

## Hubungan antara status gizi dengan citra tubuh dan faktor lain pada pengguna pusat kebugaran di pusat kebugaran terpilih di Jakarta tahun 2015 = Association between nutritional status and body image also the other factors to gymers in some gymnasium in Jakarta 2015

Denita Selvia Sinta, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20411489&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Citra tubuh merupakan suatu konsep yang berhubungan dengan penampilan fisik, yaitu ukuran, bentuk tubuh, dan berat badan yang menggambarkan seseorang mengenai bentuk dan ukuran tubuhnya sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang berhubungan antara status gizi dengan citra tubuh dan faktor lain pada pengguna pusat kebugaran. Penelitian ini dilakukan pada bulan April 2015 dengan menggunakan desain cross-sectional dan jumlah sampel sebanyak 143 responden.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 74,1% responden laki-laki dan perempuan mengalami ketidakpuasan citra tubuh. Beberapa variabel yang memiliki hubungan bermakna dengan citra tubuh adalah status gizi ( $p$ -value = 0,001), pola makan berdasarkan frekuensi minuman berenergi dan minuman isotonik ( $p$ -value = 0,003), pengaruh teman sebaya ( $p$ -value = 0,001), dan pengaruh lawan jenis ( $p$ -value = 0,009) dengan citra tubuh.

Disarankan kepada pusat kebugaran untuk melakukan kerja sama dengan universitas-universitas yang memiliki program studi gizi dalam mempromosikan dan meningkatkan pengetahuan tentang pola konsumsi, aktivitas fisik dan citra tubuh yang baik bagi pengguna pusat kebugaran melalui upaya komunikasi, informasi dan edukasi.

<hr>

Body image is a concept related to the body appearance, including size, body shape and weight which describe someone based on their shape and weight. This study aims to show factors that have significance associated between nutritional status, body image, and other factors within the gym community. This cross-sectional study was conducted on April 2015 with a total of 143 respondents.

The result showed that 74,1 % men and women respondents were unsatisfied with their body image. Variables that showed a significantly associated with body image are nutritional status ( $p$ -value = 0,001), model of meal based on energy and isotonic drink frequencies ( $p$ -value = 0,003), impact by peer group ( $p$ -value = 0,001), and their body image perception based on their opposite gender counterparts ( $p$ -value = 0,009).

The results of this study has come to a few suggestions where gyms should work together with universities with major in nutrition to promote and increase knowledge about eating habits, physical activities and the right body image the gymers through the efforts of communication, information, and education.