabel 5.13	Hubungan <i>Body Image</i> dengan Aktifitas Fisik	64

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konsep		38
Gambar 4.1 Kerangka Operasional.....		44

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
Lmapiran 1 Pernyataan Persetujuan Mengikuti Penelitian		80
Lampiran 2 Kuesioner Penelitian		81
Lampiran 3 Lampiran SPSS		88

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

Lambang

%	=Persen
<	= Kurangdari
>	= Lebihdari
≤	= Kurang dari samadengan
≥	= Lebih dari samadengan
s/d	= Sampai dengan

Singkatan

ACE2	= <i>Angiotensin Converting Enzyme 2</i>
Covid-19	= <i>Coronavirus Disease2019</i>
Depkes RI	= Departemen Kesehatan Republik Indonesia
IPAQ	= <i>International Physical Activity Questionnaire</i>
Kemenkes RI	= Kementrian Kesehatan RepublikIndonesia
MBSRQ-AS <i>Appearance</i>	= <i>Multidimensional Body Self RelationQuestionnaire-</i>
MET <i>of Task</i>	= <i>Metabolic Equivalent</i>
MERS	= <i>Middle East RespiratorySyndrome</i>
SARS-CoV-2	= <i>Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2</i>
SQ-FFQ	= <i>Semi Quantitative- Food Frequency Questionnaire</i>
WHO	= <i>World HealthOrganization</i>
WUS	= Wanita UsiaSubur