

SKRIPSI

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT), *WAIST TO HIP RATIO* (WHR) DAN TINGKAT KONSUMSI PADA VEGETARIAN PUTRI DI SURABAYA



Oleh:

ANASTASIA PRASTIWI SWITENG SIWI

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
SURABAYA
2016**

SKRIPSI

HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT), *WAIST TO HIP RATIO* (WHR) DAN TINGKAT KONSUMSI PADA VEGETARIAN PUTRI DI SURABAYA



Oleh:

**ANASTASIA PRASTIWI SWITENG SIWI
NIM. 101311123025**

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
SURABAYA
2016**

PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga dan
diterima untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.KM.)
pada tanggal 4 Februari 2016

Mengesahkan
Universitas Airlangga
Fakultas Kesehatan Masyarakat

Dekan,



Prof. Dr. Tri Martiana, dr., M.S.
NIP. 195603031987012001

Tim Penguji:

1. Muji Sulistyowati, S.KM., M.Kes.
2. Triska Susila Nindya, S.KM., M.PH
3. Lies Setyowati, S.KM., M.Kes.

SKRIPSI

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

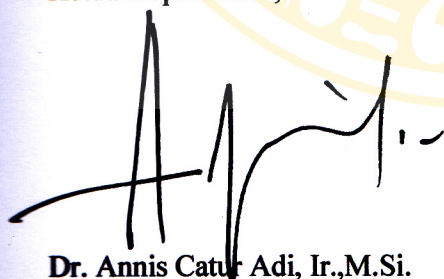
Oleh:

**ANASTASIA PRASTIWI SWITENG SIWI
NIM. 101311123025**

Surabaya, 13 Februari 2016

**Mengetahui,
Ketua Departemen,**

**Menyetujui,
Pembimbing,**



**Dr. Annis Catur Adi, Ir., M.Si.
NIP. 196903011994121001**



**Triska Susila Nindya, S.KM., M.PH.
NIP. 198110032005012001**

SURAT PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Anastasia Prastiwi Switeng Siwi
NIM : 101311123025
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenjang : Sarjana (S1)

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

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT),
WAIST TO HIP RATIO (WHR) DAN TINGKAT KONSUMSI PADA
VEGETARIAN PUTRI DI SURABAYA**

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, 12 Februari 2016



Anastasia Prastiwi Switeng Siwi
NIM. 101311123025

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karunia-Nya sehingga dapat diselesaikannya skripsi dengan judul “HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT), *WAIST TO HIP RATIO* (WHR) DAN TINGKAT KONSUMSI PADA VEGETARIAN PUTRI DI SURABAYA” sebagai salah satu persyaratan akademis dalam rangka menyelesaikan perkuliahan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.

Dalam skripsi ini dijabarkan tentang analisa hubungan *body image* dengan status IMT, WHR dan tingkat konsumsi pada vegetarian putri, yang mana pola makan vegetarian merupakan pola makan yang berkembang dan banyak diterapkan oleh remaja putri, sehingga nantinya dapat dipertimbangkan pemberian *peer counseling* bagi remaja vegetarian tersebut.

Pada kesempatan ini kami menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi – tingginya kepada Ibu Triska Susila Nindya, S.KM., M.PH, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan petunjuk, koreksi serta saran hingga terwujudnya skripsi ini.

Terima kasih dan penghargaan penulis sampaikan pula kepada yang terhormat :

1. Prof.Dr. Tri Martiana, dr., M.S., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
2. Dr. Annis Catur Adi, Ir., M.S, selaku Ketua Departemen Gizi Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat
3. Ibu Rita, Bapak Ricky, Bapak Indra, Bapak Glend, selaku pengurus di Vihara Maitreya
4. Bapak dan Ibu Eka, selaku manajer di Restoran Loving Hut
5. Bapak Deni, selaku pengurus di Gereja Advent
6. Responden yang terhormat yang telah bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini.
7. Kedua orang tua tercinta dan segenap keluarga atas segala dukungan dan kasih sayang yang diberikan selama ini.
8. Teman-teman peminatan gizi alih jenis 2013 atas bantuan, doa, dan semangatnya.
9. Rekan-rekan seangkatan alih jenis ikm A 2013 atas bantuan dan doanya.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan atas segala amal yang telah diberikan dan semoga skripsi ini berguna baik bagi diri sendiri maupun pihak lain yang memanfaatkan

Surabaya, Februari 2016

ABSTRACT

Dissatisfaction with body shape are more common among young women. Therefore they always trying to get their ideal body shape. One of the effort to get into shape is applying vegetarian diet. This study aimed to analyze the association between body image and status of BMI, WHR and consumption level on vegetarian women.

The study was cross - sectional with quantitative approach to 32 young women vegetarian in Surabaya. Subject were selected by snowball sampling that met the inclusion criteria. The body image perception and nutritional intake were obtained using a questionnaire. The nutritional status were obtained from weight and height measurement then it was calculated the value of BMI, WHR obtained by measuring waist and pelvis ratio.

This study showed that as many as 23 respondents (71.9%) had a positive perception of body image. The level of energy intake, carbohydrate, protein and fat were under RDA. Twenty two respondents (68.7%) had WHR <0.8 cm, a total of 19 respondents (59.3%) had a normal BMI. There was an association between body image and BMI ($p = 0.014$), there were no association between body image and status WHR ($p = 0.653$) and level of energy intake ($p = 0.689$), carbohydrates ($p = 0.343$), protein ($p = 0.719$) and fat ($p = 0.446$)

This study conclude that body image is associated to BMI but not WHR and level of energy, carbohydrates, protein and fat intake. This study recommended the importance of peer counseling to young women vegetarian especially about body image and BMI.

Key word : body image, BMI, WHR, nutritional intake, young women vegetarian

ABSTRAK

Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh semakin sering dijumpai pada wanita dewasa muda. Hal ini membuat wanita dewasa muda menerapkan berbagai macam cara untuk mendapatkan tubuh ideal. Salah satu cara yang dilakukan adalah dengan penerapan pola makan vegetarian. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *body image* dengan status IMT, WHR dan Tingkat Konsumsi pada vegetarian putri

Penelitian dilaksanakan dengan rancangan *cross sectional* dengan menggunakan pendekatan kuantitatif pada 32 vegetarian putri di area Surabaya. Pemilihan sampel dengan menggunakan *snowball sampling* yang memenuhi kriteria inklusi. Data *body image* dan tingkat konsumsi diperoleh dengan menggunakan kuesioner. Data status gizi diperoleh dari pengukuran TB dan BB selanjutnya dihitung nilai IMT, data WHR diperoleh dengan pengukuran lingkaran pinggang dan lingkaran pinggul.

Sebanyak 23 responden (71,9%) mempunyai persepsi *body image* positif. Tingkat asupan energi, karbohidrat, protein dan lemak masih di bawah AKG. sebanyak 22 responden (68,7%) mempunyai nilai WHR <0,8 cm, sebanyak 19 responden (59,3%) mempunyai IMT normal. Pengujian hubungan dilakukan dengan uji *chi square*. Terdapat hubungan antara *body image* dengan status IMT ($p = 0,014$), tidak ada hubungan antara *body image* dengan status WHR ($p=0,653$), tingkat asupan energi ($p = 0,689$), karbohidrat ($p = 0,343$), protein ($p = 0,719$) dan lemak ($p = 0,446$).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa *body image* berhubungan dengan IMT, tetapi tidak dengan WHR dan tingkat konsumsi. Penelitian ini merekomendasikan perlunya *peer counseling* bagi responden terutama yang berkaitan dengan *body image* dan IMT.

Kata Kunci : *body image*, IMT, WHR, tingkat konsumsi, vegetarian putri

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRACT	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Pembatasan Masalah dan Perumusan Masalah	7
1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 <i>Body Image</i>	10
2.2 Vegetarian	18
2.3 IMT	27
2.4 WHR	29
2.5 Tingkat Konsumsi	33
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	
3.1 Kerangka Konsep	42
3.2 Hipotesis Penelitian	44
BAB IV METODE PENELITIAN	
4.1 Jenis dan Rancang Bangun Penelitian	45
4.2 Populasi Penelitian	45
4.3 Sampel, Besar Sampel, Cara Penentuan Sampel, dan Cara Pengambilan Sampel	45
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian	47
4.5 Variabel, Cara Pengukuran, dan Definisi Operasional	48
4.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	53
BAB V HASIL PENELITIAN	
5.1 Karakteristik Responden	55
5.2 Karakteristik Vegetarian	57
5.3 Tingkat Konsumsi Responden	59
5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Hasil Pengukuran	63
5.5 Karakteristik Responden Menurut Persepsi Diri Terhadap Berat Badan	66
5.6 Persepsi <i>Body Image</i>	67
5.7 Hubungan Persepsi <i>Body Image</i> dengan IMT	67
5.8 Hubungan Persepsi <i>Body Image</i> dengan WHR	68
5.9 Hubungan Persepsi <i>Body Image</i> dengan Tingkat Konsumsi	69

BAB VIPEMBAHASAN	
6.1 Karakteristik Responden	73
6.2 Karakteristik Vegetarian	75
6.3 Tingkat Konsumsi Responden	76
6.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Hasil Pengukuran	80
6.5 Persepsi Diri Terhadap Berat Badan	81
6.6 Persepsi <i>Body Image</i>	81
6.7 Hubungan Persepsi <i>Body Image</i> dengan IMT	82
6.8 Hubungan Persepsi <i>Body Image</i> dengan WHR	83
6.9 Hubungan Persepsi <i>Body Image</i> dengan Tingkat Konsumsi	83
BAB VIIKESIMPULAN DAN SARAN	
7.1 Kesimpulan	85
7.2 Saran	86
7.3 Keterbatasan Penelitian	86
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN	95



DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
2.1	Karakteristik <i>Body Image</i> yang Positif Menurut Cash (2012)	12
2.2	Jumlah Vegetarian di Beberapa Negara	18
2.3	Potensi Kekurangan Gizi pada Rata – rata Populasi Vegetarian di Negara Barat	26
2.4	Standar Indeks Massa Tubuh untuk Indonesia	28
2.5	Pembagian Resiko Kesehatan menurut BMI	28
2.6	Pembagian Resiko Kesehatan Berdasarkan WHR	31
4.1	Variabel, Cara Pengukuran, Definisi Operasional dan Skala Data	48
5.1	Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Umur Tahun 2015 – 2016	55
5.2	Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Pendidikan Terakhir Tahun 2015 – 2016	56
5.3	Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Status Kerja Tahun 2015 – 2016	56
5.4	Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Jenis Tahun 2015 – 2016	57
5.5	Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Alasan Menjadi Vegetarian Tahun 2015 – 2016	58
5.6	Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Tingkat Kecukupan Energi Tahun 2015 – 2016	59
5.7	Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Tingkat Kecukupan Asupan Energi Berdasarkan Jenis Vegetarian yang Diterapkan Tahun 2015-2016	59
5.8	Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Tingkat Kecukupan Karbohidrat Tahun 2015 – 2016	60
5.9	Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Tingkat Kecukupan Asupan Karbohidrat Berdasarkan Jenis Vegetarian yang Diterapkan Tahun 2015-2016	61
5.10	Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Tingkat Kecukupan Protein Tahun 2015-2016	61
5.11	Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Kecukupan Asupan Protein Berdasarkan Jenis Vegetarian yang Diterapkan Tahun 2015-2016	62
5.12	Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Tingkat Kecukupan Lemak Tahun 2015-2016	62
5.13	Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Kecukupan Asupan Lemak Berdasarkan Jenis Vegetarian yang Diterapkan Tahun 2015-2016	62
5.14	Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut IMT Tahun 2015 – 2016	64
5.15	Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut IMT Berdasarkan Jenis Vegetarian yang Diterapkan Tahun 2015-2016	64
5.16	Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut WHR	64

Tahun 2015 – 2016	65
5.17 Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut WHR Berdasarkan Jenis Vegetarian yang Diterapkan Tahun 2015 – 2016	65
5.18 Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Persepsi Diri Tahun 2015 – 2016	66
5.19 Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Referensi Tubuh Ideal Tahun 2015 – 2016	66
5.20 Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Berdasarkan Persepsi <i>Body Image</i> Tahun 2015 – 2016	67
5.21 Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Berdasarkan Persepsi <i>Body Image</i> Menurut IMT Tahun 2015 – 2016	67
5.22 Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Berdasarkan Persepsi <i>Body Image</i> Menurut WHR Tahun 2015 – 2016	68
5.23 Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Hubungan Persepsi <i>Body Image</i> dengan Asupan Energi Tahun 2015 – 2016	69
5.24 Distribusi Vegetarian Putri di Surabaya Menurut Hubungan Persepsi <i>Body Image</i> dengan Asupan Karbohidrat Tahun 2015 – 2016	70
5.25 Distribusi Vegetarian Putri Di Surabaya Menurut Hubungan Persepsi <i>Body Image</i> dengan Asupan Protein Tahun 2015-2016	71
5.26 Distribusi Vegetarian Putri Di Surabaya Menurut Hubungan Persepsi <i>Body Image</i> dengan Asupan Lemak Tahun 2015-2016	71

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
2.1	Bentuk Tubuh Manusia	16
2.2	Piramida Makanan Vegetarian	23
3.1	Kerangka Konsep Penelitian	42



DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran
1.	Penjelasan Sebelum Penelitian
2.	<i>Inform Consent</i>
3.	Kuesioner penelitian
4.	Form <i>Food recall</i>
5.	Leaflet
6.	Surat Ijin
7.	Sertifikat Uji Etik
8.	Hasil SPSS
9.	Dokumentasi



DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

DaftarArtiLambang

- % = persen
 ° = derajat
 / = garis miring
 (±) = kurang lebih
 ≤ = kurang dari atau sama dengan
 ≥ = lebih dari atau sama dengan
 < = lebih kecil
 > = lebih besar

DaftarSingkatan

- IVU = *Internasional Vegetarian Union*
 IVS = *Internasional Vegetarian Society*
 IMT = *Index Massa Tubuh*
 WHR = *Waist to Hip Ratio*(Rasio Lingkar Pinggang Pinggul)
 BMI = *Body Mass Index*(Indeks Massa Tubuh)
 AKG = *Angka Kecukupan Gizi*
 BB = *Berat Badan*
 TB = *Tinggi Badan*
 RDA = *Recommended Dietary Allowanced*

DaftarIstilah

- Body Image* = Citra Tubuh
Self Esteem = Harga Diri
Body Dissatisfaction = Ketidakpuasan tubuh
 Vegan = vegetarian murni yang tidak mengonsumsi semua makanan hewani
 Semi vegan = vegetarian ini biasanya mengikuti pola makan vegetarian, namun sesekali masih makan daging merah, ayam, ikan, telur, dan susu.
 Lacto vegan = vegetarian yang masih mengonsumsi susu beserta produk olahannya
 Lacto ovo vegan = vegetarian yang masih mengonsumsi susu dan telur beserta produk olahannya
 Pesco vegan = vegetarian yang menghindari mengonsumsi daging merah tetapi masih mengonsumsi ikan