

## Hubungan Teman Sebaya dan Citra Tubuh Terhadap Status Gizi Wanita Usia Subur Pranikah di MAN 1 Lampung Tengah, Kecamatan Terbanggi Besar, Kabupaten Lampung Tengah

Sutria Nirda Syati<sup>1</sup>, Dian Isti Angraini<sup>2</sup>, Asep Sukohar<sup>3</sup>, Tendry Septa<sup>4</sup>, Risti Graharti<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

<sup>2</sup>Bagian Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

<sup>3</sup>Bagian Farmakologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

<sup>4</sup>Bagian Psikiatri, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

<sup>5</sup>Bagian Patologi Klinik, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

### Abstrak

Prevalensi kegemukan dan kurus pada wanita usia subur (WUS) dengan rentang usia 16-18 tahun mengalami kenaikan dari 1,4% menjadi 7,3% pada kegemukan dan 8,9% menjadi 9,4% pada kurus dalam Riskesdas 2013. Hal ini terjadi karena terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi status gizi seperti citra tubuh dan teman sebaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan teman sebaya terhadap status gizi dan hubungan citra tubuh terhadap status gizi. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah analitik dengan pendekatan *cross sectional*, dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Responden berjumlah 115 responden yang didapatkan dengan rumus analitik komparatif kategorik tidak berpasangan. Pada penelitian ini terdapat 3 variabel yaitu citra tubuh, teman sebaya, dan status gizi. Variabel citra tubuh diukur dengan *Body Shape Questionnaire-34*, variabel teman sebaya diukur dengan *Peer Influence Scale*, dan variabel status gizi diukur dengan indeks masa tubuh. Data yang terkumpul dianalisis secara univariat dan bivariat dengan *Chi Square* dan *Fisher Exact*. Hasil uji univariat didapatkan gambaran status gizi sebanyak 64.3% bergizi normal, 22.6% bergizi lebih dan 13.1% bergizi kurang. Pada gambaran citra tubuh, didapatkan 73.9% puas dan 26.1% tidak puas. Pada gambaran teman sebaya didapatkan 89.4% tidak berpengaruh dan 10.4% berpengaruh. Berdasarkan analisis bivariat, terdapat hubungan antara citra tubuh dan status gizi ( $p = 0.001$ ) dan tidak terdapat hubungan antara teman sebaya dan status gizi ( $p = 0.517$ ). Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Terdapat hubungan bermakna antara citra tubuh terhadap status gizi wanita usia subur pranikah, sedangkan tidak terdapat hubungan bermakna antara teman sebaya terhadap status gizi.

**Kata kunci:** Citra tubuh, Status gizi, Teman sebaya

## The Relationship of Peer Influence and Body Image to Nutritional Status of Premarital Reproductive Age Women at MAN 1 Central Lampung, Terbanggi Besar, Lampung Tengah

### Abstract

The prevalence of overweight and emaciation on reproductive age women 16-18 years was 1.4% rise to 7.3%. and 8.9% rise to 9.4% respectively according to Riskesdas 2013. Nutritional status issues could be affected by body image and peer influence. The objective of this study was to determine the relationship of peer influence to the nutritional status and the relationship of body image to nutritional status. This study was a cross sectional study with purposive sampling. The total of respondents were 115 students that obtained by unpaired categorical comparative analytic formula. The variables were body image, peer influence, and nutritional status. Body image was measured by Body Shape Questionnaire, peers influence was measured by Peer Influence Scale and nutritional status was obtained from body mass index. The data were analyzed in univariate and bivariate by using Chi Square and Fisher Exact. Based on univariate analysis, the results were 64.3% of respondents with normal nutritious, 22.6% with over nutritious and 13.1% with less nutritious. On body image analysis found 73.9% of respondents feeling satisfied and 26.1% unsatisfied. On peers influence analysis found 89.4% of respondents were not influenced and 10.4% of respondents were influenced. Based on bivariate analysis, there was relationship between body image and nutritional status ( $p = 0.001$ ), while there wasn't relationship between peer influence and nutritional status ( $p = 0.517$ ). The conclusion of the study was a significant relationship between body image on the nutritional status of women of pre-nuptial childbearing women, whereas there was no significant relationship between peers on the nutritional status.

**Keywords:** Body image, Nutritional status, Peers influence

**Korespondensi:** Sutria Nirda Syati, alamat Jl. Prof Soemantri Brojonegoro No.1 Rajabasa Bandar Lampung, HP: 081377788384, e-mail: sutrianirdasyati@gmail.com.

## Pendahuluan

Kesehatan wanita usia subur (WUS) pranikah merupakan gerbang awal peningkatan mutu kesehatan reproduktif masyarakat diawali dengan memiliki status gizi yang baik. Wanita usia subur (WUS) didefinisikan oleh Kementerian Kesehatan RI sebagai wanita yang berada dalam periode umur antara 15-49 tahun dengan jumlah sebanyak 66.326.200 jiwa pada tahun 2010. Kualitas generasi penerus akan ditentukan oleh kondisi kesehatan ibunya sejak sebelum dan selama hamil karena akan berkaitan erat dengan kualitas kehamilan dan bayi yang dilahirkan.<sup>1</sup> Indeks massa tubuh (IMT) wanita pranikah yang tergolong sangat kurus/*severely underweight* ( $\leq 18,5 \text{ kg/m}^2$ ) akan berdampak buruk pada pertumbuhan janin dan berisiko untuk melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) dua kali lebih besar dibandingkan dengan wanita yang memiliki IMT normal ( $19,8 \leq \text{IMT} < 23 \text{ kg/m}^2$ ).<sup>2</sup> Namun, kelebihan berat badan dan obesitas pada WUS pranikah juga memberikan efek negatif yaitu penambahan berat badan secara signifikan pada kehamilan pertama dan hal ini berkaitan erat dengan diabetes melitus gestasional, hipertensi, dan makrosomia.<sup>3</sup>

Wanita usia subur pranikah terbagi menjadi dua kategori yaitu usia remaja dan usia dewasa. Pada usia remaja, mereka sangat memperhatikan bentuk dan ukuran tubuh dikarenakan adanya penilaian terhadap citra tubuh yang memengaruhi wanita untuk memperlakukan dirinya sebagai objek yang diamati dan dievaluasi.<sup>4</sup> Usia remaja juga sangat rentan dipengaruhi oleh lingkungan sekitar. Dalam suatu penelitian kohort dengan sampel remaja putri didapatkan bahwa terjadi perubahan fokus dari keluarga atau orangtua ke teman sebaya terhadap pemilihan makanan.<sup>5</sup> Indonesia saat ini mengalami beban gizi ganda. Hal tersebut ditunjukkan dengan peningkatan prevalensi kekurusan dan kegemukan yang terjadi secara bersamaan. Prevalensi kekurusan pada WUS kategori remaja mengalami kenaikan dari 8,9% menjadi 9,4%, dan prevalensi kegemukan juga mengalami kenaikan dari 1,4% menjadi 7,3%. Di provinsi Lampung, prevalensi status gizi kurang yang cukup tinggi sebesar 6,4% dan angka KEK terbesar terdapat di Kabupaten Lampung Tengah yaitu 22,6%.<sup>6</sup> Permasalahan gizi, khususnya pada remaja, merupakan hal

yang sangat kompleks dikarenakan banyaknya faktor yang memengaruhi kondisi gizi, diantara faktor tersebut adalah teman sebaya dan citra tubuh.

## Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 1 Lampung Tengah yang dilaksanakan pada bulan Oktober sampai November 2016. Jumlah sampel yang akan diambil untuk penelitian analitik komparatif kategorik tidak berpasangan dan didapatkan hasil 115 orang dengan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu sudah menstruasi, belum menikah, bersedia menjadi responden penelitian, dapat membaca dan menulis, dan mampu berkomunikasi dengan lancar, sedangkan untuk kriteria eksklusi adalah hamil dan mempunyai penyakit kronis.

Pengumpulan data akan dilakukan dengan media kuesioner dan pengukuran langsung. Instrumen penelitian ini adalah daftar pertanyaan dalam kuesioner dan alat pengukuran indeks masa tubuh. Instrumen untuk teman sebaya menggunakan kuesioner *Peer Influence Scale* (PIS) yang berfungsi untuk menilai pengaruh teman sebaya dalam perilaku makan dan manajemen berat badan. PIS memiliki 12 item dengan rentang skala 1 (tidak pernah) sampai 5 (sangat sering) pertanyaan dengan uji reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0,81 dan validitas dengan *Product Moment* yang mempunyai nilai  $r > 0,3601$ . Hasil interpretasi jawaban menjadi 2 kategori yaitu berpengaruh dengan rentang skor 39-60 atau tidak berpengaruh dengan rentang skor 12-38.<sup>7</sup> Instrumen untuk citra tubuh menggunakan kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ) yang berisi 34 pertanyaan berfungsi untuk menilai pendapat seseorang terhadap tubuhnya dengan rentang skala 1 (tidak pernah) sampai 6 (selalu). BSQ telah diujicoba di lapangan dengan melakukan uji reliabilitas dengan *Alpha Cronbach* sebesar 0,970. Hasil diinterpretasikan dalam 2 kategori yaitu puas terhadap bentuk tubuh dengan rentang skor total 34-93 dan tidak puas terhadap bentuk tubuh dengan rentang skor total 94-204.<sup>8</sup>

**Hasil**

Pengambilan data primer status gizi responden dengan rentang usia 15-18 tahun diukur berdasarkan IMT/U. Citra tubuh diukur melalui kuesioner BSQ-34 dengan hasil yang

dikategorikan ke dalam dua kategori yaitu puas dan tidak puas, sedangkan teman sebaya dikategorikan ke dalam dua kategori yaitu berpengaruh dan tidak berpengaruh.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian**

Variabel	Frekuensi n (%)
<b>Status Gizi</b>	
Gizi kurang	15 (13.1)
Normal	74 (64.3)
Gizi lebih	26 (22.6)
<b>Citra Tubuh</b>	
Puas	85 (73.9)
Tidak puas	30 (26.1)
<b>Teman Sebaya</b>	
Tidak berpengaruh	103 (89.6)
Berpengaruh	12 (10.4)

Setelah diketahui distribusi masing-masing variable, dilakukan analisis bivariat untuk mengetahui adanya hubungan citra tubuh terhadap status gizi WUS pranikah, maka digunakan uji komparatif kategorik tidak berpasangan yaitu *Chi Square*. Hasil tabulasi silang hubungan citra tubuh dengan status gizi menunjukkan nilai *p value* <0.01 (CI 95%=6-56.6). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis 1 ( $H_1$ ) diterima, yaitu terdapat hubungan citra tubuh terhadap status gizi wanita usia subur pranikah di MAN 1 Lampung Tengah.

Pada hubungan teman sebaya terhadap status Gizi WUS pranikah dikarenakan pesebaran data tidak normal digunakan uji komparatif kategorik tidak berpasangan yaitu *Fisher Exact*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *p value* >0.05 (CI 95%=0.15-1.97) yang berarti hipotesis nol ( $H_0$ ) diterima, yakni tidak terdapat hubungan teman sebaya terhadap status gizi wanita usia subur pranikah di MAN 1 Lampung Tengah. Hasil analisis bivariat citra tubuh dan teman sebaya terhadap status gizi pada WUS pranikah di MAN 1 Lampung Tengah dapat dilihat pada Tabel 2.

**Tabel 2. Hubungan Citra Tubuh dan Teman Sebaya Terhadap Status Gizi**

Variabel	Status Gizi		Total	<i>p value</i>
	Lebih (%)	Normal-Kurang (%)		
<b>Citra Tubuh</b>				
Tidak Puas	19 (63.3%)	11 (36.7%)	30 (100%)	0.000* a
Puas	7 (8.2%)	78 (91.8%)	85 (100%)	
<b>Teman Sebaya</b>				
Berpengaruh	4 (28.6%)	10 (71.4%)	103 (100%)	0.517 <sup>b</sup>
Tidak Berpengaruh	22 (21.8%)	79 (78.2%)	12 (100%)	

Keterangan: <sup>a</sup> = uji *chi square*

<sup>b</sup> = uji *fisher exact*

\* =  $p < 0.05$  (signifikan)

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan status gizi kurang sebesar 13.1%, gizi normal 64.3% dan gizi lebih 22.6%. Hasil penelitian ini diambil dengan menggunakan pengukuran IMT/U yang diselaraskan dengan bagan dari CDC. Hasil tersebut mempunyai presentase yang berbeda dengan RISKESDAS 2013, Provinsi Lampung memiliki presentase gizi kurang untuk remaja pada umumnya dengan rentang usia 16-18 sebesar 6.4%, gizi normal 92.8% dan gizi lebih 0.8%. Pada distribusi citra tubuh, responden menyatakan puas terhadap bentuk tubuhnya sebesar 73.9% dan yang menyatakan tidak puas sebesar 26.1%. Apabila dibandingkan tentang status gizi mereka, responden yang memiliki status gizi normal sebesar 64.3%, hal ini menunjukkan 9.6% responden yang berstatus gizi normal menyatakan tidak puas terhadap tubuh mereka. Citra tubuh diukur berdasarkan kuesioner BSQ-34 dengan 34 pertanyaan dengan total skor minimal 34 dan maksimal 204. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa skor minimal 37 dan skor maksimal 167.

Hasil jawaban responden mengenai citra tubuh didapatkan rerata paling tinggi yaitu pertanyaan nomor 4, dimana 24.3% responden menjawab sering, 20% responden menjawab sangat sering, 5.2% responden menjawab selalu. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian responden sering membandingkan bentuk tubuh mereka dengan bentuk tubuh orang lain dan memberikan pandangan negatif terhadap bentuk tubuh mereka. Pertanyaan rerata paling tinggi kedua adalah pertanyaan nomor 2, dimana terdapat 14.8% responden yang menjawab sering, 13% responden menjawab sangat sering, dan 15.7% responden menjawab selalu. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian responden sering merasa takut apabila tubuh mereka menjadi gemuk atau lebih gemuk, dan dapat disimpulkan bahwa citra tubuh gemuk adalah pandangan negatif dan jauh dari bentuk badan yang ideal. Pertanyaan rerata tertinggi ketiga adalah pertanyaan nomor 34, dimana terdapat 14.8% responden menjawab sering, 7% responden menjawab sangat sering dan 12.2% responden menjawab selalu. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian responden sering merasakan kekhawatiran terhadap bentuk tubuh menjadi gemuk atau lebih gemuk sehingga melakukan olahraga.

Selain rerata pertanyaan paling tinggi, didapatkan pula pertanyaan dengan rerata paling rendah. Pertanyaan rerata paling rendah pertama yaitu pertanyaan nomor 8, dimana terdapat 83.5% responden tidak pernah merasa bentuk tubuh mereka menghalangi mereka untuk bergaul atau bersosialisasi. Pertanyaan rerata paling rendah kedua yaitu pertanyaan nomor 20, dimana terdapat 65.2% responden tidak pernah merasa sedih akan bentuk tubuhnya sehingga membuat mereka menangis atau bermurung diri. Pertanyaan dengan rerata paling rendah ketiga adalah nomor 21, dimana terdapat 59% responden menjawab tidak pernah menghindari melakukan lari karena takut ototnya bergoyang atau kelihatan kendur. Hal ini memberikan gambaran bahwa sebagian besar responden merasa puas dengan tubuh mereka sehingga tidak menghambat mereka untuk bersosialisasi dan berolahraga.

Pada distribusi teman sebaya, didapatkan bahwa sebanyak 103 responden memberikan hasil tidak berpengaruh sedangkan 12 responden yang berpengaruh. Total skor terendah adalah 15 dan skor tertinggi 50 dengan rentang nilai 12-60. Hasil jawaban responden terhadap PIS didapatkan pertanyaan dengan rerata tertinggi adalah pertanyaan nomor 7, dimana terdapat 27.8% responden menjawab sering dan 16.5% responden menjawab sangat sering. Hal ini berarti sebagian responden merasa bahwa teman sebaya mereka sering mengomentari bentuk tubuh mereka dilihat dari lengan mereka. Rerata tertinggi kedua adalah pertanyaan nomor 2, dimana terdapat 33.9% responden menjawab sering dan 9.6% responden menjawab sangat sering. Hal ini dapat diartikan bahwa sebagian besar responden mendapat komentar dari teman sebaya mengenai porsi makan yang terlalu sedikit atau terlalu banyak. Rerata tertinggi ketiga adalah pertanyaan nomor 4, dimana terdapat 22.6% responden menjawab sering dan 10.4% responden menjawab sangat sering. Hal ini memberikan gambaran bahwa teman sebaya bagi sebagian besar responden sering menanyakan berat badan mereka.

Pada hasil penelitian analisis bivariat, didapatkan signifikansi antara citra tubuh dengan status gizi WUS, dimana ini sesuai dengan teori yang mengatakan salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi adalah

faktor individu yaitu citra tubuh.<sup>9</sup> Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian hubungan antara citra tubuh terhadap perilaku diet penurunan berat badan pada remaja putri di 4 SMA terpilih di kota Depok. Dalam penelitian ini ditemukan *p value* <0.01 yang berarti terdapat hubungan bermakna antara citra tubuh terhadap perilaku diet penurunan berat badan.<sup>10</sup> Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian di SMA Theresiana Semarang, yang mendapatkan hasil terdapat hubungan antara citra tubuh dengan status gizi pada remaja putri (*p value* = 0.001). Dalam penelitian ini disimpulkan semakin tinggi ketidakpuasan citra tubuh terhadap remaja putri maka status gizi akan mengarah ke status gizi lebih. Ketidakpuasan citra tubuh tersebut dikarenakan ketidaksesuaian bentuk tubuh saat ini dengan bentuk tubuh yang diinginkan.<sup>11</sup>

Pada analisis hubungan teman sebaya terhadap status gizi WUS menunjukkan tidak terdapat hubungan antara teman sebaya dan status gizi. Hasil ini tidak sesuai dengan teori salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi, yaitu teman sebaya.<sup>12</sup> Teman sebaya memiliki andil dalam memperkuat terbentuknya perilaku gizi yang tergambar pada teori *precede-proceed*, pada suatu penelitian, sebanyak 63% remaja putri yang dinilai gemuk oleh teman sebayanya akan menganggap bentuk tubuhnya tidak ideal dan berupaya untuk melakukan diet.<sup>13</sup> Selain itu, teman sebaya juga memberikan tekanan pada WUS untuk menyesuaikan diri dengan standar bentuk tubuh ideal agar dapat diterima di lingkungan sosialnya, sehingga responden yang dipengaruhi oleh teman sebaya memiliki kecenderungan berstatus gizi lebih.<sup>7</sup>

Namun, penelitian ini sejalan dengan penelitian hubungan antara teman sebaya dan perilaku gizi dengan *p value*=0.27 dimana seharusnya  $p < 0.05$ . Hal ini menggambarkan bahwa teman sebaya tidak memberikan pengaruh positif atau negatif secara bermakna pada siswi terkait perilaku gizi meskipun sebesar 63.22% dari responden menjawab teman sebaya berperan baik dalam penerapan gizi seimbang. Selain itu, faktor lingkungan yang paling berperan dalam status gizi adalah orang tua. Karena orang tua mempunyai fungsi untuk memenuhi kebutuhan anggota keluarga termasuk dalam penyediaan makanan bergizi, air bersih dan membentuk pola makan.<sup>14</sup>

Keterbatasan pada penelitian ini adalah ini hanya melibatkan WUS pranikah dengan rentang usia remaja, hanya mengidentifikasi hubungan faktor yang mempengaruhi suatu kejadian namun tidak menggambarkan kausalitas atau sebab-akibat, Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *non probability* karena menyesuaikan dengan kegiatan belajar-mengajar siswi di sekolah dan Adanya kemungkinan bias terhadap gangguan makan, distorsi citra tubuh atau kelainan lain yang berhubungan dengan psikis seseorang karena tidak dilakukannya *skrining* kesehatan jiwa oleh peneliti.

### Simpulan

Kesimpulan yang diperoleh adalah terdapat hubungan citra tubuh terhadap status gizi WUS pranikah, namun tidak terdapat hubungan teman sebaya terhadap status gizi WUS pranikah di MAN 1 Lampung Tengah.

### Daftar Pustaka

1. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. Batasan dan Pengertian MDK [internet]. Jakarta: BKKBN; 2011 [disitasi tanggal 10 November 2018]. Tersedia dari: <http://aplikasi.bkkbn.go.id/mdk/BatasanMDK.aspx>
2. Kristensen J, Vestergaard M, Wisborg K, Kesmodel U, Secher NJ. Pre-pregnancy weight and the risk of stillbirth and neonatal death. *Int J Obstet Gynecol*. 2005; 112: 403-8
3. Erica G. Childbearing and Obesity in Women: Weight Before, During and After Pregnancy. *Obstet Gynecol Clin North Am*. 2009; 36(2): 317-22
4. Prichard I, Tiggemann M. An examination of pre-wedding body image concerns in brides and bridesmaids. *PubMed Body Image*. 2008; 5:395-8.
5. Edelman CL, Mandle CL. Health Promotion Throughout the Life Span Ed. VII. Missouri: Elsevier Mosby; 2010.
6. Riskesdas. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Departemen kesehatan RI; 2013.
7. Sira N. Body Image: Relationship to Attachment, Body Mass Index, Dietary Practices among College Student. [Disertasi]. Virginia: Philosophy Dept of

- Virginia Polytechnic Institute and State University; 2003.
8. Hastuti J. Anthropometry and Body Composition of Indonesian Adults: An Evaluation of Image, Eating Behavior, and Physical Activity. [Tesis]. Queensland: Philosophy Dept of Queensland University; 2013.
  9. Brown JE. Nutrition Through Life Cycle. USA: Thomson Wadsworth; 2005.
  10. Kurnianingsih Y. Hubungan Faktor Individu dan Lingkungan terhadap Diet Penurunan Berat Badan pada Remaja Putri di 4 SMA Terpilih di Depok. [Skripsi]. Jakarta: Universitas Indonesia; 2009.
  11. Widianti N. Hubungan antara Body Image dan Perilaku Makan dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Theresiana Semarang. [Skripsi]. Semarang: Universitas Diponegoro; 2012.
  12. Choi ES, Shin NR, Jung EI, Park HR, Lee HM, Song K. A study on nutrition knowledge and dietary behavior of children in Seoul. The Korean Nutrition Society and Korean Society of Community Nutrition: Nutrition Research and Practice. 2008; 2(4): 308-16
  13. Cunha M. The role of individual temperament, family and peers in social anxiety disorder: A controlled study. International Journal of Clinical and Health Psychology. 2008;8(3): 631-55
  14. Saifah A. Hubungan Peran Keluarga, Guru, Teman Sebaya dan Media Massa dengan Perilaku Gizi Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Mabelopura Kota Palu. [Tesis]. Jakarta: Universitas Indonesia; 2011.