

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja atau masa *adolensents* adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, yang meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa (Kusmiran, 2011). Masa remaja dimulai antara usia 11 atau 12 tahun sampai dengan 20 tahun, menjelang masa dewasa muda dengan tahap-tahapan masa remaja yaitu: remaja awal/ dini (*early adolescence*) (10-13 tahun), remaja menengah (*middle adolescence*) (14-16 tahun), dan remaja akhir (*late adolescence*) (17-19 tahun) (Soetjiningsih, 2013).

Masa remaja ditandai dengan pertumbuhan dan perubahan fisik salah satu perubahan fisik adalah berubahnya bentuk tubuh atau obesitas. Obesitas dianggap sebagai “momok” bagi seorang individu karena selain dapat berdampak langsung bagi kesehatan, juga sangat mengganggu penampilan fisik. Terlebih bagi para remaja yang memulai memikirkan penampilan fisik. Masalah berat badan menjadi epidemi kesehatan terbesar di dunia, karena hampir 30% dari seluruh populasi kini mengalami obesitas, hal itu merupakan hasil studi baru yang dilakukan Christopher Murray Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) Universitas of Washington pada tahun 2013 dan diterbitkan dalam jurnal *The Lancet*. Penelitian ini menjadi analisis pertama berdasarkan tren data dari 188 negara di seluruh dunia. Kelebihan berat badan global selama tiga dekade terakhir melonjak signifikan dari 857 juta orang di tahun 1980 menjadi 2,1 miliar orang pada tahun 2013. Sepertiga dari mereka diklasifikasikan sebagai obesitas. Riset Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) yang dimuat dalam jurnal *The Lancet* menyebutkan dari 857 juta orang dengan obesitas tinggal di sepuluh negara berikut, Amerika Serikat, Cina, India,

Rusia, Brasil, Meksiko, Mesir, Jerman, Pakistan, dan Indonesia menjadi 10 negara dengan penduduk yang mengalami kelebihan berat badan.

Catatan Kementerian Kesehatan menyebutkan orang Indonesia yang kelebihan berat badan, sebagian diantaranya obesitas, mencapai angka 40 juta jiwa. Riset Kesehatan Dasar (RIKESDAS) tahun 2013 di Indonesia menyebutkan bahwa prevalensi pada obesitas remaja (usia > 18 tahun) mencapai 32,9%. Data Riset Kesehatan Dasar (RIKESDAS) pada tahun 2013 angka kejadian obesitas di Jawa Tengah (12,7%), Yogyakarta (22,2%), Jawa Barat (18,9%) dan Jawa Timur (20,3%). Prevalensi obesitas umum pada remaja usia > 18 tahun menurut jenis kelamin, untuk perempuan di Provinsi Jawa Barat sebesar (36,1%), Jawa Tengah (29,0%), Yogyakarta (31,5%), dan Jawa Timur (35,1%). Prevalensi obesitas umum pada remaja usia > 18 tahun menurut jenis kelamin Prevalensi kegemukan pada remaja >18 tahun di semua provinsi dari tahun 2007-2014 meningkat (19%) (Kemenkes RI, 2018). Jawa Tengah merupakan provinsi dengan prevalensi tinggi dari setiap golongan umur remaja terdapat di Pulau Jawa.

Obesitas adalah keadaan dimana terjadi peningkatan massa jaringan lemak dalam tubuh. Obesitas dapat terjadi karena adanya ketidakseimbangan antara energi yang masuk dan energi yang dikeluarkan. Keadaan obesitas yang bertahan hingga dewasa meningkatkan resiko terjadinya penyakit degeneratif dan kematian (Fauci, et.al, 2012).

Penelitian lain, ditemukan anggapan bahwa remaja yang obesitas tidak menarik, akan memiliki pasangan yang jauh lebih berat (gemuk) dan tidak menarik juga, serta memiliki harga diri yang lebih rendah (Papalia, *et.al.*, 2012). Pada penelitian yang dilakukan Frost dan McKelvie (2014). ditemukan hubungan yang signifikan antara harga diri dan kepuasan citra tubuh pada anak-anak, remaja dan orang dewasa khususnya remaja putri yang tidak puas terhadap citra tubuhnya mempunyai harga diri yang rendah dan mengalami *eating disorder* atau gangguan makan. Remaja dengan berat badan lebih mempunyai harga diri

yang rendah dibandingkan dengan remaja yang mempunyai berat badan normal (Sarafino, 2014).

Harga diri (*self-esteem*) adalah bagian yang meliputi suatu penilaian, suatu perkiraan mengenai pantas diri. Harga diri adalah penilaian pribadi terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisis seberapa banyak kesesuaian tingkah laku dengan ideal dirinya (Suliswati, 2015). Harga diri adalah penilaian pribadi terhadap hal yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh perilaku mengenai diri. Harga diri diperoleh dari diri sendiri dan orang lain. Aspek utama dalam harga diri adalah dicintai dan menerima penghargaan dari orang lain, manusia cenderung bersifat negatif walaupun ia cinta dan mengakui kemampuan orang lain namun jarang mengekspresikan. Harga diri akan bermakna dan berhasil jika diterima dan diakui orang lain merasa mampu menghadapi kehidupan merasa dapat mengontrol dirinya. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan harga diri remaja adalah perkembangan individu tidak realistis, keluarga dan pengalaman traumatik yang berulang (Santrock , 2012).

Remaja cenderung untuk menganggap diri mereka sangat unik dan bahkan percaya keunikan mereka akan berakhir dengan kesuksesan dan ketenaran. Remaja putri akan bersolek berjam-jam dihadapan cermin karena ia percaya orang akan melirik dan tertarik pada kecantikannya, sedangkan remaja putra akan membayangkan dirinya dikagumi lawan jenisnya jika ia terlihat unik dan hebat. Dalam kenyataannya, sejalan dengan perubahan-perubahan pada masa pubertas, remaja putri lebih tidak puas dengan keadaan tubuh mereka dan mempunyai pandangan yang negative terhadap citra tubuh mereka yang umumnya diakibatkan karena berat badan mereka semakin meningkat (Santrock , 2012).

Secara psikologis keadaan yang sering muncul beriringan dengan obesitas adalah gangguan konsep diri, seperti gangguan *body image* (citra diri), dan gangguan harga diri. Citra diri (*self-image*, *body image* , citra tubuh, gambaran tubuh) adalah sikap seseorang

terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran dan bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu (Widayatun, 2019).

Penelitian di Kelurahan Jomblang Kecamatan Candisari Semarang diperoleh hasil 51,9% remaja putri memiliki citra diri yang negatif, sedangkan remaja yang memiliki citra diri yang positif sebesar 48,1%, artinya banyak remaja yang memiliki citra diri negatif. Namun, setelah dilakukan analisis antar variabel yang dikorelasi, informasi yang muncul terdapat nilai $p = 0,154$. Kesimpulannya adalah tidak terdapat hubungan antara obesitas dengan citra diri. Meskipun pada penelitian ini lebih banyak remaja putri yang memiliki citra diri negatif namun, setelah di uji untuk mengetahui hubungan antara obesitas dengan citra diri menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara obesitas dengan citra diri pada remaja putri (Prameswari, *et.al.* 2013).

Penelitian pada remaja putri Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado didapati hasil responden yang memiliki harga diri negatif lebih banyak dari pada responden yang memiliki harga diri positif. Namun setelah dilakukan analisis antar variabel yang dikorelasi diperoleh hasil bahwa tidak ada hubungan antara obesitas dengan harga diri pada remaja putri. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan obesitas dengan citra tubuh dan harga diri pada remaja putri.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Rosiana (2012) mengenai Hubungan Obesitas dengan Gambaran Citra Tubuh Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pengetahuan Budaya Universitas Indonesia (FIB UI) dengan hasil terdapat hubungan yang signifikan antara obesitas dengan citra tubuh pada mahasiswa FIB UI. Hal ini berarti bahwa citra tubuh mahasiswa FIB UI yang mengalami obesitas dipengaruhi oleh obesitas yang dialaminya. Obesitas yang dialami dapat mempengaruhi persepsi dan penilaian seseorang tentang dirinya yang

terwujud dalam gambaran citra tubuh, dimana mahasiswa FIB UI yang mengalami obesitas lebih banyak menggambarkan citra tubuh negatif.

Priharyanti dkk (2016) dalam penelitiannya yang berjudul Hubungan Obesitas Dengan Harga Diri (*Self-esteem*) Pada Remaja Putri SMA Negeri 13 Semarang menunjukkan hasil distribusi frekuensi remaja putri berdasarkan hubungan obesitas dengan harga diri, didapatkan hasil remaja putri dengan obesitas derajat I (ringan) yang mengalami harga diri positif sebanyak 43 orang (79,6%), dan remaja putri dengan obesitas derajat II (sedang) yang mengalami harga diri negatif sebanyak 26 orang (83,9%) remaja putri. Hasil analisis statistik dengan uji *rank spearman* diperoleh nilai $\rho = 0,617$, nilai *p value* 0,000 dapat dikatakan bahwa ada hubungan obesitas dengan harga diri (*self-esteem*) pada remaja putri di SMA Negeri 13 Semarang. Paparan fakta diatas menunjukan betapa serius dampak yang mengancam remaja putri akibat obesitas.

Victoria (2015) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *self-esteem* dengan *body image* karena nilai taraf signifikan antara kedua variabel kurang dari 0,05. Pada hasil uji korelasi tersebut juga diketahui bahwa koefisien korelasi pada penelitian ini sebesar 0,855 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antar dua variabel, yang artinya semakin tinggi *self-esteem*, maka *body image* yang dimiliki semakin positif pula.

Lucky (2018) mengungkapkan responden dengan citra tubuh positif memiliki gambaran bahwa mengenai tubuhnya secara positif, biasanya ditandai dengan perasaan puas individu menerima tubuhnya selain itu tidak mengkhawatirkan makanan yang hendak dimakan. Oleh karena citra tubuh positif kebanyakan responden tidak mengatur pola makan sehingga terjadilah obesitas. Hasil penelitian ini dapat terjadi karena faktor konsep diri. Individu yang memiliki konsep diri dapat memberikan penilaian positif terhadap tubuh dan

dapat menghadapi kejadian yang mengancam citra tubuhnya. Sehingga responden cenderung tidak memperdulikan pola makan yang berakibat pada terjadinya obesitas.

Berdasarkan fenomena-fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian *literature review* tentang “Hubungan Obesitas dengan Citra Tubuh (*Body image*) dan Harga Diri (*Self-esteem*) pada Remaja Putri”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan obesitas dengan citra tubuh (*body image*) dan harga diri (*self-esteem*) pada remaja putri menggunakan pendekatan meta analisis dari berbagai jurnal terkait.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan obesitas dengan citra tubuh (*body image*) dan harga diri (*self-esteem*) pada remaja putri dengan menggunakan pendekatan meta analisis.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan gambaran obesitas pada remaja putri.
- b. Mendeskripsikan gambaran citra tubuh (*body image*) pada remaja putri.
- c. Mendeskripsikan gambaran harga diri (*self-esteem*) pada remaja putri.
- d. Mendeskripsikan hubungan obesitas dengan citra tubuh (*body image*) pada remaja putri.

- e. Mendeskripsikan hubungan obesitas dengan harga diri (*self-esteem*) pada remaja putri.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Dengan melakukan penelitian ini diharapkan peneliti dapat menambah pengetahuan, pemahaman, pengalaman serta wawasan peneliti dalam melaksanakan penelitian sederhana secara ilmiah dalam rangka mengembangkan diri dan melaksanakan fungsi perawat sebagai peneliti (*researcher*).

2. Bagi Remaja Putri

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi atau masukan khususnya bagi remaja putri untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan mengenai citra tubuh, harga diri, dan perilaku diet yang baik dan benar agar terhindar dari obesitas.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini di harapkan dapat menjadi referensi, khususnya penelitian yang berkaitan dengan citra tubuh, harga diri, dan obesitas