

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut WHO (2022) remaja merupakan fase antara masa kanak-kanak dan dewasa dalam rentang usia antara 10 hingga 19 tahun. Sedangkan pada Peraturan Menteri Kesehatan RI N0.25, remaja merupakan penduduk dalam rentang usia antara 10 hingga 18 tahun (Kemkes.go.id, 2018). Selain itu, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengatakan, rentang usia remaja ialah 10 hingga 24 tahun dan belum menikah, maka dapat diartikan remaja ialah masa pergantian dari anak-anak menuju dewasa (Brief Notes Lembaga Demografi FEB UI, 2020).

WHO (2022) menyatakan jumlah kelompok usia remaja di dunia berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk di dunia. Sedangkan menurut hasil sensus penduduk tahun 2020 melalui Badan Pusat Statistik (BPS) Nasional Indonesia diperoleh data penduduk Indonesia pada bulan September 2020 sebanyak 270,20 juta jiwa, dengan prevalensi remaja pada rentang usia 8-23 tahun berjumlah 27,94%, dan di Provinsi Sumatera Barat memiliki jumlah penduduk sebanyak 5.534.472 juta jiwa, pada rentang usia 10-24 tahun sebanyak 14,93 dari total penduduk Sumatera Barat, dan di Kota Padang sebanyak 31,73 dengan rentang usia 10-24 tahun dari total penduduk Kota Padang (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2020).

Masa remaja merupakan tahap perkembangan psikologis yang potensial dan rentan, dikenal dengan fase mencari jati diri, karena difase ini mereka sudah tidak bisa dikatakan anak-anak namun juga belum bisa dikatakan sebagai golongan orang yang sudah dewasa, dan juga pada fase ini remaja belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi fisik maupun psikisnya (Fauzia & Rahmiaji, 2019). Remaja memiliki beberapa tugas perkembangan salah satunya yaitu mampu menerima keadaan fisiknya, sehingga perkembangan bagi remaja untuk bisa menerima keadaan fisik atau citra tubuh (*body image*) merupakan hal yang penting untuk memenuhi tugas perkembangannya, jika remaja tidak mampu menerima *body image* yang dimiliki, dapat mempengaruhi perilaku atau tindakan sehari-hari seperti kepercayaan diri, perilaku diet, pola makan, dan lain-lain (Ramanda et al., 2019). Maka, pada masa remaja penting dalam meninjau *body image*.

Citra tubuh (*body image*) merupakan sikap, persepsi keyakinan, dan pengetahuan individu secara sadar atau tidak sadar terhadap tubuhnya yaitu: ukuran, bentuk, struktur, fungsi, keterbatasan, makna objek yang kontak secara terus menerus dari masa lalu maupun sekarang (Amraini et al., 2020). *Body image* seseorang dipengaruhi oleh berbagai stressor yang berasal dari dalam atau dari diri seseorang yaitu adanya perubahan dalam penampilan tubuh, perubahan struktur tubuh, dan perubahan fungsi bagian tubuh, sedangkan stressor dari luar yaitu reaksi orang lain, perbandingan dengan orang lain, dan identifikasi terhadap orang lain (Syamsul et al., 2018).

Body image dibagi menjadi *body image* positif yang merasa puas dan menyukai penampilannya, dan *body image* negatif yaitu merasa dirinya sangat jauh

dari harapan atau gambaran idealnya, apabila seseorang memandang tubuhnya positif maka *body image* yang dimilikinya juga positif, dan sebaliknya jika seseorang memandang tubuhnya negatif maka *body image* yang dimilikinya juga negatif (Fitra et al., 2021).

Body image negatif kerap dialami kalangan remaja dengan prevalensi bisa mencapai 71% (Hosseini & Padhy, 2022). Hasil penelitian oleh Gaddad et al., (2018) di New Delhi, India hanya 38% remaja yang menganggap citra tubuh mereka normal atau memiliki *body image* positif, sedangkan *body image* negatif sebanyak 62%, dan permasalahan ini lebih banyak dialami oleh remaja perempuan dibanding remaja laki-laki.

Remaja laki-laki juga mengalami *body image* negatif, sesuai dengan hasil penelitian studi literatur yang dilakukan oleh Zahra & Shanti (2021) permasalahan *body image* pada remaja laki-laki termasuk kategori sedang. Perbedaan permasalahan *body image* yang terjadi yaitu remaja perempuan bercita-cita untuk menjadi lebih kurus, sedangkan remaja laki-laki cenderung menginginkan bentuk tubuh yang atletis (Hosseini & Padhy, 2022).

Survei cross-sectional dari beberapa negara yaitu Amerika Serikat, Kanada, Eropa, Pakistan, Korea, dan Cina diketahui bahwa sekitar 45% anak-anak dan remaja mengalami kekhawatiran terkait *body image* dan prevalensi *body image* negatif pada anak-anak dan remaja di negara maju bervariasi yaitu antara 35% dan 81% pada anak perempuan dan dari 16% hingga 55% pada anak laki-laki (Hosseini & Padhy, 2022). Dari hasil penelitian tersebut membuktikan bahwa tidak hanya

remaja perempuan yang mengalami permasalahan body image, namun remaja laki-laki juga mengalaminya.

Permasalahan *body image* pada remaja ini terjadi karena remaja merupakan kelompok yang paling banyak mengalami perubahan drastis, seperti perubahan fisik, emosi, kognitif, dan perkembangan sosial, sehingga dalam perkembangannya remaja mengalami berbagai stress psikologis yang disebabkan karena remaja kesulitan dalam beradaptasi terhadap tumbuh kembang yang dialaminya (Zhafirah & Dinardinata, 2018). Hal ini jika dibiarkan akan mengakibatkan berbagai permasalahan dan dampak.

Permasalahan dan dampak yang akan terjadi antara lain, penurunan kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan fisik, kesehatan mental yang lebih rendah, dan obesitas (Von Spreckelsen et al., 2018). Masalah kesehatan lain yang sering dialami remaja yang mengalami *body image* negatif yaitu, *anoreksia nervosa*, *bumilia nervosa*, dan *binge-eating* (Fikawati et al., 2017). Dampak lain dapat menyebabkan gangguan dan perubahan perilaku seperti depresi, dorongan untuk kurus, gangguan makan, *dysmorphia* tubuh, harga diri rendah, dan perilaku yang mengorbankan kesehatan seperti diet dan penggunaan steroid (Agustiningsih & Fanani, 2019). Dalam penelitian lain *body image* yang buruk mempengaruhi emosi dan kesehatan mental dari remaja baik perempuan maupun laki-laki (Ren et al., 2018).

Hasil pemantauan gangguan kesehatan mental oleh WHO (2021) sebanyak 14% atau 1 dari 7 anak pada rentang usia 10-19 tahun mengalami gangguan kesehatan mental yang sebagian besar tidak dikenali dan tidak diobati. Sedangkan

di Indonesia prevalensi gangguan kesehatan mental pada remaja rentang usia 15-24 tahun sebanyak 10% (Riskesdas, 2018). Di provinsi Sumatera Barat prevalensi gangguan kesehatan mental pada remaja dengan rentang usia 15-24 tahun sebanyak 12,79%, dan di Kota Padang usia ≥ 15 tahun sebanyak 14,20% (Riskesdas Sumatera Barat, 2018).

Dikarenakan rentang usia diatas salah satunya merupakan usia pada siswa tingkat SLTA, maka penulis meninjau lebih lanjut dan di temukan hasil dari penelitian (Yerivanda, 2021) yang melakukan penelitian di SMAN 9 Padang mengatakan sebagian besar remaja putri di sekolah tersebut memiliki *body image* negatif 64,7%, sedangkan *body image* positif sebanyak 35,5%. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar remaja perempuan di SMAN 9 Padang memiliki *body image* yang negatif, namun penelitian tersebut berfokus pada hubungan berat badan dengan *body image* pada remaja putri di SMAN 9 Padang.

Berat badan merupakan salah satu bagian dari dimensi *body image* yaitu kepuasan area tubuh, dimana dimensi *body image* tidak hanya kepuasan area tubuh namun terdiri dari 10 dimensi lainnya yaitu, evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, pengkategorian ukuran tubuh, evaluasi kebugaran fisik, orientasi kebugaran fisik, evaluasi kesehatan, orientasi kesehatan, dan orientasi mengenai penyakit (Pertwi, 2018).

Dari aspek-aspek dimensi *body image* tersebut, penulis ingin meninjau lebih lanjut bagaimana gambaran *body image* pada remaja di SMAN 9 Padang baik remaja laki-laki maupun perempuan. Maka penulis melakukan studi pendahuluan

lebih lanjut dengan menggunakan beberapa item pertanyaan dari *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire* (MBSRQ) yang dilakukan secara acak kepada 10 remaja laki-laki dan perempuan kelas XI di SMAN 9 Padang. Populasi yang dipilih untuk melakukan penelitian ini dikarenakan tingginya *body image* negatif remaja perempuan pada penelitian sebelumnya yaitu, kelas X dan XI tahun ajaran 2021. Maka penulis memilih populasi kelas XI tahun ajaran 2022, dikarenakan kelas XII sudah tidak bisa mengikuti penelitian ini.

Dari populasi yang dipilih, didapatkan data sebanyak 2 orang tidak menyukai bentuk tubuhnya, 1 orang sebelum bepergian ke tempat umum tidak memperhatikan penampilan, 2 orang tidak dapat mengatur hidupnya dengan baik, 1 orang merasa tidak akan lulus pada hampir seluruh tes kebugaran tubuh, 1 orang merasa tidak memiliki tubuh/fisik yang sehat, 1 orang mengungkapkan tidak mengetahui banyak hal yang dapat mempengaruhi kesehatan fisiknya, 1 orang pernah berpuasa atau diet ketat untuk menurunkan berat badan, 2 orang merasa kelebihan berat badan, dan 1 orang merasa kurus, sedangkan untuk keseluruhan penampilan sebanyak 2 orang merasa tidak puas.

Berdasarkan paparan di atas dan tingginya *body image* negatif pada remaja perempuan sesuai kategori berat badan di SMAN 9 Padang, namun secara umum belum diketahui bagaimana gambaran *body image* pada remaja laki-laki dan perempuan. Dimana remaja, baik laki-laki maupun perempuan sama-sama rentan mengalami *body image* negatif dan jika diabaikan *body image* negatif tidak hanya memberikan dampak bagi individu, namun juga dapat mempengaruhi sumber daya

manusia dimasa yang akan datang. Maka dari itu penulis tertarik melakukan penelitian terkait “Gambaran *Body Image* Pada Remaja di SMAN 9 Padang”.

B. Penetapan Masalah

Berdasarkan dari uraian latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu bagaimana gambaran *body image* pada remaja di SMAN 9 Padang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran *body image* pada remaja di SMAN 9 Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui distribusi frekuensi *body image* pada remaja di SMAN 9 Padang.
- b. Mengetahui distribusi frekuensi *body image* antara remaja perempuan dan remaja laki-laki di SMAN 9 Padang.
- c. Mengetahui distribusi frekuensi berdasarkan dimensi *body image* pada remaja di SMAN 9 Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pelayanan Keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan tolak ukur dalam keperawatan untuk meningkatkan kualitas manajemen mutu pelayanan, keperawatan.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi yang dapat dijadikan bahan masukan bagi akademik dan sebagai bahan acuan untuk penelitian selanjutnya, khususnya dalam Ilmu Keperawatan.

3. Bagi keperawatan

Dari hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat digunakan untuk ilmu pengetahuan bagi keperawatan yaitu gambaran *body image* pada remaja di SMAN 9 Padang terkhusus keperawatan jiwa.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan wawasan bagi pembaca dalam bidang ilmu Kesehatan masyarakat dan dapat digunakan sebagai data pembanding untuk penelitian selanjutnya.

