

**SKRIPSI**

**PENGARUH EDUKASI MEDIA VIDEO AUDIO VISUAL  
TERHADAP PENINGKATAN CITRA TUBUH  
DAN HARGA DIRI REMAJA PEREMPUAN  
OBESITAS DI SMA KOTA BENGKULU  
TAHUN 2019**



**Disusun Oleh:**

**ARI CAHYA RAMADHAN  
NIM: P05120315004**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU  
PROGRAM STUDI DIV KEPERAWATAN  
JURUSAN KEPERAWATAN  
2019**

**HALAMAN JUDUL**

**PENGARUH EDUKASI MEDIA VIDEO AUDIO VISUAL TERHADAP  
PENINGKATAN CITRA TUBUH DAN HARGA  
DIRI REMAJA PEREMPUAN OBESITAS  
DI SMA KOTA BENGKULU  
TAHUN 2019**

**Skripsi ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat  
Untuk Mendapatkan Gelar DIV Keperawatan**

**Disusun Oleh:**

**ARI CAHYA RAMADHAN  
NIM: P05120315004**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU  
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM STUDI  
DIV KEPERAWATAN  
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Dengan Judul:  
**PENGARUH EDUKASI MEDIA VIDEO AUDIO VISUAL TERHADAP  
PENINGKATAN CITRA TUBUH DAN HARGA DIRI  
PADA REMAJA PEREMPUAN OBESITAS  
DI SMA KOTA BENGKULU  
TAHUN 2019**

Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh:

**ARI CAHYA RAMADHAN  
NIM P05120315004**

Skripsi Ini Telah Diperiksa dan Disetujui  
Untuk Dipresentasikan Dihadapan Tim Penguji  
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu  
Jurusan Keperawatan  
Program Studi Diploma IV

Pada Tanggal 09 Mei 2019

Oleh:

Dosen Pembimbing Skripsi

Pembimbing I

  
Asmawati, S.Kp. M.Kep  
NIP. 197502022001122002

Pembimbing II

  
DR. drg. Daisy Novira, MARS  
NIP. 196211221989032001

**HALAMAN PENGESAHAN**

**PENGARUH EDUKASI MEDIA VIDEO AUDIO VISUAL TERHADAP  
PENINGKATAN CITRA TUBUH DAN HARGA DIRI  
PADA REMAJA PEREMPUAN OBESITAS  
DI SMA KOTA BENGKULU  
TAHUN 2019**

Dipersiapkan Dan Dipresentasikan Oleh

**ARI CAHYA RAMADHAN**  
**NIM. P0 5120315004**

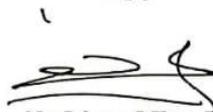
Skripsi Ini Telah Diperiksa dan Disetujui Tim Penguji Seminar Skripsi  
Program Studi DIV Keperawatan Jurusan Keperawatan  
Poltekkes Kemenkes Bengkulu  
Pada Tanggal 13 Mei 2019 Dan Dinyatakan  
**LULUS**

Ketua (Penguji I)



Ns. Husni, S.Kep., M.Pd  
NIP. 197412061997032001

Penguji II



Ns. Sahran, S.Kep., M.Kep  
NIP. 197713092002121002

Penguji III



Asmawati, S.Kp, M.Kep  
NIP. 197502022001122002

Penguji IV



DR.drg. Daisy Novira, MARS  
NIP. 196211221989032001

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Diploma IV Keperawatan



Ns. Septiyanti, S.Kep, M.Pd  
NIP. 197409161997032001

**PENGARUH EDUKASI MEDIA VIDEO AUDIO VISUAL TERHADAP  
PENINGKATAN CITRA TUBUH DAN HARGA DIRI REMAJA  
PEREMPUAN OBESITAS DI SMA KOTA BENGKULU**

**TAHUN 2019**

**\*Ari Cahya Ramadhan, \*Asmawati, \*Daisy Novira**

\*Prodi DIV Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Email: [arhycahya9@gmail.com](mailto:arhycahya9@gmail.com)

---

**ABSTRAK**

Masalah obesitas di berbagai dunia terus meningkat dengan cepat. Prevalensi obesitas meningkat 8,4% pada anak usia 2-5 tahun, 17,7% pada anak usia 6-11 tahun, dan prevalensi tertinggi terjadi pada anak usia 12-19 tahun sebanyak 20,5%. Dampak yang timbul pada remaja dengan obesitas akan menimbulkan gangguan psikologis remaja antara lain masalah konsep diri, seperti gangguan citra tubuh dan harga diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi media video audio visual terhadap peningkatan citra tubuh dan harga diri remaja perempuan obesitas di SMA Kota Bengkulu tahun 2019.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimental dengan pendekatan quasi eksperimental. Dengan rancangan *pretest and posttest with control group design*. Sampel penelitian adalah remaja perempuan di SMA yang tergolong obesitas. Penentuan sekolah yang akan dipilih dilakukan secara random sampling dan penentuan kelompok intervensi kontrol dilakukan dengan random sampling serta pengambilan sampel dilakukan secara *total sampling* dan didapatkan jumlah sampel 40 orang. Uji yang digunakan yaitu *Independent samples T test* dan uji T Paired

Hasil menunjukkan rata-rata citra tubuh pada kelompok intervensi sebelum intervensi rerata citra tubuh sebesar 149.2 (5.105) dan setelah intervensi nilai rerata citra tubuh sebesar 177.2 (4.959). sedangkan pada kelompok kontrol sebelum intervensi nilai rerata citra tubuh sebesar 149.3 (5.284), setelah intervensi nilai rerata sebesar 174 (4.460). Hasil uji statistik menggunakan *t-independent* didapatkan nilai P Value 0,033 ( $p \leq \alpha = 0,05$ ) sehingga dapat diartikan bahwa intervensi media video dapat meningkatkan nilai rata-rata citra tubuh pada remaja perempuan obesitas di SMA Kota Bengkulu.

Hasil menunjukkan rata-rata harga diri pada kelompok intervensi sebelum intervensi rerata harga diri sebesar 86.8 (4.259) dan setelah intervensi nilai rerata harga diri sebesar 116.7 (6.959). sedangkan pada kelompok kontrol sebelum intervensi nilai rerata harga diri sebesar 85.4 (4.968), setelah intervensi nilai rerata sebesar 111.8 (3.117). Hasil uji statistik menggunakan *t-independent* didapatkan nilai P Value 0,604 ( $p \leq \alpha = 0,05$ ) sehingga dapat diartikan bahwa intervensi media video tidak dapat meningkatkan nilai rata-rata harga diri pada remaja perempuan obesitas di SMA Kota Bengkulu.

**Kata kunci: Obesitas, Remaja, Edukasi, Citra Tubuh, Harga Diri**

**THE EFFECT OF EDUCATION OF VIDEO AUDIO VISUAL MEDIA ON  
IMPROVING BODY IMAGE AND SELF-SELF PRICE OF OBESITY  
WOMEN IN SMA BENGKULU CITY**

**2019**

**\* Ari Cahya Ramadhan, \* Asmawati, \* Daisy Novira**

\* Study Program DIV Nursing Poltekkes Bengkulu

E-mail: [arhycahya9@gmail.com](mailto:arhycahya9@gmail.com)

---

**ABSTRACT**

The problem of obesity in various worlds continues to increase rapidly. Obesity prevalence increased by 8.4% in children aged 2-5 years, 17.7% in children aged 6-11 years, and the highest prevalence occurred in children aged 12-19 years as much as 20.5%. Impacts that arise in adolescents with obesity will lead to psychological disorders of adolescents, among others, the problem of self-concept, such as impaired body image and self-esteem. This study aims to determine the effect of audio-visual video media education on improving body image and self-esteem of obese female adolescents in Bengkulu City High School in 2019.

The research design used in this study is experimental, quasi experimental approach. With pretest and posttest with control group design. Samples are young women in high school are classified as obese. Determination of selected schools will be carried out by random sampling and determination of the control intervention group performed with random sampling as well as sampling is done by total sampling and obtained a sample of 40 people. Test samples used are Independent T test and paired T test

The results showed an average of body image in the intervention group before the intervention mean body image at 149.2 (5105) and after the intervention body image mean value of 177.2 (4959). whereas in the control group before the intervention body image mean value of 149.3 (5284), after intervention mean value of 174 (4,460). Statistical test results obtained using t-independent value of P Value 0.033 ( $p \leq \alpha = 0.05$ ) so that it can be interpreted that the video media interventions can increase the average value of women's body image in adolescent obesity in high school Bengkulu City.

The results show the average self-esteem in the intervention group before the intervention average self-esteem of 86.8 (4,259) and after the intervention the average value of self-esteem was 116.7 (6,959). whereas in the control group before intervention the average value of self-esteem was 85.4 (4.968), after the intervention the mean value was 111.8 (3.117). The results of the statistical test using t-independent obtained the value of P Value 0.604 ( $p \leq \alpha = 0.05$ ) so that it

can be interpreted that the intervention of video media cannot increase the average value of self-esteem in obese adolescent girls in Bengkulu City High School.

**Keywords: Obesity, Adolescence, Education, Body Image, Self-Esteem**

## **KATA PENGANTAR**

Puji Syukur penulis panjatkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas nikmat sehat, ilmu dan rahmat serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Edukasi Media Video Audio Visual Terhadap Peningkatan Citra Tubuh dan Harga Diri Remaja Perempuan Obesitas di SMA Kota Bengkulu”

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak skripsi ini tidak dapat diselesaikan. Penulis banyak mendapatkan bantuan baik berupa informasi, data, atau pun dalam bentuk lainnya. Untuk itu, ucapan banyak terima kasih diucapkan kepada:

1. Bapak Darwis, S.Kp, M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Bengkulu.
2. Bapak Dahrizal, S.Kp, M.PH, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu
3. Ibu Ns. Septiyanti, S.Kep, M.Kep, selaku Ketua Prodi Diploma IV Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
4. Ibu Asmawati, S.Kp, M.Kep selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu DR. drg. Daisy Novira, MARS selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh tenaga pendidik dan kependidikan jurusan keperawatan yang telah sabar mendidik dan membimbing saya selama 4 tahun ini.
7. Kepala sekolah SMA 2, SMA 5, SMA 6, dan SMA 7 Kota Bengkulu beserta staf yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
8. Siswi SMA 2, SMA 5, SMA 6, dan SMA 7 Kota Bengkulu yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.
9. Kepada Ibu, Bapak, Kakak, Adik, dan seluruh keluarga saya yang telah mendoakan, mendukung dan memberi semangat baik moril maupun material.

10. Terima kasih untuk seluruh teman-teman DIV Keperawatan angkatan 3 yang telah banyak membantu saya sampai hari ini.
11. Terima kasih kepada kakak pembimbing (Windi Tafriani dan Raditio Bismo Prabowo) serta adik bimbingan (Okta Fitri yani, Ade Rosita, dan Meilita Khairunisa) yang telah mendoakan, membantu dan memberi semangat selama 4 tahun ini.
12. Terima kasih untuk sahabat dan squad seperjuangan Dimas Catur Nugroho, Dimas Dewa Darma, Rizki Agung Prasetyo, Fatih Hibatullah, Dea Murti Ariani, Wita Diantara, Debbi Ernest L.G, Ika Sari Khasanah, Puja Tri Kartika yang telah mendoakan dan memberi dukungan serta semangat. Terkhusus untuk Vera Agustin yang selalu ada membantu, memberi dukungan, semangat dan doa serta orang yang selalu menemani saya dalam suka maupun duka.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak terdapat kekeliruan dan kekhilafan baik dari segi penulisan maupun penyusunan dan metodologi, oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan bimbingan dari berbagai pihak agar penulis dapat berkarya lebih baik dan optimal lagi di masa yang akan datang.

Bengkulu, Mei 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR BAGAN .....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN TEORI .....	9
A. Obesitas Pada Remaja .....	9
1.Pengertian Obesitas dan Remaja .....	9
2.Penyebab Remaja Mengalami Obesitas .....	9
3.Dampak Obesitas Pada Remaja.....	10
B. Citra Tubuh.....	10
1.Pengertian Citra Tubuh.....	10
2.Komponen Citra Tubuh.....	11
3.Perkembangan Citra Tubuh Positif.....	11
4.Penyebab Gangguan Citra Tubuh.....	11
5.Komponen Citra Tubuh.....	12
C. Harga Diri .....	13
1.Pengertian Harga Diri .....	13
2.Faktor-faktor Harga Diri.....	13
3.Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Harga Diri.....	14
4.Aspek-aspek Harga Diri .....	15

5.Lingkungan Perkembangan Harga Diri .....	15
D. Konsep Diri Remaja Obesitas.....	16
1. Pengertian.....	16
2. Konsep-konsep Pokok Teori Rogers.....	16
E. Pengaruh Media Video .....	167
F. Kerangka Teori .....	21
<b>BAB III KERANGKA KONSEP, VARIABEL PENELITIAN DAN DEFINISI</b>	
<b>OPERASIONAL .....</b>	<b>22</b>
A. Kerangka Konsep .....	22
B. Hipotesis Penelitian .....	22
C. Definisi Operasional .....	23
<b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>	<b>25</b>
A. Desain Penelitian .....	25
B. Populasi Dan Sampel.....	26
C. Waktu Penelitian.....	28
D. Tempat Penelitian.....	28
E. Teknik Pengumpulan Data.....	28
F. Instrumen Penelitian .....	28
G. Pengolahan Data.....	29
H. Analisis Data .....	29
I. Alur Penelitian.....	30
J. Etika Penelitian.....	31
<b>BAB V HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>33</b>
A. Jalannya Penelitian.....	33
B. Analisis Univariat.....	34
C. Analisis Bivariat.....	35
<b>BAB VI PEMBAHASAN.....</b>	<b>39</b>
A. Intepretasi dan Diskusi Hasil.....	39
B. Keterbatasan Penelitian.....	46

BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN.....	47
A. Kesimpulan.....	47
B. Saran.....	47

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR LAMPIRAN

## DAFTAR BAGAN

<b>Bagan</b>		<b>Halaman</b>
2.1	Kerangka Teori	18
3.1	Kerangka Konsep Penelitian	19
4.1	Alur Penelitian	28

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>		<b>Halaman</b>
3.2	Definisi Operasional	23
5.1	Karakteristik Responden	34
5.2	Gambaran Rerata Citra Tubuh dan Harga Diri	34
5.3	Perbedaan Rerata Citra Tubuh	35
5.4	Perbedaan Rerata Harga Diri	36
5.5	Selisih Citra Tubuh	37
5.6	Selisih Harga Diri	37

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Kueisoner
- Lampiran 2. Lembar Konsultasi
- Lampiran 3. Lembar Persetujuan
- Lampiran 4. Lembar Informed Consent
- Lampiran 5. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 6. Surat Izin Selesai Penelitian
- Lampiran 7. Foto Dokumentasi
- Lampiran 8. SAP (Satuan Acara Penyuluhan)

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. LATAR BELAKANG**

Perkembangan masa remaja (usia 12-21 tahun) merupakan periode transisi atau peralihan dari kehidupan masa kanak-kanak ke masa dewasa. Saat proses pertumbuhan fisik remaja telah mencapai kematangan, remaja tidak mau diperlakukan sebagai anak-anak padahal belum mencapai kematangan yang penuh dan belum memasuki tahapan perkembangan dewasa. Secara negatif periode ini disebut periode “serba tidak” (*the “un” stage*), yaitu (*unbalanced*) tidak/belum seimbang, (*unstable*) tidak/belum stabil dan (*unpredictable*) tidak dapat diramalkan (Ali, 2012) .

Perubahan dan perkembangan fisik yang terjadi pada remaja meliputi perubahan ukuran pencernaan makanan, bertambah besar dan bertambah berat jantung dan paru-paru, sempurnanya kelenjar-kelenjar dan jaringan tubuh, bertambah berat badan dan tinggi badan, bertambah proporsi tubuh, dan bertambah ukuran organ seks. Perubahan dan perkembangan kognitif antara lain sudah dapat berfikir secara abstrak, hipotesis dan mampu berfikir tentang sesuatu yang akan atau mungkin terjadi serta perkembangan emosi dan psikososial yaitu remaja mulai mencari jati dirinya, emosinya belum stabil sepenuhnya, mulai menyadari adanya rasa suka dan tidak suka atas sesuatu (Wulandari, 2016).

Salah satu perubahan pada fisik remaja adalah mengalami perubahan bentuk tubuh yaitu ukuran tubuh yang tidak dalam batas normal (obesitas atau kurus). Obesitas dapat terjadi pada usia remaja dikarenakan kelompok ini berada pada fase pertumbuhan yang pesat (*growth spurt*) dan kenaikan kadar insulin plasma, lipid darah, meningkatnya kadar lipoprotein, dan kenaikan tekanan darah. Remaja pada fase ini membutuhkan zat gizi yang relatif lebih besar jumlahnya yang dapat menimbulkan masalah gizi, lingkungan serta pola hidup dan menyebabkan obesitas (Warmias, 2016).

Obesitas merupakan akumulasi lemak tubuh yang berlebihan sekurangnya 20 % di atas berat badan rata-rata sesuai usia, jenis kelamin,

dan tinggi badan (Muninggar, 2016). Menurut perkiraan WHO, di dunia ada sekitar 1.6 milyar orang dewasa berumur 15 tahun kelebihan berat dan lebih dari 700 juta orang dewasa gemuk (obesitas) pada tahun 2015. Prevalensi remaja obesitas telah meningkat empat kali lipat selama 30 tahun terakhir. Prevalensi terbaru menunjukkan bahwa 17% atau 12,7 juta remaja usia 12-19 tahun mengalami obesitas di Amerika Serikat dengan tingkat prevalensi lebih tinggi ditemukan di kalangan pemuda Hispanik (22,4%), diikuti oleh non-Hispanik kulit hitam (20,2%), kulit putih (14,1%), dan pemuda Asia (8,6%). Selama masa kanak-kanak dan remaja, prevalensi obesitas meningkat 8,4% pada anak usia 2-5 tahun, 17,7% pada anak usia 6-11 tahun, dan prevalensi tertinggi terjadi pada anak usia 12-19 tahun sebanyak 20,5% (WHO, 2016).

Prevalensi kelebihan berat badan menurut Riskesdas (2013) mengatakan kelebihan berat badan pada remaja umur 16-18 tahun meningkat sebanyak 7.3% (5.7% gemuk dan 1.6% obesitas). Prevalensi tertinggi di Sulawesi Utara 24,0% sedangkan prevalensi di Bengkulu sebanyak 16,8% (Riskesdas, 2013). Data Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tahun 2016 tercatat prevalensi obesitas pada remaja umur  $\geq 15$  tahun sebanyak 0,50% pada perempuan dan pada laki-laki 2,68%. Tahun 2017 terjadi peningkatan menjadi 3,87% pada perempuan dan 3,22% pada laki-laki (Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, 2017). Terlihat bahwa prevalensi obesitas lebih cepat terjadi peningkatan pada anak remaja perempuan dengan kenaikan 2.37% dalam setahun.

Obesitas pada remaja menimbulkan dampak terhadap kesehatan fisik dan gangguan psikologi (Muninggar, 2016). Dampak pada kesehatan fisik yaitu risiko terjadinya penyakit kardiovaskular, diabetes melitus, arthritis, penyakit kantong empedu, berbagai jenis kanker, gangguan fungsi pernafasan dan berbagai gangguan kulit (Widyawati, 2016). Dampak psikologis pada remaja dengan obesitas akan menimbulkan gangguan psikologis remaja antara lain masalah konsep diri, seperti gangguan citra tubuh dan harga diri (Sorga, 2013). Rasa rendah diri, depresi, menarik diri dari lingkungan serta berisiko bunuh diri. Kondisi ini dikarenakan remaja obesitas seringkali

merasa minder terhadap teman-temannya yang memiliki badan ideal dan terkadang menjadi bahan hinaan teman-teman sekolah (Kartika, 2015).

Keadaan fisik bagi remaja dipandang sebagai suatu hal yang penting. Mayoritas remaja lebih banyak memperhatikan penampilan fisik dibanding aspek lain dalam dirinya. Banyak di antara remaja yang tidak suka melihat apa yang mereka lihat di cermin. Anak remaja perempuan memiliki perasaan tidak suka (*dislike*) yang lebih besar dibandingkan anak laki-laki terhadap perubahan tubuhnya, hal ini mencerminkan bahwa perempuan mempunyai penekanan kultural yang lebih besar terhadap atribut fisiknya (Ifdil, 2017).

Penilaian yang muncul di kalangan remaja perempuan saat ini adalah standar tubuh yang mementingkan penampilan fisik dengan bentuk tubuh yang proposional. Remaja perempuan saat ini menjadi kurang percaya diri, selalu menilai dirinya melalui kaca mata orang lain yaitu teman-teman sepergaulannya. Remaja perempuan pertama kali mulai mempresepsikan dan memberikan gambaran persepsi tentang bentuk fisik yang dimilikinya, kemudian beranjak pada penampilan fisik yang dimiliki orang lain, hal inilah yang membuat remaja dengan obesitas dapat mengalami gangguan citra tubuh (Ifdil, 2017).

Citra tubuh (*body image*) merupakan kepuasan fisik terkait ukuran, bentuk dan penampilan umum yang mencakup dua dimensi yaitu dimensi kognitif (evaluasi individu dari ukuran tubuh) dan dimensi metakognitif (sikap individu terhadap bentuk tubuh mereka). Remaja yang memiliki rasa yang baik terhadap penampilan fisiknya akan memiliki kesempatan yang baik pula untuk memperoleh citra tubuh yang positif. Citra tubuh yang positif dan realistis diperlukan untuk mencapai hidup sehat dan menyenangkan untuk dapat beradaptasi dengan diri dan orang lain. Citra tubuh merupakan salah satu evaluasi yang paling penting sepanjang masa remaja karena secara psikologis dapat mempengaruhi konsep mental yang penting dalam kehidupan (Sabeti, 2014).

Remaja harus realistis karena semakin mereka dapat menerima dan menyukai tubuhnya ia akan lebih bebas dan merasa aman dari kecemasan

sehingga harga dirinya akan meningkat. Sikap individu terhadap tubuhnya mencerminkan aspek penting dalam dirinya misalnya perasaan menarik atau tidak, gemuk atau tidak dan sebagainya. Seseorang yang mengalami gangguan citra tubuh dan tidak diatasi atau dibiarkan saja akan berdampak buruk bagi dirinya antara lain memiliki harga diri rendah, isolasi sosial, keputusaan, dan risiko bunuh diri (Muninggar, 2016).

Studi terbaru tentang kepuasan terhadap tubuh remaja menunjukkan penurunan kepuasan terbesar terjadi pada remaja perempuan usia 13-19 tahun. Penurunan tersebut disebabkan oleh paparan media masa yang saat ini banyak ditampilkan dalam acara televisi dan media sosial (internet dan facebook) sehingga membuat persepsi remaja tidak sehat terhadap tubuhnya (Groesz et al, 2015).

Hasil riset yang dilakukan oleh Susi pada bulan September-Desember 2010 pada 150 orang mahasiswa laki dan perempuan Universitas Gadjah Mada (UGM) dan Universitas Teknologi Yogyakarta (UTY) didapatkan bahwa laki-laki yang positif obesitas berjumlah 29,4% dan perempuan 17,4% dan 100% pada mahasiswa perempuan dan 99.9% pada laki-laki memiliki citra tubuh negatif, Ada hubungan antara obesitas dan citra tubuh (Susi, 2010).

Keadaan fisik pada remaja obesitas yang tidak sesuai dengan harapan akan menimbulkan gangguan harga diri (Sorga, 2013). Harga diri (*self-esteem*) merupakan penilaian tentang nilai individu dengan menganalisa kesesuaian perilaku dengan ideal diri. Obesitas mengakibatkan remaja mengalami kecemasan yang sangat mengganggu karena ketakutan mereka tidak akan bisa mendapatkan pacar atau pasangan hidup, adanya perasaan tidak percaya diri, minder terhadap penampilan fisiknya ( Damaiyanti, 2012).

Hasil riset yang dilakukan oleh Meyske (2017) di SMA Negeri 1 Limboto menunjukkan bahwa dari 30 responden didapatkan 19 responden (63,3 %) mengalami obesitas derajat I, 16,7% memiliki harga diri rendah dan 46,7% memiliki harga diri yang tinggi, dari 11 responden (36,7%) mengalami obesitas derajat II. 26,7%. memiliki harga diri rendah dan 10,0% memiliki

harga diri tinggi. Artinya semakin bertambah derajat obesitas akan semakin tinggi resiko terjadi harga diri rendah.

Data di Amerika Serikat (2013) dari 5.000 orang dewasa dan remaja setiap tahun meninggal karena bunuh diri dan kelompok remaja obesitas umur 15-24 tahun yang tercatat sebesar 18,8%. Survei yang dilakukan di SMA, remaja yang berumur 14-18 tahun terungkap hampir 9% mencoba bunuh diri karena mereka selalu dibully teman-temannya sehingga remaja merasa rendah diri dan memiliki pandangan yang negatif terhadap tubuh dan lingkungan sekitarnya (American Psychological Association, 2014)

Beberapa cara untuk mengatasi masalah tersebut yaitu dengan mengajarkan berpikir positif, pendidikan kesehatan dan memberikan dukungan positif. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nasiha (2016) di Fakultas Ushuludin Adab dan Dakwah IAIN Ponorogo menggunakan media sosial instagram didapatkan hasil ada pengaruh media sosial instagram terhadap citra tubuh mahasiswa IAIN Ponorogo.

Studi yang dilakukan Gorman (2015) di Australia dengan menggunakan 50 mahasiswa laki-laki obesitas yang terdiri dari 28 mahasiswa kelompok eksperimental dan 22 mahasiswa kelompok kontrol. Peserta yang diberikan paparan media video secara terus menerus dengan yang tidak diberikan media terus menerus tidak ada perbedaan peningkatan *self esteem*. Tidak ada pengaruh yang signifikan media video yang diberikan secara terus menerus terhadap harga diri (Gorman, Dinas, & Quinn, 2015)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Felita di Fakultas Psikologi Unika Atma Jaya pada 108 responden yang menggunakan video di media sosial (*facebook, twitter, dan instagram*) menunjukkan 56,5% responden merasa bahwa video di media sosial dapat membantu dirinya mencapai image diri yang ideal. Sedangkan 43.5% responden merasa video di media sosial tidak membantu dirinya mencapai *image* diri yang ideal. Hal ini menunjukkan ada pengaruh video di media sosial terhadap peningkatan *image* diri yang ideal (Felita et al., 2016)

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan peneliti terhadap 10 remaja perempuan obesitas di SMA Negeri 7 Kota Bengkulu didapatkan 60% remaja perempuan mengatakan malu dan minder apabila berkumpul karena sering menjadi bahan tertawaan dan ejekan oleh teman-temannya, 30% remaja perempuan mengatakan kurang percaya diri dengan bentuk tubuhnya yang tidak ideal dan saat berbicara untuk berpendapat selalu di acuhkan oleh teman-temannya.

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Prevalensi kelebihan berat badan menurut Riskesdas 2013, remaja dengan kelebihan berat badan pada umur 16-18 tahun meningkat sebanyak 7.3% (5.7% gemuk dan 1.6% obesitas). Prevalensi tertinggi di Sulawesi Utara 24,0% dan prevalensi di Bengkulu 16,8% (Riskesdas, 2013). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tahun 2016 tercatat prevalensi obesitas pada remaja umur  $\geq 15$  sebanyak 0,50% pada perempuan dan pada laki-laki 2,68%. Tahun 2017 terjadi peningkatan menjadi 3,87% pada perempuan dan 3,22% pada laki-laki (Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, 2017). Terlihat bahwa prevalensi obesitas lebih cepat terjadi peningkatan pada anak remaja perempuan dengan kenaikan 2.37% dalam setahun.

Data Di Amerika Serikat dari 5.000 orang dewasa dan remaja setiap tahun meninggal karena bunuh diri. Pada kelompok remaja obesitas umur 15-24 tahun sebesar 18,8%. Survei pada sekolah menengah atas pada remaja yang berumur 14-18 tahun terungkap hampir 9% remaja mencoba bunuh diri karena mereka selalu *dibully* teman-temannya sehingga remaja merasa rendah diri dan memiliki pandangan yang negatif terhadap tubuh dan lingkungan sekitarnya.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis merumuskan masalah apakah ada pengaruh edukasi media video audio visual terhadap peningkatan harga diri dan citra tubuh pada remaja perempuan obesitas di SMA Kota Bengkulu?.

### **C. TUJUAN PENELITIAN**

#### 1. Tujuan Umum

Diketahui pengaruh edukasi media video audio visual terhadap peningkatan harga diri dan citra tubuh pada remaja perempuan obesitas.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Digambarkan karakteristik responden, meliputi usia, berat badan, tinggi badan, dan IMT.
- b. Diketahui gambaran rata-rata citra tubuh dan harga diri sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol.
- c. Diketahui perbedaan rata-rata citra tubuh sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol.
- d. Diketahui perbedaan rata-rata harga diri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol.

### **D. MANFAAT PENELITIAN**

#### 1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi sumber referensi bagi dosen dan mahasiswa dalam mengembangkan ilmu keperawatan serta menambah wawasan tentang intervensi untuk meningkatkan harga diri dan citra tubuh remaja perempuan dengan obesitas melalui media video.

#### 2. Bagi Responden

Setelah dilakukan penelitian ini diharapkan responden dapat mengatasi masalah fisik dan psikologi yang dihadapinya serta citra tubuh dan harga diri responden meningkat sehingga dapat memotifasi remaja lain yang mengalami gangguan citra tubuh dan harga diri.

#### 3. Bagi Peneliti Lainnya

Diharapkan hasil penelitian ini menjadi sumber data dan informasi untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan penelitian selanjutnya.

#### 4. Bagi Institusi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu para tenaga pengajar (guru) sebagai referensi atau salah satu cara membuat siswi

dengan obesitas tetap percaya diri dan tidak minder sehingga para siswi bisa terus berprestasi.

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORI**

#### **A. OBESITAS PADA REMAJA**

##### **1. Pengertian Obesitas dan Remaja**

Obesitas merupakan penumpukan jaringan lemak yang berlebihan didalam tubuh sehingga dapat mengganggu kesehatan. Seseorang dikatakan obesitas apabila didapatkan nilai indeks massa tubuhnya 25-27 kg/m<sup>2</sup> (Soenardi, 2014). Nilai indeks massa tubuh (IMT) didefinisikan sebagai berat badan seseorang dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi dalam meter (kg/m<sup>2</sup>), nilai indeks massa tubuh ini memberikan ukuran tingkat populasi yang paling berguna dari obesitas pada orang dewasa (WHO, 2016).

Remaja merupakan Usia 12-21 tahun di mana remaja tidak lagi merasa di bawah tingkatan orang-orang yang lebih tua, melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang- kurangnya dalam masalah hak. Masa remaja juga dikenal sebagai periode yang mengkaji hubungan antara mekanisme penyesuaian psikologis dengan kondisi-kondisi sosial yang memfasilitasinya (mempengaruhinya). Sehingga masa ini juga disebut sebagai masa penuh dengan stres dan krisis bagi remaja (Kinanti, 2013).

##### **2. Penyebab Remaja Mengalami Obesitas**

Obesitas dapat terjadi pada usia remaja dikarenakan kelompok ini berada pada fase pertumbuhan yang pesat (*growth spurt*) dan kenaikan kadar insulin plasma, lipid darah, meningkatnya kadar lipoprotein, dan kenaikan tekanan darah. Remaja pada fase ini membutuhkan zat gizi yang relatif lebih besar jumlahnya yang dapat menimbulkan masalah gizi, lingkungan serta pola hidup (Warmias, 2016).

Penyebab lain remaja mengalami obesitas antara lain:

- a. Pola makan yang terlalu banyak mengandung gula, kalori dan lemak
- b. Kurang beraktivitas fisik
- c. Riwayat keluarga (genetik)
- d. Masalah psikologis seperti stress dan emosi.

### **3. Dampak Obesitas Pada Remaja**

Obesitas pada remaja apabila tidak ditangani segera dan dibiarkan begitu saja, akan menimbulkan berbagai dampak negatif. Obesitas sangat rentan menimbulkan terjadinya penyakit jantung serta pembuluh darah, seperti tingginya tekanan darah dan kolestrol. Selain itu obesitas juga mengakibatkan berbagai macam masalah pada tulang dan sendi.

Selain masalah fisik, obesitas juga rentan dengan masalah psikologi seperti, mudah minder, pesimis, kurang gairah dan kurang bersemangat. Sehingga menimbulkan stress dan putus asa. Hal ini sangat di khawatirkan akan mengganggu kejiwaan dan mentalnya (Kurdanti et al, 2015).

## **B. CITRA TUBUH**

### **1. Pengertian Citra Tubuh**

Citra tubuh merupakan gambaran yang dimiliki seseorang dalam pikirannya tentang penampilan (ukuran dan bentuk) tubuhnya serta sikap yang dibentuk seseorang terhadap karakteristik-karakteristik dari tubuhnya. Jadi, terdapat dua komponen dari citra tubuh, yaitu komponen perseptual tentang bagaimana seseorang memandang tubuhnya sendiri dan komponen sikap tentang bagaimana seseorang merasakan penampilan atau tubuh yang dipersepsinya. Citra tubuh harus dibedakan dari harga diri dan kualitas hidup karena kedua konsep ini tidak hanya mencakup penampilan, tetapi juga hubungan seseorang, pandangan religius, budaya, karier, dan nilai (Bolton et al, 2010).

Gangguan citra tubuh merupakan keadaan dimana seseorang mengalami atau beresiko mengalami gangguan dalam pencerapan diri seseorang. Gangguan ini biasanya melibatkan distorsi dan persepsi negatif tentang penampilan fisik mereka. Gangguan citra tubuh ini, misalnya dialami oleh seorang wanita selama masa remaja. Ketidakpuasan tubuh berfokus pada “membangun tubuh” dan sering dioperasionalkan sebagai perbedaan antara sosok ideal dan sosok nyata diri saat ini (Kawuwung,

Rompas and Onibala, 2015).

## 2. Komponen Citra Tubuh

Citra tubuh terdiri dari 3 komponen, yaitu:

- a. Kognitif-afektif (*cognitive-affective*)  
Gangguan komponen kognitif-afektif meliputi ketidakpuasan tubuh (evaluasi negatif terhadap tubuh sendiri).
- b. Perseptual (*perceptual*)  
gangguan komponen perseptual meliputi distorsi perseptual seseorang yang dimiliki penilaian yang salah terhadap bentuk dan beratnya (estimasi berlebihan mengenai ukurannya).
- c. Tingkah laku (*behavioral*).  
komponen tingkah laku berhubungan dengan pikiran dan perasaan mengenai tubuh, seperti memeriksa tubuh dan sikap menghindar (Sutejo, 2013).

## 3. Perkembangan citra tubuh positif

Pada remaja persepsi sekarang dan masa lalu tentang fungsi tubuh, fungsi fisiologis, pematangan perkembangan, dan tanggapan dari orang lain memengaruhi perkembangan citra tubuh. Masa remaja merupakan periode kritis pembangunan untuk membentuk citra tubuh karena perubahan pubertas memaksa perubahan citra tubuh remaja. Perkembangan citra tubuh positif pada remaja yaitu:

- a. Menetapkan identitas diri dan peran seksual
- b. Menggunakan pemikiran abstrak
- c. Mengembangkan sistem nilai pribadi (Kinanti, 2013).

## 4. Penyebab gangguan citra tubuh

Gangguan citra tubuh disebabkan oleh beberapa hal, yaitu kerusakan atau kehilangan bagian tubuh, perubahan ukuran, bentuk, dan penampilan tubuh, serta tindakan pembedahan. Selain itu, gangguan citra tubuh juga dapat disebabkan oleh penyakit seperti, splenomegali. Splenomegali merupakan pembesaran organ limpa yang terus-menerus, sehingga mengakibatkan pembesaran abdomen kuadran kiri.

Faktor-faktor yang berhubungan dengan citra tubuh remaja yaitu:

a. Faktor biologis

Gangguan citra tubuh dipengaruhi oleh faktor genetik. Faktor biologis yang paling dominan terlihat yaitu ketidakpuasan terhadap bentuk dan ukuran tubuh.

b. Faktor psikologis

Faktor psikologis yang berkaitan dengan keadaan depresi, rendah diri, dan ketidakpuasan yang dirasakan oleh remaja. Depresi dan rendah diri berkontribusi terhadap pandangan negatif tentang diri sendiri. Selain itu, perfeksionalisme juga turut menyebabkan adanya harapan yang tidak realistis dari berat badan, bentuk, dan penampilan.

c. Faktor sosial budaya

Faktor sosial budaya dapat dilihat dari beberapa hal, diantaranya adalah pesan media dan keluarga. Dari masa kanak-kanak sampai remaja, televisi, papan reklame, film, video, internet, dan majalah menyampaikan gambaran tentang daya tarik, kecantikan, bentuk, ukuran, kekuatan, dan berat ideal (Nurvita & Handayani, 2015).

## 5. Komponen citra tubuh

Citra tubuh terdiri dari tiga komponen, yaitu realistik tubuh (*body reality*), ideal tubuh (*body ideal*), dan perwujudan tubuh (*body presentation*).

a. Realistik tubuh

Pada komponen ini, tubuh seperti itu benar-benar ada, dibatasi oleh efek genetik manusia dan kepuasan kehidupan di lingkungan luar. Hal ini dapat berubah, baik akibat proses penuaan atau karena remaja menggunakan dan menyalahgunakannya. Perubahan nyata dalam realistik tubuh dikaitkan dengan trauma, keganasan, infeksi, dan malnutrisi.

b. Ideal tubuh

Ideal tubuh merupakan gambaran mengenai bagaimana ideal tubuh ingin terlihat dan tampil. Hal-hal yang memengaruhi ideal tubuh

meliputi norma sosial dan budaya, periklanan, dan perubahan sikap terhadap kebugaran dan kesehatan.

c. Perwujudan tubuh

Perwujudan tubuh merupakan bagaimana tubuh secara harfiah disajikan ke lingkungan luar, seperti cara berpakaian, berjalan, berbicara, dan menggunakan alat seperti alat bantu dengar (Sutejo, 2013).

## C. HARGA DIRI

### 1. Pengertian Harga Diri

Harga diri merupakan evaluasi dan penilaian positif atau negatif secara menyeluruh tentang diri remaja yang dipengaruhi oleh hasil interaksi dengan orang-orang yang penting di lingkungannya serta dari sikap, penerimaan, penghargaan, dan perlakuan orang lain terhadap dirinya (Horlock, 2007).

### 2. Faktor-faktor Harga Diri

Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Baron & Byrne (2010) terdapat 6 faktor yang dapat mendukung untuk membangun *self-esteem* yang biasanya disingkat dengan G-R-OW-T-H yaitu:

a. *Gold setting* (merencanakan tujuan)

Pada masa remaja dalam menentukan tujuan hidup yang ingin dicapai dibutuhkan usaha dan keinginan yang kuat (ambisi) untuk mencapainya khususnya dalam belajar dan meraih prestasi

b. *Risk taking* (mengambil resiko)

Berani untuk mengambil resiko untuk memenuhi dan mencapai tujuannya karena remaja tidak akan pernah mengetahui kemampuan diri sendiri jika tidak mau mengambil resiko

c. *Opening up* (membuka diri)

Remaja mau membuka diri dan berbagi rasa dengan orang lain maka akan mudah baginya untuk mengenali dirinya sendiri

d. *Wisechoise making* (membuat keputusan yang bijaksana)

Remaja biasa membuat keputusan yang benar maka akan meningkatkan *self-confidence* dan *self-esteem*

e. *Time sharing* (berjakan sesuai dengan waktu)

Jangan terlalu memberikan tekanan dan paksaan pada diri sendiri untuk mendapatkan perubahan karena tidak mungkin perubahan bisa didapat secara langsung. Remaja bisa bertukar pendapat dan berdiskusi untuk mendukung prestasinya

f. *Healing* (penyembuhan)

Penyembuhan dalam arti fisik dan mental bisa dilakukan cara membuat komitmen dan bersyukur. Remaja bersyukur dan memahami potensi yang dimiliki untuk menunjang prestasi belajarnya meskipun dalam meraih cita-cita tidak mudah untuk mencapainya (Suhron, 2017).

### 3. Faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri

faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri yaitu

a. Usia

Perkembangan *self-esteem* ketika memasuki masa anak-anak dan remaja seseorang akan memperoleh harga diri mereka dari teman, orang tua dan guru pada saat mereka bersekolah.

b. Ras

Keanekaragaman budaya dan ras tertentu dapat mempengaruhi *self-esteem*nya untuk menjunjung tinggi rasnya.

c. Etnis

Dalam kehidupan sosial dan bermasyarakat terdapat etnis tertentu yang menilai bahwa sukunya lebih tinggi derajatnya sehingga dapat mempengaruhi *self-esteem*.

d. Pubertas

Merupakan periode transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa ditandai munculnya karakteristik seks sekunder dan kemampuan reproduksi seksual yang dapat menimbulkan perasaan menarik sehingga dapat mempengaruhi *self-esteem*nya.

e. Berat badan

Rangkaian perubahan berat badan yang paling jelas yang tampak pada masa remaja yaitu perubahan fisik. Hormon-hormon baru diproduksi oleh kelenjar endokrin, dan membawa perubahan dalam ciri-ciri seks primer dan memunculkan ciri-ciri seks sekunder.

f. Jenis kelamin

Menunjukkan bahwa remaja pria akan menjaga harga dirinya untuk bersaing dan berkeinginan untuk menjadi lebih baik dari remaja putri khususnya dalam mencapai prestasi belajar di kelas sehingga dapat mempengaruhi harga diri remaja tersebut (Kawuwung, Rompas and Onibala, 2015).

#### 4. Aspek-aspek harga diri

Aspek-aspek yang terkandung dalam self esteem ada tiga yaitu

a. Perasaan berharga

Merupakan perasaan yang dimiliki individu ketika individu tersebut merasa dirinya berharga dan dapat menghargai orang lain.

b. Perasaan mampu

Merupakan perasaan yang dimiliki oleh individu pada saat dia merasa mampu mencapai suatu hasil yang diharapkan.

c. Perasaan diterima

Merupakan perasaan yang dimiliki individu ketika ia dapat diterima sebagai dirinya sendiri oleh suatu kelompok (Nurvita & Handayani, 2015).

#### 5. Lingkungan perkembangan harga diri

Ada 3 lingkungan perkembangan *self-esteem* seseorang yaitu:

a. Lingkungan keluarga

Merupakan tempat sosialisasi pertama dan utama bagi remaja. Perlakuan adil, pemberian kesempatan untuk aktif dan pendidikan yang demokratis di dapat pada anak yang memiliki harga diri yang tinggi.

b. Lingkungan sekolah

Merupakan tempat kedua setelah remaja, remaja lebih banyak berinteraksi dengan teman sebaya dari bebeda lawan jenis, sehingga dapat mempengaruhi *self-esteem* mereka dalam menjalankan tugas

c. Lingkungan masyarakat

Merupakan tempat individu mempengaruhi bagi pembentukan *self-esteem*. Remaja mulai menyadari bahwa dirinya berharga sebagai individu dengan lingkungannya. Kehilangan kasih sayang, penghinaan, dan dijauhi teman sebaya akan menurunkan *self-esteem*. Sebaliknya pengalaman, keberhasilan, persahabatan, kemasyuran, akan meningkatkan *self-esteem*. (Kasinus, 2013).

## D. KONSEP DIRI

### 1. Pengertian

Konsep diri (*self concept*) menurut Rogers adalah bagian sadar dari ruang fenomenal yang disadari dan disimbolisasikan, dimana “aku” merupakan pusat referensi setiap pengalaman. merupakan bagian inti dari pengalaman individu yang secara perlahan dibedakan dan disimbolisasikan sebagai bayangan tentang diri yang mengatakan “apa dan siapa aku sebenarnya” dan “apa yang sebenarnya harus saya perbuat”. Jadi, *self concept* adalah kesadaran batin yang tetap, mengenai pengalaman yang berhubungan dengan aku dan membedakan aku dari yang bukan aku.

Konsep diri ini terbagi menjadi 2 yaitu konsep diri real dan konsep diri ideal. Untuk menunjukkan apakah kedua konsep diri tersebut sesuai atau tidak, Rogers mengenalkan 2 konsep lagi yaitu:

1. *Incongruence* adalah ketidak cocokan antara *self* yang dirasakan dalam pengalaman aktual disertai pertentangan dan kekacauan batin.
2. *Congruence* berarti situasi dimana pengalaman diri diungkapkan dengan seksama dalam sebuah konsep diri yang utuh, integral, dan sejati.

Rogers menggambarkan pribadi yang berfungsi sepenuhnya adalah pribadi yang mengalami penghargaan positif tanpa syarat. Ini berarti dia dihargai, dicintai karena nilai adanya diri sendiri sebagai *person* sehingga ia tidak bersifat defensif namun cenderung untuk menerima diri dengan penuh kepercayaan.

## 2. Konsep-konsep Pokok Teori Rogers

a. *Organism*, yaitu keseluruhan individu (*the total individual*). Organisme memiliki sifat-sifat berikut:

- 1) Organisme beraksi sebagai keseluruhan terhadap medan fenomenal dengan maksud memenuhi kebutuhan-kebutuhannya.
- 2) Organisme mempunyai satu motif dasar yaitu: mengaktualisasikan, mempertahankan dan mengembangkan diri.
- 3) Organisme mungkin melambangkan pengalamannya, sehingga hal itu disadari, atau mungkin menolak pelambangan itu, sehingga pengalaman-pengalaman itu tak disadari, atau mungkin juga organisme itu tak memperdulikan pengalaman-pengalamannya.

b. *Medan phenomenal*, yaitu keseluruhan pengalaman (*the totality of experience*). Medan phenomenal punya sifat disadari atau tak disadari, tergantung apakah pengalaman yang mendasari medan phenomenal itu dilambangkan atau tidak.

- 1) *Self*, yaitu bagian medan phenomenal yang terdiferensiasikan dan terdiri dari pola-pola pengamatan dan penilaian sadar daripada "I" atau "me". *Self* mempunyai bermacam-macam sifat:
  - a) *Self* berkembang dari interaksi organisme dengan lingkungan.
  - b) *Self* mungkin menginteraksikan nilai-nilai orang lain dan mengamatinya dalam cara (bentuk) yang tidak wajar.
  - c) *Self* mengejar (menginginkan) *consistency* (keutuhan/kesatuan, keselarasan).
  - d) Organisme bertingkah laku dalam cara yang selaras (*consistent*) dengan *self*.

- e) Pengalaman-pengalaman yang tak selaras dengan struktur *self* diamati sebagai ancaman.
- f) *Self* mungkin berubah sebagai hasil dari pematangan (*maturation*) dan belajar.

Carl Roger sebenarnya tidak begitu banyak memfokuskan kepribadian. Teknik terapi lebih banyak mewarnai berbagai karya akademiknya. Mula-mula corak konseling ini disebut *non-directive therapy*, kemudian digunakan *Client Centered therapy* dengan maksud individualitas konseling yang setaraf dengan individualitas konselor. Menurut Rogers, dalam teknik ini ingin diciptakan suasana pembicaraan yang permisif.

#### **E. PENGARUH MEDIA VIDEO**

Media video merupakan gambar-gambar dalam *frame*, di mana *frame* demi *frame* diproyeksikan melalui lensa proyektor secara mekanis sehingga pada layar terlihat gambar hidup. Penggunaan media video merupakan salah satu media yang mempunyai banyak keunggulan dilihat dari sasaran program maupun situasi dan kondisi, dilihat dari sasaran penelitian yaitu remaja yang belum mampu memahami informasi secara baik karena pola pikir yang belum matang, sehingga media video dapat memudahkan remaja memahami isi yang di sampaikan didalam video yang ditayangkan.

Video mampu merebut 94% saluran masuknya pesan atau informasi kedalam jiwa manusia melalui mata dan telinga serta mampu untuk membuat orang pada umumnya mengingat 50% dari apa yang mereka lihat dan dengar dari tayangan program. Pesan yang disampaikan melalui media video dapat mempengaruhi emosi yang kuat dan juga dapat mencapai hasil cepat yang tidak dimiliki oleh media lain.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Felita di fakultas psikologi Unika Atma Jaya pada 108 responden yang menggunakan video di media sosial (*facebook, twitter, dan instagram*) menunjukkan 56,5% responden merasa bahwa video di media sosial dapat membantu dirinya mencapai image diri yang ideal (Felita *et al.*, 2016)

Apriani melakukan penelitian di SMP YPS Samarinda (2017) dengan menggunakan media video untuk mengetahui pengaruh video terhadap pengetahuan remaja mengenai bahaya penyalagunaan zat adiktif lem. Jumlah responden yang dilibatkan yaitu 75 siswa yang diambil dari 3 kelas. Hasil *pretest* di dapatkan 51 siswa (68%) bepengetahuan rendah dan 24 siswa (32%) bepengetahuan tinggi. Hasil setelah responden di lakukan intervensi dan *posttest*, 60 siswa (85,3%) bepengetahuan tinggi dan 15 siswa (19,7%) bepengetahuan rendah. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan intervensi sebesar 17,3%. Ada pengaruh media video terhadap penegtahuan remaja mengenai bahaya zat adiktif lem pada siswa di SMP YPS Samarinda. Media video tentunya mempunyai beberapa keuntungan, selain menarik video juga mempunyai pesan yang dapat disampaikan secara langsung kepada siswa. Selain itu, video juga dapat diputar ulang kembali untuk menambah kejelasan. Keuntungan yang didapatkan dalam menggunakan video, antara lain: (1) ukuran tampilan video sangat fleksibel dan dapat diatur sesuai kebutuhan, (2) video merupakan bahan ajar non cetak yang kaya informasi dan lugas karena dapat sampai dihadapan siswa secara langsung, (3) video menambah suatu dimensi baru terhadap pembelajaran (Daryanto, 2010).

Penelitian yang dilakukan Kurniasari dan Wardani di Kalimantan Timur (2017) tentang pengaruh media video terhadap pengetahuan dalam pencegahan perilaku seks pranikah siswa SMP menunjukkan bahwa nilai rata-rata dari 20 siswa sebelum diberi intervensi (15,70) dan setelah diberikan intervensi (19,75). Ada peningkatan selisih nilai rata-rata sebelum diberi intervensi dan setelah diberi intervensi sebesar 4,05, sehingga ada pengaruh media video terhadap pengetahuan siswa SMP ( $P Value = 0.025 < 0.05$ ).

### 1. Kelebihan Media Video

Kelebihan dari media video yaitu: (1) dapat melatih siswa untuk mengembangkan daya imajinasi yang abstrak, (2) dapat merangsang partisipasi aktif para siswa, (3) menyajikan pesan dan informasi secara serempak bagi seluruh siswa, (4) membangkitkan motivasi diri, (5) mengatasi

keterbatasan ruang dan waktu, (6) dapat menyajikan laporan-laporan yang aktual dan orisinil yang sulit dengan menggunakan media lain, (7) mengontrol arah harga diri.

## **2. Kelemahan Media Video**

Kelemahan dari media video yaitu: (1) hanya mampu melayani secara baik untuk mereka yang sudah mampu berpikir abstrak, (2) memerlukan peralatan khusus dalam penyajiannya, (4) kelas lain terganggu ketika penayangan film berlangsung karena suaranya yang keras dapat mengganggu konsentrasi belajar kelas lain.

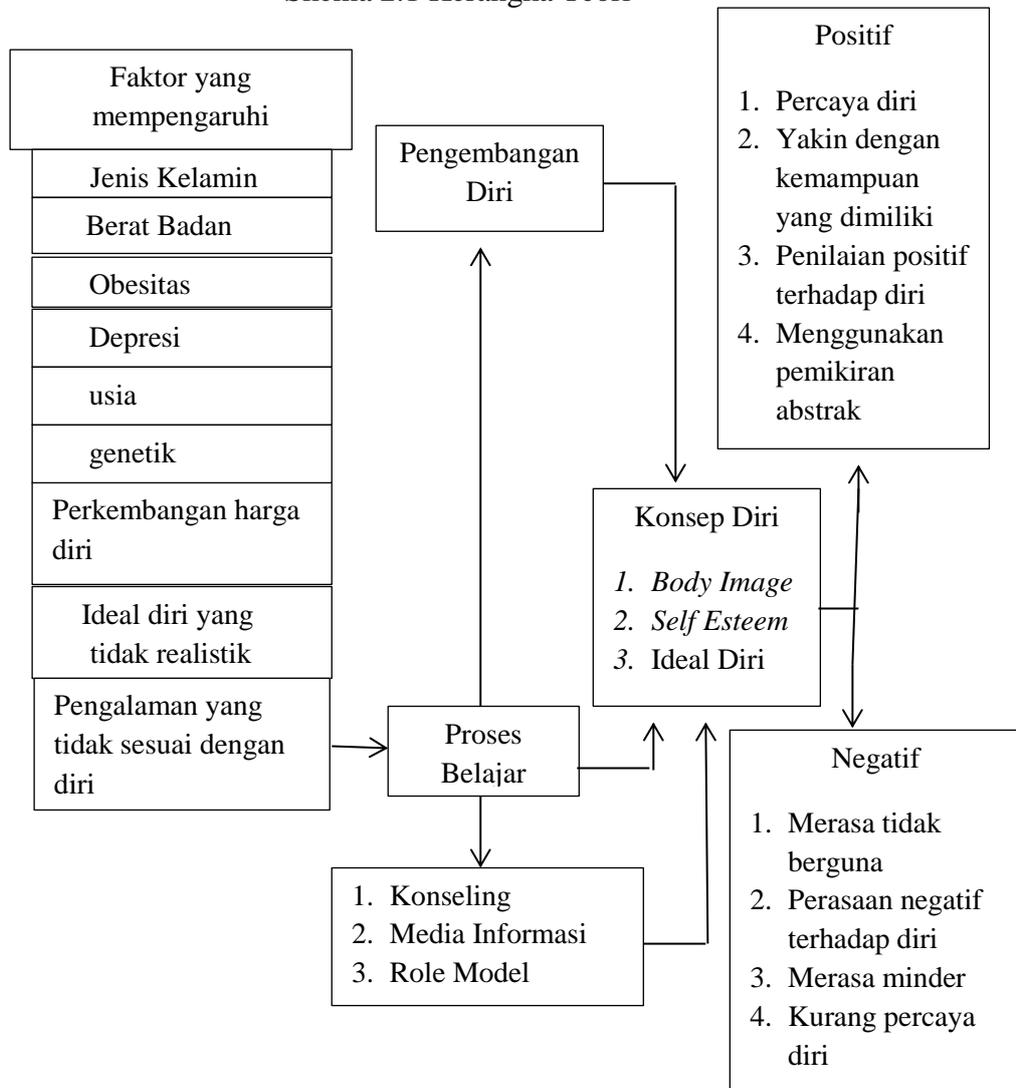
## **3. Manfaat Penggunaan Media Video**

Manfaat penggunaan media video adalah sebagai berikut: (1) sangat membantu dalam penyampaian motivasi kepada siswa, (2) memaksimalkan pencapaian tujuan dalam waktu yang singkat, (3) dapat merangsang motivasi siswa, (4) memberikan daya pemahaman keterampilan yang lebih terstruktural

## F. KERANGKA TEORI

Dari tinjauan teori di atas maka dapat disimpulkan kerangka teori sebagai berikut:

Skema 2.1 Kerangka Teori

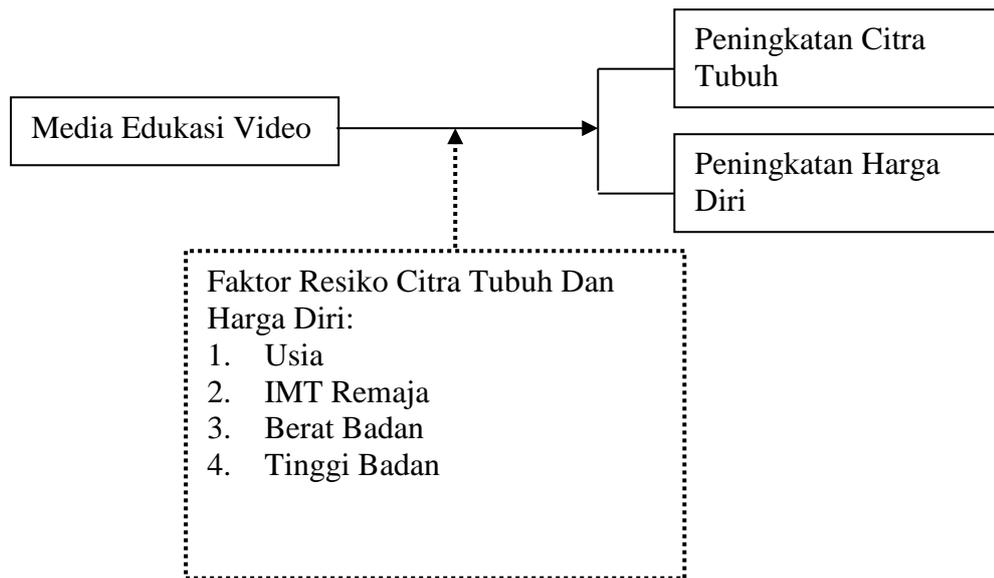


Sumber: Clemes Haris (2010), Mustofa (2011)

**BAB III**  
**KERANGKA KONSEP, VARIABEL PENELITIAN DAN DEFINISI**  
**OPERASIONAL**

**A. KERANGKA KONSEP**

Skema 3.1 Kerangka Konsep



Keterangan:



= diteliti



= diteliti



= diteliti



= diteliti

**B. HIPOTESIS PENELITIAN**

Hipotesis merupakan jawaban sementara yang harus di uji, berfungsi sebagai kerangka kerja bagi peneliti, memberi arahan kerja dan mempermudah dalam penyusunan laporan penelitian. Adapun hipotesis dalam penelitian ini yaitu:

1. Ada pengaruh edukasi media video audio visual terhadap peningkatan rata-rata citra tubuh pada remaja perempuan obesitas.

2. Ada pengaruh edukasi media video audio visual terhadap peningkatan rata-rata harga diri pada remaja perempuan obesitas.
3. Tidak ada pengaruh edukasi media video audio visual terhadap peningkatan rata-rata citra tubuh pada remaja perempuan obesitas.
4. Tidak ada pengaruh edukasi media video audio visual terhadap peningkatan rata-rata harga diri pada remaja perempuan obesitas.

### C. DEFINISI OPERASIONAL

Variabel	Definisi Operasional	Cara /Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
<b>Variabel Independen</b>				
Video	Media yang berupa audio dan visual. Yang menyajikan tentang penjelasan pengertian, tanda-tanda gangguancitra tubuh dan harga diri dan cara mengatasi gangguan citra tubuh dan harga diri serta motivasi dan pengalaman orang yang mengalami obesitas untuk meningkatkan citra tubuh dan harga diri pada remaja. Video tersebut terdiri dari 3 episode dan berdurasi $\pm$ 10 menit/episode		0: tidak diberikan video (diberi leaflet) 1: Diberikan tayangan video audio visual selama 3 kali berturut-turut	Nominal
<b>Variabel Dependen</b>				
Citra tubuh	Penilaian remaja obesitas tentang gambaran tubuh yang disukai atau tidak disukai meliputi ukuran, bentuk dan penampilan tubuhnya.	Kuesioner tertutup	Rata-rata peningkatan citra tubuh dinyatakan dalam skor 0-30	Interval

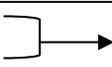
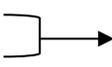
Harga diri	penilaian yang dimiliki remaja obesitas tentang kepercayaan dirinya dan seberapa berharga/berguna dirinya di lingkungan.	Kuesioner tertutup	Rata-rata peningkatan harga diri dinyatakan dalam skor 0-30	Interval
<b>Perancu</b>				
Usia	Umur remaja berdasarkan tanggal lahir, dihitung sampai ulang tahun terakhir	Wawancara	Usia 12-18 tahun	Interval
IMT remaja	Nilai yang didapat dari perhitungan antara berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) seseorang.	Penimbangan Berat Badan (BB) dengan menggunakan Timbangan Dan Pengukuran Tinggi Badan (TB) dengan menggunakan ( <i>Microtois</i> )	Dinyatakan dalam skor $\geq 25,0$	Ratio

## BAB IV METODE PENELITIAN

### A. DESAIN PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimental dengan pendekatan quasi eksperimental. Dengan rancangan *pretest and posttest with control group design*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi media video audio visual terhadap peningkatan citra tubuh dan harga diri pada remaja perempuan obesitas. Responden pada penelitian ini dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok kontrol dan kelompok intervensi.

Kelompok kontrol diberikan *leaflet*, sedangkan kelompok intervensi diberikan penayangan video audio visual selama 3 kali berturut-turut disekolah. Pretest dilakukan untuk mengukur citra tubuh dan harga diri remaja, rancangan penelitian digambarkan pada skema berikut:

Subjek	Pre test	Perlakuan	Post test
K1	O1 O2	 Non intervensi	O1 a O2 a
K2	O1 O2	 Intervensi	O1 b O2 b

Keterangan:

- K1 Responden kelompok kontrol
- K2 Responden kelompok intervensi
- O1 Pengukuran awal citra tubuh
- O2 Pengukuran awal harga diri
- O1 a Pengukuran akhir citra tubuh pada kelompok kontrol
- O2 a Pengukuran akhir harga diri pada kelompok kontrol
- O1 b Pengukuran akhir citra tubuh pada kelompok intervensi
- O2 b Pengukuran akhir harga diri pada kelompok intervensi.

## B. POPULASI DAN SAMPEL

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian (Notoatmojo, 2010). Populasi pada penelitian ini remaja perempuan di SMA kota Bengkulu yang tergolong obesitas. Sampel adalah bagian dari populasi yang mewakili populasi yang akan diambil. Sampel pada penelitian ini sebagian dari remaja perempuan obesitas di SMAN 2, SMAN 5, SMAN 6 dan SMAN 7 Kota Bengkulu.

Penentuan sekolah yang akan dipilih dilakukan secara random sampling dan penentuan kelompok intervensi kontrol dilakukan dengan random sampling serta pengambilan sampel dilakukan secara *total sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di 4 SMA yang ada di kota Bengkulu didapatkan populasi remaja perempuan obesitas sebanyak 40 siswa. Ada 8 remaja perempuan yang obesitas di SMAN 2, 10 remaja perempuan obesitas di SMAN 5, 10 remaja perempuan obesitas di SMAN 6 dan 12 remaja perempuan obesitas di SMAN 7.

Perhitungan jumlah sampel pada penelitian ini ditentukan berdasarkan rumus beda 2 mean seperti dibawah ini:

$$n = \left[ \frac{2 \sigma^2 (Z_{1-\frac{\alpha}{2}} + Z_{1-\beta})^2}{(\mu_1 - \mu_2)^2} \right]^2$$

Keterangan berdasarkan literatur.

N	Besar sampel
$Z_{1-\frac{\alpha}{2}}$	Standar normal deviasi untuk $\alpha$ (standar deviasi $\alpha = 0,05 = 1,96$ )
$Z_{1-\beta}$	Standar normal deviasi untuk $\beta$ (standar deviasi $\beta = 0,842$ )
$\mu_1$	Nilai mean kelompok kontrol yang didapat dari literatur
$\mu_2$	Nilai mean kelompok intervensi yang didapat dari literatur
$\sigma^2$	Estimasi standar deviasi dari beda mean pretest dan post test

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Kurniasari & Wardani (2017) yang menggunakan media video dan melibatkan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol didapatkan nilai mean kelompok kontrol ( $\mu_1=16,32$ ), nilai mean kelompok intervensi ( $\mu_2=12,55$ ), perbedaan standar deviasi dari beda mean yang ditetapkan= $17,078$ . Besaran sampel yang diperoleh :

$$Sp^2 = \frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{n_1 + n_2 - 2}$$

$$Sp^2 = \frac{(20 - 1)(2,709)^2 + (20 - 1)(3,121)^2}{20 + 20 - 2}$$

$$Sp^2 = \frac{(19 \times 7,338) + (19 \times 9,740)}{38}$$

$$Sp^2 = \frac{324,482}{19}$$

$$Sp^2 = 17,078$$

$$Sp^2 = \sigma^2$$

$$n = \left\lceil \frac{2 \sigma^2 (Z_{1-\frac{\alpha}{2}} + Z_{1-\beta})^2}{(\mu_1 - \mu_2)^2} \right\rceil$$

$$n = \left\lceil \frac{2 (17,078) (1,96 + 0,842)^2}{(16,32 - 12,55)^2} \right\rceil$$

$$= \left\lceil \frac{(34,156)(7,84)}{(14,2129)} \right\rceil$$

$$= \left\lceil \frac{267,78304}{14,2129} \right\rceil$$

$$= 18,40 \quad \rightarrow \quad 18$$

$$= 18 \times 10\% \quad \rightarrow \quad 1,8 \quad \rightarrow \quad 2$$

$$= 18 + 2 \quad \rightarrow \quad 20$$

Berdasarkan perhitungan jumlah sampel pada masing-masing kelompok adalah 20 orang, sehingga jumlah seluruh sampel penelitian adalah 40 orang.

**C. WAKTU PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari 2019 s/d April 2019

**D. TEMPAT PENELITIAN**

Penelitian dilakukan di SMAN 2, SMAN 5, SMAN 6, dan SMAN 7 Kota Bengkulu

**E. TEKNIK PENGUMPULAN DATA**

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dilakukan dengan cara memberi pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Kuesioner dalam penelitian ini mengkaji tentang citra tubuh dan harga diri serta karakteristik responden meliputi usia, berat badan, tinggi badan, dan IMT.

**F. INSTRUMEN PENELITIAN**

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner yang berisi pertanyaan-pertanyaan terkait dengan citra tubuh dan harga diri. Instrumen penelitian yang digunakan terdapat tiga jenis, yaitu lembar data responden, lembar pre-test dan lembar post-test yang di dalamnya terdapat pertanyaan yang sama dengan pre-test. Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

1. Kuesioner
  - a. Kuisoner citra tubuh berjumlah 60 item yang diadopsi oleh peneliti dari skripsi milik Kinanti Indika (2010)
  - b. Kuisoner harga diri berjumlah 41 item yang diadopsi dari skripsi milik Yosua Cahyo Putro (2017)
  - c. Kuisoner karakteristik responden
2. Media Video Audio Visual

Peneliti mengadopsi video yang kemudian dimodifikasi menjadi beberapa episode. Setiap episodenya berdurasi  $\pm$  10 menit tanpa ada jeda atau iklan.

Pada episode pertama (1) berisikan pengertian citra tubuh dan harga diri serta film tentang remaja obesitas yang merasa minder dan tidak puas dengan tubuhnya. Episode kedua (2) menampilkan film remaja obesitas tetapi tetap percaya diri meskipun dihina orang lain dan menampilkan 1 orang motivator. Episode ketiga (3) menampilkan motivator-motivator yang berguna untuk meningkatkan harga diri dan citra tubuh.

3. Layar Proyektor (LCD)
4. Alat Tulis

## G. PENGOLAHAN DATA

Pengolahan data merupakan salah satu bagian rangkaian kegiatan penelitian setelah kegiatan pengumpulan data. Langkah-langkah pada penelitian ini terdiri dari 4 tahap yaitu tahap *editing*, tahap *coding*, tahap *processing* dan tahap *cleaning*. Tahap *editing* dilakukan dengan mengecek data yang sudah terkumpul dan diperiksa kembali untuk memastikan kelengkapan, kesesuaian serta kejelasan. Tahap *Coding* memberi kode pada kelompok yaitu (0) kelompok kontrol dan (1) kelompok intervensi.

Tahap *processing* yaitu memasukkan data dari kuesioner ke dalam komputer dengan menggunakan salah satu program komputer. Tahap terakhir yaitu proses pembersihan data (*Cleaning*) dilakukan dengan mengecek kembali data yang sudah di *entry*, pengecekan ini untuk melihat apakah ada data yang hilang (*missing*) dengan melakukan *list*, koreksi kembali apakah data yang sudah di *entry* benar atau salah dengan melihat variasi data atau kode yang digunakan.

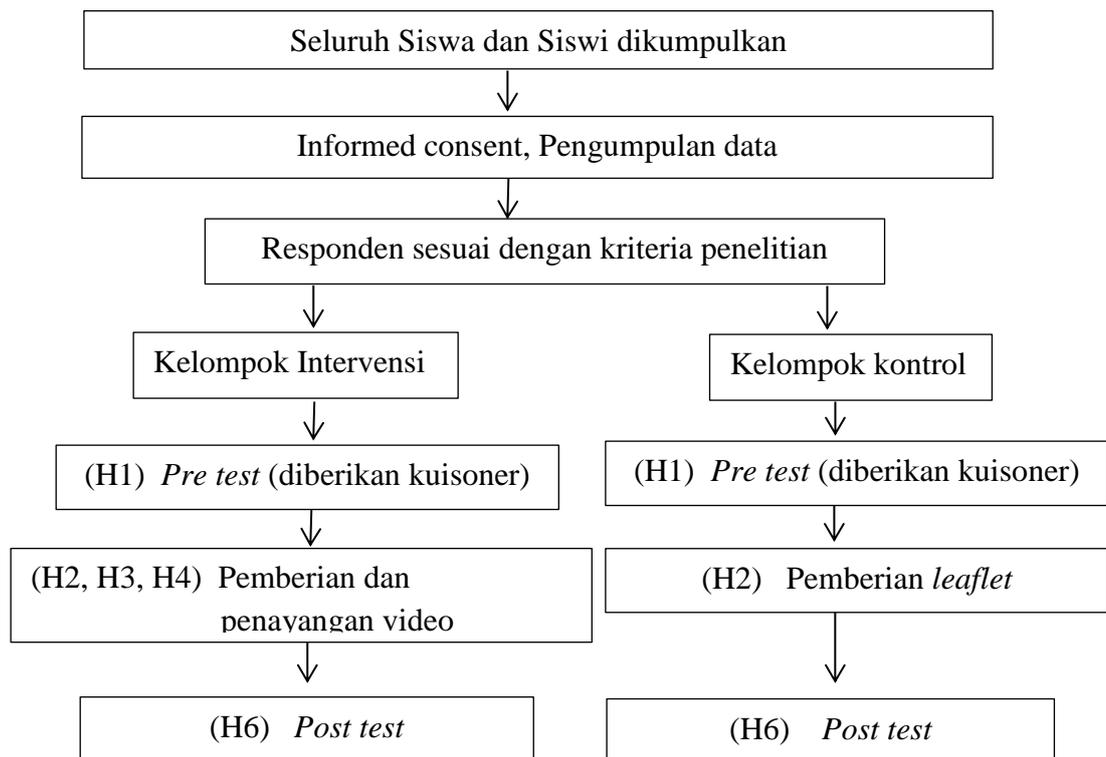
## H. ANALISIS DATA

Analisa pada penelitian ini menggunakan analisa univariat yang dilakukan untuk mendeskripsikan variabel karakteristik responden. Penelitian ini juga menggunakan analisis bivariat untuk mengetahui pengaruh edukasi media video audio visual terhadap peningkatan citra tubuh dan harga diri

pada remaja perempuan obesitas. Analisis yang dilakukan pertama kali yaitu uji normalitas. Hasil uji normalitas didapatkan data berdistribusi normal kemudian dilakukan uji *Independent samples T test* untuk mengetahui bahwa dua kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki varians sama (homogen) dan dilakukan uji T Paired untuk mengetahui perbedaan citra tubuh pre dengan post intervensi dan perbedaan harga diri pre dengan post intervensi baik pada kelompok kontrol maupun kelompok intervensi.

## I. ALUR PENELITIAN

Peneliti melakukan tahapan penelitian yang dimulai dari seleksi sampling untuk menentukan kelompok intervensi ataupun kelompok kontrol. Pelaksanaan pengukuran citra tubuh dan harga diri pada remaja obesitas dapat dilihat dari bagan berikut:



Bagan 4.1 Alur Penelitian

## J. ETIKA PENELITIAN

Peneliti akan mempertimbangkan etik dan legal penelitian untuk melindungi responden agar terhindar dari segala bahaya serta ketidaknyamanan fisik dan psikologis. *Ethical clearance* mempertimbangkan hal-hal dibawah ini:

### 1. *Self determinan*

Dalam penelitian ini responden memilih dan memutuskan berpartisipasi dalam penelitian ini tanpa ada paksaan.

### 2. Tanpa nama (*anonymity*)

Nama responden tidak dicantumkan pada lembar observasi. Pada penelitian ini dilakukan dengan cara menggunakan kode dan alamat responden pada lembar observasi dan mencantumkan tanda tangan pada lembar persetujuan sebagai responden.

### 3. Kerahasiaan (*confidentialy*)

Data yang telah disajikan pada hasil penelitian ini dijamin kerahasiaannya dan tidak akan disebarluaskan ke orang lain dan hanya peneliti yang mengetahuinya. Peneliti menggunakan nama samaran (anonim) sebagai pengganti identitas responden.

### 4. Keadilan (*justice*)

Responden di perlakuan secara adil dari awal sampai akhir tanpa ada diskriminasi. Peneliti memberikan penghargaan berupa makanan dan pena kepada semua responden yang telah mengikuti penelitian.

### 5. Asas kemanfaatan (*beneficiency*)

Responden dalam penelitian ini bebas dari segala hal yang dapat mengancam keselamatan diri responden, pemberian informasi dan pengetahuan yang berguna untuk responden selama mengikuti proses penelitian serta tidak ada resiko yang dapat membahayakan responden selama proses penelitian dan kedepannya.

### 6. *Malbeneficience*

Penelitian ini tidak menimbulkan ketidaknyamanan, menyakiti, atau membahayakan responden baik secara fisik atau psikologis.

## **BAB V**

### **HASIL PENELITIAN**

#### **A. Jalannya penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 2, SMAN 5, SMAN 6, dan SMAN 7 Kota Bengkulu dari tanggal 22 Februari s.d. 22 April 2019. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi media video audio visual terhadap peningkatan citra tubuh dan harga diri pada remaja perempuan di SMA Kota Bengkulu. Populasi penelitian ini adalah remaja perempuan obesitas dengan sampel penelitian sebanyak 40 remaja yang diambil sesuai dengan kriteria sampel yang ditetapkan peneliti.

Untuk memperoleh data, terlebih dahulu peneliti meminta izin penelitian dari pendidikan Politeknik Kementerian Kesehatan Bengkulu kemudian di serahkan kepada Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Bengkulu kemudian surat diteruskan ke Dinas Pendidikan Provinsi Bengkulu dan diteruskan ke SMAN 2, SMAN 5, SMAN 6, dan SMAN 7 Kota Bengkulu. Selanjutnya setelah mendapatkan izin penelitian, peneliti mulai melakukan penelitian dengan masuk kesetiap kelas yang diberikan oleh pihak sekolah SMAN 2, SMAN 5, SMAN 6, dan SMAN 7 Kota Bengkulu untuk mencatat nama, kelas serta berat badan dan tinggi badan siswi yang sesuai dengan kriteria penelitian.

Siswi yang sesuai dengan kriteria penelitian dikumpulkan dan ditemui sesuai dengan waktu yang telah disepakati dan bertempat di mushollah atau UKS di SMA Kota Bengkulu untuk menjelaskan tujuan, manfaat, prosedur pengumpulan data dan kontrak jadwal kegiatan penelitian pada calon responden dan jika calon responden setuju untuk menjadi responden selanjutnya dilakukan pengisian kuesioner citra tubuh dan harga diri. Pada kelompok intervensi di berikan penayangan video dan kelompok kontrol di berikan leaflet.

Pada kelompok intervensi, video yang diberikan sebanyak 3 episode dan penayangan video diberikan sebanyak 3 kali dengan episode yang berbeda-beda kemudia video tersebut diberikan kepada responden untuk

mereka simpan dan tonton kembali di rumah. Setelah video selesai diberikan kepada kelompok intervensi dan leaflet diberikan kepada kelompok kontrol, kedua kelompok dikumpulkan kembali untuk diberikan kuisioner citra tubuh dan harga diri. Selama proses penelitian ada 1 responden yang di keluarkan dari sample karena tidak mengikuti atau menonton penayangan video sebanyak 3 kali.

## B. Analisis Univariat

### 1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan remaja perempuan obesitas yang akan diteliti, yang meliputi umur, berat badan, tinggi badan dan IMT remaja. Berikut ini adalah penjelasan karakteristik remaja berdasarkan tabel:

**Tabel 5.1**  
Gambaran karakteristik responden dan uji kesetaraan variabel, umur, berat badan, tinggi badan dan IMT  
(n=39)

No	Variabel	Kelompok		P value
		Intervensi (n=19)	Kontrol (n=20)	
1.	<b>Usia</b>			0.774
	Mean	16.4	16.4	
	Min	15	16	
	Max	17	17	
	SD	0.598	0.489	
	SE	0.134	0.109	
	CI95%	16.12;16.68	16.12;16.58	
2.	<b>Berat badan</b>			0.876
	Mean	69	69	
	Min	65	63	
	Max	80	80	
	SD	3.573	4.404	
	SE	0.799	0.985	
	CI95%	67.48;70.82	67.29;71.41	
3.	<b>Tinggi badan</b>			0.347
	Mean	164	165	
	Min	160	160	
	Max	168	170	
	SD	2.819	2.827	
	SE	0.630	0.632	
	CI95%	162.73;165.37	163.58;166.22	
4.	<b>IMT</b>			0.444
	Mean	25.7	25.4	
	Min	25.2	25.2	
	Max	28.7	28.3	

SD	1.0670	1.1415
SE	0.2386	0.2552
CI95%	25.196;26.194	24.891;25.959

Tabel 5.1 menggambarkan karakteristik rerata usia pada kedua kelompok adalah 16 tahun, rerata berat badan pada kelompok intervensi 69.2 kg dan pada kelompok kontrol 69.3 kg. Tinggi badan pada kelompok intervensi 164 cm dan pada kelompok kontrol 164 cm dan rerata IMT pada remaja kelompok intervensi adalah 26 kg/m<sup>2</sup> dan pada kelompok kontrol 25 kg/m<sup>2</sup>.

**Tabel 5.2**

Gambaran uji kesetaraan variabel citra tubuh dan harga diri sebelum intervensi pada remaja perempuan obesitas di SMA Kota Bengkulu  
N=39

No	Variabel	Kelompok		P value
		Intervensi (n=19)	Kontrol (n=20)	
<b>1.</b>	<b>Citra Tubuh</b>			
	Mean	149.2	149.3	
	Min	141	142	
	Max	161	162	0,928
	SD	5.105	5.284	
	SE	1.142	1.182	
	CI95%	146.81;151.59	146.88;151.82	
<b>2.</b>	<b>Harga Diri</b>			
	Mean	86.8	85.4	
	Min	76	75	
	Max	92	93	0,353
	SD	4.259	4.968	
	SE	0.977	1.111	
	CI95%	84.79;88.89	83.12;87.78	

Tabel 5.2 menggambarkan hasil uji kesetaraan sebelum intervensi, pada variabel citra tubuh rerata kelompok intervensi 149.2 (5.105) dengan CI 146.81;151.59 dan rerata kelompok kontrol 149.3 (5.284) dengan CI 146.88;151.82. p Value variabel ini 0.928 ( $p \leq \alpha = 0.05$ ) menyatakan bahwa tidak ada perbedaan rerata citra tubuh pada kelompok intervensi dan kontrol, yang artinya variabel citra tubuh sebelum intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol sama (setara).

Variabel harga diri rerata kelompok intervensi 86.8 (4.259) dengan CI 84.79;88.89 dan rerata kelompok kontrol 85.4 (4.968) dengan CI

83.12;87.78. p Value variabel ini 0.353 ( $p \leq \alpha = 0.05$ ) menyatakan bahwa tidak ada perbedaan rerata harga diri pada kelompok intervensi dan kontrol, yang artinya variabel harga diri sebelum intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol sama (setara).

### C. Analisa Bivariat

Analisis ini menggambarkan perbedaan rerata citra tubuh dan harga diri pada kelompok intervensi dan kontrol. Uji yang digunakan adalah uji T Independent dan uji T Paired yang sebelumnya data telah diuji normalitas. Hasil uji normalitas didapatkan data semua variabel normal.

**Tabel 5.3**

Perbedaan rerata citra tubuh sebelum dengan sesudah dilakukan intervensi pada remaja perempuan obesitas di SMA Kota Bengkulu n=39

Variabel Citra Tubuh	Kelompok Intervensi		Kelompok kontrol		P Value	P Value
	Pre	Post	Pre	Post		
<b>Mean</b>	149.20	177.20	149.35	174.00		
<b>Min-Max</b>	141-161	164-184	142-162	164-183		
<b>SD</b>	5.105	4.959	5.284	4.460	0.000*	0.038**
<b>SE</b>	1.142	1.109	1.182	0.997		
<b>CI 95 %</b>	146.81;151.59	174.88;179.52	146.88;151.82	171.91;176.09		

Sign  $p \leq \alpha$  (0.05), \* T Paired, \*\* T-Independent

Tabel 5.3 menggambarkan tentang rerata citra tubuh remaja perempuan obesitas. Sebelum diberikan video pada kelompok intervensi rerata citra tubuh sebesar 149.2 (5.105) dengan CI 146.81;151.59, kemudian setelah diberikan video nilai rerata citra tubuh sebesar 177.2 (4.959) dengan CI 174.88;179.52. p Value dalam kelompok intervensi 0.000 ( $p \leq \alpha = 0,05$ ) menyatakan bahwa ada perbedaan rerata citra tubuh sebelum dan sesudah diberikan video audio visual.

Sebelum diberikan perlakuan pada kelompok kontrol nilai rerata citra tubuh sebesar 149.3 (5.284) dengan CI 146.88;151.82, setelah diberikan perlakuan nilai rerata sebesar 174 (4.460) dengan CI 171.91;176.09. p Value

dalam kelompok kontrol 0.000 ( $p \leq \alpha = 0,05$ ) menyatakan bahwa ada perbedaan rerata citra tubuh sebelum dan sesudah diberikan *leaflet*.

Hasil uji statistik *independen t-test* menunjukkan nilai P Value sebesar 0,038 ( $p \leq \alpha = 0,05$ ) dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rerata citra tubuh sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol.

**Tabel 5.4**  
Perbedaan rerata harga diri sebelum dengan sesudah dilakukan intervensi pada remaja perempuan obesitas di SMA Kota Bengkulu  
n=39

Variabel Harga Diri	Kelompok Intervensi		Kelompok kontrol		P Value	P Value
	Pre	Post	Pre	Post		
Mean	86.8	116.7	85.4	111.8		
Min-Max	76-92	110-144	75-93	107-121		
SD	4.259	6.959	4.968	3.117	0.000*	0.007**
SE	0.977	1.556	1.111	0.697		
CI 95 %	84.79;88.89	113.44;119.96	83.12;87.78	110.39;113.31		

Sign  $p \leq \alpha$  (0.05), \* T Paired, \*\* T-Independent

Tabel 5.4 menggambarkan tentang rerata harga diri remaja perempuan obesitas. Sebelum diberikan video pada kelompok intervensi rerata harga diri sebesar 86.8 (4.259) dengan CI 84.79;88.89, kemudian setelah diberikan video nilai rerata harga diri sebesar 116.7 (6.959) dengan CI 113.44;119.96. p Value dalam kelompok intervensi 0.000 ( $p \leq \alpha = 0,05$ ) menyatakan bahwa ada perbedaan rerata harga diri sebelum dan sesudah diberikan video audio visual.

Sebelum diberikan perlakuan pada kelompok kontrol nilai rerata harga diri sebesar 85.4 (4.968) dengan CI 83.12;87.78, setelah diberikan perlakuan nilai rerata sebesar 111.8 (3.117) dengan CI 110.39;113.31. p Value dalam kelompok kontrol 0.000 ( $p \leq \alpha = 0,05$ ) menyatakan bahwa ada perbedaan rerata harga diri sebelum dan sesudah diberikan *leaflet*.

Hasil uji statistik *independen t-test* menunjukkan nilai p Value sebesar 0,007 ( $p \leq \alpha = 0,05$ ) dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rerata harga diri

sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol.

**Tabel 5.5**  
Selisih perbedaan rerata citra tubuh dan harga diri setelah dilakukan intervensi pada remaja perempuan obesitas di SMA Kota Bengkulu  
n=39

Variabel	Citra Tubuh		Selisih kelompok Kontrol dan Intervensi	P Value
	Kelompok Kontrol	Kelompok intervensi		
Mean	24.65	28.00	3.50	
Min-Max	11-34	19-35		
SD	5.451	4.039		0.033
SE	1.219	0.903	1.517	
CI 95 %	22.10;27.20	26.11;29.89	-6.421;-0.279	

*Sign 0.05, T Independent*

Tabel 5.5 menggambarkan selisih nilai rerata citra tubuh dan harga diri pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Rerata citra tubuh pada kelompok kontrol sebesar 24.65 (5.451) dengan CI 95% 22.10;27.20, sedangkan pada kelompok intervensi rerata citra tubuh sebesar 28.00 (4.039) dengan CI 95% 26.11;29.89 dan selisih peningkatan rerata citra tubuh pada kelompok kontrol dan intervensi 3.35, SE 1.617 dan CI 95% -6.421;-0.279.

Hasil uji statistik menggunakan *t-independent* didapatkan nilai P Value 0,033 ( $p \leq \alpha = 0,05$ ) sehingga dapat diartikan bahwa ada perbedaan nilai rata-rata citra tubuh sebelum dan sesudah dilakukan intervensi media video. Intervensi media video dapat meningkatkan nilai rata-rata citra tubuh pada remaja perempuan obesitas di SMA Kota Bengkulu.

**Tabel 5.6**  
Selisih perbedaan rerata harga diri setelah dilakukan intervensi pada remaja perempuan obesitas di SMA Kota Bengkulu  
n=39

Variabel	Harga Diri		Selisih Kelompok Intervensi dan kontrol	P Value
	Kelompok Intervensi	Kelompok Kontrol		
Mean	25.10	26.40	1.30	
Min-Max	16-54	17-39		
SD	9.159	6.311		0.604

<b>SE</b>	2.048	1.411	2.487
<b>CI 95 %</b>	20.81;29.39	23.45;29.35	-3.735;6.335

*Sign 0.05, T Independent*

Tabel 5.6 menggambarkan rerata harga diri pada kelompok intervensi sebesar 25.10 (9.159) dengan CI 95% 20.81;29.39, sedangkan pada kelompok kontrol rerata harga diri sebesar 26.40 (6.311) dengan CI 95% 23.45;29.35 dan selisih peningkatan rerata harga diri pada kelompok kontrol dan intervensi 1.30, SE 2.487 dan CI 95% -3.735;6.335.

Hasil uji statistik menggunakan *t-independent* didapatkan nilai P Value 0,604 ( $p \leq \alpha = 0,05$ ) sehingga dapat diartikan bahwa tidak ada perbedaan nilai rata-rata harga diri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi media video. Media video tidak dapat meningkatkan nilai rata-rata harga diri pada remaja perempuan obesitas di SMA Kota Bengkulu.

## **BAB VI**

### **PEMBAHASAN**

Pada bab ini penulis akan membahas tentang hasil-hasil penelitian yang telah didapatkan meliputi karakteristik responden (usia, berat badan, tinggi badan, IMT, serta pengaruh edukasi media video audio visual terhadap peningkatan citra tubuh dan harga diri pada remaja perempuan obesitas di SMA Kota Bengkulu. Selain itu, akan diuraikan tentang keterbatasan penelitian yang telah dilakukan serta implikasi hasil penelitian untuk pelayanan dan penelitian.

#### **A. Interpretasi dan Diskusi Hasil**

##### **1. Karakteristik responden**

###### **a. Usia**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata usia responden pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol adalah 16 tahun. Menurut Notoatmodjo (2010), usia adalah waktu hidup atau ada (sejak dilahirkan atau diadakan). Semakin cukup umur seseorang akan menjadikan lebih matang dalam berfikir dan bekerja (Lestari Fitri Putri, Indriyani Diyan, & Suryaningsih, 2017). Usia mempengaruhi pengetahuan seseorang karena pola pikir yang terus mengalami perubahan sepanjang hidupnya. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang daya tangkap juga pola pikir seseorang dan akan menurun sejalan bertambahnya usia pula (Yoisangadji, 2016).

Studi terbaru tentang kepuasan terhadap tubuh remaja menunjukkan penurunan kepuasan terbesar terjadi pada remaja perempuan usia 13-19 tahun. Penurunan tersebut disebabkan oleh paparan media masa yang saat ini banyak ditampilkan dalam acara televisi dan media sosial (internet dan facebook) sehingga membuat persepsi remaja tidak sehat terhadap tubuhnya (Groesz et al, 2015).

## **b. Tinggi Badan dan Berat Badan**

Salah satu perubahan pada fisik remaja adalah mengalami perubahan bentuk tubuh yaitu ukuran tubuh yang tidak dalam batas normal (obesitas atau kurus). Obesitas dapat terjadi pada usia remaja dikarenakan kelompok ini berada pada fase pertumbuhan yang pesat (*growth spurt*) dan kenaikan kadar insulin plasma, lipid darah, meningkatnya kadar lipoprotein, dan kenaikan tekanan darah. Remaja pada fase ini membutuhkan zat gizi yang relatif lebih besar jumlahnya yang dapat menimbulkan masalah gizi, lingkungan serta pola hidup dan menyebabkan obesitas (Warmias, 2016). Pada penelitian ini rata-rata berat badan kelompok intervensi 69,1 kg dan pada kelompok kontrol 69,3 kg, sedangkan rata-rata tinggi badan 164 cm pada kelompok intervensi dan 165 cm pada kelompok kontrol.

Terdapat hubungan antara berat badan dan citra tubuh remaja perempuan obesitas. Semakin besar berat badan seseorang maka semakin rendah citra tubuhnya, hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mikat (2017) bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat antara citra tubuh dengan berat badan. Remaja cenderung rela melakukan hal-hal yang tidak sehat hanya untuk menurunkan berat badan agar merasa puas akan citra tubuhnya.

## **c. IMT Remaja Obesitas**

Obesitas merupakan penumpukan jaringan lemak yang berlebihan didalam tubuh sehingga dapat mengganggu kesehatan. Seseorang dikatakan obesitas apabila didapatkan nilai indeks massa tubuhnya 25-27 kg/m<sup>2</sup>. Nilai indeks massa tubuh (IMT) didefinisikan sebagai berat badan seseorang dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi dalam meter (kg/m<sup>2</sup>) (Soenardi, 2014).

Obesitas dapat terjadi pada siapa saja baik laki-laki maupun perempuan. Salah satu kelompok umur yang beresiko terjadinya obesitas adalah kelompok usia remaja dimana pada penelitian ini 100% mengalami obesitas kelas 1 dengan rata-rata IMT pada kelompok

intervensi 25.695 kg/m<sup>2</sup> dan pada kelompok kontrol 25.425 kg/m<sup>2</sup>. Menurut WHO (2016) batas ambang IMT remaja ditentukan dengan merujuk ketentuan FAO/WHO yang membedakan batasan ambang IMT remaja perempuan dan laki-laki (12-21 tahun) yaitu, kurus (17,0-18,4 kg/m<sup>2</sup>), normal (18,5-25,0 kg/m<sup>2</sup>) obesitas (25,1- $\geq$ 40,0 kg/m<sup>2</sup>). Obesitas terbagi menjadi 3 kelas, kelas 1 dengan IMT 25,1-30,0 kg/m<sup>2</sup>, kelas 2 dengan IMT 30,1-35,0 kg/m<sup>2</sup>, dan kelas 3  $\geq$  35,1 kg/m<sup>2</sup>.

Hasil tersebut sejalan dengan hasil riset yang dilakukan oleh Meyske (2017) di SMA Negeri 1 Limboto menunjukkan bahwa dari 30 responden didapatkan 19 responden (63,3 %) mengalami obesitas derajat/kelas I

Obesitas dapat terjadi pada usia remaja dikarenakan kelompok ini berada pada fase pertumbuhan yang pesat (*growth spurt*) dan kenaikan kadar insulin plasma, lipid darah, meningkatnya kadar lipoprotein, dan kenaikan tekanan darah. Remaja pada fase ini membutuhkan zat gizi yang relatif lebih besar jumlahnya yang dapat menimbulkan masalah gizi, lingkungan serta pola hidup (Warmias, 2016).

Beberapa faktor penyebab terjadinya kegemukan seperti faktor genetik, kesehatan, psikologis, hormonal, tingkat sosial ekonomi, faktor lingkungan seperti pola makan dan aktifitas fisik serta pengetahuan tentang gizi (Soegih & Wiramihardja, 2009). Menurut Suryaputra pada tahun 2012, pengetahuan gizi yang kurang pada sebagian besar remaja yang mengalami kegemukan memungkinkan remaja kurang dapat memilih menu makanan dan mengatur makan. Hal ini sejalan dengan penelitian Azir pada tahun 2014 yang menyatakan bahwa pengetahuan mempunyai kontribusi terhadap kejadian obesitas pada remaja.

## 2. Gambaran Citra Tubuh dan Harga Diri

### a. Citra Tubuh

Hasil penelitian tentang citra tubuh pada remaja perempuan obesitas yang dilakukan di SMA Kota Bengkulu ini sebelum diberikan intervensi remaja pada kelompok intervensi dan kontrol memiliki citra tubuh negatif, setelah diberikan intervensi terjadi peningkatan citra tubuh menjadi positif dan didapatkan P Value 0,000 ( $p \leq \alpha = 0,05$ ) menyatakan bahwa ada perbedaan nilai rerata citra tubuh pada remaja perempuan obesitas sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol.

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Felita (2016) yang menggunakan video di media sosial (*facebook, twitter, dan instagram*) menunjukkan 56,5% responden merasa bahwa video di media sosial dapat membantu dirinya mencapai *image* diri yang ideal. Sedangkan 43.5% responden merasa video di media sosial tidak membantu dirinya mencapai *image* diri yang ideal. Hal ini menunjukkan ada pengaruh video di media sosial terhadap peningkatan *image* diri yang ideal.

Penelitian ini mempunyai kesamaan dengan Felita yaitu sama-sama menggunakan media video dan sama memiliki pengaruh video terhadap citra tubuh remaja. Penelitian ini juga mempunyai perbedaan dengan Felita yaitu jenis video yang digunakan, Felita menggunakan video di media sosial (*facebook, instagram, dan twitter*) sedangkan dalam penelitian ini menggunakan video yang diedit sendiri tanpa menggunakan media sosial serta sample yang digunakan hanya remaja perempuan obesitas dan Felita remaja perempuan dan laki-laki.

Sebuah penelitian menyatakan bahwa komponen konsep diri yang paling mempengaruhi remaja sekaligus berkorelasi paling kuat dengan kepercayaan diri remaja adalah penampilan fisik dan gambaran diri. Saat menginjak masa remaja seseorang akan cenderung menjadi sangat peduli terhadap penampilannya dan akan membangun citranya

sendiri terhadap penampilannya, sehingga merupakan hal yang normal jika remaja memperhatikan penampilannya dengan teliti dan merasa bahwa orang lain sedang memandangi mereka (Behrman dkk, 2010)

Citra tubuh merupakan gambaran yang dimiliki seseorang dalam pikirannya tentang penampilan (ukuran dan bentuk) tubuhnya serta sikap yang dibentuk seseorang terhadap karakteristik-karakteristik dari tubuhnya. Jadi, terdapat dua komponen dari citra tubuh, yaitu komponen perseptual tentang bagaimana seseorang memandang tubuhnya sendiri dan komponen sikap tentang bagaimana seseorang merasakan penampilan atau tubuh yang dipersepsinya (Bolton, et. al, 2010).

Citra tubuh merupakan salah satu evaluasi yang paling penting sepanjang masa remaja karena secara psikologis dapat mempengaruhi konsep mental yang penting dalam kehidupan. Remaja yang memiliki rasa yang baik terhadap penampilan fisiknya akan memiliki kesempatan yang baik pula untuk memperoleh citra tubuh yang positif. Citra tubuh yang positif dan realistis diperlukan untuk mencapai hidup sehat dan menyenangkan untuk dapat beradaptasi dengan diri dan orang lain (Sabeti, 2014).

Hasil penelitian Neumark-Sztainer mengenai “*Weight-related concerns and behaviors among overweight and non-overweight adolescents: implications for preventing weightrelated disorders*” yang dikutip dalam SooHoo, Reel dan Pearce (2011) menemukan bahwa selama masa remaja, perempuan mulai mengalami perubahan tubuh pubertas, dengan 24-46 % responden perempuan memiliki ketidakpuasan pada tubuhnya dan citra tubuh menjadi negatif.

#### **b. Harga Diri**

Hasil penelitian tentang harga diri pada remaja perempuan obesitas yang dilakukan di SMA Kota Bengkulu ini sebelum diberikan intervensi remaja pada kelompok intervensi dan kontrol memiliki harga diri rendah, setelah diberikan intervensi terjadi peningkatan harga diri

menjadi sedang dan p Value 0,000 ( $p \leq \alpha = 0,05$ ) menyatakan bahwa ada perbedaan nilai rerata harga diri pada remaja perempuan obesitas sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wardani (2017) yang menggunakan media video didapatkan hasil sebelum dilakukan intervensi rata-rata nilai sebesar (15,70) dan setelah diberikan intervensi (19,75). Ada peningkatan selisih nilai rata-rata sebelum diberi intervensi dan setelah diberi intervensi sebesar 4,05, sehingga ada pengaruh media video terhadap harga diri siswa SMA (P Value =  $0.025 < 0.05$ ).

Harga diri (*self-esteem*) merupakan penilaian tentang nilai individu dengan menganalisa kesesuaian perilaku dengan ideal diri. Obesitas mengakibatkan remaja mengalami kecemasan yang sangat mengganggu karena ketakutan mereka tidak akan bisa mendapatkan pacar atau pasangan hidup, adanya perasaan tidak percaya diri, minder terhadap penampilan fisiknya (Meyske, 2017). Harga diri merupakan evaluasi dan penilaian positif atau negatif secara menyeluruh tentang diri remaja yang dipengaruhi oleh hasil interaksi dengan orang-orang yang penting di lingkungannya serta dari sikap, penerimaan, penghargaan, dan perlakuan orang lain terhadap dirinya (Horlock, 2007).

Menurut Kawuwung, Rompas dan Onibala (2015) umur dan berat badan menjadi salah satu faktor remaja memiliki harga diri yang tinggi atau rendah, semakin remaja memiliki berat badan yang besar maka rasa kepercayaan dirinya akan menurun karena remaja tersebut merasa malu dengan bentuk badannya yang besar. Dalam penelitian ini rata-rata berat badan remaja yang menjadi responden adalah 69 kg dan rata-rata tinggi badan 164 cm dengan rata-rata IMT 25,6 kg/m<sup>2</sup> (obesitas kelas 1).

Thompson (dalam Ridha, 2012) berpendapat bahwa kepuasan seseorang terhadap tubuhnya sangat berhubungan dengan harga diri, dengan kata lain orang yang memiliki kepuasan tubuh tinggi juga akan cenderung memiliki harga diri tinggi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Pisitsungkaga (2013) mengenai “*Body Image Satisfaction and Self Esteem in Thai Female Adolescence : the moderating role of self-compassion*” yang menunjukkan bahwa kepuasan terhadap citra tubuh secara signifikan mempengaruhi harga diri pada remaja putri.

### **3. Pengaruh Media Video Audio Visual Terhadap Citra Tubuh dan Harga Diri**

#### **a. Citra Tubuh**

Selisih nilai rata-rata citra tubuh sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi sebesar 28.00 sedangkan pada kelompok kontrol nilai rata-rata citra tubuh sebesar 24.65 dengan P Value 0,033 ( $p \leq \alpha = 0,05$ ) yang berarti bahwa ada pengaruh edukasi media video audio visual terhadap peningkatan citra tubuh pada remaja perempuan obesitas di SMA Kota Bengkulu.

Apriani (2017) melakukan penelitian dengan menggunakan media video dan menunjukkan bahwa ada peningkatan citra tubuh sebelum dan setelah diberikan intervensi sebesar 17,3%, dengan p value 0.029 ( $p \leq \alpha = 0.05$ ) sehingga dapat diartikan bahwa ada pengaruh media video terhadap peningkatan citra tubuh remaja di SMA Samarinda.

Video mampu merebut 94% saluran masuknya pesan atau informasi kedalam jiwa manusia melalui mata dan telinga serta mampu untuk membuat orang pada umumnya mengingat 50% dari apa yang mereka lihat dan dengar dari tayangan program. Pesan yang disampaikan melalui media video dapat mempengaruhi emosi yang kuat dan juga dapat mencapai hasil cepat yang tidak dimiliki oleh media lain.

Penelitian yang dilakukan Kurniasari dan Wardani di Kalimantan Timur (2017) tentang pengaruh media video terhadap pengetahuan dalam pencegahan perilaku seks pranikah siswa SMP

menunjukkan bahwa nilai rata-rata dari 20 siswa sebelum diberi intervensi (15,70) dan setelah diberikan intervensi (19,75). Ada peningkatan selisih nilai rata-rata sebelum diberi intervensi dan setelah diberi intervensi sebesar 4,05, sehingga ada pengaruh media video terhadap pengetahuan siswa SMP ( $P \text{ Value} = 0.025 < 0.05$ ).

Henggaryadi dan Fakhurrozi (dalam Sari, 2012) menjelaskan bahwa semakin menarik tubuh maka semakin tinggi harga diri yang dimiliki, karena citra tubuh positif akan meningkatkan nilai diri, kepercayaan diri, serta mempertegas jati diri terhadap orang lain maupun dirinya sendiri, yang akan mempengaruhi harga diri. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Gatti dkk (2014) mengenai "*I Like My Body; Therefore, I Like Myself: How Body Image Influences Self-Esteem—A Cross-Sectional Study on Italian Adolescents*" menjelaskan bahwa remaja putri yang memiliki citra tubuh positif memiliki harga diri yang tinggi.

#### **b. Harga Diri**

Selisih nilai rata-rata harga diri sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi sebesar 25.10 sedangkan pada kelompok kontrol nilai rata-rata harga diri sebesar 26.40 dengan  $P \text{ Value}$  0,604 ( $p \leq \alpha = 0,05$ ) yang berarti bahwa tidak ada pengaruh edukasi media video audio visual terhadap peningkatan harga diri pada remaja perempuan obesitas di SMA Kota Bengkulu.

Penelitian ini tidak jauh berbeda dengan Gormen (2015) di Australia dengan menggunakan 50 mahasiswa laki-laki obesitas yang terdiri dari 28 mahasiswa kelompok eksperimental dan 22 mahasiswa kelompok kontrol. Peningkatan pada kelompok kontrol sebelum intervensi 24,92 dan setelah intervensi 25,20, sedangkan pada kelompok intervensi sebelum intervensi 24,80 dan setelah intervensi 25,08 dengan  $p \text{ value}$  0,627 ( $p > \alpha = 0.05$ ). Peserta yang diberikan paparan media video secara terus menerus dengan yang tidak diberikan media terus menerus tidak ada perbedaan peningkatan *self esteem*. Tidak ada pengaruh yang

signifikan media video yang diberikan secara terus menerus terhadap harga diri (Gorman, Dinas, & Quinn, 2015).

Hasil penelitian jika dilihat secara statistik tidak bermakna atau tidak ada perbedaan rerata harga diri setelah diberikan media video, tetapi jika dilihat secara kasat mata ada peningkatan harga diri sebelum dan sesudah diberikan video. Hal ini dapat dikarenakan faktor jumlah sampel yang relatif kecil, karena nilai p Value tergantung dari jumlah sampel, sehingga jika sampel kecil maka nilai p Value umumnya  $>0.05$ . Harga diri merupakan sesuatu yang sudah melekat sejak seseorang tersebut dilahirkan, tidak mudah merubah harga diri seseorang dalam waktu yang singkat karena harga diri remaja berkaitan erat dengan faktor lingkungan (lingkungan sosial dan lingkungan fisik), jadi tidak mudah meningkatkan citra tubuh hanya dengan menggunakan media video tetapi perlu peran lingkungan keluarga, lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat untuk meningkatkan harga diri remaja (Gea, et.al, 2015).

Harga diri merupakan suatu evaluasi positif atau negatif dan bagaimana seseorang memandang terhadap diri sendiri. Harga diri remaja berhubungan dengan dimensi spesifik, seperti kemampuan akademik, kecakapan sosial, penampilan fisik, peran keluarga dan harga diri kolektif, yaitu evaluasi akan kebernilaian didalam suatu kelompok. Untuk meningkatkan harga diri remaja maka harus meningkatkan dari segi dimensi spesifik tersebut, karena dimensi itu sangat berhubungan dan berpengaruh terhadap rendah atau tinggi harga diri remaja (Srisayekti, 2015).

Media video audio visual merupakan media yang terdiri atas gambar bergerak dan suara. Video audio visual memiliki kelebihan yaitu penyampain informasi yang lebih jelas karena terdiri dari gambar bergerak dan suara serta warna yang menarik perhatian.

Dari dimensi spesifik tersebut dalam video yang digunakan oleh penelitian hanya terdapat kecakapan sosial dan penampilan fisik, sehingga hasil yang didapatkan tidak ada pengaruh media video audio

visual terhadap harga diri remaja. Serta pesan dan motifasi yang ada didalam video ini kurang kompleks sehingga pesan dan motifasi hanya dilihat dan dengarkan tanpa bisa mempengaruhi penilaian remaja terhadap dirinya.

Berdasarkan hasil penelitian Asyharika (2016) layanan bimbingan konseling kelompok lebih efektif meningkatkan harga diri remaja dibandingkan dengan memberi edukasi, karena dengan bimbingan konseling lebih bisa membantu mengenal lingkungan, baik lingkungan sosial maupun lingkungan fisik dan menerima berbagai kondisi lingkungan itu secara positif dan dinamis serta membantu remaja dalam merencanakan, mempertimbangkan dan mengambil keputusan tentang masa depan dirinya.

Penelitian Ayu (2015) diperoleh hasil bahwa nilai *pearson correlation* 0.390 dan sig sebesar 0.000 ( $p < 0,05$ ). Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara citra tubuh dengan harga diri. Artinya semakin positif citra tubuh maka menunjukkan semakin tinggi harga diri. Sebaliknya, semakin negatif citra tubuh maka semakin rendah harga diri. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nnaemeka dan Solomon (2014) mengenai "*Relationship between Body Image and Self-Esteem among Female Undergraduate Students of Behavioural Sciences*" juga menunjukkan bahwa citra tubuh secara signifikan berhubungan dengan harga diri pada remaja perempuan.

## **B. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian tentang "pengaruh edukasi media video audio visual terhadap peningkatan citra tubuh dan harga diri pada remaja perempuan obesitas di SMA Kota Bengkulu" masih memiliki kelemahan diantaranya:

1. Intervensi pada penelitian ini hanya pada remaja perempuan obesitas, sehingga tidak diketahui apakah penelitian ini dapat digunakan pada

remaja laki-laki obesitas maupun remaja perempuan dan laki-laki yang tidak obesitas.

2. Sampel pada penelitian ini dalam skala kecil jika dibandingkan dengan jumlah populasi yang besar, maka diperlukan penelitian dengan jumlah sampel dalam skala besar dengan cara mengecilkan  $\alpha/\beta$
3. Media dalam penelitian hanya di uji ke remaja di sekolah SMA, tidak di uji oleh para ahli kesehatan atau yang ahli dibidang teknologi video
4. keterbatasan tenaga serta waktu dan tempat yang disediakan oleh pihak sekolah kurang kondusif menyebabkan kurang maksimalnya peran mahasiswa dalam memandu remaja mengisi kuesioner dan memberikan intervensi.

## **BAB VII**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Rata-rata usia responden pada kelompok intervensi dan kontrol adalah 16 tahun, berat badan rata-rata responden 69 kg, tinggi badan 164 cm dan rata-rata IMT 25.6 (obesitas derajat/kelas 1).
2. Rata-rata citra tubuh responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok kontrol sebesar 149,35 dan kelompok intervensi sebesar 149,20. Rata-rata harga diri responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok kontrol sebesar 85,4 dan kelompok intervensi sebesar 86,8.
3. Rata-rata perbedaan citra tubuh sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok intervensi sebesar 28.00 dan pada kelompok kontrol sebesar 24.65. Ada perbedaan citra tubuh pada kelompok intervensi dan kontrol sebesar 3.35.
4. Rata-rata perbedaan harga diri sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok intervensi sebesar 25.10 dan pada kelompok kontrol sebesar 26.40. Ada perbedaan harga diri pada kelompok intervensi dan kontrol sebesar 1.30.

#### **B. Saran**

1. Bagi Responden

Diharapkan responden dapat mengevaluasi dan menilai citra tubuh dan harga diri sendiri serta mencari alternatif cara untuk meningkatkan citra tubuh dan harga diri melalui media video dan melalui bimbingan konseling di sekolah untuk menyelesaikan permasalahan yang ada dalam diri.

## 2. Bagi Pihak Sekolah

Pihak sekolah diharapkan dapat membantu para remaja melalui penyediaan layanan bimbingan konseling dan memberi edukasi-edukasi melalui media video atau media-media lainnya untuk membantu remaja dalam menghadapi permasalahan psiko-sosial seperti citra tubuh dan harga diri.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti lain diharapkan dapat memberi edukasi-edukasi yang lebih luas sehingga mendapatkan perubahan citra tubuh dan harga diri yang lebih baik lagi dan meneliti variabel perancu atau variabel lain yang dapat mempengaruhi citra tubuh dan harga diri yang belum ada pada penelitian sekarang ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- American Psychological Association. (2014). American Psychological Association. *Journal Developing Adolescents*, 1, 29–33.
- Ardiyanta (2015) 'Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa Dengan Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok', *psikologi kesehatan*, 2, pp. 0–12.
- Bensley, R. J. 2009. Metode Pendidikan Kesehatan Masyarakat. Edisi 2. Jakarta: EGC.
- Damaiyanti Mukhrimah & Iskandar. (2012). Asuhan Keperawatan Jiwa. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Felita, P., Siahaja, C., Wijaya, V., Melisa, G., Chandra, M., & Dahesihsari, R. (2016). *Pemakaian Media Sosial Dan Self Concept Pada Remaja*, *Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA*, Vol. 5, (1), 30–41.
- Gorman, S., Dinas, K., & Quinn, B. (2015). *Efek media pada citra tubuh dan harga diri Bachelor of Arts ( Ilmu Sosial Spesialisasi ) di DBS School of Arts , Dublin Pembimbing : Dr Bernadette Quinn April 2015 Departemen Ilmu Sosial DBS School of Arts*, (April), 1–51.
- Groesz, Dana. K. Volker, Justine. J. Reel and Christy. Greenleaf. (2015). *Weight Status and Body Image Perceptions In Adolescents: Current perspectives*.Dove press journal:Adolescent Health, Medicine and Therapeutics.
- Hartono, R. I. W. (2012) *Akupresor Untuk Berbagai Penyakit*. Edited By A. Hartono. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hengkengbala, G., H.Polii And Wungouw, H. I. . (2013). *Pengaruh Latihan Fisik Aerobik Terhadap Kolesterol High Density Lipoprotein (HDL) Pria Dengan Berat Badan Lebih (Overweight)\**, *E-Biomedik*, 1, Pp. 284–290.
- Ifdil. (2017). *Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri*, (September). <https://doi.org/10.17977/um001v2i32017p107>
- Irianto, D. Pekik (2007) *Panduan Gizi Lengkap Keluarga Dan Olahragawan*. Edited By D. Hardjono. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Kartika. (2015). *Hubungan obesitas dengan citra tubuh dan harga diri pada remaja putri program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado*.

- Kasinus. (2013). Kesehatan Mental Pandangan Umum Mengenai Penyesuaian Diri dan Kesehatan Mental serta Teori-Teori yang terkait. Yogyakarta: PT Persada Baru. Ed 5. Hal 135-142
- Kawuwung, K. S., Rompas, S. and Onibala, F. (2015) 'Hubungan Obesitas Dengan Citra Tubuh Dan Harga Diri Pada Remaja Putri Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado', *E-Journal Keperawatan*, 3(2).
- Kinanti, I. (2013) 'Gambaran Citra Tubuh Pada Remaja yang Obesitas', *Skripsi*, p. 24.
- Meyske. (2017). *Hubungan Obesitas dengan harga diri pada remaja di SMA Negeri 1 Limboto Kabupaten Gorontalo*.
- Mohammad Ali. (2012). Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik. Jakarta:PT Bumi Aksara
- Muninggar. (2016). *Pengaruh Intervensi Generalis Gangguan Citra Tubuh Terhadap Siswa Obesitas di SMA Virgo Fidelis Kecamatan Bawen*.
- Notoatmodjo, S. (2010) *Metode Penelitian Kesehatan*. 1st Edn. Jakarta: Pt Rineka Cipta.
- Nursalam. (2013). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika.
- Nurvita.V & Handayani. M. M. (2015). *Journal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental. Volume 4 No. 1 April 2015*.
- Pandu (2014) 'Konsep Diri Remaja Putri yang Mengalami Obesitas', *Psikovidya*, 18(0853–8050), pp. 107–131.
- Putu. (2016). *Hubungan intensitas perilaku menonton televisi dengan resiko Obesitas anak usia 5-6 Tahun. Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Pendidikan Ganesha*, 4(3).
- Rachmawati, S. (2014) „Asupan Lemak Dan Kadar High Density Lipoprotein (HDL) Sebagai Faktor Resiko Peningkatan Kadar C-Reactive Protein (CRP) Pada Remaja Obesitas Dengan Sindrom Metabolik“, *Tahun Halaman Of Nutrition College , Volume Nomor Online Di : Http://Ejournal-S1.Undip.Ac.Id/Index.Php/Jnc Journal Of Nutrition College , Volume 3 , Nomor 3 , Tahun 2014*, 3.
- Riskesdas. (2013). Riset Kesehatan Bengkulu.

- Sabeti. H. (2014). Konsep Diri dan Citra Tubuh Pada Remaja. *Jurnal Psikoislamedia. Vol 2. No 2.*
- Salam. A. (2010). “Faktor Risiko Kejadian Obesitas Pada Remaja”. *Jurnal MKMI Vol 6 No.3 Juli 2010, Hal 185-190*
- Soohoo, S; Reel, J & Pearce, F. (2011). Socially Constructed Body Image of Female Adolescent Cheerleaders. *WSPAJ, 20(2) University of Utah. San Fransisco.*
- Sarwono, W. (2010). Psikologi Remaja. Ed. Revisi 11. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. Hal 299-305.
- Sorga. (2013). Hubungan Obesitas dengan citra diri dan harga diri pada remaja putri di kelurahan jomblang kecamatan Candisari Semarang, *1(1), 52–61.*
- Sriyukti, W. (2015). *Jurnal Psikologi Remaja. Volume 42. No 2, 141-156*
- Suhron, M. (2017). Asuhan Keperawatan Jiwa Konsep Self Esteem. Jakarta: Mitra Wacana Media. Jilid 1. Hal 42-45.
- Susi. (2010). Faktor Risiko Kejadian Obesitas pada Remaja SMA Negeri 2 dan SMA Negeri 3 di Kota Pekalongan Tahun 2010, *4(4).*
- Susilowati (2011) ‘Hubungan Kegemukan Dengan Konsep Diri Pada Remaja Usia 16-18 Tahun ( Studi Analitik Di SMA Negeri 2 Pare )’, *jurnal keperawatan, (4), pp. 38–44.*
- Sutejo, dkk. (2013). Keperawatan Jiwa Konsep dan Praktik Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa. Yogyakarta: Pustaka Baru Press. Ed 1. Hal 132-135.
- Wasylikiw, L; MacKinnon, A. L,& MacLellan, A. M. (2012). *Exploring The Link Between Self-Compassion And Body Image In University Women. (9),236-245.* Department of Psychology Mount Allison University. Sackville, New Brunswick, Canada.
- WHO. (2011). World Health Organization.child Growth Standar, 17–22.
- Weni Kurdanti, Isti Suryani, Nurul Huda Syamsiatun, Listiana Purnaning Siwi, Mahardika Marta Adityanti, Diana Mustikaningsih, K. I. S. (2015) ‘Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja’, *Jurnal Gizi Klinik Indonesia, 11(4), pp. 179–190. doi: 10.22146/ijcn.22900.*
- Widyawati. (2016). Hubungan Obesitas Dengan Harga Diri Remaja Putri Usia 15-17 Tahun di Madrasah Mu’allimat Muhammadiyah Yogyakarta Tahun 2016.

Wulandari. (2016). Hubungan Obesitas Dengan Harga Diri (Self-Esteem) Pada Remaja Putri SMA Negeri 13 Semarang, *11*(2), 81–89.

Yulianti (2015) ‘Hubungan antara tingkat obesitas dengan konsep diri pada remaja putri di kedunggupit sidoharjo wonogiri’, *jurnal keperawatan*, 2(1), pp. 17–26.

**L**

**A**

**M**

**P**

**I**

**R**

**A**

**N**



**Persetujuan Keikutsertaan dalam Penelitian**  
***(Informed Consent)***

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, menyatakan bersedia ikut serta dalam penelitian Pengaruh Edukasi Media Video Audio Visual Terhadap Peningkatan Harga Diri dan Citra Tubuh Remaja Perempuan Obesitas di SMA Kota Bengkulu, dengan pertimbangan:

1. Saya telah mendapatkan penjelasan yang lengkap mengenai tatacara dan prosedur penelitian ini.
2. Saya mempunyai hak untuk mengetahui hasil pemeriksaan yang dilakukan dan meminta saran atas tindak lanjut yang harus saya lakukan demi kesehatan saya.
3. Saya telah mengerti bahwa partisipasi saya dalam penelitian ini bersifat rahasia dan kerahasiaan identitas saya sepenuhnya dijamin oleh peneliti.
4. Identitas saya :
  - Nama :
  - Alamat :
  - Umur :
  - Jenis kelamin :
  - Berat Badan :
  - Tinggi badan :
  - No hp :

Bengkulu, / /2019

Yang membuat pernyataan

Peneliti

(.....)

Ari Cahya Ramadhan  
NIM: P05150015037

## PENJELASAN SEBELUM PERSETUJUAN PENELITIAN (PSP) UNTUK RESPONDEN

Peneliti akan melakukan penelitian mengenai:

**Judul Penelitian:**

Pengaruh Edukasi Media Video Audio Visual Terhadap Peningkatan Citra Tubuh dan Harga Diri Remaja Perempuan Obesitas Di SMA Kota Bengkulu

**Tujuan:**

Untuk mengetahui Pengaruh Edukasi Media Video Audio Visual Terhadap Peningkatan Citra Tubuh dan Harga Diri Remaja Perempuan Obesitas Di SMA Kota Bengkulu

**Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP):**

Sehubungan dengan hal tersebut, peneliti akan melakukan pengumpulan data kepada remaja putri dengan menggunakan kuesioner. Data tersebut di butuhkan untuk mendapatkan informasi tentang Pengaruh Edukasi Media Video Audio Visual Terhadap Peningkatan Citra Tubuh dan Harga Diri Remaja Perempuan Obesitas Di SMA Kota Bengkulu, tidak ada jawaban benar atau salah, oleh karena itu diharapkan kesediaan responden untuk memberikan jawaban yang paling sesuai dengan kondisi sebenarnya.

Responden diberikan waktu yang cukup untuk dapat mengambil keputusan untuk kesediaan terlibat dalam penelitian ini. PSP ditanda tangani oleh peneliti, responden dan saksi yang berasal dari SMA yang bersangkutan.

**Perlakuan yang diterapkan pada responden:**

Responden akan memberikan pernyataan atau jawaban pada kuesioner perihal citra tubuh dan harga diri pada remaja putri obesitas, kuesioner akan diserahkan dan diisi oleh responden pada waktu dan tempat berdasarkan kesepakatan antara responden dan peneliti. Waktu penyerahan pengisian kuesioner disesuaikan dengan waktu responden. Responden dalam memberikan jawaban atau pernyataan dalam kuesioner membutuhkan waktu sekitar 10-15 menit.

**Manfaat:**

Manfaat responden terlibat dalam penelitian ini akan memperoleh pengetahuan tentang hal-hal yang berkaitan dengan harga diri dan citra tubuh pada remaja perempuan obesitas. Agar responden memperoleh pengetahuan tersebut maka peneliti akan memberikan penjelasan singkat tentang harga diri dan citra tubuh dalam bentuk media video.

**Bahaya potensial:**

Pada penelitian ini tidak ada bahaya potensial secara fisik yang diakibatkan oleh keterlibatan responden dalam penelitian. Pada penelitian ini responden akan menjawab dan mengisi kuesioner yang diajukan peneliti, sehingga ada waktu responden yang tersita dalam meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner.

**Hak untuk undur diri:**

Keikutsertaan responden dalam penelitian ini bersifat sukarela dan responden berhak untuk mengundurkan diri kapanpun, tanpa menimbulkan konsekuensi yang merugikan responden.

**Adanya insentif untuk responden:**

Walaupun keikutsertaan responden bersifat sukarela, namun keikutsertaan responden dalam penelitian ini sangat penting membantu peneliti. Peneliti sangat mengapresiasi keterlibatan responden dalam penelitian.

**Kerahasiaan data:**

Data pribadi atau identitas dan hasil jawaban responden pada kuesioner akan dijamin kerahasiannya dan hanya akan digunakan untuk kepentingan peneliti. Agar data tersebut terjaga kerahasiannya, maka akan dilakukan: (1) identitas responden dalam bentuk anonym, (2) dokumen atau berkas penelitian disimpan pada lokasi yang aman, (3) data dikomputer hanya dapat diakses oleh peneliti atau petugas lain setelah mendapat izin peneliti. Data penelitian akan disimpan oleh peneliti minimal selama 2 (dua) tahun.

Jika ada pertanyaan tentang penelitian ini, Bapak/Ibu dapat menghubungi peneliti. Bila masih memerlukan penjelasan, Bapak/Ibu dapat menghubungi Ari Cahya Ramadhan, nomor HP 082306135608 dengan alamat Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu jurusan Keperawatan.

### IDENTITAS DIRI

Nama/inisial :  
Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan  
Usia : tahun  
Berat Badan : Kg  
Tinggi Badan : Cm  
Alamat :

### PETUNJUK PENGISISAN

Berikut ini akan disajikan 60 pertanyaan tentang citra tubuh dan 41 pertanyaan tentang harga diri. Baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan berikut ini. Anda diminta untuk mengemukakan apakah Anda setuju dengan pernyataan tersebut dengan cara memberi TANDA SILANG (X) pada salah satu jawaban yang tersedia, yaitu:

SS : Sangat Setuju  
S : Setuju  
TS : Tidak Setuju  
STS : Sangat Tidak Setuju

Contoh:

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya menganggap penampilan saya menarik		X		

Bila ingin mengganti jawaban yang telah Anda berikan sebelumnya, coret tanda silang (X) sebelumnya dengan dua garis (=), dan berikan tanda silang (X) pada pilihan yang sesuai

Contoh:

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya menganggap penampilan saya menarik		X	X	

Bila sudah selesai, tolong periksa kembali jawaban Anda, jangan sampai ada nomor yang terlewat.

### KUEISONER CITRA TUBUH

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Saya menganggap penampilan saya menarik				
2.	Saya selalu merasa tidak cocok dengan pakaian yang saya pakai				
3.	Saya kurang suka dengan bentuk tubuh Saya				
4.	Meskipun gemuk penampilan saya tetap Trendy				
5.	Wajah saya cukup menarik				
6.	Walaupun tidak memiliki tubuh yang ideal tetapi saya tetap memiliki kepercayaan diri yang tinggi				
7.	Tidak ada yang perlu diperbaiki dari penampilan saya				
8.	Menurut saya penampilan saya buruk				
9.	Saya rela melakukan diet untuk menunjang penampilan saya				
10.	Secara keseluruhan saya puas dengan penampilan saya				
11.	Saya memiliki rambut yang indah				
12.	Saya tidak bisa mengontrol diri saya untuk mengkonsumsi coklat, mie, ice- cream dan makanan lain yang dapat mengakibatkan kegemukan				
13.	Saya tidak percaya jika orang lain mengatakan penampilan saya menarik				

14.	Menurut saya mengurus penampilan hanya membuang waktu saja				
15.	Jika penampilan saya dipuji maka saya merasa puas				
16.	Saya tidak suka dengan bentuk wajah saya				
17.	Tidak PD rasanya memiliki tubuh yang Gemuk				
18.	Saya selalu ingin berpenampilan menarik				
19.	Saya tidak berniat untuk mengecilkan tubuh bagian bawah saya (paha, pinggul, kaki)				
20.	Memiliki tubuh yang menarik merupakan hal yang penting				
21.	Memiliki paha yang besar membuat saya tidak puas dalam hal berpenampilan				
22.	Walaupun kata orang saya gemuk saya cuek saja				
23.	Tidak masalah bagi saya memiliki pantat yang besar				
24.	Saya sangat peduli dengan pola makan yang saya konsumsi				
25.	Ingin rasanya memiliki tubuh yang Menarik				
26.	Orang yang memiliki tubuh gemuk harus memperhatikan penampilannya				
27.	Saya kecewa memiliki tubuh yang gemuk				
28.	Saya memiliki rambut yang tidak indah				
29.	Saya melakukan olahraga rutin untuk menurunkan berat badan saya				
30.	Saya cemas dengan berat badan saya yang terus bertambah				
31.	Prinsip saya adalah "jangan lewatkan makanan enak"				

32.	Saya tidak PD keluar rumah karena memiliki tubuh yang gemuk				
33.	Tidak ada yang perlu di khawatirkan memiliki tubuh yang gemuk				
34.	Saya tetap PD walaupun memiliki perut yang besar				
35.	Saya tetap akan makan makanan yg berlemak tiap hari				
36.	Saya tidak menyukai bentuk perut saya				
37.	Berat badan tidak menjadi masalah penting bagi saya				
38.	saya nyaman memiliki dada yang besar (WANITA)				
39.	Saya tidak mau memakan makanan yang mengandung lemak				
40.	Ingin rasanya memiliki lengan yang kecil				
41.	Saya tetap memakan makanan apasaja yg saya suka walaupun nantinya berat badan saya akan naik				
42.	Saya menjadi sensitif jika orang lain bercerita tentang berat badan				
43.	Masih bisa saya menerima berat badan saya seperti ini				
44.	Saya mengatur pola makan untuk menunjang penampilan saya				
45.	Saya cemas dengan pernyataan teman- teman saya yang mengatakan saya lebih gemuk dari biasanya				
46.	Saya berada dalam kategori kelebihan berat badan				
47.	Saya PD memiliki badan yang gemuk				

48.	Berat badan saya tidak sesuai dengan tinggi badan saya				
49	Tidak ada yang salah dengan berat badan Saya				
50.	Saya tidak suka makan berlebihan				
51.	Saya tidak peduli terhadap penampilan Saya				
52.	Saya memilih pakaian yang sesuai untuk menutupi pinggul saya yang besar				
53.	Saya cemas jika makan terlalu banyak				
54.	Saya tidak peduli walaupun berat badan saya bertambah				
55.	Tidak masalah bagi saya jika orang lain mengatakan saya gemuk				
56.	Saya tidak peduli dengan berat badan saya				
57.	Menurut saya melakukan diet merupakan hal yang sia-sia				
58.	Tidak perlu malu memiliki berat badan yang gemuk				
59.	Sekarang ini tidak penting bagi saya untuk memperbaiki penampilan				
60.	Saya sering mengeluh tentang berat badan Saya				

Sumber: Kinanti (2010)

## KUISIONER HARGA DIRI

No	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa diri saya berguna bagi orang sekitarnya saya				
2	Saya merasa harus menjaga kebersihan diri dengan baik				
3	Saya merasa berpenampilan yang baik adalah hal yang penting				
4	Saya menjaga diri saya agar tidak mudah di lecehkan orang lain				
5	Saya rasa penting untuk menjaga kesehatan diri saya				
6	Saya merasa diri saya istimewa				
7	Saya merasa setiap bagian diri saya sangatlah berharga				
8	Saya menyukai diri saya sendiri				
9	Saya bangga dengan diri saya sendiri				
10	Saya mampu menerima diri saya apa adanya				
11	Saya memberi perhatian pada diri saya sendiri				
12	Penring bagi saya untuk merawat diri saya sendiri				
13	Saya rasa memprioritaskan diri saya sendirimerupakan suatu hal yang perlu di lakukan				
14	Saya mampu mengatur apa yang saya lakukan dalam kehidupan sehari-hari				
15	Saya bisa menahan keinginan saya akan suatu hal, yang sebenarnya tidak saya butuhkan				
16	Saya bisa menolak ajakan teman saya untuk melakukan sesuatu yang saya rasa akan merugikan diri saya sendiri				
17	Saya merupakan pribadi yang disiplin				
18	Saya paham betul akan dampak dan tujuan dari apa yang saya lakukan				
19	Saya selalu berhati-hati dalam berperilaku				
20	Saya bisa mengetahui kapan saya harus bertindak				
21	Saya mampu mengendalikan emosi saya				
22	Saya merasa keberadaan diri saya hanya menyusahkan orang lain				
23	Kebersihan merupakan bukan hal penting bagi saya				
24	Setiap orang bisa melecehkan diri saya, dan itu hal yang wajar				
25	Saya merasa sakit merupakan hal yang wajar dan saya tidak perlu melakukan pencegahan khusus atas hal tersebut				
26	Saya merasa diri saya buruk				
27	Saya tidak khawatir diri saya sendiri terluka				
28	Saya membenci keadaan diri saya sendiri				
29	Saya merasa malu dengan diri saya sendiri				
30	Saya merasa jengkel dan tidak puas dengan keadaan diri				

	saya sendiri				
31	Saya merasa keadaan diri saya bukanlah hal yang penting				
32	Saya merasa buang-buang waktu merawat diri saya sendiri				
33	Saya merasa hal-hal mengenai diri saya pribadi tidak terlalu penting dan bisa dikesampingkan				
34	Saya hanya mengikuti keinginan saya semata dalam berperilaku				
35	Saya tidak bisa membedakan mana kebutuhan dan keinginan saya				
36	Saya selalu menerima ajakan teman saya melakukan sesuatu				
37	Melanggar aturan adalah hal yang biasa bagi saya				
38	Dalam berperilaku, saya hanya mengikuti lingkungan sekitar saya				
39	Dalam berperilaku, saya biasanya seenakkehendak saya sendiri				
40	Saya tidak bisa menghentikan melakukan kegiatan yang saya sukai				
41	Saya memiliki emosi yang tidak stabil				

Sumber: Yosua (2017)

## SATUAN ACARA PENYULUHAN

Topik : Citra Tubuh dan Harga Diri Pada Remaja Perempuan Obesitas  
Sasaran : Remaja Perempuan/Siswi SMA Kota Bengkulu  
Waktu : 1x60 menit  
Hari/Tanggal : 28 Maret 2019  
Tempat : SMA N 5 dan SMA N 7 Kota Bengkulu

### 1. Standar Kompetensi

Setelah diberikan edukasi media video diharapkan responden mampu memahami konsep citra tubuh dan harga diri.

### 2. Tujuan

#### a. Umum

Setelah diberikan edukasi media video diharapkan responden mampu mengatasi masalah citra tubuh dan harga diri.

#### b. Khusus

Setelah diberikan media video, siswi dapat

- 1) Menjelaskan pengertian citra tubuh dan harga diri
- 2) Menjelaskan tanda-tanda gangguan citra tubuh dan harga diri
- 3) Menjelaskan cara-cara mengatasi gangguan citra tubuh dan harga diri.

### 3. Pokok Bahasan

Konsep citra tubuh dan harga diri pada remaja.

### 4. Subpokok Bahasan

- a. Pengertian citra tubuh dan harga diri
- b. Tanda-tanda gangguan citra tubuh dan harga diri pada remaja
- c. Cara-cara mengatasi gangguan citra tubuh dan harga diri pada remaja

### 5. Waktu : 1 x 60 menit

### 6. Bahan/Alat yang diperlukan:

- a. Media Video
- b. Microphone
- c. Sound system
- d. Proyektor/LCD

7. Metode
  - a. Visualisasi
  - b. Ceramah
  - c. Tanya Jawab

8. Persiapan

Penyuluh mencari referensi dari buku, jurnal, hasil penelitian, artikel, dan lain-lain tentang citra tubuh dan harga diri.

9. Kegiatan Pendidikan Kesehatan

Proses	Kondisi		Waktu
	Kegiatan Pembelajaran	Kegiatan Peserta	
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> <li>a. Memberi salam, memperkenalkan diri</li> <li>b. Menyampaikan tujuan pembelajaran</li> </ol>	memperhatikan dan menjawab salam. memperhatikan serta merespon terhadap pembelajaran	5 menit
	Menyampaikan materi tentang citra tubuh dan harga diri pada remaja	memperhatikan dan memberi pertanyaan yang belum jelas/paham dengan materi yang diberikan	5 menit
Penutup	Menyimpulkan isi materi citra tubuh dan harga diri  Mendiskusikan bersama jawaban dari pertanyaan yang diberikan  Menutup pertemuan dan memberi salam	memberi komentar dan menjawab pertanyaan bersama  memperhatikan dan menjawab salam	5 menit

## MATERI PENYULUHAN

### G. CITRA TUBUH

#### 1. Pengertian Citra Tubuh

Citra tubuh merupakan gambaran yang dimiliki seseorang dalam pikirannya tentang penampilan (ukuran dan bentuk) tubuhnya serta sikap yang dibentuk seseorang terhadap karakteristik-karakteristik dari tubuhnya. Jadi, terdapat dua komponen dari citra tubuh, yaitu komponen perseptual tentang bagaimana seseorang memandang tubuhnya sendiri dan komponen sikap tentang bagaimana seseorang merasakan penampilan atau tubuh yang dipersepsinya. Citra tubuh harus dibedakan dari harga diri dan kualitas hidup karena kedua konsep ini tidak hanya mencakup penampilan, tetapi juga hubungan seseorang, pandangan religius, budaya, karier, dan nilai (Bolton,dkk, 2010).

Gangguan citra tubuh merupakan keadaan dimana seseorang mengalami atau beresiko mengalami gangguan dalam pencerapan diri seseorang. Gangguan ini biasanya melibatkan distorsi dan persepsi negatif tentang penampilan fisik mereka. Gangguan citra tubuh ini, misalnya dialami oleh seorang wanita selama masa remaja. Ketidakpuasan tubuh berfokus pada “membangun tubuh” dan sering dioperasionalkan sebagai perbedaan antara sosok ideal dan sosok nyata diri saat ini.

#### 2. Komponen Citra Tubuh

Citra tubuh terdiri dari 3 komponen, yaitu:

d. kognitif-afektif (*cognitive-affective*)

Gangguan komponen kognitif-afektif meliputi ketidakpuasan tubuh (evaluasi negatif terhadap tubuh sendiri).

e. perseptual (*perceptual*)

gangguan komponen perseptual meliputi distorsi perseptual seseorang yang dimiliki penilaian yang salah terhadap bentuk dan beratnya (estimasi berlebihan mengenai ukuran tubuhnya).

f. tingkah laku (*behavioral*).

komponen tingkah laku berhubungan dengan pikiran dan perasaan mengenai tubuh, seperti memeriksa tubuh dan sikap menghindar (Sutejo, 2013).

#### 3. Perkembangan citra tubuh positif

Pada remaja persepsi sekarang dan masa lalu tentang fungsi tubuh, fungsi fisiologis, pematangan perkembangan, dan tanggapan dari orang lain memengaruhi perkembangan citra tubuh. Masa remaja merupakan periode kritis pembangunan untuk membentuk citra tubuh karena perubahan pubertas memaksa perubahan citra tubuh remaja. Perkembangan citra tubuh positif pada remaja yaitu:

- d. Menetapkan identitas diri dan peran seksual
- e. Menggunakan pemikiran abstrak
- f. Mengembangkan sistem nilai pribadi.

#### **4. Penyebab gangguan citra tubuh**

Gangguan citra tubuh disebabkan oleh beberapa hal, yaitu kerusakan atau kehilangan bagian tubuh, perubahan ukuran, bentuk, dan penampilan tubuh, serta tindakan pembedahan. Selain itu, gangguan citra tubuh juga dapat disebabkan oleh penyakit seperti, splenomegali. Splenomegali merupakan pembesaran organ limpa yang terus-menerus, sehingga mengakibatkan pembesaran abdomen kuadran kiri.

Faktor-faktor yang berhubungan dengan citra tubuh remaja yaitu:

- d. Faktor biologis

Gangguan citra tubuh dipengaruhi oleh faktor genetik. Faktor biologis yang paling dominan terlihat yaitu ketidakpuasan terhadap bentuk dan ukuran tubuh.

- e. Faktor psikologis

Faktor psikologis yang berkaitan dengan keadaan depresi, rendah diri, dan ketidakpuasan yang dirasakan oleh remaja. Depresi dan rendah diri berkontribusi terhadap pandangan negatif tentang diri sendiri. Selain itu, perfeksionalisme juga turut menyebabkan adanya harapan yang tidak realistis dari berat badan, bentuk, dan penampilan.

- f. Faktor sosial budaya

Faktor sosial budaya dapat dilihat dari beberapa hal, diantaranya adalah pesan media dan keluarga. Dari masa kanak-kanak sampai remaja, televisi, papan reklame, film, video, internet, dan majalah menyampaikan gambaran tentang daya tarik, kecantikan, bentuk, ukuran, kekuatan, dan berat ideal.

#### **5. Komponen citra tubuh**

Citra tubuh terdiri dari tiga komponen, yaitu realistis tubuh (*body reality*), ideal tubuh (*body ideal*), dan perwujudan tubuh (*body presentation*).

d. Realistis tubuh

Pada komponen ini, tubuh seperti itu benar-benar ada, dibatasi oleh efek genetik manusia dan kepuasan kehidupan di lingkungan luar. Hal ini dapat berubah, baik akibat proses penuaan atau karena remaja menggunakan dan menyalahgunakannya. Perubahan nyata dalam realistik tubuh dikaitkan dengan trauma, keganasan, infeksi, dan malnutrisi.

e. Ideal tubuh

Ideal tubuh merupakan gambaran mengenai bagaimana ideal tubuh ingin terlihat dan tampil. Hal-hal yang memengaruhi ideal tubuh meliputi norma sosial dan budaya, periklanan, dan perubahan sikap terhadap kebugaran dan kesehatan.

f. Perwujudan tubuh

Perwujudan tubuh merupakan bagaimana tubuh secara harfiah disajikan ke lingkungan luar, seperti cara berpakaian, berjalan, berbicara, dan menggunakan alat seperti alat bantu dengar.

## H. HARGA DIRI

### 1. Pengertian Harga Diri

Harga diri merupakan evaluasi dan penilaian positif atau negatif secara menyeluruh tentang diri remaja yang dipengaruhi oleh hasil interaksi dengan orang-orang yang penting di lingkungannya serta dari sikap, penerimaan, penghargaan, dan perlakuan orang lain terhadap dirinya (Horlock, 2007).

### 2. Aspek-aspek harga diri

Aspek-aspek yang terkandung dalam self esteem ada tiga yaitu

d. Perasaan berharga

Merupakan perasaan yang dimiliki individu ketika individu tersebut merasa dirinya berharga dan dapat menghargai orang lain.

e. Perasaan mampu

Merupakan perasaan yang dimiliki oleh individu pada saat dia merasa mampu mencapai suatu hasil yang diharapkan.

f. Perasaan diterima

Merupakan perasaan yang dimiliki individu ketika ia dapat diterima sebagai dirinya sendiri oleh suatu kelompok.

**3. Lingkungan perkembangan harga diri**

Ada 3 lingkungan perkembangan *self-esteem* seseorang yaitu

d. Lingkungan keluarga

Merupakan tempat sosialisasi pertama dan utama bagi remaja. Perlakuan adil, pemberian kesempatan untuk aktif dan pendidikan yang demokratis di dapat pada anak yang memiliki harga diri yang tinggi.

e. Lingkungan sekolah

Merupakan tempat kedua setelah remaja, remaja lebih banyak berinteraksi dengan teman sebaya dari bebeda lawan jenis, sehingga dapat mempengaruhi *self-esteem* mereka dalam menjalankan tugas

f. Lingkungan masyarakat

Merupakan tempat individu mempengaruhi bagi pembentukan *self-esteem*. Remaja mulai menyadari bahwa dirinya berharga sebagai individu dengan lingkungannya. Kehilangan kasih sayang, penghinaan, dan di jauhi teman sebaya akan menurunkan *self-esteem*. Sebaliknya pengalaman, keberhasilan, persahabatan, kemasyuran, akan meningkatkan *self-esteem*. (Kasinus, 2013).

### PENCARIAN SAMPEL



### KELOMPOK INTERVENSI





**KELOMPOK KONTROL**



## UJI VALIDASI MEDIA VIDEO

**Inter-Item Correlation Matrix**

	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12	p13
p1	1,000	,397	-,075	,238	,213	-,287	,175	,554	,169	-,113	,096	-,094	-,286
p2	,397	1,000	,018	-,031	,039	,084	,127	,047	-,085	,118	-,034	-,422	-,274
p3	-,075	,018	1,000	-,014	-,255	,530	-,272	,213	-,087	,157	,139	,130	-,129
p4	,238	-,031	-,014	1,000	,103	,000	,038	,280	,008	,131	-,025	,097	-,167
p5	,213	,039	-,255	,103	1,000	-,202	,368	,083	-,127	-,345	-,241	-,207	-,071
p6	-,287	,084	,530	,000	-,202	1,000	-,223	-,141	-,074	,212	-,195	,000	-,063
p7	,175	,127	-,272	,038	,368	-,223	1,000	,156	,052	-,222	-,219	,100	-,223
p8	,554	,047	,213	,280	,083	-,141	,156	1,000	,006	,105	,063	,245	-,294
p9	,169	-,085	-,087	,008	-,127	-,074	,052	,006	1,000	,006	,442	-,248	-,123
p10	-,113	,118	,157	,131	-,345	,212	-,222	,105	,006	1,000	,145	-,173	-,187
p11	,096	-,034	,139	-,025	-,241	-,195	-,219	,063	,442	,145	1,000	,108	-,038
p12	-,094	-,422	,130	,097	-,207	,000	,100	,245	-,248	-,173	,108	1,000	,159
p13	-,286	-,274	-,129	-,167	-,071	-,063	-,223	-,294	-,123	-,187	-,038	,159	1,000

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
p1	34,62	4,387	,363	,602	-,362 <sup>a</sup>
p2	35,21	5,599	-,378	,538	,364
p3	34,90	5,096	,361	,497	-,366 <sup>a</sup>

p4	34,72	5,135	,369	,167	-,410 <sup>a</sup>
p5	34,76	5,975	-,363	,450	,417
p6	34,93	5,924	-,362	,536	,364
p7	35,34	5,591	-,368	,436	,365
p8	34,72	4,135	,401	,559	-,367 <sup>a</sup>
p9	34,45	5,542	-,366	,542	,367
p10	36,86	5,980	-,361	,386	,367
p11	34,72	5,493	,362	,509	-,368 <sup>a</sup>
p12	34,59	5,751	-,363	,610	,361
p13	35,34	7,234	-,427	,267	,365

R tabel:  $df=N-2 \Rightarrow 30-2=28$  R tabel 28 ( $\alpha=0,05$ )= 0.3610

Kesimpulan: item 1-13 = Valid dan Reliabel

## Descriptives

Kode			Statistic	Std. Error
usia	intervensi	Mean	16.40	.134
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound 16.12	
			Upper Bound 16.68	
		5% Trimmed Mean	16.44	
		Median	16.00	
		Variance	.358	
		Std. Deviation	.598	
		Minimum	15	
		Maximum	17	
		Range	2	
		Interquartile Range	1	
		Skewness	-.393	.512
		Kurtosis	-.570	.992
		kontrol	kontrol	Mean
95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound 16.12			
	Upper Bound 16.58			
5% Trimmed Mean	16.33			
Median	16.00			
Variance	.239			
Std. Deviation	.489			
Minimum	16			
Maximum	17			
Range	1			
Interquartile Range	1			
Skewness	.681			.512
Kurtosis	-1.719			.992
IMT	intervensi			Mean
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound 25.196	
			Upper Bound 26.194	

		5% Trimmed Mean	25.611	
		Median	25.550	
		Variance	1.138	
		Std. Deviation	1.0670	
		Minimum	25.2	
		Maximum	28.7	
		Range	4.5	
		Interquartile Range	1.1	
		Skewness	1.360	.512
		Kurtosis	2.477	.992
	kontrol	Mean	25.425	.2552
		95% Confidence Interval for Lower Bound	24.891	
		Mean Upper Bound	25.959	
		5% Trimmed Mean	25.389	
		Median	25.150	
		Variance	1.303	
		Std. Deviation	1.1415	
		Minimum	25.2	
		Maximum	28.3	
		Range	5.1	
		Interquartile Range	1.6	
		Skewness	.594	.512
		Kurtosis	.951	.992
nilai_pre_citra_tubuh	intervensi	Mean	149.20	1.142
		95% Confidence Interval for Lower Bound	146.81	
		Mean Upper Bound	151.59	
		5% Trimmed Mean	149.00	
		Median	149.00	
		Variance	26.063	
		Std. Deviation	5.105	
		Minimum	141	
		Maximum	161	
		Range	20	

		Interquartile Range	6	
		Skewness	.573	.512
		Kurtosis	.318	.992
	kontrol	Mean	149.35	1.182
		95% Confidence Interval for Lower Bound	146.88	
		Mean Upper Bound	151.82	
		5% Trimmed Mean	149.06	
		Median	148.00	
		Variance	27.924	
		Std. Deviation	5.284	
		Minimum	142	
		Maximum	162	
		Range	20	
		Interquartile Range	6	
		Skewness	1.016	.512
		Kurtosis	.743	.992
nilai_pre_harga_diri	intervensi	Mean	86.84	.977
		95% Confidence Interval for Lower Bound	84.79	
		Mean Upper Bound	88.89	
		5% Trimmed Mean	87.16	
		Median	88.00	
		Variance	18.140	
		Std. Deviation	4.259	
		Minimum	76	
		Maximum	92	
		Range	16	
		Interquartile Range	5	
		Skewness	-.444	.512
		Kurtosis	-.406	.992
	kontrol	Mean	85.45	1.111
		95% Confidence Interval for Lower Bound	83.12	
		Mean Upper Bound	87.78	
		5% Trimmed Mean	85.61	

		Median		86.00	
		Variance		24.682	
		Std. Deviation		4.968	
		Minimum		75	
		Maximum		93	
		Range		18	
		Interquartile Range		7	
		Skewness		-.224	.512
		Kurtosis		-.570	.992
nilai_post_citra_tubuh	intervensi	Mean		177.20	1.109
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	174.88	
			Upper Bound	179.52	
		5% Trimmed Mean		177.56	
		Median		178.50	
		Variance		24.589	
		Std. Deviation		4.959	
		Minimum		164	
		Maximum		184	
		Range		20	
		Interquartile Range		5	
		Skewness		-1.203	.512
		Kurtosis		1.374	.992
	kontrol	Mean		174.00	.997
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	171.91	
			Upper Bound	176.09	
		5% Trimmed Mean		174.06	
		Median		174.00	
		Variance		19.895	
		Std. Deviation		4.460	
		Minimum		164	
		Maximum		183	
		Range		19	
		Interquartile Range		6	

		Skewness		-0.047	.512
		Kurtosis		.306	.992
nilai_post_harga_diri	intervensi	Mean		116.70	1.556
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	113.44	
			Upper Bound	119.96	
		5% Trimmed Mean		115.56	
		Median		115.00	
		Variance		48.432	
		Std. Deviation		6.959	
		Minimum		110	
		Maximum		144	
		Range		34	
		Interquartile Range		3	
		Skewness		3.454	.512
		Kurtosis		13.679	.992
	kontrol	Mean		111.85	.697
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	110.39	
			Upper Bound	113.31	
		5% Trimmed Mean		111.61	
		Median		111.50	
		Variance		9.713	
		Std. Deviation		3.117	
		Minimum		107	
		Maximum		121	
		Range		14	
		Interquartile Range		3	
		Skewness		1.001	.512
		Kurtosis		2.987	.992
selisih_citra_tubuh	intervensi	Mean		28.00	.903
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	26.11	
			Upper Bound	29.89	
		5% Trimmed Mean		28.11	
		Median		28.00	

		Variance		16.316	
		Std. Deviation		4.039	
		Minimum		19	
		Maximum		35	
		Range		16	
		Interquartile Range		5	
		Skewness		-.272	.512
		Kurtosis		.085	.992
	kontrol	Mean		24.65	1.219
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	22.10	
			Upper Bound	27.20	
		5% Trimmed Mean		24.89	
		Median		25.50	
		Variance		29.713	
		Std. Deviation		5.451	
		Minimum		11	
		Maximum		34	
		Range		23	
		Interquartile Range		6	
		Skewness		-.739	.512
		Kurtosis		.841	.992
selisih_harga_diri	intervensi	Mean		25.10	2.048
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	20.81	
			Upper Bound	29.39	
		5% Trimmed Mean		24.00	
		Median		22.50	
		Variance		83.884	
		Std. Deviation		9.159	
		Minimum		16	
		Maximum		54	
		Range		38	
		Interquartile Range		10	
		Skewness		1.820	.512

		Kurtosis	4.222	.992
	kontrol	Mean	26.40	1.411
		95% Confidence Interval for Lower Bound	23.45	
		Mean Upper Bound	29.35	
		5% Trimmed Mean	26.22	
		Median	27.50	
		Variance	39.832	
		Std. Deviation	6.311	
		Minimum	17	
		Maximum	39	
		Range	22	
		Interquartile Range	10	
		Skewness	.051	.512
		Kurtosis	-.838	.992
berat_badan	intervensi	Mean	69.15	.799
		95% Confidence Interval for Lower Bound	67.48	
		Mean Upper Bound	70.82	
		5% Trimmed Mean	68.78	
		Median	68.00	
		Variance	12.766	
		Std. Deviation	3.573	
		Minimum	65	
		Maximum	80	
		Range	15	
		Interquartile Range	4	
		Skewness	1.633	.512
		Kurtosis	3.545	.992
	kontrol	Mean	69.35	.985
		95% Confidence Interval for Lower Bound	67.29	
		Mean Upper Bound	71.41	
		5% Trimmed Mean	69.11	
		Median	68.00	
		Variance	19.397	

		Std. Deviation	4.404	
		Minimum	63	
		Maximum	80	
		Range	17	
		Interquartile Range	5	
		Skewness	.988	.512
		Kurtosis	.410	.992
tinggi_badan	intervensi	Mean	164.05	.630
		95% Confidence Interval for Lower Bound	162.73	
		Mean Upper Bound	165.37	
		5% Trimmed Mean	164.06	
		Median	165.00	
		Variance	7.945	
		Std. Deviation	2.819	
		Minimum	160	
		Maximum	168	
		Range	8	
		Interquartile Range	6	
		Skewness	-.448	.512
		Kurtosis	-1.311	.992
	kontrol	Mean	164.90	.632
		95% Confidence Interval for Lower Bound	163.58	
		Mean Upper Bound	166.22	
		5% Trimmed Mean	164.89	
		Median	165.00	
		Variance	7.989	
		Std. Deviation	2.827	
		Minimum	160	
		Maximum	170	
		Range	10	
		Interquartile Range	4	
		Skewness	-.338	.512
		Kurtosis	-.299	.992

## Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Usia	Equal variances assumed	1.993	.166	-.289	38	.774	-.050	.173	-.400	.300
	Equal variances not assumed			-.289	36.563	.774	-.050	.173	-.400	.300
IMT	Equal variances assumed	.425	.518	-.773	38	.444	-.2700	.3494	-.9773	.4373
	Equal variances not assumed			-.773	37.828	.444	-.2700	.3494	-.9774	.4374
nilai_pre_citra_tubuh	Equal variances assumed	.044	.836	.091	38	.928	.150	1.643	-3.176	3.476
	Equal variances not assumed			.091	37.955	.928	.150	1.643	-3.176	3.476
nilai_pre_harga_diri	Equal variances assumed	1.018	.319	-.937	37	.355	-1.392	1.485	-4.402	1.618
	Equal variances not assumed			-.941	36.629	.353	-1.392	1.479	-4.391	1.607
nilai_post_citra_tubuh	Equal variances assumed	.081	.778	-2.146	38	.038	-3.200	1.491	-6.219	-.181
	Equal variances not assumed			-2.146	37.581	.038	-3.200	1.491	-6.220	-.180
nilai_post_harga_diri	Equal variances assumed	1.376	.248	-2.844	38	.007	-4.850	1.705	-8.302	-1.398
	Equal variances not assumed			-2.844	26.326	.008	-4.850	1.705	-8.353	-1.347
selisih_citra_tubuh	Equal variances assumed	1.240	.272	-2.208	38	.033	3.350	1.517	-6.421	-.279
	Equal variances not assumed			-2.208	35.032	.034	3.350	1.517	-6.430	-.270
selisih_harga_diri	Equal variances assumed	.777	.384	.523	38	.604	1.300	2.487	-3.735	6.335
	Equal variances not assumed			.523	33.724	.605	1.300	2.487	-3.756	6.356

berat_badan	Equal variances assumed	1.099	.301	.158	38	.876	.200	1.268	-2.367	2.767
	Equal variances not assumed			.158	36.450	.876	.200	1.268	-2.371	2.771
tinggi_badan	Equal variances assumed	.587	.448	.952	38	.347	.850	.893	-.957	2.657
	Equal variances not assumed			.952	38.000	.347	.850	.893	-.957	2.657

#### Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	nilai_pre_citratubuh_intervensi - nilai_post_citratubuh_intervensi	-28.000	4.039	.903	-29.890	-26.110	-31.001	19	.000

#### Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	nilai_pre_citratubuh_kontrol - nilai_post_citratubuh_kontrol	-24.650	5.451	1.219	-27.201	-22.099	-20.224	19	.000

## Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	nilai_pre_hargadiri_intervensi_ - nilai_post_hargadiri_intervensi	-25.100	9.159	2.048	-29.386	-20.814	-12.256	19	.000

## Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	nilai_pre_hargadiri_kontrol_ - nilai_post_hargadiri_kontrol	-26.400	6.311	1.411	-29.354	-23.446	-18.707	19	.000



**PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU**  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**

Jl. Karang / Irian No. 108 Tel. Padang / Sampitan, Kec. Bait / Agung, Kota Bengkulu Telp: (0738) 22044 Fax: (0738) 7342192 SMS: 0819 1825 8000  
Website: www.dpsptp.bengkuluprov.go.id / Email: dpsptp@bengkuluprov.go.id  
BENGKULU 36222

**REKOMENDASI**

Nomor : 503/B2.650/121/DFMPTSP-P.1/2019

**TENTANG PENELITIAN**

- Dasar :
1. Peraturan Gubernur Bengkulu Nomor 14 Tahun 2018 tentang Perubahan atas Peraturan Gubernur Bengkulu Nomor 4 Tahun 2017 tentang Pendelegasian Sebagian Kewenangan Penandatanganan Perizinan dan Non Perizinan Pemerintah Provinsi Bengkulu Kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Bengkulu.
  2. Surat dari Wakil Direktur Bidang Akademik Politeknik Kesehatan Bengkulu KEMENKES Republik Indonesia Nomor : DM. 01.04/360/2/2019, Tanggal 10 Januari 2019 Perihal Rekomendasi Penelitian, Permohonan Diterima Tanggal 28 Januari 2019 .

Nama / NPM : Ari Cahya Ramadan/ P05120315004  
Rekerjaan : Mahasiswa  
Maksud : Melakukan Penelitian  
Judul Proposal Penelitian : Pengaruh Media Edukasi Video COHANS (Confiden Has No Size) Terhadap Peningkatan Citra Tubuh dan Harga Diri Remaja Perempuan Obesitas Di SMA Kota Bengkulu  
Daerah Penelitian : 1. SMAN 7 Plus Kota Bengkulu  
2. SMAN 2 Kota Bengkulu  
3. SMAN 5 Kota Bengkulu  
4. SMAN 6 Kota Bengkulu  
5. SMA Sint Carolus Kota Bengkulu  
Waktu Penelitian/ Kegiatan : 28 Januari 2019 s/d 28 Maret 2019  
Penanggung Jawab : Wakil Direktur Bidang Akademik Politeknik Kesehatan Bengkulu KEMENKES Republik Indonesia

Dengan ini merekomendasikan penelitian yang akan diadakan dengan ketentuan :

- a. Sebelum melakukan penelitian harus melapor kepada Gubernur/ Bupati/ Walikota Cq. Kepala Baitan/ Kepala Kantor Kasbang Poi atau sebutan lain setempat.
- b. Harus menaati semua ketentuan Perundang-undangan yang berlaku.
- c. Selesai melakukan penelitian agar melaporkan/ menyampaikan hasil penelitian kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.
- d. Apabila masa berlaku Rekomendasi ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan penelitian belum selesai, perpanjangan Rekomendasi Penelitian harus diajukan kembali kepada instansi pemohon.
- e. Rekomendasi ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang surat rekomendasi ini tidak menaati/ mengindahkan ketentuan-ketentuan seperti tersebut di atas.

Demikian Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Bengkulu, 28 Januari 2019

a.n. KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL  
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU  
PROVINSI BENGKULU  
KEPALA BIDANG ADMINISTRASI PELAYANAN  
PERIZINAN DAN NON PERIZINAN I,



**PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU**  
**DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN**  
 Jalan Mayor Jenderal S. Parman ☎ 21620-21623-Fax (0736) 22117  
 Bengkulu – 38227

**REKOMENDASI**

Nomor : 146 / Sp. Seb. /Dikbud/2019

**TENTANG PENELITIAN**

- Dasar :
1. Surat dari Wakil Direktur Bidang Akademik Fakultas Politeknik Kesehatan Bengkulu Nomor : DM. 01.04/1731/2/2019, tanggal 17 Maret 2019 perihal Izin Penelitian,
  2. Surat dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Nomor : 503/82.650/311/DPMP/SP-P.1/2019 tanggal 22 Maret 2019 tentang Rekomendasi Penelitian.

Dengan ini memberikan rekomendasi kepada :

Nama	:	<b>Ari Cahya Ramadhan</b>
NPM	:	P05120315004
Judul Proposal Penelitian	:	Pengaruh Media Edukasi Vidio COHANS (Confiden Hus No Size) Terhadap Peningkatan Citra Tubuh dan Harga diri Remaja Perempuan Obesitas Di SMA Kota Bengkulu
Lokasi Penelitian	:	1. SMAN 7 Plus Kota Bengkulu 2. SMAN 2 Kota Bengkulu 3. SMAN 5 Kota Bengkulu 4. SMAN 6 Kota Bengkulu 5. SMA Sint Carolus Kota Bengkulu
Waktu Penelitian/Kegiatan	:	22 Maret 2019/s/d 22 Mei 2019
Penanggung Jawab	:	Wakil Direktur Bidang Akademik Politeknik Kesehatan Bengkulu

Untuk melakukan penelitian yang akan diadakan dengan ketentuan :

- a. Sebelum melakukan penelitian harus melapor kepada Gubernur/Bupati/Walikota Cq. Kepala Badan/Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Bengkulu atau sebutan lain setempat.
- b. Harus mentaati semua ketentuan Perundang-undangan yang berlaku.
- c. Selesai melakukan penelitian agar melaporkan/menyampaikan hasil penelitian kepada kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Bengkulu.
- d. Apabila masa berlaku Rekomendasi ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan penelitian belum selesai, maka perpanjangan Rekomendasi Penelitian harus diajukan kembali kepada instansi pemohon.
- e. Rekomendasi ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang surat rekomendasi ini tidak mentaati/mengindahkan ketentuan-ketentuan seperti tersebut di atas.

Demikian Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 1 April 2019  
 u.n. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan  
 Provinsi Bengkulu  
 Bidang Pembinaan SMA,



Tembusan disampaikan kepada Yth :

1. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Bengkulu
2. Wakil Direktur Bidang Akademik Politeknik Kesehatan Bengkulu
3. Kepala SMAN 7 Plus, SMAN 2, SMAN 5, SMAN 6, SMA SINT CAROLUS Kota Bengkulu
4. Yang Bersangkutan

**PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU**  
**DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN**  
 Jalan Mayor Jenderal S. Parman ☎ 21620-21623-Fax (0736) 22117  
 Bengkulu - 38227

**REKOMENDASI**

Nomor : *H/S* / *SP.SMA* /Dkkbud/2019

**TENTANG PENELITIAN**

- Dasar :
1. Surat dari Wakil Direktur Bidang Akademik Politeknik Kesehatan Bengkulu Nomor : DM.01.04/265/2/2019, tanggal 08 Januari 2019 perihal Izin Penelitian.
  2. Surat dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Nomor : 50/82.650/121/DPMPTSP.P/2019 tanggal 28 Januari 2019 tentang Rekomendasi Penelitian

Dengan ini memberikan rekomendasi kepada :

Nama	: Ari Cahya Ramadhan
NPM	: P05120315004
Judul Proposal Penelitian	: Pengaruh Media Edukasi Video COHANS ( Confiden Has No Size ) terhadap peningkatan Citra Tubuh dan Harga Diri Remaja Perempuian Obesitas di SMA Kota Bengkulu
Lokasi Penelitian	: SMAN 7 Plus, SMAN 2, SMAN 5, SMAN 6, SMA San Carolus Kota Bengkulu
Waktu Penelitian/Kegiatan	: 28 Januari 2019 s.d 28 Maret 2019
Penanggung Jawab	: Wakil Direktur Bidang Akademik Politeknik Kesehatan Bengkulu

Untuk melakukan penelitian yang akan diadakan dengan ketentuan :

- a. Sebelum melakukan penelitian harus melapor kepada Gubernur/Bupati/Walikota Cq. Kepala Badan/ Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Bengkulu atau sebutan lain setempat.
- b. Harus mentaati semua ketentuan Perundang-undangan yang berlaku.
- c. Selesai melakukan penelitian agar melaporkan menyampaikan hasil penelitian kepada kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Bengkulu.
- d. Apabila masa berlaku Rekomendasi ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan penelitian belum selesai, maka perpanjangan Rekomendasi Penelitian harus diajukan kembali kepada instansi pemohon.
- e. Rekomendasi ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang surat rekomendasi ini tidak mentaati/mengindahkan ketentuan-ketentuan seperti tersebut di atas.

Demikian Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 30 Januari 2019  
 a.n. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan  
 Provinsi Bengkulu  
 Kepala Bidang Pembinaan SMA,

  
**Z. HURMAN AIDI, M. TPd**  
 Pembina TK.1 / IV.b  
 NIP. 19740203 199609 1 001

Tembusan disampaikan kepada Yth.:

1. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Bengkulu
2. Wakil Direktur Bidang Akademik Politeknik Kesehatan Bengkulu
3. Kepala SMAN 7 Plus, SMAN 2, SMAN 5, SMAN 6, SMA SINT CAROLUS Kota Bengkulu
4. Yang Bersangkutan



PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
SMA NEGERI 5 KOTA BENGKULU  
TERAKREDITASI "A"

Jl. Jenderal Soedirho No. 20, Kota Baru, Bengkulu Telp. (0734) 21477 - Fax. (0734) 248951 Nomor Lektor Kode Pos 39227  
Email: sman5kotabengkulu@gmail.com - Website: http://www.sman5kotabengkulu.sch.id

**SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN**

Nomor : 074 / 253 / SMAN 5 / 2019

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 5 Kota Bengkulu

Nama : Drs. BERMANSYAH, M.Pd  
NIP : 196201291985121002  
Pangkat/Golongan : Pembina, IV/a  
Unit Kerja : SMA Negeri 5 Kota Bengkulu

Menerangkan bahwa :

Nama : ARI CAHYA RAMADHAN  
NIM : PG 5120314004  
Program Studi : Diploma IV Keperawatan  
Perguruan Tinggi : Politeknik Kesehatan BengkuluKemenkes RI

telah selesai melaksanakan penelitian di SMA Negeri 5 Kota Bengkulu dengan judul penelitian "*Pengaruh Media Edukasi Video COHANS (Confiden Has No Size) Terhadap Peningkatan Citra Tubuh dan Harga Diri Remaja Perempuan Obesitas di SMA Kota Bengkulu*"

Penelitian dilaksanakan berdasarkan surat dari Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Bengkulu Nomor : 45/BP.SMA.Dikbud.2019, tertanggal 30 Januari 2019. Adapun penelitian di mulai dari 28 Januari s.d 28 Maret 2019.

Demikian surat keterangan ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Tembusan Yth :

1. Kepala Dinas Pendidikan Dan Kebudayaan Provinsi Bengkulu
2. Kepala Bidang Pembinaan SMA Dinas Dikbud Provinsi Bengkulu
3. Yang bersangkutan



**PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU**  
**DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN**  
**SMA NEGERI 7 KOTA BENGKULU**  
**TERAKREDITASI : A**

*Jalan Selang Empat Bukit Phone (0716) -- 25155 Bengkulu 39224 Web: <http://www.sman7bengkulu.sch.id>*

**SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN**

Nomor : 421.4/2357 SMAN 7

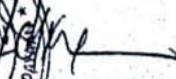
Kepala SMA Negeri 7 Bengkulu menerangkan dengan sesungguhnya bahwa:

Nama : **ARI CAHYA RAMADHAN**  
 NIM : P05120315004  
 Program Studi : Diploma IV Keperawatan  
 Fakultas : Poltekkes Bengkulu

Memang Benar telah melakukan penelitian pada SMA Negeri 7 Kota Bengkulu

Waktu Penelitian : 18 Maret s/d 28 Maret 2019  
 Judul : "Pengaruh Media Edukasi Video COHANS (Confiden Has No Size) Terhadap Peningkatan Citra Tubuh dan Harga Diri Remaja Perempuan Obesitas di SMA Kota Bengkulu"

Demikian keterangan ini di buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 08 Mei 2019  
 Kepala SMA Negeri 7 Kota Bengkulu,  
  
 Miduan Harta, S.Pd, MM  
 NIP. 19841123 198902 1 001

### Lembar Konsul

Pembimbing I : Asmawati, S.kp., M.kep  
 Nama Mahasiswa : Ari Cahya Ramadhan  
 NIM : P05120315004  
 Prodi : DIV Keperawatan

No	Hari/Tanggal	Topik/Kegiatan/Saran	Paraf Pembimbing
1	18-09-2018	Konsultasi judul dan jurnal	<i>Asmawati</i>
2	19-09-2018	Konsultasi judul dan jurnal	<i>Asmawati</i>
3	20-09-2018	Acc Judul Saran Pembuatan BAB 1	<i>Asmawati</i>
4	22-09-2018	Perbaiki BAB 1 (Penambahan data dan jurnal)	<i>Asmawati</i>
5	24-09-2018	Perbaiki BAB 1 (Penambahan data dan jurnal)	<i>Asmawati</i>
6	26-09-2018	Perbaiki BAB 1 (Penambahan data dan jurnal)	<i>Asmawati</i>
7	30-09-2018	Perbaiki BAB 1 (Penambahan data dan jurnal)	<i>Asmawati</i>
8	1-10-2018	Acc BAB 1 langsung lanjut BAB 2	<i>Asmawati</i>
9	3-10-2018	Perbaiki BAB 2 dan langsung lanjut BAB 3	<i>Asmawati</i>
10	7-10-2018	Perbaiki BAB 2 dan	<i>Asmawati</i>

		BAB 3 (Penambahan teori dan alat ukur)	
11	10-10-2018	Perbaikan BAB 2 dan BAB 3 lanjut BAB 4(Penambahan teori dan alat ukur)	<i>Orfome</i>
12	12-10-2018	Perbaikan BAB 3 dan BAB 4 konsultasi populasi dan sampel	<i>Orfome</i>
13	13-10-2018	Acc BAB 3 Perbaikan BAB 4 konsultasi alur Penelitian, pengambilan Sampel dan desain media video	<i>Orfome</i>
14	16-10-2018	BAB 4 konsultasi alur Penelitian, pengambilan Sampel dan desain media video	<i>Orfome</i>
15	22-10-2018	Perbaikan BAB 4 Acc Proposal	<i>Orfome</i>
16	03-01-2019	Konsultasi akan melakukan penelitian	<i>Orfome</i>
17	15-02-2019	Konsultasi media penelitian	<i>Orfome</i>
18	19-02-2019	Acc media penelitian	<i>Orfome</i>
19	08-03-2019	Konsultasi proses penelitian	<i>Orfome</i>
20	18-04-2019	Konsultasi BAB V Analisa data penelitian	<i>Orfome</i>
21	22-04-2019	Konsultasi perbaikan BAB V Lanjut BAB VI	<i>Orfome</i>
22	26-04-2019	Konsultasi BAB VI	<i>Orfome</i>
23	28-04-2019	Konsultasi perbaikan BAB VI Lanjut BAB VII	<i>Orfome</i>
24	06-05-2019	Konsultasi BAB VII kesimpulan	<i>Orfome</i>

		dan Saran	
25	09-05-2019	Acc Skripsi Acc Ujian	<i>Asmawati</i>

Pembimbing I

*Asmawati*

Asmawati, S.kp., M.kep  
NIP. 197502022001122002

### Lembar Konsul

Pembimbing I : DR. drg. Daisy Novira, MARS  
 Nama Mahasiswa : Ari Cahya Ramadhan  
 NIM : P05120315004  
 Prodi : DIV Keperawatan

No	Hari/Tanggal	Topik/Kegiatan/Saran	Paraf Pembimbing
1	18-09-2018	Konsultasi judul dan jurnal	<i>[Signature]</i>
2	19-09-2018	Acc Judul Saran Pembuatan BAB 1	<i>[Signature]</i>
3	19-09-2018	Perbaiki BAB 1 (Penambahan data, Jurnal dan Daftar Pustaka)	<i>[Signature]</i>
4	26-09-2018	Perbaiki BAB 1, BAB 2 dan Daftar Pustaka Lanjut bab 3 dan 4	<i>[Signature]</i>
5	15-10-2018	Perbaiki BAB 3 dan Daftar Pustaka	<i>[Signature]</i>
6	22-10-2018	ACC proposal	<i>[Signature]</i>
7	20-04-2019	Konsultasi BAB V analisa data penelitian	<i>[Signature]</i>
8	25-04-2019	Perbaiki BAB V Lanjut BAB VI dan VII	<i>[Signature]</i>
9	29-04-2019	Konsultasi BAB VI dan VII	<i>[Signature]</i>
10	03-05-2019	Konsultasi Perbaiki BAB VI dan VII	<i>[Signature]</i>
11	07-05-2019	Konsultasi BAB VI dan VII	<i>[Signature]</i>

12	09-05-2019	Acc Skripsi Acc Ujian	
----	------------	--------------------------	---

**Pembimbing II**



**DR. drg. Daisy Novira, MARS**  
**NIP. 196211221989032001**

