

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa pertumbuhan serta peralihan dari masa kanak-kanak ke masa yang lebih matang, ditandai dengan berbagai macam perubahan yang dialami. Tidak hanya perubahan dalam dimensi fisik, tetapi juga dalam dimensi psikososial, otonomi, harga diri, dan keintiman (Panuju & Umami, 2005). Menurut Erikson (dalam Potter & Perry, 2009) tahap perkembangan remaja yaitu identitas *versus* kebingungan peran. Setiap tugas memiliki konflik yang berbeda, seperti kebutuhan pencarian identitas pada remaja yang memiliki berbagai pilihan yang membingungkan. Konflik ini selalu ada di sepanjang kehidupan. Kebutuhan akan identitas penting nantinya dalam membuat keputusan. Keberhasilan menyelesaikan tahap ini akan menghasilkan kepatuhan dan kesetiaan terhadap orang lain dan terhadap cita-citanya sendiri.

Usia remaja ialah usia dimana mereka mencoba untuk mencari jati diri yang berdampak terhadap harga diri (Potter & Perry, 2009). Harga diri telah menjadi sebuah konsep pentingnya pertumbuhan sebagai gambaran mental dari tubuh, yang mana metode ini merupakan salah satu cara untuk menunjukkan atau mengapresiasi sikap yang dimiliki seseorang (Panuju & Umami, 2005). Harga diri sendiri merupakan penilaian seseorang kepada diri sendiri, berdasarkan kesesuaian tingkah laku seseorang terhadap ideal dirinya. Seseorang dengan level harga diri rendah disebabkan oleh perbedaan besar antara konsep diri dan ideal diri. Seseorang dengan kesesuaian antara konsep diri dan ideal diri akan menjadi seseorang dengan level harga diri tinggi (Stuart & Laraia, 2005)

Harga diri seseorang dipengaruhi oleh stressor-stressor, baik berasal dari diri sendiri maupun dari luar. Stressor yang berasal dari diri sendiri yakni adanya perubahan dalam penampilan, perubahan struktur tubuh dan perubahan fungsi bagian tubuh. Sedangkan stressor lain yang berasal dari luar yakni adanya reaksi dari orang

lain, perbandingan dengan orang lain, identifikasi terhadap orang lain, peranan yang dipegang oleh seseorang dan juga faktor sosiokultural (Potter & Perry, 2009).

Harga diri erat kaitannya dengan berat badan remaja. Remaja yang memiliki berat badan ideal lebih mudah diterima lingkungannya sehingga remaja tersebut menjadi lebih percaya diri dan dapat meningkatkan harga dirinya, begitu pula sebaliknya. Sedangkan remaja yang mengalami obesitas atau kegemukan seringkali merasa tidak menarik dan berbeda dari remaja lainnya (Prayitno & Khons, 2006). Sesuai dengan hasil penelitian Watkins, Christie, dan Chally (2008) yang menunjukkan bahwa laki-laki yang memiliki berat badan berlebih (*overweight* dan obesitas) memiliki risiko tinggi terhadap harga diri dan citra tubuh negatif dibandingkan laki-laki dengan berat normal ataupun mengalami *underweight*.

Harga diri yang dimiliki remaja juga dapat menjadi faktor yang turut menentukan prestasi belajarnya di sekolah. Apabila seorang siswa memberikan penilaian yang baik akan dirinya maka akan semakin memahami potensi yang dimilikinya. Akan semakin memahami pentingnya mata pelajaran bagi dirinya dan akan mengerahkan seluruh usahanya untuk mempelajari hal-hal yang berhubungan dengan mata pelajaran tersebut sehingga mendorongnya untuk lebih termotivasi mencapai hasil yang baik. Begitu juga sebaliknya, seorang siswa yang tidak menilai kemampuannya dengan baik maka ia cenderung akan memiliki harga diri yang rendah (Sutjiyoso & Zafriel, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh Rumpang, Opod, & Sinolungan (2013) terhadap 25 responden laki-laki dan 25 responden perempuan yang mengalami obesitas dengan judul hubungan tingkat kepercayaan diri dengan obesitas pada siswa SMA REX Mundi Manado menunjukkan bahwa semakin tinggi indeks masa tubuh (IMT) maka semakin rendah tingkat kepercayaan diri siswa. Menurut Nyoman, Bakri & Fajar, (2004), obesitas dinyatakan dengan adanya 25% lemak tubuh total atau lebih pada pria dan sebanyak 35% atau lebih pada wanita. Pada kelompok remaja, obesitas akan berpengaruh pula pada perkembangan psikososial termasuk kepercayaan diri, apabila seseorang tidak memiliki rasa percaya pada dirinya sendiri maka akan timbul

masalah. Remaja yang mengalami obesitas dan dijaui oleh teman-temannya memiliki kecenderungan untuk mengalami kepercayaan diri yang rendah, rasa putus asa yang besar serta perasaan merasa dirinya berbeda atau dibedakan dari kelompoknya akan membuat individu dengan obesitas rentan terhadap berbagai masalah psikologik (Santrock, 2003).

Berdasarkan data *The World Health Organization* (WHO, 2012) sekitar 300 juta individu di dunia mengalami obesitas. Dalam *International Obesity Task Force* (IOTF) berat badan penduduk Asia remaja diklasifikasikan menjadi beberapa kategori dengan standar penentuan berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) sebagai berikut: *Underweight* dengan $IMT < 18,5 \text{ kg/m}^2$, normal $18,5 \text{ s/d } 22,9 \text{ kg/m}^2$, *Overweight* $> 23 \text{ kg/m}^2$, *At risk* $23,0 \text{ s/d } 24,9 \text{ kg/m}^2$, *Obese I* $25 - 29,9 \text{ kg/m}^2$, *Obese II* $> 30 \text{ kg/m}^2$ (WHO, 2012).

Prevalensi obesitas pada remaja di Indonesia juga cukup mengkhawatirkan. Berdasarkan laporan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, angka obesitas remaja tahun 2010 sebesar 1,4% sedangkan 2013 sebesar 7,3%. Dengan kata lain angka persentase obesitas meningkat sebesar 5,9%. Prevalensi gemuk pada remaja umur 16–18 tahun sebanyak 7,3% yang terdiri dari 5,7% obesitas tingkat I dan 1,6% obesitas tingkat II. Provinsi dengan prevalensi gemuk tertinggi adalah DKI Jakarta (4,2%) dan terendah adalah Sulawesi Barat (0,6%), sedangkan provinsi DIY menduduki peringkat ke 4 setelah DKI, Sulawesi Utara, Kalimantan Timur, dan Bali. Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa obesitas di Indonesia telah menjadi masalah besar yang memerlukan penanganan secara serius.

Obesitas dapat menimbulkan dampak negatif pada orang yang mengalaminya, yaitu dapat berdampak buruk pada kesehatan dan psikologisnya serta berdampak buruk juga terhadap kesehatan karena obesitas merupakan faktor risiko utama timbulnya penyakit kronik, seperti diabetes, penyakit kardiovaskuler, dan kanker (WHO, 2012). Dampak lain yang dapat timbul pada seseorang yang mengalami obesitas adalah munculnya berbagai masalah psikologis. Pada kelompok anak, remaja, dan dewasa muda, obesitas dapat berpengaruh pada perkembangan

psikososial (Thompson, 2004). Masalah psikososial yang biasanya muncul adalah gangguan harga diri yang dialami terkait dengan penilaian terhadap penampilan dirinya. Gangguan terhadap harga diri tersebut menyebabkan timbulnya perasaan tidak puas akan dirinya, kepercayaan diri yang rendah, merasa dijauhkan hingga depresi (Sutjiyoso & Zafriel, 2009).

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada hari Senin, 30 Maret 2015 SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta memiliki siswa sebanyak 627 siswa dibagi dalam 20 kelas yang terdiri dari kelas X sebanyak 178 siswa laki-laki dan 57 siswi perempuan, kelas XI sebanyak 102 siswa laki-laki dan 57 siswi perempuan, kelas XII sebanyak 168 siswa laki-laki dan 65 siswi perempuan. (SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta, 2015). Studi pendahuluan dilakukan oleh peneliti dengan cara melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan terhadap 179 siswi dengan rentang usia 15 sampai 18 tahun, didapatkan hasil 38 siswi diantaranya mengalami obesitas, yang diteliti menggunakan rumus Indeks Massa Tubuh (IMT) lebih dari 25.

Dampak dari obesitas akan mempengaruhi kualitas hidup masa remaja, seperti kehidupan sosial, kesehatan, dan kondisi mental seseorang. Hasil wawancara dengan 15 siswi yang mengalami obesitas, 13 siswi mengatakan minder saat bergaul dengan teman sebayanya, ada pula yang mengatakan kurang percaya diri saat akan mengekspresikan suatu perasaan yang dimiliki. Laporan dari guru BK SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta yang menyatakan bahwa siswi yang mengalami obesitas cenderung menyendiri ataupun memilih bergaul dengan sesama siswi yang memiliki postur tubuh sama dengan dirinya.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti “Hubungan antara Obesitas dengan Harga Diri pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Adakah hubungan antara obesitas dengan harga diri pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara obesitas dengan harga diri pada siswi yang mengalami obesitas di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya kategori obesitas yang dimiliki siswi SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.
- b. Mengidentifikasi gambaran harga diri siswi SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta yang mengalami obesitas.
- c. Diketuinya keeratan hubungan antara obesitas dengan harga diri pada siswi SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan, terutama keperawatan jiwa mengenai harga diri pada usia remaja.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswi SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

Hasil penelitian ini siswi diharapkan dapat memahami tentang perubahan fisik serta pengaruh aspek psikologis obesitas terhadap gambaran harga diri mereka.

- b. Bagi guru dan sekolah SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi atau gambaran bagi sekolah maupun para pendidik mengenai gambaran harga diri pada siswi yang memiliki obesitas.

- c. Bagi PSIK Stikes Jendral Ahmad Yani Yogyakarta.

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan ataupun referensi bagi penelitian lain yang akan meneliti tentang obesitas dan harga diri di lingkungan Stikes Jendral Ahmad Yani.

E. Keaslian Penelitian

1. Watkins, Christie, dan Chally (2008) terhadap 188 mahasiswa laki-laki dengan rentang usia 18-57 tahun tentang hubungan antara gambaran diri dengan indeks massa tubuh pada mahasiswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa laki-laki yang memiliki berat badan berlebih (*overweight* dan obesitas) memiliki risiko tinggi terhadap harga diri dan citra tubuh negatif dibandingkan laki-laki dengan berat normal ataupun mengalami *underweight*. Persamaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah instrumen yang digunakan dalam pengukuran massa tubuh yaitu menggunakan indeks massa tubuh (IMT) dan menggunakan desain *cross sectional*. Sedangkan perbedaannya adalah pada jenis penelitian dimana penelitian sebelumnya menggunakan *observational analitic* sedangkan penelitian yang dilakukan menggunakan jenis penelitian deskriptif korelasi, penelitian sebelumnya menggunakan responden laki-laki rentang usia dewasa sedangkan penelitian yang dilakukan menggunakan responden remaja putri.
2. Penelitian yang dilakukan Yusuf dan Bagus (2012) terhadap 170 responden tentang Harga Diri pada Remaja Menengah Putri di SMA Negeri 15 Kota Semarang. Hasil penelitian menunjukkan siswi SMAN 15 kota Semarang mempunyai harga diri tinggi sebanyak 95 responden (55.9%). Persamaan

dengan penelitian yang dilakukan terletak pada variabel yang akan diteliti yaitu tentang harga diri, jenis penelitian *cross sectional*. Sedangkan perbedaan dengan penelitian yang telah dilakukan yaitu terletak pada teknik pengambilan sampel dimana pada penelitian sebelumnya menggunakan teknik pengambilan sampel *stratified random sampling* sedangkan pada penelitian yang telah dilakukan menggunakan teknik *total sampling*.

3. Rupang, Opod, dan Sinolungan (2013) terhadap 25 responden laki-laki dan 25 responden perempuan yang mengalami obesitas tentang hubungan tingkat kepercayaan diri dengan obesitas pada siswa SMA REX Mundi Manado. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi indeks masa tubuh (IMT) maka semakin rendah tingkat kepercayaan diri siswa. Persamaan dengan penelitian yang dilakukan terletak pada variabel bebas obesitas dan sama-sama jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*. Perbedaannya, penelitian sebelumnya dalam pengambilan responden menggunakan *purposive sampling*, sedangkan penelitian dilakukan menggunakan *total sampling*.
4. Arpan (2012) dengan judul studi komparatif harga diri berdasarkan pola asuh orang tua pada remaja di SMK PIRI 3 Yogyakarta. Hasil penelitian ini didapatkan ada perbedaan harga diri berdasarkan pola asuh orang tua pada remaja di SMK PIRI 3 Yogyakarta. Persamaan dalam penelitian ini adalah variabel yang diteliti sama-sama harga diri remaja dan menggunakan kuesioner harga diri remaja. Perbedaannya, penelitian ini menggunakan metode komparatif dengan analisis data uji beda Anova dengan prosedur *One Way Anova*. Sedangkan penelitian yang dilakukan menggunakan metode korelasi dengan analisis statistik menggunakan analisis *Kendall's Tau*.