

HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI *BODY IMAGE* DAN AKTIVITAS FISIK PADA SISWA SMA DI KOTA PALEMBANG

Skripsi

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked)



Oleh:
Fariza Hasyati
04011181722052

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2020**

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI BODY IMAGE DAN AKTIVITAS FISIK PADA SISWA SMA DI KOTA PALEMBANG

Oleh:
Fariza Hasyati
04011181722052

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana kedokteran

Palembang, 8 Januari 2021
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Pembimbing I
dr. Moretta Damayanti,Sp.A(K),M.Kes.
NIP. 197603142002122007

Pembimbing II
dr. Hertanti Indah Lestari,Sp.A(K).
NIP. 197610092008012015

Pengaji I
dr. Julius Anzar, Sp.A(K)
NIP. 196512281995031006

Pengaji II
dr. Medina Athiah, Sp.A
NIP. 198706252015042002

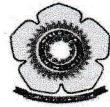
Mengetahui,
Ketua Program Studi
Pendidikan Dokter

dr. Susilawati, M.Kes
NIP. 197802272010122001



Wakil Dekan I

Dr. dr. Radiyati Umi Partan, Sp.PD-KR, M.Kes
NIP. 197207172008012007



Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya Palembang

LEMBAR PERSETUJUAN REVISI SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini, komisi pembimbing dan penguji skripsi dari mahasiswa:

Nama : Fariza Hasyati
NIM : 04011181722052
Judul Skripsi : Hubungan Antara Persepsi *Body Image* dan Aktivitas Fisik Pada Siswa SMA di Kota Palembang

dengan ini menyatakan bahwa *draft* skripsi ini sudah dipertahankan di hadapan dewan penguji dan kemudian di revisi sesuai dengan masukan dari para penguji dan oleh karena itu penjilidan skripsi ini dapat dilakukan sejak tanggal persetujuan ini diberikan.

Palembang, 8 Januari 2021

Pembimbing I

dr. Moretta Damayanti, Sp.A(K), M.Kes.
NIP. 197603142002122007

Pembimbing II

dr. Hertanti Indah Lestari, Sp.A(K).
NIP. 197610092008012015

Penguji I

dr. Julius Anzar, Sp.A(K)
NIP. 196512281995031006

Penguji II

dr. Medina Athiah, Sp.A
NIP. 198706252015042002

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda-tangan di bawah ini dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, ~~magister dan/atau doktor~~), baik di Universitas Sriwijaya maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian Saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan verbal Tim Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini Saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka Saya bersedia menerima sanksi akademik atau sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

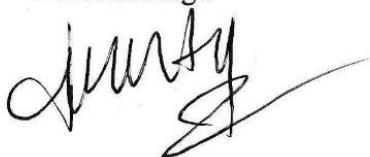
Palembang, 8 Januari 2021
Yang membuat pernyataan



(Fariza Hasyati)

Mengetahui,

Pembimbing I



dr. Moretta Damayanti, Sp.A(K), M.Kes.
NIP. 197603142002122007

Pembimbing II



dr. Hertanti Indah Lestari, Sp.A(K).
NIP. 197610092008012015

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin. Segala puji bagi Allah SWT., karena berkat rahmat dan kuasaNya sehingga pelaksanaan dan penulisan skripsi yang berjudul: “Hubungan antara Perspsi *Body Image* dan Aktivitas Fisik pada Siwa SMA di Kota Palembang” tepat pada waktu yang telah direncanakan sebelumnya.

Pelaksanaan dan penulisan skripsi ini tentu tak lepas dari bimbingan, dukungan, saran, masukkan serta segala bentuk bantuan yang disumbangkan demi terlaksananya skripsi ini. Dengan demikian penulis mengucapkan terimakasih.

Terima kasih kepada **dr. Moretta Damayanti, Sp.A(K), M.Kes, dr. Hertanti Indah Lestari, Sp.A (K), dr. Julius Anzar, Sp.A(K),** dan **dr. Medina Athiah, Sp.A,** yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, saran, dan perbaikan selama kurang lebih enam bulan ini.

Terima kasih juga yang sebesar-besarnya kepada kedua orang tua penulis, Fakhrurrazi dan Afifa Ramadanti, untuk adik-adik penulis, Fadiya Hanifati, Rahmat Afif Abdullah, dan Fahira Nayla Salsabila, dan teman-teman PSPD 2017 yang telah memberi semangat dan doa selama penggerjaan skripsi. Tidak lupa penulis juga mengucapkan terimakasih kepada kepala sekolah, guru, dan siswa-siswi SMA Negeri 3 Palembang, serta pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu per satu atas bantuan yang telah diberikan selama penyusunan skripsi ini.

Pengerjaan skripsi ini tentu memiliki banyak kekurangan oleh karena keterbatasan kemampuan penulis. Maka dari itu, saran dan masukkan bagi perbaikan skripsi ini sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak dan semoga amal baik semua pihak kepada penulis mendapat balasan dari Allah SWT.

Palembang, Desember 2020

Penulis,

Fariza Hasyati

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR SINGKATAN.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Hipotesis	4
1.5 Manfaat Penelitian	4
BAB II	5
2.1. Remaja	5
2.1.1. Batasan Remaja	5
2.1.2. Perkembangan pada Saat Remaja	6
2.2. <i>Body Image</i>	13
2.2.1. Pengertian.....	13
2.2.2. Insidensi	14
2.2.3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Body Image</i>	15
2.2.4. Cara Pengukuran <i>Body Image</i>	20
2.2.5. Dampak <i>Body Image</i> pada Kesehatan	24
2.3. Aktivitas Fisik	27
2.3.1. Pengertian.....	27
2.3.2. Insidensi	27
2.3.3. Cara Pengukuran Aktivitas Fisik.....	28
2.3.4. Dampak Aktivitas Fisik.....	31
2.4. Kerangka Teori	34
2.5. Kerangka Konsep	35
BAB III.....	36
3.1. Jenis Penelitian	36
3.2. Waktu dan Tempat Penelitian	36
3.3. Populasi dan Sampel.....	36
3.3.1. Populasi	36
3.3.2. Sampel.....	36
3.4. Variabel Penelitian	38
3.5. Definisi Operasional	39
3.6. Cara Kerja/Cara Pengumpulan Data.....	42

3.6.1. Data Primer	42
3.6.2. Data Sekunder	42
3.7. Cara Pengolahan dan Analisis Data.....	42
3.8. Kerangka Operasional	44
BAB IV.....	45
4.1. Hasil Penelitian.....	45
4.1.1. Karakteristik Umum Subjek.....	45
4.1.2. Distribusi Karakteristik Subjek berdasarkan Persepsi <i>Body Image</i> ...	46
4.1.3. Distribusi Karakteristik Subjek berdasarkan Aktivitas Fisik	46
4.1.4. Analisis Bivariat.....	47
4.2. Pembahasan	48
BAB V	51
DAFTAR PUSTAKA.....	52
LAMPIRAN.....	56

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. METs Aktivitas Berdasarkan Domain IPAQ	30
2. Definisi Operasional.....	39
3. Karakteristik Umum Subjek	45
4. Distribusi Karakteristik Subjek Berdasarkan Persepsi Body Image.....	46
5. Distribusi Karakteristik Subjek Berdasarkan Aktivitas Fisik	47
6. Uji <i>Chi-Square</i> Hubungan Persepsi Body Image dan Aktivitas Fisik	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Pacu Tumbuh Pubertas	7
2. Usia dan Persentase Individu Pada Setiap Tahap Kohlberg	9
3. Contour Drawing Rating Scale [CDRS]	22

DAFTAR SINGKATAN

BDD	:	<i>Body dysmorphic order</i>
BID	:	<i>Body image disturbance</i>
BSQ	:	<i>Body Shape Questionnaire</i>
IMT	:	Indeks Massa Tubuh
IPAQ	:	<i>International Physical Activity Questionnaires</i>
Kemenkes RI	:	Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
Kg	:	Kilogram
METs	:	<i>Metabolic Equivalents</i>
SMA	:	Sekolah Menengah Atas
WHO	:	World Health Organization

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Lembar Penjelasan	56
2. Formulir Persetujuan Pelimpahan Informed Consent kepada Orang.....	58
3. Formulir Persetujuan.....	59
4. Kuesioner BSQ	60
5. Kuesioner IPAQ	61
6. Alur Pengambilan Sampel.....	65
7. Lampiran Data Hasil Penelitian	66
8. Hasil Analisis Univariat	68
9. Hasil Analisis Bivariat	70
10. Sertifikat Etik	73
11. Lembar Pengantar Pengambilan Data	74
12. Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	75
13. Lembar Konsultasi Skripsi.....	76
14. Lembar Persetujuan Sidang Skripsi	77
15. Lembar Persetujuan Revisi Skripsi	78
16. Hasil Pemeriksaan <i>Similarity Checking</i> (Turnitin)	79

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI *BODY IMAGE* DAN AKTIVITAS FISIK PADA SISWA SMA DI KOTA PALEMBANG

(*Fariza Hasyati*, Desember 2020, 92 halaman)
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Latar Belakang: Persepsi *body image* merupakan suatu pemikiran, pendapat, perasaan, dan tanggapan seseorang terhadap berat, ukuran, dan bentuk tubuh yang dimiliki. Berdasarkan teori, persepsi *body image* memiliki hubungan dengan aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi hubungan antara persepsi *body image* dan aktivitas fisik pada siswa SMA di kota Palembang.

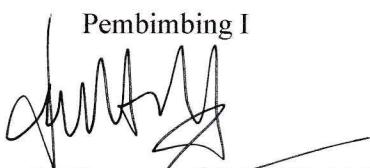
Metode: Penelitian ini menggunakan studi analitik observasional dengan pendekatan potong lintang dan pengambilan sampel dilakukan dengan *simple random sampling*. Populasi penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 3 Palembang. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner persepsi *body image* (BSQ) dan aktivitas fisik (IPAQ). Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji *chi square*.

Hasil: Terdapat 103 sampel dengan rerata usia subjek $197,63 \pm 9,5$ bulan dan jenis kelamin perempuan sebesar 64,1% didapatkan persepsi *body image* negatif paling banyak yaitu sebesar 75,57% dan kebanyakan dengan aktivitas fisik sedang yaitu sebesar 39,8%. Uji statistik yang dilakukan menunjukkan bahwa hubungan antara persepsi *body image* dan aktivitas fisik tidak signifikan ($p=0,142$).

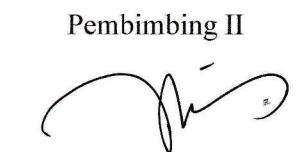
Kesimpulan: Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara persepsi *body image* dan aktivitas fisik pada siswa SMA di Kota Palembang.

Kata kunci: *cross-sectional, body image, aktivitas fisik*

Mengetahui,

Pembimbing I


dr. Moretta Damayanti, Sp.A(K), M.Kes.
NIP. 197603142002122007

Pembimbing II


dr. Hertanti Indah Lestari, Sp.A(K).
NIP. 197610092008012015

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE PERCEPTION AND PHYSICAL ACTIVITY OF HIGHSCHOOL STUDENTS IN PALEMBANG CITY

(*Fariza Hasyati*, December 2020, 92 pages)
Faculty of Medicine Universitas Sriwijaya

Background: Perception of body image is a person's thoughts, opinions, feelings, and responses to the weight, size and shape of his body. Based on theory, perception of body image has a relationship with physical activity. This study aims to identify the relationship between body image perception and physical activity of high school students in Palembang city.

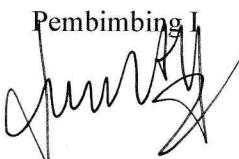
Method: This study used an observational analytic study with a cross-sectional approach and did with simple random sampling. The population of this study were students of SMA Negeri 3 Palembang. The data were collected using a questionnaire on body image perception (BSQ) and physical activity (IPAQ). The data obtained were analyzed using the chi square test.

Result: There were 103 subject with the mean age was 197.63 ± 9.5 month and female subject of 64,1%, it was found that most of subjects had negative body image perception (75.57%) and majority of subject had moderate physical activity (39.8%). The statistical analysis showed that the relationship between body image perception and physical activity was not significant ($p=0.142$) in this study.

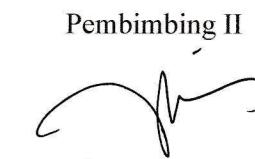
Conclusion: There is no significant relationship between the perception of body image and physical activity of high school students in Palembang City.

Key word: cross-sectional, body image, physical activity

Mengetahui,

Pembimbing I


dr. Moretta Damayanti, Sp.A(K), M.Kes.
NIP. 197603142002122007

Pembimbing II


dr. Hertanti Indah Lestari, Sp.A(K).
NIP. 197610092008012015

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Persepsi *body image* atau dalam bahasa Indonesia disebut citra tubuh merupakan suatu pemikiran, pendapat, perasaan, dan tanggapan seseorang terhadap berat, ukuran, dan bentuk tubuh yang dimiliki. Tanggapan yang diberikan individu yang bersangkutan dapat berupa positif maupun negatif. Istilah *body dissatisfaction* mengacu kepada persepsi *body image* yang negatif terhadap penampilan, berat, bentuk, baik sebagian maupun seluruh tubuh (Grogan, 2016; Ricciardelli & Yager, 2016). Sementara menurut Tylka (2011) *body image* positif bukanlah kebalikan dari persepsi yang negatif, melainkan adanya penghargaan terhadap tubuh apa adanya. Dengan memiliki persepsi *body image* positif, individu lebih menerima dan menghargai tubuh mereka dalam segi fungsional daripada penampilan yang dimiliki.

Di dunia, remaja merupakan generasi yang paling banyak dengan jumlah remaja usia 10-19 tahun sebanyak 1,8 miliar atau 17,3% dari populasi di dunia (Katzman, 2016). Remaja merupakan suatu periode ketika mereka mulai mencari jati diri mereka dan butuh waktu bertahun-tahun untuk menyelesaiannya. Pada awalnya remaja mempertimbangkan sosok yang mereka anggap ideal dan kemudian barulah mereka menjadi lebih realistik (Laser & Nicotera, 2011). Selain itu pada abad ke-21, media informasi yang sangat beragam (television, media sosial, film) memberikan tekanan yang lebih besar untuk seseorang memiliki bentuk fisik tubuh yang sesuai dengan idealnya serta adanya persepsi mengenai penampilan luar sebagai suatu simbol dari personal seseorang (Grogan, 2016; Ricciardelli & Yager, 2016).

Salah satu survei besar di Negara Australia pada remaja mendapatkan bahwa kekhawatiran mengenai *body image* berada di posisi ketiga masalah pribadi dari sekitar 15.000 remaja usia 15 hingga 19 tahun. Total remaja dengan kekhawatiran *body image* 35,6% dengan persentase perempuan (43%) lebih banyak daripada laki-laki (18,6%) (Ricciardelli & Yager, 2016).

Berdasarkan penelitian Miranda dkk (2014) pada periode remaja awal persepsi *body image* negatif lebih banyak dibandingkan periode remaja lainnya. Hal ini sejalan dengan penelitian Hastuti (2013) di Indonesia di mana *body image* negatif menurun seiring dengan bertambahnya umur seseorang.

Persepsi *body image* negatif biasanya ditemukan bersamaan dengan aktivitas fisik yang kurang, penambahan berat badan, harga diri yang lebih rendah, suasana hati depresi, kecemasan sosial, perfeksionis, dan gangguan makan (Sundgot-Borgen dkk, 2018). Penelitian oleh Cecon dkk (2017) pada remaja (usia 10-19 tahun) menyimpulkan bahwa persepsi *body image* negatif merupakan risiko dari gangguan makan, dengan kemungkinan kejadiannya lebih besar 13 kali pada individu dengan persepsi *body image* negatif. Sementara persepsi *body image* positif merupakan indikator dari kesejahteraan psikologis, dan memiliki hubungan dengan pola makan yang lebih baik, peningkatan aktivitas fisik, dan mengurangi perilaku hidup yang tidak sehat (rokok, diet, alkohol) (Tylka, 2018).

Dari Kemenkes RI, aktivitas fisik didenisikan sebagai setiap gerakan tubuh yang diakibatkan kerja otot rangka dan meningkatkan pengeluaran tenaga serta energi. Aktivitas fisik mencakup yang dilakukan di sekolah, tempat kerja, rumah, perjalanan serta aktivitas lain yang dilakukan selama mengisi waktu senggang sehari-hari. Rekomendasi WHO (2010) akumulasi aktivitas fisik pada anak usia 5-17 tahun minimal 60 menit per hari aktivitas fisik sedang-berat serta kebanyakan aktivitas fisik yang dilakukan haruslah bersifat aerobik. Klasifikasi aktivitas fisik menurut *American College of Sports Medicine and Centers for Disease Control and Prevention* ialah aktivitas fisik ringan/ *light* (<3METs), aktivitas fisik sedang/ *moderate* (3-6 METs), dan aktivitas fisik berat/ *vigorous* (>6METs).

Aktivitas fisik pada remaja dan anak-anak memiliki dampak bagi kesehatan di antaranya menurunkan kejadian berat badan berlebih dan obesitas, serta densitas tulang yang lebih baik, mengurangi risiko penyakit kardiovaskular, memperbaiki komposisi tubuh dan membantu menjaga berat badan (Hills dkk, 2011). Selain dari itu aktivitas fisik memiliki dampak yang menguntungkan terhadap kesehatan mental, meskipun masih dibutuhkan penelitian lebih lanjut untuk menjelaskan hubungan kedua hal ini (Pingitore dkk, 2019)

Persepsi *body image* negatif lebih banyak pada remaja perempuan dibandingkan dengan laki-laki serta adanya korelasi positif antara persepsi *body image* positif dan aktivitas fisik (Kantanista dkk, 2015) walaupun pada laki-laki hubungan persepsi *body image* dan aktivitas fisik diperantarai oleh IMT (Fernández-Bustos dkk, 2019). Sementara total aktivitas fisik remaja laki-laki tiga kali lebih banyak daripada perempuan. Perempuan yang lebih tidak aktif menunjukkan ketidakpuasan terhadap *body image* lebih tinggi (Sabiston dkk, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Sánchez-Miguel dkk, (2017) pada siswa SMA di Spanyol mendapatkan bahwa aktivitas fisik lebih banyak dilakukan laki-laki daripada perempuan serta persepsi *body image* negatif lebih banyak pada perempuan daripada laki-laki.

Mengingat pentingnya persepsi *body image* dan aktivitas fisik pada remaja serta belum adanya penelitian mengenai hubungan persepsi *body image* dan aktivitas fisik pada SMA di kota Palembang membuat peneliti tertarik untuk mencari hubungan antara persepsi *body image* dan aktivitas fisik pada siswa SMA di kota Palembang.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara persepsi *body image* dan aktivitas fisik pada siswa SMA di kota Palembang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengidentifikasi hubungan antara persepsi *body image* dan aktivitas fisik pada siswa SMA di kota Palembang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi persepsi *body image* pada siswa SMA di kota Palembang.
2. Mengidentifikasi tingkatan aktivitas fisik pada siswa SMA di kota Palembang.
3. Menganalisis hubungan antara persepsi *body image* dan aktivitas fisik pada siswa SMA di kota Palembang.

1.4 Hipotesis

Tidak terdapat hubungan antara persepsi *body image* dan aktivitas fisik pada siswa SMA di kota Palembang.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

- 1) Memberikan informasi kepada peneliti mengenai hubungan antara persepsi *body image* dan aktivitas fisik pada siswa SMA di kota Palembang.
- 2) Menjadi landasan ilmiah untuk penelitian selanjutnya mengenai hubungan antara persepsi *body image* dan aktivitas fisik pada siswa SMA di kota Palembang.

1.5.2 Manfaat Praktis

- 1) Memberikan informasi kepada orang tua dan remaja mengenai persepsi *body image* pada siswa SMA di kota Palembang.
- 2) Sebagai masukan kepada remaja dan orang tua mengenai pentingnya aktivitas fisik pada siswa SMA di kota Palembang.
- 3) Sebagai masukan kepada pihak-pihak yang melakukan promosi kesehatan mengenai pentingnya persepsi *body image* dan aktivitas fisik pada siswa SMA di kota Palembang.

DAFTAR PUSTAKA

- Argyrides, M., & Kkeli, N. (2013). Multidimensional body-self relations questionnaire- appearance scales: Psychometric properties of the greek version. *Psychological Reports*, 113(3), 885–897. <https://doi.org/10.2466/03.07.PR0.113x29z6>
- Baceviciene, M., Jankauskiene, R., & Balciuniene, V. (2020). The Role of Body Image, Disordered Eating and Lifestyle on The Quality of Life in Lithuanian University Students. *International Journal of Environmental Research And Public Health*, 17(5), 1–17. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051593>
- Batubara, J. R. (2010). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21. <https://doi.org/10.14238/sp12.1.2010.21-9>
- Ben-Tovim, D. I., & Walker, M. K. (1992). A Quantitative Study of Body-Related Attitudes in Patients With Anorexia and Bulimia Nervosa. *Psychological Medicine*. <https://doi.org/10.1017/S0033291700038538>
- Bergier, J., Kapka-Skrzypczak, L., Biliński, P., Paprzycki, P., & Wojtyła, A. (2012). Physical Activity of Polish Adolescents and Young Adults According to I PAQ: A Population Based Study. *Annals of Agricultural and Environmental Medicine*, 19(1), 109–115.
- Bibiloni, M. D. M., Coll, J. L., Pich, J., Pons, A., & Tur, J. A. (2017). Body Image Satisfaction and Weight Concerns among A Mediterranean Adult Population. *BMC Public Health*, 17(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3919-7>
- Carr, A. (2016). The Handbook of Child and Adolescent Clinical Psychology. [http://doi.org/10.4324/9781315744230](https://doi.org/10.4324/9781315744230)
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). Body Image : A Handbook of Science, Practice and Prevention. https://doi.org/10.1007/SpringerReference_223404
- Cecon, R. S., Do Carmo Castro Franceschini, S., Do Carmo Gouveia Peluzio, M., Hermsdorff, H. H. M., & Priore, S. E. (2017). Overweight and Body Image Perception in Adolescents with Triage of Eating Disorders. *Scientific World Journal*, 2017. <https://doi.org/10.1155/2017/8257329>
- Cherry, A. L., Baltag, V., & Dillon, M. E. (2016). International Handbook on Adolescent Health and Development: The Public Health Response. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-40743-2>
- Derenne, J., & Beresin, E. (2018). Body Image, Media, and Eating Disorders—a 10-Year Update. *Academic Psychiatry*, 42(1), 129–134. <https://doi.org/10.1007/s40596-017-0832-z>
- Díaz, F. (2018). Body image as an everyday problematic: Looking good. In *Body Image as an Everyday Problematic: Looking Good*. <https://doi.org/10.4324/9781315167855>

- Fernández-Bustos, J. G., Infantes-Paniagua, Á., Cuevas, R., & Contreras, O. R. (2019). Effect of Physical Activity on Self-Concept: Theoretical Model on The Mediation of Body Image and Physical Self-Concept in Adolescents. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01537>
- Fernández-Bustos, J. G., Infantes-Paniagua, Á., Gonzalez-Martí, I., & Contreras-Jordán, O. R. (2019). Body Dissatisfaction in Adolescents: Differences by Sex, BMI and Type and Organisation of Physical Activity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(17). <https://doi.org/10.3390/ijerph16173109>
- Gattario, K. H., & Frisén, A. (2019). From Negative to Positive Body Image: Men's and Women's Journeys from Early Adolescence to Emerging Adulthood. *Body Image*, 28, 53–65. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.12.002>
- Grogan, S. (2016). Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children, Third Edition. <https://doi.org/10.4324/9781315681528>
- Hastuti, J. (2013). Anthropometry and Body Composition of Indonesian Adults: a n Evaluation of Body Image, Eating Behaviours, And Physical Activity. *Hypertension*, 6(5 Pt 2), II71-5. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/6150002>
- Hills, A. P., Andersen, L. B., & Byrne, N. M. (2011). Physical Activity and Obesity in Children. *British Journal of Sports Medicine*, 45(11), 866–870. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2011-090199>
- Holmqvist Gattario, K., Göteborgs universitet. Psykologiska institutionen., & Ale tryckteam). (2013). Body Image in Adolescence : Through The Lenses of Culture, Gender, and Positive Psychology. <http://hdl.handle.net/2077/34266>
- International Physical Activity Questionnaire. (2005). Guidelines for Data Processing and Analysis of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) – Short and Long Forms, revised on November 2005. IPAQ. <https://doi.org/10.1107/S1600536812034848>
- Kantanista, A., Osiński, W., Borowiec, J., Tomczak, M., & Król-Zielińska, M. (2015). Body Image, BMI, and Physical Activity in Girls and Boys Aged 14-16 years. *Body Image*, 15, 40–43. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.05.001>
- Katzman, D. K. (2016). Neinstein's Adolescent and Young Adult Health Care.
- Laser, J. A., & Nicotera, N. (2011). Working with adolescents: A guide for practitioners. *Social Work Practice with Children and Families*.
- Liechty, J. M. (2010). Body image distortion and three types of weight loss behaviors among nonoverweight girls in the United States. *Journal of Adolescent Health*, 47(2), 176–182. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.01.004>
- Meyer, S., Weidmann, R., & Grob, A. (2020). The Mirror's Curse: Weight Perceptions Mediate The Link Between Physical Activity and Life Satisfaction Among 727,865 Teens In 44 Countries. *Journal of Sport and Health Science*. <http://doi.org/10.1016/j.jshs.2020.01.004>

- s://doi.org/10.1016/j.jshs.2020.01.002
- Miranda, V. P. N., Conti, M. A., Carvalho, P. H. B. de, Bastos, R. R., & Ferreira, M. E. C. (2014). Body Image in Different Periods of Adolescence. *Revista Paulista de Pediatria*, 32(1), 63–69. <https://doi.org/10.1590/s0103-05822014000100011>
- Moehlecke, M., Blume, C. A., Cureau, F. V., Kieling, C., & Schaan, B. D. (2020). Self-Perceived Body Image, Dissatisfaction with Body Weight and Nutritional Status of Brazilian Adolescents: A Nationwide Study. *Jornal de Pediatria*, 96(1), 76–83. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2018.07.006>
- Neumark-Sztainer, D., Wall, M. M., Chen, C., Larson, N. I., Christoph, M. J., & Scherwood, N. E. (2018). Eating, Activity, and Weight-related Problems From Adolescence to Adulthood. *American Journal of Preventive Medicine*, 55(2), 133–141. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2018.04.032>
- Pingitore, A., Mastorci, F., & Vassalle, C. (2019). Adolescent Health and Wellbeing: Current Strategies and Future Trends. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-25816-0>
- Ricciardelli, L. A., & Yager, Z. (2016). Adolescence and Body Image: From Development to Preventing Dissatisfaction. <https://doi.org/10.4324/9781315849379>
- Sabiston, C. M., Pila, E., Vani, M., & Thogersen-Ntoumani, C. (2019). Body Image, Physical Activity, and Sport: A Scoping Review. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 48–57. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.12.010>
- Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Amado, D., Pulido, J. J., & Sánchez-Oliva, D. (2017). Relationships between Physical Activity Levels, Self-Identity, Body Dissatisfaction and Motivation among Spanish High School Students. *Journal of Human Kinetics*, 59(1), 29–38. <https://doi.org/10.1515/hukin-2017-0145>
- Santrock, J. W. (2016). Adolescence (16th ed.). McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2018). Life-Span Development (17th ed.). McGraw-Hill.
- Schmidt, S. C., Anedda, B., Burchartz, A., Eichsteller, A., Kolb, S., Nigg, C., & Woll, A. (2020). Physical activity and screen time of children and adolescents before and during the COVID-19 lockdown in Germany: a natural experiment. *Scientific Reports*, 10(1), 1-12.
- Schuck, K., Munsch, S., & Schneider, S. (2018). Body Image Perceptions and Symptoms of Disturbed Eating Behavior Among Children and Adolescents in Germany. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 12(1), 10. <https://doi.org/10.1186/s13034-018-0216-5>
- Sopiyudin Dahlan, M. (2010). Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan. In Salemba Medika.
- Strath, S. J., Kaminsky, L. A., Ainsworth, B. E., Ekelund, U., dkk. (2013). Guide t

- o The Assessment of Physical Activity: Clinical and Research Applications: A Scientific Statement From The American Heart Association. *Circulation*, 128(20), 2259–2279. <https://doi.org/10.1161/01.cir.0000435708.67487.da>
- Sundgot-Borgen, C., Bratland-Sanda, S., Engen, K. M. E., dkk. (2018). The Norwegian Healthy Body Image Programme: Study Protocol For A Randomized Controlled School-Based Intervention to Promote Positive Body Image and Prevent Disordered Eating Among Norwegian High School Students. *BMC Psychology*, 6(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-018-0221-8>
- Tylka, T. L. (2011). Refinement of The Tripartite Influence Model For Men: Dual Body Image Pathways to Body Change Behaviors. *Body Image*. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2011.04.008>
- Tylka, T. L. (2018). Overview of The Field of Positive Body Image. In *Body Positive*. <https://doi.org/10.1017/9781108297653.002>
- Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. L. (2015). What Is and What Is Not Positive Body Image? Conceptual Foundations and Construct Definition. *Body Image*, 14, 118–129. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.04.001>
- Van Den Brink, F., Smeets, M. A. M., Hessen, D. J., & Woertman, L. (2016). Positive Body Image and Sexual Functioning in Dutch Female University Students: The Role of Adult Romantic Attachment. *Archives of Sexual Behavior*, 45(5), 1217–1226. <https://doi.org/10.1007/s10508-015-0511-7>
- Violant-Holz, V., Gallego-Jiménez, M. G., González-González, C. S., Muñoz-Violant, S., Rodríguez, M. J., Sansano-Nadal, O., & Guerra-Balic, M. (2020). Psychological Health and Physical Activity Levels during the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24), 9419.
- Wade, T. (2016). Body Shape Questionnaire. In *Encyclopedia of Feeding and Eating Disorders* (pp. 1–4). https://doi.org/10.1007/978-981-287-087-2_212-1
- WHO. (2010). Global Recommendations on Physical Activity For Health. Geneva: World Health Organization. <https://doi.org/10.1080/11026480410034349>