

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN HARGA
DIRI PADA REMAJA AWAL PUTRI**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh

ANGGIE MARSANDA YUMNA

NIM 22020122130114

DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, MEI 2026

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Anggie Marsanda Yumna
NIM : 22020122130114
Fakultas/ Departemen : Kedokteran/ Ilmu Keperawatan
Jenis : Skripsi
Judul : Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Harga Diri pada Remaja Awal Putri

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, Mei 2026
Yang Menyatakan,



Anggie Marsanda Yumna
NIM. 22020122130114

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Anggie Marsanda Yumna
Tempat/ Tanggal Lahir : Semarang, 4 Juli 2004
Alamat Rumah : Jl. Cempolorejo VII/24, Krobokan, Semarang Barat
No Telp : 089 628 110 170
Email : anggiemars04@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Harga Diri pada Remaja Awal Putri” bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* 24% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, Mei 2026
Yang Menyatakan,



Anggie Marsanda Yumna
NIM. 22020122130114

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN HARGA DIRI PADA REMAJA AWAL PUTRI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Anggie Marsanda Yumna

NIM : 22020122130114

Telah disetujui sebagai usulan penelitian dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk *direview*

Pembimbing,

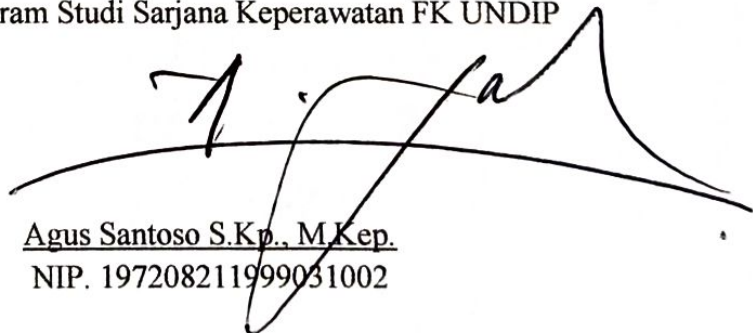


Ns. Nurullya Rachma S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom.

NIP. 197705232005012002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso S.Kp., M.Kep.

NIP. 197208211999031002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN HARGA DIRI PADA REMAJA AWAL PUTRI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Anggie Marsanda Yumna

NIM : 22020122130114

Telah diuji pada 10 Juni 2026 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan

Ketua Penguji,



Megah Andriany S.Kp., Sp.Kom., M.Kep., Ph.D.

NIP. 197905072002122001

Anggota Penguji,



Elis Hartati S.Kep., M.Kep.

NIP. 197502122010122001

Pembimbing,




Ns. Nurullya Rachma S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom.

NIP. 197705232005012002

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip



Dr. Anggorowati S.Kp., Ns., Sp.Kep.Mat., M.Kep.

NIP. 197708302001122001

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Harga Diri pada Remaja Awal Putri". Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana di Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

Masa remaja merupakan periode kritis yang penuh dengan perubahan fisik dan psikologis. Penelitian ini berupaya menganalisis hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan harga diri remaja awal putri, yang merupakan komponen fundamental dalam perkembangan identitas. Melalui penelitian ini, penulis berharap dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan Ilmu Keperawatan Komunitas, menjadi dasar pengembangan program intervensi holistik di sekolah, serta menjadi *evidence* dan referensi bagi penelitian selanjutnya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak untuk penyempurnaan penelitian ini. Lebih dari itu, diharapkan pula bahwa skripsi ini dapat memberikan manfaat yang luas bagi semua pembaca dalam memperluas wawasan.

Penulis

Anggie Marsanda Yumna

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penyusunan skripsi ini tidak dapat terwujud tanpa adanya bimbingan, arahan, dukungan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT yang senantiasa memberikan kemudahan, kekuatan, dan petunjuk dalam setiap langkah penulis, serta Nabi Muhammad SAW sebagai suri tauladan terbaik.
2. Ibu Ns. Nurullya Rachma, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan ilmu yang sangat berharga selama proses penyusunan skripsi ini.
3. Kepala sekolah, guru, dan staf di kedua SMP lokasi penelitian yang telah memberikan izin dan memfasilitasi pelaksanaan penelitian ini.
4. Ayah dan Ibu, serta kedua kakak yang senantiasa memberikan doa, dukungan, motivasi, dan kasih sayang yang tiada henti, serta telah menjadi sumber kekuatan terbesar bagi penulis dalam menyelesaikan proposal skripsi ini.
5. Sahabat-sahabat seperjuangan mahasiswa Ilmu Keperawatan angkatan 2022 serta sahabat-sahabat KSR yang telah memberikan semangat, bantuan, dan kebersamaan selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

Penulis

Anggie Marsanda Yumna

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
ABSTRAK.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Remaja Awal Putri.....	9
2.2 Harga Diri pada Remaja Awal Putri	12
2.3 Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Harga Diri pada Remaja Awal Putri.....	20
2.4 Kerangka Teori Penelitian	22
2.5 Kerangka Konsep Penelitian.....	22
2.6 Hipotesis Penelitian	23
BAB III METODE PENELITIAN	24
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian	24
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	24
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian.....	27
3.4 Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran.....	27
3.5 Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data	30
3.6 Teknik Pengolahan dan Analisis Data	36

3.7 Etika Penelitian	41
BAB IV HASIL PENELITIAN	44
4.1 Gambaran Umum Penelitian.....	44
4.2 Hasil Analisis Univariat.....	44
4.3 Hasil Analisis Bivariat	46
BAB V PEMBAHASAN	48
5.1 Karakteristik Indeks Massa Tubuh (IMT) Remaja Awal Putri.....	48
5.2 Karakteristik Harga Diri Remaja Awal Putri.....	50
5.3 Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Harga Diri Remaja Awal Putri	52
5.4 Keterbatasan Penelitian.....	56
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	57
6.1 Simpulan	57
6.2 Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN.....	xvi

DAFTAR TABEL

Nomor	Tabel	Halaman
1.	Klasifikasi IMT menurut umur (IMT/U) 5-18 tahun	10
2.	Distribusi populasi siswi	25
3.	Distribusi sampel siswi	26
4.	Definisi operasional dan skala ukur	28
5.	Interpretasi hasil ukur IMT/U 5-18 tahun	31
6.	Kisi-kisi pernyataan instrumen RSES	33
7.	Daftar kode	37
8.	Analisis univariat	39
9.	Interpretasi kekuatan hubungan koefisien korelasi	40
10.	Karakteristik responden	44
11.	Tingkat karakteristik IMT	45
12.	Tingkat karakteristik harga diri	45
13.	Tabulasi silang hubungan IMT dengan harga diri	46
14.	Hasil uji korelasi Spearman Rank	47

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Gambar	Halaman
1.	Kerangka teori penelitian	22
2.	Kerangka konsep penelitian	22

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Lampiran	Halaman
1.	EC Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro	xvi
2.	Surat permohonan izin penelitian	xvii
3.	Perizinan penggunaan instrumen penelitian	xix
4.	Lembar penjelasan penelitian	xx
5.	Lembar persetujuan (<i>informed consent</i>)	xxi
6.	Lembar data demografi	xxii
7.	Lembar observasi Indeks Massa Tubuh (IMT)	xxiii
8.	Kuesioner untuk mengukur harga diri	xxiv
9.	Olah data statistik	xxv
10.	Dokumentasi saat penelitian	xxviii
11.	Bukti konsultasi dengan pembimbing	xxix
12.	Pengecekan plagiarism	xxxiii

DAFTAR SINGKATAN

IMT	:	Indeks Massa Tubuh
SMP	:	Sekolah Menengah Pertama
BK	:	Bimbingan Konseling
BB	:	Berat Badan
TB	:	Tinggi Badan
SKI	:	Survei Kesehatan Indonesia
RSES	:	<i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i>
EC	:	<i>Ethical Clearance</i>
KEPK	:	Komisi Etik Penelitian Kesehatan

Departemen Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro
Mei, 2026

ABSTRAK

Anggie Marsanda Yumna

Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Harga Diri pada Remaja Awal Putri

xv + 65 Halaman + 14 Tabel + 2 Gambar + 12 Lampiran

Indeks Massa Tubuh (IMT) yang menyimpang dari kategori normal berpotensi memicu persepsi negatif terhadap tubuh sehingga berdampak pada penurunan harga diri remaja awal putri. Harga diri merupakan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri yang mencakup dimensi penerimaan diri dan penghormatan diri. Meskipun beberapa penelitian telah mengkaji hubungan IMT dengan harga diri, sebagian besar masih berfokus pada populasi remaja akhir dan dewasa dengan sampel putri, sehingga kajian yang secara spesifik berfokus pada remaja awal putri masih terbatas. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan IMT dengan harga diri pada remaja awal putri tingkat SMP. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sebanyak 105 siswi kelas 7 dan 8 di dua SMP swasta berakreditasi A di Kota Semarang dipilih menggunakan *total sampling*. Data dikumpulkan melalui lembar observasi IMT dan kuesioner *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) dengan 10 item pernyataan, kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman Rank. Sebagian besar responden memiliki IMT kategori gizi baik (57,1%) dan harga diri sedang (53,3%), diikuti harga diri tinggi (23,8%) dan rendah (22,9%). Terdapat hubungan yang signifikan antara IMT dengan harga diri (p -value = 0,023; $r = -0,222$) dengan arah negatif berkekuatan lemah, artinya semakin tinggi IMT ke arah obesitas atau semakin rendah IMT ke arah gizi kurang, maka semakin rendah harga diri yang dimiliki remaja awal putri. Institusi sekolah diharapkan mengoptimalkan skrining IMT melalui UKS dan pendampingan psikososial melalui BK guna mendukung pembentukan harga diri yang positif pada remaja awal putri.

Kata Kunci : Indeks Massa Tubuh, Harga Diri, Remaja Putri

Daftar Pustaka : 73 (1967–2026)

Department of Nursing
Faculty of Medicine
Universitas Diponegoro
May, 2026

ABSTRACT

Anggie Marsanda Yumna

The Relationship Between Body Mass Index (BMI) and Self-Esteem in Female Early Adolescents

xv + 65 Pages + 14 Tables + 2 Pictures + 12 Attachments

Body Mass Index (BMI) deviating from the normal category may trigger negative body perception leading to decreased self-esteem among female early adolescents. Self-esteem is an individual's evaluation of themselves encompassing two dimensions: self-acceptance and self-respect. Although several studies have examined the relationship between BMI and self-esteem, the majority have focused on older adolescent and adult populations with female samples, leaving research specifically addressing female early adolescents limited. This study aimed to analyze the relationship between BMI and self-esteem among female early adolescents at the junior high school level. A descriptive correlational design with a cross-sectional approach was used. A total of 105 female students from grades 7 and 8 at two accredited private junior high schools in Semarang were selected using total sampling. Data were collected through a BMI observation sheet and the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) with 10 items, then analyzed using the Spearman Rank correlation test. The majority of respondents had normal BMI (57.1%) and moderate self-esteem (53.3%), followed by high (23.8%) and low self-esteem (22.9%). There was a significant relationship between BMI and self-esteem (ρ -value = 0.023; $r = -0.222$) with a weak negative direction, indicating that higher BMI toward obesity or lower BMI toward undernutrition was associated with lower self-esteem among female early adolescents. Schools are recommended to optimize BMI screening through the school health unit and provide psychosocial support through guidance counseling to promote positive self-esteem in female early adolescents.

Keywords : Body Mass Index, Self-Esteem, Adolescent Girls

References : 73 (1967–2026)