

Hubungan antara citra tubuh dan motivasi untuk menurunkan berat badan pada mahasiswi dengan status gizi normal dan berlebih = Correlation between body image and motivation to lose weight on the undergraduate female student with normal and excess nutritional status

Halimatul Nurhikmah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20388166&lokasi=lokal>

Abstrak

Wanita usia remaja dan dewasa awal merupakan populasi yang rentan menghadapi masalah terkait citra tubuh dan status gizi. Wanita menginginkan tubuh ideal kurus yang saat ini menjadi tren, di sisi lain kemajuan teknologi membuat orang malas bergerak sehingga dapat menyebabkan kegemukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara citra tubuh dan motivasi untuk menurunkan berat badan pada mahasiswi dengan status gizi normal dan berlebih. Penelitian ini bersifat deskriptif korelasional. Total sampel berjumlah 204, dengan rincian sebanyak 106 mahasiswi dengan status gizi normal dan 98 mahasiswi dengan status gizi lebih menjadi responden dalam penelitian ini. Para responden diminta untuk mengisi kuesioner yang terdiri dari tiga bagian yaitu data demografi, Body Shape Questionnaire (BSQ) dan the Motivation for Weight Lose Scale (MWLS).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan citra tubuh pada mahasiswi dengan status gizi normal dan berlebih ($p < .001$), namun tingkat motivasi untuk menurunkan berat badan tidak menunjukkan adanya perbedaan ($p = .068$). Analisis bivariat antara citra tubuh dan tingkat motivasi untuk menurunkan berat badan menunjukkan adanya hubungan bermakna ($p < .001$). Mahasiswi dengan status gizi normal memiliki citra tubuh yang lebih positif dibandingkan dengan mahasiswi dengan status gizi berlebih, namun pada tingkat motivasi untuk menurunkan berat badan tidak didapatkan perbedaan yang bermakna. Wanita usia remaja dan dewasa awal perlu mendapatkan pemahaman tentang pentingnya menjaga tubuh dalam kondisi normal, serta bahaya yang dapat ditimbulkan dari berat badan yang kurang atau lebih dari batas normal.

.....

Female adolescence and early adulthood are vulnerable populations that face problems related to body image and nutritional status. Women want a thin ideal body that is currently the trend, on the other hand technological advances that make people lazy to move can lead to obesity. This study aims to investigate the relationship between body image and the motivation to lose weight on female college students with normal and excess nutritional status. This study is a cross-sectional quantitative methods. A total of 204 samples with specification 106 female students with normal nutritional status and 98 female students with excess nutritional status were respondents in this study. The respondents were asked to complete a questionnaire consisting of three parts: demographic data, Body Shape Questionnaire (BSQ) and the Motivation for Weight Lose Scale (MWLS).

The results showed that there are differences in body image on female students with normal nutritional status and excess ($p < .001$), but the level of motivation to lose weight showed no difference ($p=.068$). Bivariate analysis between body image and level of motivation to lose weight showed a significant relationship ($p < .001$). Female college students with normal nutritional status have more positive body image than female college students with excess nutritional status, but there is not significant different in level

of motivation to lose weight. Female adolescence and early adulthood need to gain an understanding of the importance of keeping the body under normal conditions, as well as the dangers that may result from weight less or more than the normal range.