

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kesehatan masyarakat merupakan masalah umum yang masih menjadi prioritas di setiap negara, terutama pada negara kategori berkembang. Salah satu bentuk masalah kesehatan tersebut adalah *stunting*. Menurut Trihono dkk. (2015), anak *stunting* dapat diketahui dari hasil pengukuran nilai *z-score* tinggi badan menurut umur (TB/U) berdasarkan standar pertumbuhan yang kurang dari -2 standar deviasi (SD). *Stunting* merupakan kondisi kekurangan nutrisi pada balita yang ditandai dengan tinggi badan anak lebih pendek dibandingkan anak lain seusianya atau disebut juga sebagai *stunted* (Rahayu dkk., 2018). *Stunted* menunjukkan pertumbuhan kurang optimal pada anak yang disebabkan kekurangan nutrisi dalam jangka waktu lama mulai dari awal kehamilan sampai usia 24 bulan (Hoffman et al, 2000). *Stunted* atau tumbuh pendek pada anak cenderung sulit diatasi pada pertumbuhan selanjutnya di masa remaja (Bosch dkk., 2008).

Berdasarkan data dari WHO (2018), pada tahun 2017 terdapat 150,8 juta balita dari seluruh dunia yang termasuk ke dalam kategori *stunting*. Dari perhitungan tersebut, 55% balita *stunting* dunia berada di wilayah Asia. Salah satu negara Asia dengan tingkat *stunting* diatas standar batas WHO adalah Indonesia dengan rata – rata masalah *stunting* tiap provinsi lebih dari 20%. Indonesia memiliki prevalensi *stunting* yang berubah – ubah tiap tahunnya. Namun, secara umum tiga dari sepuluh balita di Indonesia dapat dikategorikan mengalami *stunting* (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Kekurangan gizi pada anak

dalam 5 tahun pertama kehidupan (*golden age*) akan meningkatkan resiko *stunting*, yang berpotensi menyebabkan gangguan pada perkembangan otak, kecerdasan, gangguan dalam pertumbuhan fisik, maupun gangguan pada metabolisme tubuh (Rahayu dkk., 2018). Anak *stunting* mengalami dampak negatif berkaitan dengan terhambatnya pertumbuhan yang bersifat *irreversible* (tidak dapat diubah), bertahan sepanjang kehidupan, dan dapat mempengaruhi generasi berikutnya (WHO, 2018). Balita yang terindikasi *stunting* memerlukan perbaikan gizi untuk melakukan kejar tumbuh (*catch up growth*) dengan tujuan mengatasi masalah kekurangan gizi sebelum memberikan dampak negatif berkepanjangan pada fase pertumbuhan anak selanjutnya (Muliadi dkk., 2021). Penelitian lanjutan oleh Gillespie & Flores (2000), menemukan bahwa individu yang menderita keterlambatan pertumbuhan pada masa awal kehidupannya, cenderung tumbuh menjadi remaja dan dewasa *stunted*.

Menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) oleh Kementerian Kesehatan pada tahun 2020, wilayah Sumatera Barat berada pada urutan ke-14 dari 34 provinsi dengan temuan balita *stunting* sebesar 25,2%. Angka ini sudah berada diatas rata – rata nasional yaitu sebesar 21,6% (Safitra, 2023). Sedangkan pada usia remaja, diketahui prevalensi *stunting* di Sumatera Barat sebesar 18,4% untuk remaja pendek dan 7,2 % untuk remaja dengan kondisi sangat pendek (Pasalina dkk., 2022). Tingginya persentase *stunting* di Wilayah Sumatera Barat membuat program penurunan *stunting* menjadi program kesehatan utama untuk masyarakat. Terdapat 6 kabupaten yang memiliki tingkat prevalensi *stunting* diatas rata – rata provinsi,

salah satunya Kabupaten Pasaman dengan tingkat rata – rata *stunting* sebesar 28,9% (Annur, 2023).

Berdasarkan data Riskesdas Provinsi Sumatera Barat (2018), diketahui bahwa pengukuran yang biasanya dilakukan pada remaja untuk mengkategorikan status gizi mereka menggunakan perhitungan TB/U dan IMT/U. Di Kabupaten Pasaman, untuk prevalensi remaja dengan status gizi yang diukur menurut TB/U berusia 13 – 15 tahun, terdapat 12,2% remaja berstatus sangat pendek dan 32,2% berstatus pendek. Sedangkan, pada usia remaja yang lebih tua, yaitu 16 – 18 tahun prevalensi status gizi berdasarkan TB/U menunjukkan bahwa sebesar 4,4% remaja berstatus sangat pendek dan 26,4% remaja berstatus pendek.

Stunted merupakan dampak kekurangan gizi yang berlangsung dalam jangka waktu lama, ditandai dengan pertumbuhan tinggi individu yang lebih pendek dari standar tinggi pada umur tertentu (Terati dkk., 2014). Gizi yang cukup diperlukan pada usia remaja, dikarenakan adanya kebutuhan yang berkaitan dengan *growth spurt* (percepatan pertumbuhan), dimana terjadi perkembangan secara menyeluruh pada fisik dan kognitif remaja untuk mempersiapkan mereka masuk ke masa dewasa (Marwoko, 2019). Sehingga, pemenuhan kebutuhan gizi diperlukan agar mereka dapat menyelesaikan tugas perkembangan fase remajanya dengan baik. Remaja dengan kebutuhan gizi tidak terpenuhi sejak dini akan mengalami kekurangan nutrisi yang dapat dikaitkan dengan gangguan pertumbuhan sebagai indikasi *stunting*, dan tidak hanya mempengaruhi pertumbuhan *stunted* remaja, tetapi juga kemampuan motorik serta meningkatkan resiko menderita penyakit seperti diabetes, obesitas, serta penyakit jantung saat dewasa (Haskas, 2020).

Stunted atau *short stature* merupakan karakteristik umum remaja *stunting* yang hanya dapat dikategorikan pada remaja dengan tinggi kurang dari -2 standar deviasi (SD) berdasarkan rujukan standar tinggi badan rata – rata remaja menurut WHO (Voss, 1995). Penelitian oleh Maehara dkk. (2019), menemukan bahwa *stunted* lebih umum dialami remaja usia 15 – 18 tahun, tetapi sudah dapat diukur sejak masa remaja awal (*early adolescent*). Sedangkan, penelitian lanjutan oleh Kebede & Ayele (2021), menemukan bahwa *stunting* dengan ciri utama *stunted* lebih diasosiasikan pada anak laki – laki. Penelitian ini didukung penelitian serupa oleh Hatijar (2023), yang menemukan bahwa *stunted* lebih banyak dialami anak laki – laki dibandingkan perempuan. *Stunted* pada remaja laki – laki juga didukung oleh temuan penelitian Bosch dkk. (2008), yang menunjukkan bahwa laki – laki cenderung mengalami *stunted* atau pertumbuhan pendek di masa remaja. Pertumbuhan *stunted* remaja laki – laki dikaitkan dengan tingkat kecemasan ibu yang lebih tinggi kepada anak perempuan karena dianggap lebih lemah, sehingga cenderung diberikan perhatian lebih banyak (Hatijar, 2023).

Remaja laki – laki yang mengalami *stunted* memiliki tinggi badan lebih pendek dari remaja laki – laki lain seusianya. Masalah pertumbuhan remaja laki – laki ini berpotensi menimbulkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang mereka miliki. Remaja sudah mulai memperhatikan perubahan bentuk fisik mereka sejak masa remaja awal yaitu rentang usia 12 – 14 tahun dan berpotensi menjadikan perubahan fisik mereka sebagai sumber ketidakpuasan (Hashmi, 2013). Hal ini berlanjut ketika remaja tersebut berada pada masa *middle adolescent* (usia 15 – 17 tahun), dimana perubahan fisik menjadi perhatian utama dan remaja sudah memiliki

role model sesuai dengan gambaran diri ideal yang diinginkan (Batubara, 2016). Bagi remaja laki – laki, tinggi badan merupakan salah satu aspek pertumbuhan yang mempengaruhi kepuasan mereka terhadap tubuhnya (Baker dkk., 2019). Remaja laki – laki menganggap penting memiliki badan tinggi sebagai bentuk ideal penampilan yang menarik (Rukhadze, 2018).

Remaja laki – laki pendek umumnya menilai diri mereka kurang menarik dibandingkan remaja laki – laki yang lebih tinggi (Cash & Pruzinsky, 2002). Bagi remaja laki – laki, remaja yang tinggi juga dianggap lebih kompeten dan *authoritative* (Scheffler & Hermanussen, 2022). Dalam penelitian oleh Himaz (2018), diketahui bahwa *stunted* pada remaja laki - laki mempengaruhi *self esteem* dan hubungan yang mereka miliki dengan teman sebayanya. Tubuh pendek pada remaja laki - laki dikaitkan pula dengan gangguan psikososial dan fungsional dalam kehidupan sehari – hari, diantaranya berupa masalah penerimaan diri oleh teman sebaya dan pengalaman sosial negatif seperti *bullying* (Sandberg, 2004).

Penelitian sebelumnya membuktikan bahwa remaja dengan bentuk tubuh yang pendek (*stunted*), akan lebih beresiko memiliki perasaan stres dan frustrasi dibandingkan remaja tidak *stunting* (Delima dkk., 2023). Dalam penelitian oleh Rukhadze (2018), beberapa remaja laki – laki *stunted* yang menjadi partisipan penelitian mengatakan keinginan untuk mengubah tinggi badan mereka jika memungkinkan. Persepsi negatif dan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang lebih pendek pada remaja tersebut berkaitan dengan persepsi dan sikap remaja bersangkutan terhadap tubuhnya atau disebut juga *body image*.

Menurut Leone dkk. (2014), *body image* merupakan bentuk konstruksi kompleks yang terdiri dari sikap dan persepsi individu bersangkutan terhadap tubuhnya. *Body image* atau citra tubuh dapat pula diartikan sebagai persepsi individu terhadap bentuk atau berat tubuhnya, serta mengarah pada evaluasi individu tersebut terhadap fisiknya (Cash & Pruzinsky, 2002). Dalam *Social learning-cognitive theory*, *body image* dapat terbentuk dari proses kognitif selama interaksi dalam konteks sosial yang membentuk persepsi remaja terhadap tubuhnya (Bandura, 1977).

Persepsi individu terhadap tubuh dapat berupa penilaian *body image* positif (kepuasan terhadap tubuhnya) dan *body image* negatif (ketidakpuasan terhadap tubuhnya). Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *body image* yang dimiliki remaja, diantaranya *self esteem* (keyakinan atau sikap remaja terhadap tubuhnya sesuai dengan gambaran ideal dalam masyarakat), perbandingan dengan orang lain (perbandingan internal yang dilakukan remaja dengan orang lain seperti idola atau artis), keluarga (model yang diberikan anggota dalam keluarga), dan hubungan interpersonal (perbandingan tubuh teman sebaya) (Ramanda dkk., 2019). Remaja yang memiliki kepuasan dengan tubuhnya akan lebih nyaman dan percaya diri dalam menjalani kehidupannya, sedangkan remaja yang kurang puas akan dirinya cenderung rendah diri, kurang nyaman bergaul dalam lingkungan, dan tidak percaya diri (Ramanda dkk., 2019).

Delima dkk. (2023), menjelaskan bahwa masalah yang berkaitan dengan *self-image* atau gambaran tubuh menjadi salah satu penyebab gangguan psikososial pada remaja *stunted*, dimana terdapat sebanyak 43,75% remaja yang menganggap

buruk bentuk tubuhnya. Berdasarkan penelitian lainnya oleh Masrul dkk. (2021), remaja *stunted* terindikasi *stunting* juga menunjukkan kerentanan untuk mengalami permasalahan emosional yang menjadi indikator gangguan psikososial. Gangguan psikososial yang dialami remaja laki – laki *stunted* beresiko mengganggu perkembangan, sehingga remaja tersebut tidak bisa menyelesaikan tugas perkembangan masa remajanya secara optimal. Hal ini karena pada masa remaja, salah satu tugas perkembangan mereka adalah menerima perubahan fisik yang pesat dibandingkan masa kanak – kanak sekaligus melakukan penyesuaian diri dengan kelompok sosialnya (Hurlock, 1990).

Gangguan psikososial pada remaja *stunted* umumnya dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Secara internal, gangguan yang dialami remaja *stunted* berasal dari dirinya sendiri, berupa perasaan berbeda dengan orang lain yang bertubuh lebih sehat, bugar, dan proposional. Disisi lain, secara eksternal lingkungan juga mempengaruhi kondisi psikologis remaja bersangkutan, seperti adanya stigma lingkungan terhadap kondisi tubuh mereka (Erfanti dkk., 2016). Gangguan itu membuat mereka merasakan keterasingan dalam komunitas sosialnya, memiliki persepsi negatif, menunjukkan sikap menarik diri, rendah diri, dan mudah mengalami depresi (Erfanti dkk., 2016). Hal ini menunjukkan perlunya kepuasan dan perasaan positif terhadap tubuh untuk membantu remaja memiliki kesejahteraan psikologis yang baik secara internal. Masalah yang menjadi dampak dari kondisi *stunted* pada remaja laki – laki ini berkaitan dengan kesulitan mereka untuk memiliki kondisi kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* yang baik.

Menurut Ryff (1989), istilah *psychological well-being* menggambarkan kondisi kesehatan psikologis individu yang sesuai dengan pemenuhan kriteria psikologi positif. Individu yang dikategorikan memiliki *psychological well-being* tinggi menunjukkan kecenderungan untuk bersikap positif terhadap dirinya dan orang lain, menunjukkan kemampuan yang baik untuk membuat keputusan dan mengatur tingkahlaku sendiri, mampu menciptakan keteraturan dalam lingkungan, memiliki dan mampu membuat kehidupan mereka bermakna, serta menunjukkan usaha untuk mengeksplorasi dan mengembangkan dirinya secara positif (Ryff, 2013). Bagi remaja laki – laki *stunted* memiliki kondisi *psychological well-being* yang baik menjadi hal yang sulit, dikarenakan kurangnya pemaknaan dalam kehidupan dan ketidakpuasan remaja terhadap bentuk tubuh yang tidak sesuai dengan gambaran ideal mereka. Persepsi remaja laki – laki *stunted* terhadap bentuk tubuhnya dikaitkan dengan *body image* yang mereka miliki. Persepsi ini terbentuk bukan hanya dari kekurangan fisik mereka, tetapi juga karena adanya kemungkinan pengalaman negatif seperti isolasi sosial, diskriminasi, dan stigma negatif dari orangtua dan guru yang meningkatkan resiko masalah psikologis remaja (Jafari-Adli., 2016).

Dalam penelitian oleh Delima dkk. (2023), diketahui bahwa pada masa remaja, individu lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman sebaya dibandingkan orangtua. Dalam masa – masa ini pendapat atau persepsi orang lain menjadi penting bagi mereka, sehingga penerimaan dari kelompok pertemanan menjadi tujuan utama. Cash dan Pruzinsky (2002), menjelaskan bahwa kebanyakan remaja laki – laki cenderung menginginkan bentuk tubuh yang sama dengan remaja

laki – laki lain disekitarnya, dan akan menunjukkan ketidakpuasan jika merasa berbeda. Remaja laki – laki *stunted* dengan kondisi fisik berbeda cenderung mendapatkan respon negatif dari lingkungan dan tidak diterima kelompok sebaya mereka. Penolakan ini dapat menimbulkan gangguan emosi internal remaja *stunted* dengan munculnya perasaan inferior, malu terhadap diri sendiri, sedih, jengkel, dan perasaan berbeda dari orang lain terutama saat berada di lingkungan sosial (Fatmawaty, 2017).

Menurut hasil penelitian Wu dan Qi (2020), kondisi *stunting* dan gangguan fisik pada anak memiliki hubungan dengan kondisi kesejahteraan psikologis anak. Penelitian serupa oleh Dotse dan Asumeng (2015) pada partisipan usia 12 – 50 tahun (dari remaja awal sampai dewasa tengah), juga menemukan bahwa individu yang memiliki kepuasan dan *body image* positif terhadap tubuhnya cenderung memiliki kondisi *psychological well-being* yang baik. Penelitian ini didukung oleh penelitian Syabana dan Ansyah (2022) mengenai hubungan *body image* dan *psychological well-being* pada remaja, yang menegaskan bahwa terdapat hubungan positif antara *body image* remaja dengan kondisi *psychological well-being* remaja. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa *body image* dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kondisi *psychological well-being* remaja laki – laki *stunted* dikarenakan adanya kemungkinan remaja tersebut mengalami masalah terhadap penerimaan tubuh dan penyesuaian diri dengan lingkungan sosial.

Berdasarkan paparan data diatas, dapat diketahui bahwa remaja laki – laki *stunted* beresiko mengalami permasalahan pada kondisi *psychological well-being* mereka. Salah satu masalah tersebut, berhubungan dengan *body image* atau citra

tubuh yang mereka miliki. Penelitian yang dilakukan pada remaja laki – laki *stunted* belum pernah dilakukan di Indonesia, karena penelitian berkaitan dengan *stunting* lebih banyak berfokus pada pengukuran status gizi dan nutrisi remaja. Penelitian untuk mengukur kondisi *psychological well-being* remaja laki – laki *stunted* belum pernah dilakukan sebelumnya. Selain itu, untuk Wilayah Pasaman sendiri, penelitian terkait *stunted* baru terfokus pada subjek balita sedangkan untuk remaja masih jarang dilakukan. Padahal berdasarkan data diatas, terdapat lebih dari 30% remaja di Kabupaten Pasaman yang termasuk dalam kategori *stunted*. Oleh karena itu, peneliti menganggap penelitian mengenai *body image* dengan *psychological well-being* pada remaja laki – laki *stunted* di Kabupaten Pasaman penting dilakukan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan yang diuraikan pada latar belakang, maka dapat dirumuskan bahwa permasalahan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui “apakah terdapat hubungan antara *body image* dengan *psychological well-being* pada remaja laki – laki *stunted* di Kabupaten Pasaman?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan *psychological well-being* pada remaja laki – laki *stunted* di Kabupaten Pasaman.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pengembangan keilmuan psikologi, terutama psikologi perkembangan dan kesehatan mental anak & remaja untuk memahami hubungan antara *body image* dengan *psychological well-being* pada remaja laki – laki *stunted* di Kabupaten Pasaman. Selain itu, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber literatur untuk penelitian selanjutnya mengenai variabel *body image* dan *psychological well-being* pada remaja.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini memiliki manfaat praktis bagi beberapa pihak, yaitu:

1. Pemerintah dan Masyarakat

Bagi pemerintah dan masyarakat, hasil penelitian dapat menjadi acuan pembuatan kebijakan kesehatan untuk mengurangi permasalahan *stunting* di lingkungan sekitar.

2. Ilmuan dan Praktisi

Bagi ilmuan dan praktisi dibidang psikologi, hasil penelitian dapat dijadikan data acuan untuk penelitian lanjutan di masa mendatang mengenai *body image* dan *psychological well-being*.

3. Puskesmas

Bagi tenaga kesehatan (Puskesmas), hasil penelitian dapat digunakan sebagai acuan data mengenai prevalensi dan dampak *stunting* terhadap remaja laki – laki di daerah bersangkutan.

4. Sekolah

Bagi sekolah, hasil penelitian dapat menggambarkan situasi pertumbuhan dan kecukupan gizi pada remaja laki – laki yang menjadi responden dari sekolah – sekolah bersangkutan.

5. Orangtua

Bagi orangtua, hasil penelitian dapat menjadi data acuan untuk menjelaskan dampak *stunting* pada remaja dan menekankan pentingnya pemberian psikoedukasi mengenai pemenuhan kebutuhan gizi anak secara berkelanjutan.

