



KORELASI PERSEPSI CITRA TUBUH TERHADAP STATUS GIZI ORANG DEWASA DI DESA PANCUR, MAYONG, JEPARA

Cyntia Ratna Sari¹, Hanifah Maharani²

Politeknik Kudus

ratnasari_cyntia@yahoo.co.id

Info Artikel :

Diterima :

25 Februari 2022

Disetujui :

28 Februari 2022

Dipublikasikan :

28 Februari 2022

ABSTRAK

Lock down selama pandemi Covid-19 menimbulkan perubahan terhadap persepsi rasa lapar, kenyang serta meningkatnya perilaku makan pada masyarakat di dunia. Sebanyak 48% masyarakat merasa berat badannya meningkat. Peningkatan kejadian obesitas tidak terhindarkan. Obesitas banyak dikaitkan dengan citra tubuh yang buruk. Penelitian ini ingin mengeksplorasi perbedaan IMT dan persepsi citra tubuh antara laki-laki dan perempuan serta korelasi persepsi citra tubuh terhadap status gizi. Penelitian ini merupakan analitik observational menggunakan rancangan cross sectional. Penelitian mengambil populasi orang dewasa yang tinggal di Desa Pancur, Mayong, Jepara dengan teknik Purposive sampling. Uji korelasi menggunakan rank spearman dan (r) untuk melihat kekuatan hubungan persepsi citra tubuh dengan IMT. Sedangkan uji independent ttest untuk melihat perbedaan persepsi dan IMT pada laki-laki dan perempuan dewasa. Hasil uji Independent ttest menunjukkan terdapat perbedaan persepsi citra tubuh pada laki-laki dan perempuan, terdapat perbedaan IMT pada laki-laki dan perempuan ($p < 0.05$), serta uji rank spearman terdapat korelasi yang positif antara persepsi citra tubuh dengan status Gizi IMT ($p < 0.0009$). Perempuan dan laki-laki dewasa memiliki perbedaan persepsi citra tubuh dan status gizi. Wanita dewasa lebih mempedulikan persepsi citra tubuhnya bagi dirinya maupun dimata orang lain dibandingkan laki-laki dewasa. Semakin baik persepsi citra tubuh maka status gizi semakin mendekati normal.

Kata Kunci: (*Persepsi, Citra Tubuh, IMT, Obesitas*).

ABSTRACT

Lockdown during the Covid-19 pandemic caused changes in the perception of hunger, satiety and increased eating behavior in people around the world. As many as 48% of people feel their weight has increased. The increase in the incidence of obesity is inevitable. Obesity is widely associated with poor body image. This study wanted to explore differences in BMI and body image perceptions between men and women and the correlation between body image perceptions and nutritional status. This research is an analytical observational using a cross sectional design. The study took a population of adults living in Pancur Village, Mayong, Jepara with purposive sampling technique. Correlation test using Spearman's rank and (r) to see the strength of the

relationship between body image perception and BMI. While the independent t-test to see differences in perception and BMI in adult men and women. The results of the Independent t-test showed that there were differences in body image perceptions for men and women, there were differences in BMI for men and women ($p < 0.05$), and the Spearman rank test had a positive correlation between body image perceptions and BMI Nutritional status. ($p < 0.0009$). Adult men and women have different perceptions of body image and nutritional status. Adult women are more concerned about the perception of their body image for themselves and in the eyes of others than adult men. The better the perception of body image, the closer the nutritional status to normal.

Keywords: (Perception, Body Image, BMI, Obesity)

PENDAHULUAN

Dunia sedang dihadapkan dengan pandemi Covid-19. Peningkatan jumlah orang yang terpapar Covid-19 serta peningkatan jumlah kematian akibat Covid-19 membuat pemerintah menerapkan berbagai kebijakan salah satunya seperti *lock down*. Kebijakan ini tentunya memiliki dampak pada perubahan pola konsumsi dan aktivitas fisik maupun persepsi masyarakat. Penelitian yang dilakukan pada 3500 orang menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat memiliki perubahan terhadap persepsi rasa lapar dan kenyang. Sebanyak 48% responden merasa bahwa berat badan mereka bertambah selama *lock down* (L. Di Renzo et al., 2020). Penelitian lain juga menunjukkan bukti bahwa *lock down* berdampak pada perubahan yang dirasakan dalam peningkatan perilaku makan pada masyarakat di dunia (Philipou, D. Meyer., et al., 2020). Peningkatan konsumsi makanan secara terus menerus diiringi dengan aktifitas fisik yang rendah dapat meningkatkan indeks massa tubuh (IMT) menjadi status gizi lebih bahkan obesitas.

Penyakit Obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang berbahaya karena meningkatkan risiko mortalitas dan morbiditas. Prevalensi obesitas meningkat di seluruh belahan dunia. Data Riskesdas Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi obesitas pada usia dewasa meningkat pada tahun 2013 (15.4%) menjadi sebesar (21,8%) pada tahun 2018. Sedangkan proporsi obesitas sentral pada dewasa dengan usia diatas 15 tahun mengalami peningkatan yang cukup signifikan dari tahun 2007 (18.8%), 2013 (26.6%) hingga tahun 2018 (31%) (KEMENKES RI, 2018). Individu yang mengalami obesitas tidak hanya berpengaruh pada kesehatan fisiknya saja, akan tetapi juga dapat mengalami diskriminasi sosial pada hampir seluruh aspek kehidupan (Andreyeva et al., 2008; Fruh et al., 2016).

Masyarakat menganggap bahwa orang berbadan slim yaitu identik dengan berat badan normal dan cenderung berbadan kurus adalah idaman bagi seluruh kaum hawa sebagai simbol kecantikan. Selain itu kepercayaan bahwa berat badan berlebih dan obesitas merupakan tanggung jawab diri sendiri. Sehingga, individu yang mengalami obesitas dianggap sosok pribadi yang memiliki motivasi hidup yang lemah, pemalas, atau kurang disiplin atas dirinya sendiri. Diskriminasi terhadap obesitas berkorelasi dengan jenis kelamin seseorang (Bookwala & Boyar, 2008). Stigma masyarakat yang ada sejak bayi, toleransi terhadap kelebihan berat badan pada anak laki-laki lebih tinggi dibandingkan pada anak perempuan (Smolak, 2004), 'Stigma obesitas' ini (Puhl & Heuer, 2010; Tomiyama, 2014) terkait dengan harga diri yang rendah, hubungan sosial yang buruk dan tentunya mampu meningkatkan masalah mental health bagi penyandanganya.

Tidak hanya itu, masalah fisik dan sosial dapat berdampak parah seiring dengan level keparahan obesitasnya (Latner & Stefano, 2016).

Berbagai penelitian terkait obesitas banyak dikaitkan dengan citra tubuh yang buruk, akan tetapi tidak semua individu merasa demikian (Schwartz & Brownell, 2004). Citra tubuh merupakan persepsi atau ide seseorang terhadap penampilannya (Fernando, M. L. (2019). Citra tubuh yang negatif menunjukkan persepsi citra tubuh yang salah tentang bentuk tubuhnya. (Intantiyana, M., Widajanti, L., & Rahfiludin, M. Z., 2018). Perbedaan antara ukuran tubuh yang dirasakan dan yang diinginkan seseorang, serta antara ukuran tubuh yang dirasakan dan yang sebenarnya, memang sangat penting dalam mengkaji persepsi dan kepuasan citra tubuh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketidakpuasan citra tubuh menjadi konsekuensi psikologis dari status gizi lebih dan obesitas, yang juga terkait dengan gangguan konsumsi makanan, kepercayaan diri yang rendah dan bahkan depresi (Weinberger N.A., et al., 2016).

Penelitian ini ingin mengeksplorasi korelasi dan pengaruh berbagai aspek citra tubuh terhadap status gizi dalam sampel orang dewasa. Partisipan dengan berat badan normal, lebih dan obesitas dilibatkan untuk menilai hubungan antara citra tubuh dan IMT, serta untuk menentukan kemungkinan perbedaan usia dalam hal persepsi dan kepuasan tubuh. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi pengetahuan, masukan program, serta pencegahan terhadap masalah mental health yang semakin meningkat seiring peningkatan kasus Covid-19.

KAJIAN PUSTAKA

A. CITRA TUBUH

Citra tubuh merupakan persepsi atau ide seseorang terhadap penampilannya (Fernando, M. L. (2019). Citra tubuh merupakan konstruksi multidimensi dengan fitur positif dan negatif (Cash Thomas F. and Samolak L., (2011). Citra tubuh positif menunjukkan bahwa seseorang memiliki persepsi yang baik terhadap tubuhnya baik dari ukuran tubuh yang dirasakan, yang diinginkan serta ukuran tubuh yang sebenarnya. Citra tubuh yang negatif menunjukkan persepsi citra tubuh yang salah tentang bentuk tubuhnya. (Intantiyana, M., Widajanti, L., & Rahfiludin, M. Z., 2018). Perbedaan antara ukuran tubuh yang dirasakan dan yang diinginkan seseorang, serta antara ukuran tubuh yang dirasakan dan yang sebenarnya, memang sangat penting dalam mengkaji persepsi dan kepuasan citra tubuh. Thompson (1996) mendefinisikan body image sebagai gambaran yang dimiliki individu tentang tubuhnya dalam bentuk kepuasan dan ketidakpuasan berdasarkan hasil penilaian subjektif individu sendiri (Thompson, J. K., Coovert, M. D., & Stormer, S. M., 1999).

Menurut Cash (2002), citra tubuh terdiri dari hubungan pribadi seseorang dengan tubuhnya sendiri dengan melibatkan empat dimensi yaitu persepsi, afeksi, kognisi, dan perilaku. Dimensi persepsi menekankan pada bagaimana individu menilai bentuk, ukuran, dan berat tubuhnya secara keseluruhan. Kedua dimensi afeksi menekankan pada perasaan yang dialami seseorang terhadap kondisi tubuhnya. Ketiga adalah dimensi kognitif yang menekankan pada pikiran seseorang terhadap penampilan tubuhnya. Pada dimensi kognisi, seseorang mulai merencanakan apa yang harus dilakukan untuk mencapai penampilan dan bentuk tubuh yang ideal. Keempat adalah dimensi perilaku yang menekankan pada upaya-upaya yang dilakukan seseorang terhadap tubuhnya untuk mencapai penampilan, bentuk, dan ukuran tubuh yang sesuai dengan apa yang diharapkan. Faktor-faktor

yang mempengaruhi citra tubuh diantaranya adalah jenis kelamin, usia, etnis, budaya, keluarga, hubungan interpersonal, serta indeks massa tubuh (Cash, T. F., 2002).

B. INDEKS MASSA TUBUH (IMT)

Indeks massa tubuh (IMT) merupakan salah satu tolak ukur yang menggambarkan status gizi seseorang adalah nilai yang diambil dari perhitungan antara berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) seseorang. IMT dapat menjadi indikator atau menggambarkan kadar adipositas dalam tubuh seseorang. Teori menyebutkan bahwa obesitas adalah keadaan abnormal atau akumulasi lemak yang berlebihan yang menyebabkan timbulnya risiko terhadap kesehatan (WHO, 2018). Indeks massa tubuh kategori berat badan berlebih dan juga obesitas dapat memicu berbagai masalah kesehatan.

Tabel 1 Klasifikasi IMT Orang Dewasa

Kategori IMT	Klasifikasi
< 17,0	Kurus (kekurangan berat badan tingkat berat)
17,0 – 18,4	Kurus (kekurangan berat badan tingkat ringan)
18,5 – 25,0	Normal
25,1 – 27,0	Kegemukan (kelebihan berat badan tingkat ringan)
>27,0	Gemuk (kelebihan berat badan tingkat berat)

(Kemenkes RI, 2014)

METODE PENELITIAN

Penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian *Analitik Observasional* menggunakan rancangan *Cross sectional*. Penelitian ini diambil satu kali dalam momen tersebut. (Hidayat, 2011). Penelitian dilakukan di lingkungan Desa Pancur, Mayong, Jepara.pada bulan Oktober hingga Desember 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh orang dewasa yang ada di Desa Pancur, Mayong, Jepara. Pengambilan sampel dalam penelitian menggunakan teknik *purposive sampling* dimana jumlah total populasi yang ada pada saat itu dipilih sesuai kriteria inklusi (Hidayat, 2011) yaitu Responden adalah orang dewasa di Desa Pancur, Mayong, Jepara, bersedia menjadi sampel penelitian dengan mengisi *informed consent* dan dalam keadaan sehat. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner persepsi citra tubuh dan pengukuran antropometri berat badan dan tinggi badan. Jumlah sampel penelitian 28 responden yang memenuhi kriteria inklusi.

Analisis data menggunakan analisis univariat, bivariat, dan multivariat. Jumlah sampel kurang dari 50 maka menggunakan uji *Shapiro Wilk* pada uji normalitas data. Apabila hasil nilai kemaknaan kedua kelompok data ($P < 0,05$) maka distribusi data tidak normal, jika ($P > 0,05$) maka data berdistribusi normal. Uji hubungan persepsi citra tubuh dengan IMT diuji dengan *pearson* (jika data berdistribusi normal) atau *Rank Spearman* (jika data tidak berdistribusi normal). Apabila nilai ($P < 0,05$) maka terdapat hubungan yang bermakna diantara dua variabel. Kekuatan hubungan ditunjukkan dengan nilai korelasi (r) dimana apabila $0.0 - < 0.2 =$ sangat lemah, $0.2 - < 0.4 =$ lemah, $0.4 - < 0.6 =$ sedang, $0.6 - < 0.8 =$ kuat, $0.8 - 1 =$ Sangat kuat (Dahlan, 2013). Uji korelasi dilakukan untuk menguji hipotesis penelitian yaitu terdapat korelasi persepsi citra tubuh dengan status gizi (IMT) serta citra tubuh memiliki korelasi yang kuat dengan IMT pada orang dewasa di Desa Pancur, Mayong, Jepara.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Laki-Laki		Perempuan		Total		pvalue
	n	%	n	%	n	%	
Usia							0.23
≤ 35	3	21	0	0	3	11	
≥ 35	11	79	14	100	25	89	
Total	14	100	14	100	28	100	
Penghasilan							0.69
<UMK	2	14	3	21	5	18	
UMK	7	50	5	36	12	43	
>UMK	5	36	6	43	11	39	
Total	14	100	14	100	28	100	
Pekerjaan							0.54
Tidak Bekerja	8	57	6	43	14	50	
Buruh	1	7	0	0	1	4	
Swasta	3	21	6	43	9	32	
ASN	2	14	2	14	4	14	
Total	14	100	14	100	28	100	
Pendidikan							0.39
SD	2	14,3	1	7,1	3	10,7	
SMP	4	28,6	1	7,1	5	17,9	
SMA	4	28,6	7	50	11	39,3	
D3/S1	4	28,6	5	35,7	9	32,1	
Total	14	100	14	100	28	100	
Sumber Informasi							0.87
Orang Tua	3	21,4	4	28,6	7	25	
Kader	1	7,1	0	0	1	3,6	
Internet	3	21,4	3	21,4	6	21,4	
Tenaga Kesehatan	7	50	7	50	14	50	
Total	14	100	14	100	28	100	

Tabel 2. Uji Normalitas Data

Kelompok	Persepsi Citra Tubuh		IMT	
	Mean±SD	pvalue	Mean±SD	pvalue
Laki-laki	22.4±2.8	0.54	27±3.2	0.61
Perempuan	20±2.6	0.34	28±3.4	0.72

Uji normalitas data menggunakan *Shapiro Wilk Test* karena jumlah sampel < 50 orang. Hasil analisis statistik menunjukkan semua variabel memiliki nilai

$P > 0.05$ yang berarti bahwa variabel persepsi citra tubuh kelompok laki-laki dan kelompok perempuan berdistribusi normal.

Tabel 3. Uji Homogenitas

Kelompok	Persepsi Citra Tubuh	IMT
	<i>pvalue</i>	
Laki-laki	0.158	0.187
Perempuan	0.392	0.633

Uji homogenitas data dengan menguji perbedaan variance antar variabel. Hasil analisis statistik menunjukkan variable Persepsi Citra Tubuh dan IMT, memiliki nilai $P > 0.05$ yang berarti tidak terdapat perbedaan variance yang bermakna antara kedua variabel yang disebut juga dengan istilah homogen.

Tabel 4. Uji Perbedaan Perbedaan Persepsi Citra Tubuh dan IMT pada Laki-laki dan Perempuan Dewasa

Variabel	N	Perempuan	Laki-laki	Effect Size	<i>pvalue</i>
		Mean±SD	Mean±SD		
Persepsi Citra Tubuh	14	7.6±2.4	0.2± 2.3	0.85	0.000
IMT	14	27.4±6.9	1.3± 2.6	0.93	0.000

Tabel diatas menunjukkan perbedaan persepsi citra tubuh dan IMT pada kelompok perempuan dan laki-laki. Analisis menggunakan uji *Independent ttest*. Hasil uji menunjukkan nilai $p < 0.05$ yang berarti terdapat perbedaan Persepsi Citra Tubuh dan IMT pada Laki-laki dan Perempuan Dewasa. Sehingga hal ini menunjukkan bahwa persepsi berpengaruh terhadap IMT.

Tabel 5. Uji Korelasi Persepsi dan IMT

Variabel	p	r	Kekuatan Hubungan
Persepsi dan IMT	0.0009	0.5	Sedang

Uji korelasi *Rank spearman* menunjukkan semua variabel persepsi dan IMT memiliki hubungan yang sedang. Semakin baik persepsi yang dimiliki, semakin normal status gizi seseorang.

Tabel 6. Korelasi Variabel Luar dengan Persepsi dan IMT

Variabel	Persepsi		IMT	
	Pvalue	R	Pvalue	r
Usia	0.160	0.3	0.005	0.5
Penghasilan Keluarga	0.534	-0.1	0.356	-0.2
Pekerjaan	0.162	-0.3	0.195	-0.3
Pendidikan	0.161	-0.3	0.176	0.1
Riwayat Penyakit	0.211	0.2	0.913	-0.02
Informasi	0.845	0.0	0.961	-0.0

. Uji korelasi *Rank Spearman* menunjukkan tidak ada yang hubungan yang bermakna secara statistik antara variabel persepsi dengan variabel luar. Pada variabel IMT, didapatkan hasil IMT memiliki hubungan yang bermakna dengan usia ibu dan usia bapak dengan kekuatan hubungan yang sedang dan arah positif sehingga semakin matang usia ibu dan bapak maka persepsi citra tuuh semakin baik.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa usia ibu, usia bapak, pekerjaan ibu, pekerjaan bapak, pendidikan ibu, pendidikan bapak, penghasilan keluarga, jumlah anak, sumber informasi sebagai variabel luar memiliki nilai $Pvalue > 0.05$ terhadap persepsi citra tubuh, sehingga menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan karakteristik dasar antara kelompok yang laki-laki dan perempuan karena kedua kelompok homogen dan setara sehingga perubahan yang terjadi pada variabel dependen dan variabel independent tidak dipengaruhi oleh variabel luar. Sedangkan pada status gizi IMT, usia yang semakin matang berhubungan dengan status gizi seseorang.

Pada karakteristik usia, sebagian besar ibu dan bapak pada kelompok intervensi dan kontrol rata-rata berusia 26-30 tahun (46.4%) dan (53.6%). Pada karakteristik pekerjaan, sebagian besar ibu merupakan ibu rumah tangga (50%) dan hampir seluruh suami ibu bekerja di sektor swasta (71.4%). Sedangkan penghasilan rata-rata keluarga responden (42.9%) yaitu Rp.1.853.000,-. Pada karakteristik Pendidikan, hampir sebagian besar ibu memiliki Pendidikan terakhir di bangku SMA (39.3%), sedangkan pada suami rata-rata memiliki Pendidikan terakhirnya beragam yakni dibangku SMP, SMA dan D3/S1 masing-masing (32.1%). Sumber informasi yang selama ini diperoleh sebagian besar (50%) bersumber dari tenaga kesehatan dari Puskesmas

2. Perbedaan Persepsi Citra Tubuh dan IMT Laki-laki dan Perempuan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perempuan dan laki-laki dewasa memiliki perbedaan persepsi citra tubuh. Laki-laki dewasa lebih tidak mempedulikan persepsi citra tubuhnya bagi dirinya maupun dimata orang lain dan sebaliknya pada perempuan. Sebagian besar 73% perempuan dewasa merasa tidak puas dengan ukuran tubuhnya yang sekarang, sedangkan laki-laki 82 % sudah merasa tidak masalah dengan ukuran tubuhnya yang sekarang. Hanya 41% perempuan dewasa merasa berat badannya ideal, sedangkan laki-laki 56%. Sebagian besar perempuan merasa tinggi badannya tidak ideal 87%. Sedangkan hampir seluruh laki-laki merasa tinggi badannya ideal (86%). Baik pada perempuan maupun laki-laki pada dasarnya mengerti bahwa tubuh yang sehat yang memiliki status gizi normal (97%) dan (94%). Selain itu baik laki-laki maupun perempuan sebagian besar tidak sependapat bahwa tubuh kurus melambangkan kecantikan (78%) dan (69%). Perempuan lebih membatasi makanan sehingga kurang bebas makan apa saja yang diinginkan karena factor diet dan memang pecinta vegetarian (71%). Sedangkan laki-laki lebih merasa bebas mengonsumsi makanan yang dia inginkan (85%). Perempuan dan laki-laki memiliki pantangan makanan yang beragam baik karena factor diet maupun

karena penyakit tertentu (77%) dan (64%) serta memiliki pantangan makan lebih dari satu jenis makanan (58%) dan (40%).

Hasil penelitian di Inggris menunjukkan bahwa selama pandemi Covid-19 pada masa *lock down* memberikan dampak perubahan pada persepsi dan perilaku seseorang terhadap makanan dan citra tubuh. Kelompok yang paling rentan berisiko tinggi pada perubahan ini adalah wanita, anak muda, dan orang yang sudah memiliki riwayat gangguan kesehatan mental terutama gangguan makan (L Di Renzo et al., 2020). Citra tubuh laki-laki dan perempuan yang positif dapat timbul pada individu yang memiliki pandangan yang baik dan kepuasan serta rasa syukur pada bentuk dan penampilan tubuh mereka. Persepsi citra tubuh dapat mengalami perubahan terutama ketika mereka berinteraksi dengan lingkungan sekitar dan adanya perubahan situasi drastis seperti pandemi Covid-19. Pandemi Covid-19 menimbulkan perubahan pola konsumsi dengan kecenderungan peningkatan konsumsi makanan serta rendahnya aktivitas fisik selama kebijakan *lockdown*. Perempuan dan laki-laki dewasa memiliki perbedaan persepsi citra tubuh dan status gizi. Wanita dewasa lebih mempedulikan persepsi citra tubuhnya bagi dirinya sendiri maupun dimata orang lain dibandingkan laki-laki dewasa. Hal ini dikarenakan kodrat perempuan yang suka berdandan dan ingin terlihat cantik sehingga persepsi citra tubuh mereka lebih dominan dibandingkan laki-laki. Selain itu penelitian juga menunjukkan bahwa perempuan lebih mudah terpengaruh oleh media, iklan, dan lebih sering mengikuti tren mode sesuai perkembangan jaman saat ini.

3. Korelasi Persepsi Citra Tubuh dengan IMT

Thompson (1996) mendefinisikan body image sebagai gambaran yang dimiliki individu tentang tubuhnya dalam bentuk kepuasan dan ketidakpuasan berdasarkan hasil penilaian secara subjektif individu itu sendiri. Hasil uji korelasi menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara persepsi citra tubuh dengan status gizi. Uji korelasi menunjukkan persepsi citra tubuh memiliki hubungan yang sedang dengan IMT. Semakin baik persepsi yang dimiliki seseorang tentang citra tubuhnya maka semakin mendekati normal status gizinya. Persepsi yang positif mendukung sikap positif dan hal inilah yang mendukung terjadinya perilaku yang positif. Perilaku positif yang didasari oleh pengetahuan yang diperoleh dari proses belajar akan bertahan lama dan langgeng hingga diaplikasikan termasuk kemampuan mengatasi permasalahan Teori Theoretical Foundation of Knowledge and Practic menyatakan bahwa suatu tindakan dilakukan berdasarkan pengetahuan maupun keyakinan individu dalam tindakan tersebut (Notoatmodjo, 2012b).

Penelitian sebelumnya juga menunjukkan hasil yang sejalan dimana terdapat hubungan persepsi citra tubuh dengan IMT. Penelitian yang dilakukan di Sidoarjo ini menunjukkan hasil bahwa persepsi citra tubuh yang negatif tidak hanya berdampak pada konsumsi makan yang berlebih tetapi juga dapat berdampak pada perilaku diet rendah kalori yang berlebihan, terutama bagi wanita muda yang menginginkan tubuh slim seperti idola mereka. Akan tetapi karena kurangnya pengetahuan gizi yang baik dapat mengakibatkan diet yang salah dan berakhir dengan status gizi kurang (Yusinta, A. N., & Adriyanto, A., 2018). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Jambi yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara persepsi citra tubuh

dengan status gizi (IMT) seseorang. Status gizi dapat dipengaruhi oleh asupan makan sehari-hari, kejadian penyakit infeksi maupun persepsi seseorang. Terbentuknya konsep diri berupa persepsi dapat berkontribusi pada tindakan seseorang. Persepsi citra tubuh merupakan persepsi seseorang tentang tubuhnya baik berupa persepsi pikiran, persepsi perasaan, emosi, penilaian fisik, kesadaran, imajinasi, dan perilaku tentang bentuk dan penampilan tubuhnya yang dipengaruhi oleh idealisasi pencitraan tubuh di masyarakat dan interaksi sosial seseorang dilingkungan sekitarnya dan dapat mengalami perubahan (Merita, M., Hamzah, N., & Djayusmantoko, D., 2020)..

KESIMPULAN

Pandemi Covid-19 berkontribusi terhadap terjadinya perubahan persepsi citra tubuh pada masyarakat di dunia. Sebagian besar masyarakat merasa berat badannya meningkat dibandingkan sebelumnya. Peningkatan kejadian obesitas tidak dapat dihindarkan. Obesitas banyak dikaitkan dengan citra tubuh yang buruk. 'Stigma obesitas' dikaitkan dengan harga diri yang rendah, hubungan sosial yang buruk. Hal ini tentunya mampu meningkatkan masalah mental health bagi penyandanginya. Tidak hanya itu, masalah fisik dan sosial dapat berdampak parah seiring dengan level keparahan obesitasnya. Citra tubuh yang negatif menunjukkan persepsi citra tubuh yang salah tentang bentuk tubuhnya. Perbedaan antara ukuran tubuh yang dirasakan dan yang diinginkan seseorang, serta antara ukuran tubuh yang dirasakan dan yang sebenarnya, memang sangat penting dalam mengkaji persepsi dan kepuasan citra tubuh.

Penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara persepsi citra tubuh dengan IMT dengan kekuatan hubungan yang sedang. Perempuan dan laki-laki dewasa memiliki perbedaan persepsi citra tubuh dan status gizi (IMT). Wanita dewasa lebih mementingkan persepsi citra tubuhnya bagi dirinya maupun dimata orang lain dibandingkan dengan laki-laki dewasa. Semakin baik persepsi citra tubuh seseorang maka status gizi (IMT) semakin mendekati normal.

DAFTAR PUSTAKA

- Andreyeva, T., Puhl, R. M., & Brownell, K. D. (2008). Changes in perceived weight discrimination among Americans, 1995–1996 through 2004–2006. *Obesity*, 16(5), 1129-1134.
- Bookwala, J., & Boyar, J. (2008). Gender, excessive body weight, and psychological well-being in adulthood. *Psychology of Women Quarterly*, 32(2), 188-195.
- Cash Thomas F. and Samolak L. (2011). *Body Image; A Handbook of science, Practice, and Prevention*. New York, Guilford Press Second Edition. ISBN 978-1-60918-182-6.
- Cash, T. F. (2002). The situational inventory of body-image dysphoria: Psychometric evidence and development of a short form. *International Journal of Eating Disorders*, 32(3), 362-366.
- Fernando, M. L. (2019). Gambaran citra tubuh pada wanita dewasa awal yang mengalami obesitas. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(1), 101-118.
- Intantiyana, M., Widajanti, L., & Rahfiludin, M. Z. (2018). Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik Dan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Putri Gizi Lebih Di SMA Negeri 9 Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 6(5), 404-412.
- Kementerian Kesehatan RI (2016) *Konsumsi Makanan Penduduk Indonesia*. Edited by

- Intan Suryantisa Indah. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI (2018) 'Laporan Nasional RISKESDAS 2018', *Kementerian Kesehatan RI*.
- L. Di Renzo, et al. (2020). Eating habits and lifestyle changes during COVID-19 lockdown: An Italian survey. *Journal of Translational Medicine*, 18 (1) (2020), pp. 1-15
- ating Disorders (2020), 10.1002/eat.23317.
- Merita, M., Hamzah, N., & Djayusmantoko, D. (2020). Persepsi Citra Tubuh, Kecenderungan Gangguan Makan dan Status Gizi pada Remaja Putri di Kota Jambi. *Journal of Nutrition College*, 9(2), 81-86.
- Notoatmodjo, S. (2012b) *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Pertama. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Phillipou, D. Meyer., et al. (2020). Eating and exercise behaviors in eating disorders and the general population during the COVID-19 pandemic in Australia: Initial results from the COLLATE project. *International Journal of Eating Disorders*.10.1002/eat.23317.
- Puhl, R. M., & Heuer, C. A. (2010). Obesity stigma: important considerations for public health. *American journal of public health*, 100(6), 1019-1028.
- Smolak, L. (2004). Body image in children and adolescents: where do we go from here?. *Body image*, 1(1), 15-28.
- Stefano, E. C., Hudson, D. L., Whisenhunt, B. L., Buchanan, E. M., & Latner, J. D. (2016). Examination of body checking, body image dissatisfaction, and negative affect using ecological momentary assessment. *Eating behaviors*, 22, 51-54.
- Thompson, J. K., Coovert, M. D., & Stormer, S. M. (1999). Body image, social comparison, and eating disturbance: A covariance structure modeling investigation. *International Journal of Eating Disorders*, 26(1), 43-51.
- Tomiyama, A. J. (2014). Weight stigma is stressful. A review of evidence for the Cyclic Obesity/Weight-Based Stigma model. *Appetite*, 82, 8-15.
- Weinberger, N. A., et al. (2016). Body dissatisfaction in individuals with obesity compared to normal-weight individuals: a systematic review and meta-analysis. *Obesity facts*, 9(6), 424-441.
- World Health Organization (WHO). (2021). Non Communicable Disease. Available from: Noncommunicable diseases (who.int). Geneva. Accessed January 11, 2022.
- Yusinta, A. N., & Adriyanto, A. (2018). Hubungan antara perilaku makan dan citra tubuh dengan status gizi remaja putri usia 15-18 tahun. *Amerta Nutrition*, 2(2), 147-154.