

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Lokasi Penelitian

1. Profil MA (madrasah Aliyah) YPPTQ Mh Ambarawa

MA Ypptq mh ambarawa sekolah menengah atas yang berakreditasi B Sekolah ini berdiri di bawah naungan pondok pesantren Ypptq mh (yayasan pondok pesantren tahfidzul qur'an matlaul huda) yang terletak di kelurahan Pmbarawa kabupaten Pringsewu provinsi lampung pada tanggal 18 september 1995 MA (madrasah Aliyah) ini di dirikan .Pada tahun 2024 ini ada 314 siswa/siswi di MA Ypptq mh Ambarawa dengan jumlah guru yang mengajar sebanyak 30 guru.terdapat 10 kelas,satu ruang komputer,satu perpustakaan yang berdiri di lahan seluas 2500 M.

2. Visi Dan Misi

a. Visi

Menjadikan MA Ypptq mh ambarawa sebagai pencetak generasi qur'ani ,yang berkualitas,berilmu,di siplin,beriman ,bertaqwa dan berakhlak mulia.

b. Misi

1. Menanamkan nilai keimanan dan ketaqwaan serta berakhlak mulia melalui pengamalan ajaran islam.
2. Menumbuh kembangkan madrasah nilai-nilai ahlaqul karimah dilingkungan
3. Melaksanakan program pembelajaran yang aktif, inovatif, kreatif, efektif dan menyenangkan
4. Membangun kesadaran ukhuwah islamiyah dan mewujudkannya dalam kehidupan bermasyarakat. Pendidikan yang mendapatkan kepercayaan masyarakat.

5. Mewujudkan pendidikan dengan lulusan yang memiliki kecerdasan pikiran, keluhuran ahlaq, spiritual dan memiliki keunggulan kompetitif di era globalisasi

B. Hasil Penelitian

1. Analisis univariat

- a. Distribusi frekuensi Responden Berdasarkan usia

Tabel 4.1
Distribusi frekuensi berdasarkan usia remaja kelas XII
Di MA Ypptqmh Ambarawa tahun 2024

Umur	Frekuensi	Presentase
16	7	10,4
17	60	89,6
Total	67	100,0

Diketahui berdasarkan tabel 4.1 di ketahui bahwa sebagian besar responden beusia 17 yaitu 60 orang 89,6 %

- b. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *Body image*

Tabel 4.2
Distribusi frekuensi berdasarkan Body image kelaXII
Di MA Ypptqmh Ambarawa tahun 2024

Body image	Frekuensi	Presentase
Positif	39	58,2
Negatif	28	41,8
Total	67	100,0

Berdasarkan tabel 4.2 di ketahui bahwa sebagian besar responden memiliki body image positif yaitu 39 orang 55,2% di MA ypptq mh ambarawa

- c. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola makan

Tabel 4.3
Distribusi frekuensi berdasarkan pola makan kelaXII
Di MA Ypptqmh Ambarawa tahun 2024

Pola makan	Frekuensi	Presentase
Baik	36	53,7
Buruk	31	46,3
Total	67	100,0

Berdasarkan tabel 4.3 di ketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai pola makan baik 36 responden 53,7% di MA ypptq mh Ambarawa.

2. Analisa Bivariat

- a. Hubungan body image dengan pola makan siswa remaja kelas XII di MA Ypptq mh ambarawa 2024

Tabel 4.4
Hubungan body image dengan pola makan remaja Kelas XII di MA Ypptqmh Tahun 2024

Body image	Pola Makan						P-Value	OR
	Buruk		Baik		Total			
	N	%	N	%	N	%		
Positif	27	69,2%	12	30,8%	39	100,0%	0,00	4,846 (1,910-12,96)
Negatif	4	14,3%	24	85,7%	28	100,0%		
Total	31	46,3%	39	53,7%	67	100,0%		

Berdasarkan tabel 4.6 diketahui bahwa ada 31 (46,3%) responden mempunyai *body image* positif dengan pola makan baik. Sedangkan 24 responden (85,7%) mempunyai *body image* negatif dengan pola makan baik. Hasil uji statistik didapatkan nilai *p-value* 0.000, maka dapat dinyatakan terdapat hubungan antara *body image* dengan pola makan remaja kelas XII di MA Ypptq Mh Ambarawa tahun 2024.

C. Pembahasan

1. Univariat

- a. Usia

Berdasarkan data yang di peroleh mayoritas remaja kelas XII di MA ypptqmh berusia 17 tahun sebanyak 60 responden (89,6). Pada usia ini remaja mengalami perubahan baik secara fisik, psikologis, kognitif, Pada perempuan kepeduliannya terhadap bentuk tubuh sesuai dengan citra tubuh yang diinginkannya, seperti mengevaluasi penampilan fisik dan memikirkan bentuk dan berat tubuh yang di milikinya.

Penelitian ini sejalan dengan Sunaya (2018) menunjukkan bahwa dari 40 jumlah responden di SMA Negeri 2 Sidrap Tahun 2018, responden yang umur 16 sebanyak 23 orang dengan presentase tertinggi (57,5%), sedangkan umur 17 sebanyak 1 orang dengan presentase terendah (2,5%). Dalam penelitian ini banyaknya remaja yang berusia 16 tahun karena mereka sedang menempati tingkat kelas X di SMA dan pada usia tersebut remaja sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan bentuk tubuh sehingga menyebabkan mereka lebih fokus untuk memperhatikan penampilan tubuhnya.

b. Jenis kelamin

Hasil data yang diperoleh berdasarkan jenis kelamin semua jenis kelamin dalam penelitian ini yaitu jenis kelamin Perempuan yaitu 67 responden(100%). Menurut Tatangelo et al. (2015) bahwa perubahan pada masa pubertas yang dialami oleh perempuan dapat menyebabkan penurunan kepuasan citra tubuh. Hal ini dikarenakan satu pertiga dari remaja perempuan tidak puas dengan berat badannya, sedangkan dua pertiga dari remaja Wanita lain nya mengalami ketidakpuasan akan bentuk tubuhnya (Alidia, 2018). Sejalan dengan penelitian Choiriyah et al., (2019) bahwa dari 60 responden sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 56 responden (60.9%). Pada penelitian ini semua remaja yang berjenis kelamin perempuan terjadi akibat proses masa pubertas yang dialami remaja kelas XII di MA Ambarawa, dimana perempuan lebih cenderung mengalami pubertas lebih cepat dibanding laki-laki sehingga perempuan lebih banyak mempunyai citra tubuh positif maupun citra tubuh negatif. jadi peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada remaja Wanita saja.

c. *Body image* remaja kelas XII di MA ypptq mh Ambarawa tahun 2024

Hasil penelitian di MA ypptq mh ambarawa didapatkan data bahwa lebih banyak remaja kelas XII yang mempunyai *body image* positif

dengan pola makan yang baik yaitu (36) responden (53,7). Penelitian ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pratiwi et al., 2018) yang menyatakan bahwa *body Image* remaja putri Di SMAN 24 Kabupaten Tangerang Tahun 2018 dari 101 siswi SMAN 24 Kabupaten Tangerang Tahun 2018 sebanyak 63 responden (62.4%) yang memiliki *body image* positif dan 38 responden (37.6%) yang memiliki *body image* yang negatif. Hal ini diperkuat oleh penelitian Yusinta et al., (2019) bahwa dari 65 responden ada 34 responden (52.3%) yang memiliki *body image* positif. Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan Purwanti & Marlina (2022) yang menyatakan bahwa ada 37 responden (52.9%) yang memiliki *body image* positif, sedangkan 33 responden (47.1%) mempunyai *body image* negatif Dalam penelitian ini banyaknya responden yang memiliki *body image* positif karena adanya *self esteem* dan hubungan Pola makan remaja kelas XII di MA Ambarawa tahun 2024

- d. Pola makan remaja kelas XII di MA ypptq mh Ambarawa berada dalam tahap baik, yaitu sebanyak 32 responden (47,8%). Hasil penelitian ini sesuai dengan Nadjamuddin & Dukalang (2022) pada mahasiswi ma'had Al-Jami'ah IAIN Sultan Amai Gorontalo mempunyai pola makan baik sebanyak 21 orang (61,8%) dan mahasiswib yang mempunyai pola makan tidak baik sebanyak 13 orang (38,2%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ritan et al., (2018) yang menyatakan bahwa pola makan pada mahasiswa obesitas di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta sebanyak 28 orang (62.2%) memiliki pola makan yang baik, sedangkan 17 responden (37.8%) mempunyai pola makan yang buruk.

2. Bivariat

Hubungan *body image* dengan pola makan remaja kelas XII di MA Ypptqmh ambarawa tahun 2024. Hasil penelitian menunjukkan bahwa

ada hubungan *body image* dengan pola makan remaja kelas XII di MA Ypptq mh tahun 2024 dengan nilai p-value $0.000 < 0.05$. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Choiriyah et al., (2019) bahwa ada hubungan yang bermakna *body image* dengan pola makan pada remaja di SMA N 1 Ungaran Kabupaten Semarang. Penelitian ini dilakukan pada 92 remaja SMAN 1 Ungaran Kabupaten Semarang dan didapatkan nilai pvalue sebesar $0,047 < \alpha (0,05)$, maka dapat disimpulkan ada hubungan yang bermakna *body image* dengan pola makan pada remaja di SMA N 1 Ungaran Kabupaten Semarang.

Diperkuat juga oleh penelitian Prayogi et al., (2021) bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *body image* dengan pola makan remaja putri di SMA Negeri 5 Yogyakarta. Hal ini menunjukkan bahwa semakin positif *body image* maka semakin baik perilaku makannya. Sebaliknya, semakin negatif *body image*, maka akan semakin buruk pula perilaku makannya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Intantiyana et al., (2018) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara perilaku makan ($p = 0,013$) dan *body image* ($p = 0,002$) dengan status gizi, yang artinya remaja putri yang memiliki perilaku makan yang baik dan *body image* yang positif berpeluang memiliki status gizi yang baik. Banyaknya remaja yang mempunyai *body image* positif dengan pola makan baik sebanyak 69 responden (42%) dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti konsep diri dan keluarga (Denich & Ifdil, 2015). Remaja yang memiliki konsep diri yang baik mampu menerima dirinya apa adanya dan mampu menciptakan pemikiran yang positif terhadap penampilan dan bentuk tubuhnya. Hal ini dapat didukung oleh lingkungan dan orang-orang yang ada disekitar remaja seperti sekolah dan keluarga Pada remaja kelas XII di MA Ypptq mh mempunyai lingkungan sekolah yang lebih unggul dibanding sekolah MA (madrasah aliyah) lain karena MA Ypptq mh sekolah yang dibawah naungan pondok namun di juluki sekolah nya para juara. Julukan tersebut dapat berpengaruh terhadap konsep diri yang baik

karena mereka dipandang oleh orang lain mempunyai kecerdasan dan talenta yang unggul dalam pembelajaran umum dan spritualnya , sehingga remaja mempunyai rasa percaya diri yang membuat mereka tidak mengkhawatirkan masalah bentuk tubuh dan pandangan orang lain mengenai bentuk tubuhnya.

Diperkuat oleh penelitian Agustiningsih (2019) bahwa keluarga mempunyai kontrol yang penting terhadap remaja yang dapat mempengaruhi persepsi dan perilaku yang berkaitan dengan penilaian citra tubuh. *Body image* yang positif sangat diperlukan untuk menentukan kepercayaan diri seseorang agar terhindar dari gangguan makan yang berdampak pada status gizi dan kesehatan remaja. Hal ini terlihat dari hasil penelitian bahwa sebagian besar remaja yang memiliki *body image* positif memiliki pola makan yang baik (Prayogi et al., 2021). Hal ini senada dengan penelitian Kadek et al., (2021) bahwa *body image* sangat berperan penting terhadap perilaku makan remaja, sehingga seseorang yang mempunyai *body image* yang positif akan menimbulkan pengaruh yang positif baik secara kesejahteraan fisik dan psikis.

Perilaku makan remaja yang buruk pada kelas XII dapat terjadi karena kantin sekolah menyediakan beraneka ragam makanan yang menarik namun tidak bergizi, banyak remaja yang hanya mengonsumsi makanan ringan namun tidak memakan makanan yang mengandung karbohidrat, protein, vitamin, dan serat yang cukup untuk tubuh. Selain itu banyaknya pedagang kaki lima dilingkungan sekolah MA Ypptqmh Ambarawa dapat menyebabkan pola konsumsi remaja menjadi tidak sehat dikarenakan jajanan yang diperjual belikan tidak memenuhi aspek gizi.

Pola makan buruk juga dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti perkembangan media sosial dan komunikasi yang pesat sehingga dapat memamerkan berbagai jenis makanan, kemudian remaja dihadapkan beberapa alternatif dalam pemilihan makanan yang tentunya akan

mempengaruhi perilaku makannya. Selain itu, kemajuan industri makanan seperti adanya *fast food* mempengaruhi pola makan remaja. Makanan yang ditawarkan terjangkau lebih murah, pelayanan yang diberikan cepat, dan jenis makanan disajikan secara menarik sesuai selera remaja (Purwanti & Marlina, 2022).

Penelitian ini sejalan dengan (Carlin Tan & Ibrahim, 2020) yaitu remaja yang mempunyai *body image* negatif tidak mempunyai rasa percaya diri sehingga mereka melakukan diet untuk mendapatkan bentuk tubuh yang ideal sehingga menyebabkan pola makan yang buruk. Namun tidak banyak remaja yang mempunyai *body image* negatif mempunyai pola makan yang baik karena persepsi citra tubuh negatif hanya sebatas evaluasi terhadap ukuran dan bentuk tubuh tanpa mempengaruhi perubahan perilaku (Purwanti & Marlina, 2022).

Menurut pendapat peneliti berpendapat bahwa remaja yang mempunyai *body image* negatif dengan pola makan yang positif dapat disebabkan oleh faktor lain seperti media masa, teman sebaya, dan keluarga. Peran orang tua yang mempunyai pendapatan lebih tinggi dan memiliki pengetahuan tentang pemenuhan gizi sangat penting dalam menyiapkan berbagai menu makanan yang sehat dan bergizi. Perilaku makan yang sehat selalu mengacu pada keadaan gizi yang dapat memenuhi kebutuhan. Ada enam unsur gizi yang harus dipenuhi yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan air (Ritan et al., 2018).

Faktor teman sebaya juga dapat berpengaruh besar dalam perilaku makan karena kebanyakan remaja menghabiskan waktunya di sekolah atau tempat lain bersama dengan temannya, sehingga teman sebaya dapat mengubah perilaku dan kebiasaan yang baik dan sehat berkaitan dengan pola makan (Rahman et al., 2016). Lingkungan keluarga dan teman sebaya ini sangat mempengaruhi remaja dalam perilaku makannya, sehingga perlu adanya dukungan keluarga dan teman sebaya untuk menciptakan pola makan yang baik

Menurut pendapat penelitian remaja yang mempunyai *body image* yang negatif beranggapan bahwa mereka telah mengalami kekurangan atau kelebihan berat badan diatas rata-rata, Banyak remaja yang membatasi pola makannya untuk menurunkan berat-badan secara cepat namun hal tersebut dapat dapat menyebabkan pembatasan pola konsumsi remaja karena khawatir terhadap kenaikan bentuk tubuh dan pendapat orang lain tentang tubuhnya. Selain itu dampak dari pola makan buruk dapat menyebabkan terhambatnya proses pertumbuhan dan perkembangan remaja, penurunan konsentrasi belajar, dan penurunan kesegaran jasmani hingga menyebabkan anemia (Kadek et al., 2021).

3. Keterbatasan penelitian

Keterbatasan penelitian ini yaitu, sebagai berikut:

- a. Saat melakukan pengisian lembar kuesioner rata-rata responden merasa kesulitan untuk mengisi lembar kuesioner karena responden meminta kepada peneliti untuk didampingi.
- b. saat pengambilan data memerlukan waktu lama karena menyesuaikan jadwal siswi karna sebagian besar siswi di MA Ypptq mh tinggal di dalam pondok pesantren yang setiap harinya ada kegiatan.

