

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia dalam perkembangannya akan tumbuh dengan mengalami dan melalui masa-masa tertentu, yaitu dimulai dari masa balita sampai masa tua. Salah satu masa yang penting dalam kehidupannya adalah masa remaja. Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi dan psikis. Menurut WHO (2011), yang disebut remaja adalah mereka yang berada pada tahap transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa, dengan batasan usia remaja yaitu, remaja awal (10-14 tahun), remaja akhir (15 – 20 tahun). Sarwono (2011) menambahkan batasan usia remaja yaitu 12 sampai 24 tahun.

Perubahan fisik pada remaja merupakan perubahan yang paling terlihat nyata, seperti bertambahnya tinggi dan berat badan (Santrock, 2007). Setiap remaja ingin mempunyai bentuk tubuh dan berat badan ideal. Dalam keadaan normal, apabila kesehatan dalam keadaan baik serta keseimbangan antara konsumsi dan kebutuhan zat gizi terpenuhi, maka perkembangan berat badan akan searah dengan pertumbuhan tinggi badan. Tetapi tidak semua remaja dapat memiliki bentuk tubuh dan berat badan yang ideal. Banyak saat ini remaja yang mengalami obesitas. Hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor yang menyebabkan obesitas, yaitu faktor genetic, psikologis, lingkungan, pola aktivitas, dan pola makan (Soetjiningsih, 2012).

Obesitas adalah suatu keadaan dimana terjadi penumpukan lemak tubuh yang berlebih, sehingga berat badan seseorang jauh diatas normal dan dapat membahayakan kesehatan dan mengukur obesitas dapat dilakukan dengan indeks massa tubuh (BMI), berat badan seseorang (kg) dibagi dengan kuadrat tinggi badannya (meter). Seseorang dikatakan obesitas apabila BMI nya ≥ 25 (WHO, 2014).

Saat ini, prevalensi obesitas dari tahun ketahun semakin meningkat. Obesitas kini dinyatakan oleh WHO sebagai epidemi global, serta menjadi suatu masalah kesehatan yang harus segera ditangani. Di Dunia, lebih dari 1,9 miliar orang mengalami kelebihan berat badan, 31,6% mengalami obesitas dan 39 % diantaranya remaja (WHO, 2014). Penelitian yang dilakukan oleh *Asia Pasific Cohort Study Collaboration* (2007), menunjukkan peningkatan pandemik kelebihan berat badan sebesar 20% hingga 40% dari tahun ke tahun, diperkirakan lebih dari 700 juta orang dewasa akan gemuk (obesitas) pada tahun 2015.

Berdasarkan penelitian Steele, Nelson & Jelalian (2008) dalam Mexitalia, 2009), sebesar 34% remaja usia 12-19 tahun mengalami obesitas dan lebih dari 32% diantaranya akan tetap menjadi obesitas hingga dewasa. Berdasarkan hasil survey nasional di Amerika Serikat menunjukkan bahwa angka kejadian obesitas pada remaja usia 12-19 tahun mengalami peningkatan dari 14,8 % tahun 1999-2000, lalu 18,1% di tahun 2007-2008 dan menjadi 18,4% di tahun 2009-2010 (*National Center for Healt Statistic [NCHS]*, 2011).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas, 2013), prevalensi obesitas di Indonesia mengalami kenaikan dari 26% menjadi 35% dan pada remaja usia 16-18 tahun mengalami kenaikan dari 1,4% tahun 2007, 3,7% tahun 2010 dan 7,3% tahun 2013 tentang obesitas. Sumatera Barat termasuk kedalam 15 provinsi yang memiliki prevalensi obesitas di atas angka nasional. Prevalensi kegemukan pada remaja berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat (2013), adalah sebesar 6,5%. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Padang, obesitas pada remaja termasuk dalam 10 penyakit terbanyak pada remaja sekolah menengah atas (SMA) di Kota Padang dengan prevalensi sebesar 10,3% pada tahun 2012-2013, melebihi prevalensi nasional, yaitu sebesar 10%. Hal ini menunjukkan bahwa masalah obesitas meningkat dalam beberapa tahun terakhir terutama pada kelompok remaja (Depkes RI, 2013).

Obesitas pada remaja mempunyai dampak terhadap fisik dan psikologisnya. Dampak fisik, yaitu memiliki bentuk tubuh yang tidak proporsional, seperti memiliki banyak lipatan pada perut, pinggang, maupun lengan. Obesitas juga mempunyai dampak pada peningkatan angka kesakitan dan kematian akibat penyakit hipertensi, dyslipidemia, DM tipe-2, penyakit jantung koroner, *stroke*, penyakit kandung empedu, osteoarthritis, karsinoma endometrium, payudara, usus besar, prostat dan gangguan psikiatri (Sargowo & Andarini, 2011). Beberapa penyakit kronis di usia dewasa diketahui merupakan manifestasi kondisi obesitas pada remaja (Williams, 2005 dalam Mexiatelia, 2009), sebesar 34% remaja usia 12-19 tahun mengalami obesitas

dan lebih dari 32% di antaranya kemudian diketahui tetap obesitas hingga usia dewasa. Obesitas berkembang pada masa remaja akan berlanjut sampai dewasa dan merupakan faktor risiko diabetes mellitus tipe2 dan penyakit jantung coroner (Mexiatalia. 2009).

Bagi remaja, obesitas menjadi permasalahan yang cukup berat karena untuk tampil sempurna sering disalahartikan dengan memiliki tubuh langsing dan proporsional. Selain berdampak pada fisik, obesitas pada remaja juga berdampak pada psikologisnya. Dampak psikologis remaja dengan obesitas adalah timbulnya rasa malu dan kurangnya rasa percaya diri (Suandi, 2010). Hal tersebut dapat menyebabkan perubahan konsep diri. Menurut Widiatun (2009) gangguan psikologis yang muncul pada remaja obesitas adalah masalah pada konsep diri, seperti gangguan citra tubuh (*body image*) dan harga diri (*Self-esteem*).

Citra tubuh (*body image*) adalah persepsi dinamis dari tubuh seseorang yang dibentuk secara emosional dan biasa berubah seiring perubahan suasana hati, pengalaman, maupun lingkungan (Croll, 2005). Penelitian Pedro Miguel Lopes de Sousa, (2008) terhadap 1198 responden remaja obesitas di Portugal menunjukkan sebanyak 52,3% mengalami masalah citra tubuh negatif. Citra tubuh merupakan komponen yang paling penting dalam hidup manusia karena apabila terdapat gangguan pada citra tubuh dapat mengakibatkan banyak hal, seperti perasaan minder, tidak percaya diri, harga diri terganggu bahkan depresi (Moore dan Franko dalam Husna, 2013). Hal ini mendorong remaja

dengan obesitas berusaha untuk memperbaiki penampilan fisiknya, khususnya berat badan.

Penelitian Tarigan (2007), yang memiliki terhadap 191 remaja obesitas di Yogyakarta menunjukkan sebanyak 91% memiliki citra tubuh negatif di tunjukkan dengan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dan penampilan dirinya sehingga menimbulkan rasa tidak percaya diri. Penelitian Prameswari (2013) didapatkan hasil 51,9 % remaja putri memiliki citra tubuh yang negatif, sedangkan remaja yang memiliki citra tubuh yang positif sebesar 48,1%, artinya banyak remaja yang memiliki citra tubuh negatif akibat obesitas.

Gangguan citra tubuh mengakibatkan harga diri rendah, isolasi dan yang buruk adalah keputusan yang dapat menyebabkan risiko bunuh diri (Soegih & Wiramiharja, 2009). Berdasarkan teori di atas, remaja yang mengalami obesitas mencerminkan citra tubuh yang negatif. Selain berdampak pada citra tubuh remaja yang obesitas juga berdampak pada harga diri (*self-esteem*).

Harga diri adalah penilaian individu terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh perilaku memenuhi ideal dirinya. Dapat diartikan bahwa harga diri menggambarkan sejauh mana individu tersebut menilai dirinya sebagai orang yang memiliki kemampuan, keberartian, berharga, dan kompeten. Remaja yang obesitas cenderung memiliki kepercayaan diri yang rendah dari pada orang-orang yang memiliki tubuh ideal (Stuart & Sundeen, 2007).

Pada penelitian terhadap remaja obesitas oleh Mendelson & White (dalam Sarafino, 2006) bahwa remaja obesitas cenderung menurun secara konsisten harga dirinya. Harga diri memiliki hubungan yang erat terhadap berat badan ideal

seorang remaja. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hamzah (2014) didapatkan hubungan yang signifikan antara obesitas dengan harga diri (*self-esteem*) pada remaja putri. Dari 113 responden didapatkan 78 responden (69,0%) yang mengalami harga diri rendah dan 35 responden (31,0%) yang mengalami harga diri tinggi.

Menurut Tim Direktorat Kesehatan Jiwa dalam Maryam dkk (2013) harga diri rendah adalah perasaan negative terhadap diri sendiri, termasuk kehilangan rasa percaya diri, tidak berharga, tidak berguna, tidak berdaya, pesimis, tidak ada harapan dan putus asa. Hal tersebut sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Fitri D.K dkk (2012) yang mengemukakan bahwa obesitas dapat mengurangi harga diri dan menyebabkan masalah emosional.

Penelitian yang dilakukan Sabeti dan Gorjia (2013), didapatkan hubungan yang signifikan antara citra tubuh (*body image*) dan harga diri (*self-esteem*) dengan obesitas pada remaja di Abadan, Iran. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Victoria (2015) didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri (*self-esteem*) dan citra tubuh (*body image*) pada remaja awal yang mengalami obesitas.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Padang terdapat 3 sekolah dengan tingkat obesitas tertinggi pada tahun 2014 yaitu SMA Semen Padang, SMK 7 Padang dan SMA Pertiwi 1 Padang. Studi awal yang dilakukan dari ketiga sekolah didapatkan SMA Semen Padang siswa yang obesitas 35 siswa, SMK 7 Padang siswa yang obesitas 30 siswa dan SMA Pertiwi 1 Padang merupakan sekolah dengan angka kejadian obesitas paling tinggi sebanyak 60 orang siswa yang mengalami obesitas dari 951 siswa. Hasil

wawancara peneliti dengan 10 orang siswa yang mengalami obesitas dengan IMT obesitas tingkat I, didapatkan hasil bahwa 6 orang dari 10 orang siswa mengatakan malu dan kurang percaya diri dengan bentuk tubuhnya yang tidak ideal, merasa minder apabila berkumpul karena sering jadi bahan tertawaan oleh teman-temannya dan pada saat berbicara untuk memberikan pendapat tidak pernah di acuhkan oleh teman-temannya. Pada saat ada kegiatan belajar siswa apabila ada pertanyaan dari guru, mereka takut buat berdiri ke depan kelas karena pernah di ketawakan oleh teman-temannya. Pada saat jam istirahat siswa tersebut mengatakan hanya duduk di dalam kelas dan tidak berani buat berkumpul dengan teman-temannya.

Berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui “Hubungan antara Obesitas dengan Citra Tubuh (*Body Image*) dan Harga Diri (*Self-esteem*) pada Remaja Di SMA Pertiwi 1 Padang Tahun 2016”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka penulis menetapkan apakah ada Hubungan antara Obesitas dengan Citra Tubuh (*Body Image*) dan Harga Diri (*Self-esteem*) pada Remaja Di SMA Pertiwi 1 Padang Tahun 2016?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui Hubungan antara Obesitas dengan Citra Tubuh (*Body Image*) dan Harga Diri (*Self-esteem*) pada Remaja Di SMA Pertiwi 1 Padang Tahun 2016

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi obesitas pada siswa di SMA Pertiwi 1 Padang
- b. Diketahui distribusi frekuensi citra tubuh (*body image*) pada siswa di SMA Pertiwi 1 Padang
- c. Diketahui distribusi frekuensi harga diri (*Self-esteem*) pada siswa di SMA Pertiwi 1 Padang
- d. Diketahui hubungan antara obesitas dengan citra tubuh (*body image*) pada Remaja di SMA Pertiwi 1 Padang
- e. Diketahui hubungan antara obesitas dengan harga diri (*Self-esteem*) pada Remaja di SMA Pertiwi 1 Padang



D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Instansi Sekolah

Sebagai bahan pertimbangan yang positif dan berguna untuk menambah pengetahuan bagi pelaksanaan proses pembelajaran agar dapat memberikan motivasi yang baik dalam peningkatan citra tubuh dan harga diri, khususnya bagi remaja dengan obesitas sehingga dapat dijadikan acuan bagi pelayanan

kesehatan ataupun pihak sekolah untuk mengatasi permasalahan yang ditimbulkan dari obesitas.

2. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan, pengembangan pengetahuan institusi dan profesi keperawatan tentang upaya peningkatan citra tubuh dan harga diri khususnya bagi remaja dengan obesitas.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai data dasar maupun tambahan untuk peneliti lebih lanjut berkaitan dengan hubungan antara obesitas dengan citra tubuh dan harga diri pada remaja.

