

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta. SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta merupakan salah satu sekolah menengah atas yang terletak di Jalan Kapten Piere Tendean No. 41 Wirobrajan, Yogyakarta dengan luas tanah yaitu 6020 m². Sekolah tersebut mempunyai daftar kegiatan Ko-Kurikuler dan Ekstra Kurikuler diantaranya adalah PMR (Palang Merah Remaja), pramuka, band pelajar, *basket ball*, *volly ball*, pencak silat, dan tenis meja. Kegiatan tersebut wajib diikuti oleh semua siswa sesuai pilihan mereka. Diharapkan dengan adanya kegiatan tersebut siswa mampu menyalurkan hobi dan bakatnya secara positif.

Selain itu, di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta terdapat jadwal khusus tiap kelas untuk bimbingan konseling (BK). Hal ini dapat memecahkan masalah siswa yang dialami selama di sekolah. SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta merupakan salah satu sekolah dibawah pengawasan kesehatan dari pihak puskesmas Wirobrajan yang setiap 4 bulan sekali dilakukan kunjungan dari pihak puskesmas ke sekolah terutama untuk mengecek atau mengontrol kondisi kesehatan di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

Pertemuan wali murid selalu diadakan setiap akhir semester. Pertemuan tersebut mendiskusikan tentang perkembangan siswa selama bersekolah terkait dengan anggaran sekolah, perilaku siswa, pelanggaran yang dilakukan selama di sekolah dan prestasi yang diraih siswa. SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta memiliki jumlah siswa keseluruhan berjumlah 627 siswa yang terbagi dalam 20 kelas dari kelas X sampai kelas XII. Dimana kelas X terbagi menjadi tujuh kelas dengan jumlah siswa 235, kelas

XI terbagi menjadi dua jurusan yaitu IPA sebanyak 3 kelas dan IPS sebanyak 3 kelas dengan jumlah siswa 159, kelas XII terbagi menjadi dua jurusan yaitu IPA sebanyak 3 kelas dan IPS sebanyak 3 kelas dengan jumlah siswa 233.

2. Analisis Univariat

Responden dalam penelitian ini adalah siswi SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta yang dikarakteristikan berdasarkan kategori obesitas dan harga diri. Distribusi karakteristik responden pada penelitian ditampilkan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Kategori Obesitas pada Siswi SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta pada bulan Agustus 2015 (n=38)

Obesitas	Frekuensi (f)	Persentase (%)
I	27	71,1
II	11	28,9

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 4.1 diatas dari jumlah 38 responden, lebih banyak responden yang memiliki kategori obesitas I, dengan jumlah 27 responden masuk dalam kategori obesitas I (71,1%) dan 11 responden masuk dalam kategori obesitas II (28,9%).

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Responden Obesitas berdasarkan Kategori Harga Diri pada Siswi SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta pada Bulan Agustus 2015 (n=38)

Harga Diri Remaja	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	0	0
Sedang	24	63,2
Rendah	14	36,8

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 4.2 tersebut dapat diketahui bahwa harga diri siswa yang mengalami obesitas paling banyak yaitu harga diri sedang sebanyak 24

responden (63,2%), 14 (36,8%) responden dengan harga diri rendah dan tidak ada responden yang memiliki harga diri tinggi (0%).

3. Analisis Bivariat

Pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *Kendall's Tau*. Berikut hasil perhitungannya.

Tabel 4. 3 Hubungan Obesitas dengan Harga Diri Responden pada Siswi SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta pada Bulan Agustus 2015 (n=38)

Obesitas	Harga Diri						Total		<i>r</i>	<i>P Value</i>
	Tinggi		Sedang		Rendah					
	F	%	F	%	F	%	F	%		
I	0	0	20	52,6	7	18,4	27	71,1	-0,355	0,031
II	0	0	4	10,5	7	18,4	11	28,9		
Total	0	0	24	63,2	14	36,8	38	100		

Sumber : Data primer

Tabel diatas menunjukkan bahwa kategori obesitas I lebih banyak memiliki harga diri sedang 20 responden (52,5%), yang memiliki harga diri rendah 7 responden (18,4%) dan tidak ada yang memiliki harga diri tinggi (0%). Sedangkan kategori obesitas II, lebih banyak responden yang mengalami harga diri rendah sebanyak 7 responden (18,4%), yang memiliki harga diri sedang sebanyak 4 responden (10,5%) dan tidak ada yang memiliki harga diri tinggi.

Hasil analisis bivariate didapatkan hasil *p Value* 0,031, dapat disimpulkan ada hubungan antara obesitas dengan harga diri pada siswi SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta. Dengan nilai *r* -0,355 yang berarti termasuk dalam tingkat korelasi cukup (Sarwono, 2006). Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa semakin tinggi tingkat obesitas yang dimiliki responden maka semakin rendah tingkat harga diri responden tersebut.

b. Pembahasan

1. Obesitas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa obesitas pada responden siswi SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta rata-rata berada dalam kategori obesitas I, sesuai dengan data RISKESDAS (2013) bahwa prevalensi obesitas tingkat I (5,7%) lebih banyak dari pada jumlah prevalensi obesitas tingkat II (1,6%). Menurut WHO (2012) dikatakan obesitas I apabila responden memiliki IMT $\geq 25 - 29,9 \text{ kg/m}^2$ dan obesitas II apabila responden memiliki IMT $\geq 30 \text{ kg/m}^2$. Soegih dan Wiramihardja (2009) menyatakan bahwa faktor penyebab obesitas antara lain adalah kurangnya aktifitas, gen, hormon, faktor fisiologis, psikologis dan kelebihan dalam mengkonsumsi makanan tanpa disertai aktifitas latihan fisik.

Atikah (2010) menjelaskan hal yang paling mendasar penyebab obesitas pada remaja adalah ketika tubuh menerima lebih banyak kalori dari pada membakar kalori. Kalori tersebut kemudian menumpuk dan menjadi cadangan lemak. Obesitas pada usia remaja biasanya disebabkan hasil kombinasi antara faktor-faktor yaitu tidak aktif secara fisik sehingga pembakaran lemak menjadi sedikit dengan makan makanan tinggi kalori dan terutama makanan siap saji.

Berdasarkan teori di atas dapat dianalisis lebih lanjut bahwa penyebab obesitas sangat banyak, akan tetapi salah satu penyebab obesitas yang terjadi pada usia remaja cenderung disebabkan oleh faktor fisiologis tubuh seseorang. Hal ini karena obesitas yang terjadi sebagai akibat adanya peningkatan jumlah sel lemak dalam tubuh. Obesitas meningkat sesuai bertambahnya usia dan kemudian menurun sebelum akhirnya berhenti pada usia lanjut (Proverawati, 2010). Obesitas juga dapat disebabkan oleh faktor psikologis. Pada beberapa orang, obesitas bermula dari masalah yang tidak teratasi (Atikah, 2010).

Beberapa orang yang memiliki permasalahan, termasuk usia remaja biasanya menjadikan makanan sebagai pelarian atau objek kepuasan untuk melampiaskan masalah yang sedang dihadapinya. Apabila tidak diimbangi dengan aktifitas yang cukup, maka hal ini akan menyebabkan kegemukan pada seseorang. Aktifitas sangat berpengaruh terhadap jumlah pembakaran sel lemak. Hal ini diperkuat dengan data RISKESDAS tahun 2013 yang mencatat kenaikan prevalensi obesitas pada remaja sebesar 5,9%. Hal tersebut dapat membuktikan bahwa usia remaja adalah usia yang rawan terjadinya obesitas yang disebabkan karena terjadinya penambahan jumlah sel lemak.

Hasil penelitian yang dilakukan Sartika (2011) tentang faktor resiko obesitas pada remaja usia 15 – 20 tahun dengan jumlah responden 170.699 orang di seluruh wilayah DKI Jakarta menunjukkan bahwa prevalensi obesitas I (13,9%) lebih banyak di bandingkan obesitas II (8,3%). Hasil penelitian yang dilakukan Hidayat, Syam, dan Hendrayanti (2013) di SMA PGRI Pejambon yang menunjukkan dari 71 responden dengan status gizi obesitas terdapat 45,1% responden berumur 18 tahun dan 50,7% berumur 19 tahun. Dengan kata lain responden yang mengalami obesitas merupakan responden dalam rentang usia remaja.

2. Harga diri siswi di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta

Harga diri siswi terdiri dari tiga kategori yaitu harga diri tinggi, sedang dan rendah. Data hasil penelitian mengenai harga diri siswi menunjukkan bahwa responden paling banyak pada kategori harga diri sedang, harga diri rendah dan tidak ada responden yang memiliki harga diri tinggi. Dalam penelitian ini terdapat beberapa faktor tidak dikendalikan yang dapat mempengaruhi harga diri siswi yaitu : pola asuh orang tua, prestasi, serta lingkungan.

Menurut Stuart dan Laraia (2005) harga diri adalah penilaian seseorang terhadap diri sendiri, berdasarkan kesesuaian tingkah laku

seseorang terhadap ideal dirinya. Seseorang dengan level harga diri rendah disebabkan oleh perbedaan dasar antara konsep diri dan ideal diri. Seseorang dengan kesesuaian antara konsep diri dan ideal diri akan menjadi seseorang dengan level harga diri tinggi. Menurut Santrock (2003), harga diri merupakan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri baik secara positif atau negatif.

Menurut Papalia, Olds, & Feldman (2009) harga diri remaja nantinya akan mempengaruhi berhasil atau tidaknya seorang remaja dalam menjalankan tugas-tugas perkembangannya. Hurlock (2012) membagi tugas-tugas perkembangan remaja menjadi beberapa kriteria, antara lain : mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita, mencapai peran sosial pria dan wanita, menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif, mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab, mencapai kemandirian sosial, mempersiapkan karir, mempersiapkan perkawinan, serta memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku sesuai ideologi.

Erikson (dalam Potter & Perry, 2009) berpendapat bahwa seringkali sulit bagi para remaja untuk menerima keadaan fisiknya bila sejak kanak-kanak mereka telah mengagungkan konsep mereka tentang penampilannya dirinya pada waktu dewasa kelak. Apabila telah terjadi ketidak seimbangan antara konsep diri dengan ideal diri pada masa remaja maka akan sulit untuk menyelaraskan kembali keduanya yang dapat berdampak pada harga diri seseorang.

Menurut Gunawan dan Setyono (2007) karakteristik individu dengan harga diri sedang hampir sama dengan individu yang memiliki harga diri tinggi, terutama dalam kualitas, perilaku, dan sikap. Individu dengan harga diri sedang cenderung memandang dirinya lebih baik dari kebanyakan orang, tetapi tidak sebaik individu lain yang dipandang luar biasa. Penelitian baru-baru ini mengenai harga diri sepanjang rentang kehidupan menyatakan

bahwa harga diri pada masa kanak-kanak cenderung tinggi, menurun pada masa remaja dan meningkat selama masa dewasa akhir. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Cholifatun (2004 dalam Arpan 2012), mengenai harga diri dengan tingkat depresi remaja yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja ada pada kategori harga diri sedang.

Berdasarkan Coopersmith (Townsend, 2009) aspek-aspek dalam harga diri terdiri dari kekuatan, keberartian, kemampuan, kebajikan dan konsisten menetapkan batas. Hasil analisis lebih lanjut menyimpulkan bahwa pada masa remaja, sebagian remaja mempunyai harga diri sedang. Hal ini ditunjukkan dengan banyaknya responden yang menjawab bahwa teman-teman selalu menerima pendapat mereka. Berdasarkan jawaban responden, artinya pendapat mereka sering diterima orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa banyak siswi yang percaya diri untuk mengungkapkan pendapat di depan umum. Dengan demikian, siswi mendapat pengakuan dan penghargaan dari orang lain yang dapat menjadi sumber harga diri mereka.

Kemudian pada aspek keberartian, banyak responden yang mengatakan hidup mereka menyenangkan. Shochib (2010) berpendapat bahwa harga diri seseorang dipengaruhi oleh sikap, kasih sayang orang di sekitar dan pola asuh orang tua kepada anaknya. Berdasarkan jawaban responden, banyak siswi yang menganggap hidup mereka menyenangkan. Hal tersebut dirasakan siswi dalam bentuk penerimaan, perhatian, dan kasih sayang yang orang lain berikan terutama dari kedua orang tua sehingga siswi merasa hidupnya menyenangkan karena dikelilingi oleh orang-orang yang menyayangnya.

Pada aspek kebajikan, yaitu apabila tingkah laku individu sesuai standar etika, moral dan prinsip keagamaan. Etika, moral dan prinsip keagamaan akan menjadikan pedoman seseorang untuk melakukan hal yang positif. Apabila individu kurang mampu mengamalkan etika dan moral akan menimbulkan rasa kurang berharga dan rasa bersalah. responden banyak

mengatakan bahwa mereka selalu melakukan sesuatu sesuai norma (Coopersmith dalam Townsend, 2009). Berdasarkan jawaban responden, bisa disimpulkan bahwa tingkah laku siswa sudah sesuai dengan etika, moral dan prinsip keagamaan. Sehingga bisa menjadi pedoman siswi untuk melakukan hal yang positif dan tidak menimbulkan rasa bersalah. Kemudian pada aspek kemampuan, responden banyak mengatakan bahwa mereka mampu meraih keinginan mereka. Artinya, siswi mempunyai kepercayaan diri yang bagus dan sikap optimis yang menguntungkan dirinya. Segala hal yang dilakukan dengan fikiran positif pasti akan menghasilkan hal yang positif.

Aspek terakhir yaitu aspek konsisten menetapkan batas, menurut Coopersmith (Townsend, 2009) yaitu gaya hidup yang terstruktur yang mendemonstrasikan penerimaan, kepedulian dan rasa aman. Mereka mengatakan tidak membutuhkan waktu yang lama dalam mengerjakan sesuatu. Dengan demikian dapat diartikan bahwa siswi mengerjakan sesuatu tanpa menunda-nunda.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Sutjiyo & Zafriel (2009) yang menyatakan bahwa harga diri pada remaja yang menderita obesitas mereka tidak terbebani dengan suatu hal yang sedang mereka kerjakan. Bisa disimpulkan aspek-aspek dalam harga diri merupakan faktor penting dalam pembentukan harga diri, maka semakin baik sumber yang dimiliki siswi dalam aspek-aspek harga diri maka semakin baik pula harga diri yang dimilikinya.

Data hasil penelitian juga menunjukkan bahwa ada sedikit siswa yang mengalami harga diri rendah. Menurut Herdman (2014) harga diri rendah adalah evaluasi diri perasaan negatif tentang diri sendiri atau kecakapan diri yang berlangsung lama. Batasan karakteristik dari harga diri rendah meliputi: bergantung pada pendapat orang lain, evaluasi diri bahwa individu tidak mampu menghadapi peristiwa, secara berlebihan mencari penguatan, enggan

mencoba situasi baru, perilaku bimbang, kontak mata kurang, perilaku tidak asertif, dan pasif hingga isolasi sosial.

3. Hubungan antara obesitas dengan harga diri di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta

Hasil memperlihatkan bahwa hasil uji *Kendall's Tau* memperoleh $p=0,03$ ($p<0,05$), sehingga memberikan kesimpulan bahwa ada hubungan antara obesitas dengan harga diri siswi SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta. Menurut Kozier dkk (2010) kelompok usia remaja lebih mementingkan penampilan diri guna membina hubungan sosial dengan lingkungannya.

Obesitas yang dimiliki dapat menjadi stressor dari dalam bagi responden yang terjadi karena proses perubahan dalam penampilan dan struktur tubuh. Sedangkan stressor dari luar dapat berupa cara pandang dan penilaian orang lain terhadap proporsi tubuh yang dimilikinya (Poter & Perry, 2005).

Obesitas dapat dianggap serius karena hal ini terkait dengan penampilan seseorang yang dapat mempengaruhi kehidupan sosialnya. Seperti diketahui, masa usia remaja biasanya lebih perhatian terhadap penampilan dan sosial guna mencari kehidupan sosial yang lebih baik (Keliat dkk, 2011). Pengaruh dengan kehidupan sosial yang dapat muncul karena gangguan harga diri seperti, rasa kurang percaya diri yang pada akhirnya membuat seseorang menarik diri dari lingkungannya, frustrasi, depresi, dan dapat menjadi isolasi sosial (Herdman, 2014).

Berdasarkan teori di atas dapat dianalisis bahwa ada hubungan antara obesitas dengan harga diri yang terdapat pada usia remaja. Hal ini terkait bahwa mayoritas seseorang dengan obesitas memiliki harga diri rendah. Adanya kesamaan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar orang yang mengalami obesitas memiliki kesamaan persepsi dan penilaian terhadap dirinya, meskipun sampel penelitian yang digunakan pada penelitian sebelumnya adalah dewasa.

Obesitas yang dialami oleh responden dapat dipandang sebagai faktor yang berasal dari dalam yang berupa terjadinya perubahan dalam penampilan, obesitas dan struktur tubuh. Proverawati (2010) menyatakan bahwa obesitas yang dialami dapat menyebabkan gangguan harga diri. Selain itu, ditambah stressor dari luar yang dapat disebabkan karena reaksi orang lain yang memandang dirinya dan adanya perbandingan dengan orang lain sehingga dapat mempengaruhi harga dirinya. Munculnya stressor-stressor yang ada dapat membuat sebagian besar remaja dengan obesitas memiliki gangguan harga diri. Dengan kata lain, obesitas memberikan pengaruh terhadap gangguan harga diri yang terjadi pada seseorang.

Namun tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kawuwung, Rompas dan Onibala (2015) pada 30 responden di kota Manado tentang hubungan obesitas dengan citra tubuh dan harga diri pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas SAM Ratulangi yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara obesitas dengan harga diri pada responden. Namun sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Watkins, Christie, dan Chally (2008) pada 188 responden, bahwa semakin tinggi angka IMT yang dimiliki maka akan semakin rendah harga diri yang dimiliki.

Penelitian ini menunjukkan bahwa harga diri siswi SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta dipengaruhi oleh obesitas yang dimilikinya. Obesitas yang dimiliki dapat mempengaruhi pola konsep diri dan ideal diri yang terwujud dalam harga diri remaja tersebut. Gangguan harga diri dapat mengakibatkan seseorang dapat mengalami isolasi sosial, depresi, bahkan bunuh diri.

c. Keterbatasan Penelitian

Peneliti tidak meneliti faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi harga diri remaja seperti pola asuh orang tua, prestasi, dan juga lingkungan responden.