

**PENELITIAN**  
**HUBUNGAN OBESITAS DENGAN KONSEP DIRI REMAJA**  
**SMP KARTIKA 1-7 PADANG**  
**TAHUN 2009**

**Penelitian Keperawatan Jiwa**



**ELVINA**  
**BP. 05 121 028**

**FAKULTAS KEPERAWATAN**  
**UNIVERSITAS ANDALAS**  
**PADANG**  
**2011**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Stuart & Sundeen (1998) mengungkapkan bahwa konsep diri merupakan “semua pikiran, keyakinan, dan kepercayaan yang membuat individu mengetahui tentang dirinya dan mempengaruhi hubungannya dengan orang lain”. Konsep diri merupakan citra subjektif dari diri dan pencampuran yang kompleks dari perasaan, sikap, dan persepsi bawah sadar maupun sadar. Konsep diri tidak dibentuk pada saat lahir namun mulai terbentuk pada usia muda. Konsep diri dikembangkan melalui proses yang sangat kompleks yang melibatkan banyak variabel (Perry, 2005). Konsep diri memberikan rasa kontinuitas, keutuhan, dan konsistensi pada individu. Konsep diri yang sehat mempunyai tingkat kestabilan yang tinggi dan membangkitkan perasaan negatif atau positif yang ditujukan pada dirinya (Sundeen, 1998).

Individu yang memiliki konsep diri positif akan mengembangkan sifat-sifat seperti kepercayaan diri, harga diri, dan kemampuan untuk melihat dirinya sendiri secara realistis yang kemudian individu dapat menilai hubungan dengan orang lain secara tepat dan hal ini akan menimbulkan penyesuaian sosial yang baik. Sebaliknya bila konsep diri negatif, individu akan mengembangkan perasaan tidak mampu dan rendah diri, merasa ragu dan kurang percaya diri. Hal tersebut dapat menumbuhkan penyesuaian pribadi dan sosial yang buruk (Hurlock, 1978).

Konsep diri terdiri dari lima komponen yaitu citra diri, ideal diri, harga diri, penampilan peran, dan identitas diri. Pada komponen citra diri berhubungan dengan sikap individu baik yang disadari atau tidak terhadap dirinya. Ideal diri merupakan persepsi individu tentang bagaimana ia harus berperilaku. Harga diri merupakan penilaian terhadap hasil apa yang akan dicapai. Penampilan peran merupakan pola sikap, perilaku, dan nilai yang diharapkan oleh masyarakat sesuai dengan posisinya. Sedangkan identitas diri adalah kesadaran akan dirinya yang akan bersumber dari observasi dan penilaian (Rola, 2006).

Konsep diri mempunyai pengaruh yang besar terhadap kepribadian dan hubungan interpersonal. Pencarian konsep diri sudah mulai sejak kecil, tetapi pada masa remaja individu sudah mulai berpikir dan menggunakan emosinya yang merupakan hasil interaksi dengan orang tua, teman sebaya, dan lingkungan masyarakat (Lily, 2006).

Pada periode masa remaja akan banyak muncul perubahan, baik perubahan fisik (biologis), perubahan kognitif maupun perubahan sosial. Perubahan tersebut merupakan pemicu timbulnya kecemasan dalam kehidupan sosialisasi remaja. Memasuki masa remaja ada banyak faktor yang mempengaruhi persepsi individu terhadap penyesuaian sosialnya. Remaja sangat memerlukan agar kehadirannya diterima oleh orang-orang yang ada di lingkungannya, baik di rumah, di sekolah ataupun di dalam masyarakat dimana dia tinggal. Rasa diterima atau tidak diterima kehadirannya oleh semua pihak nantinya akan mempengaruhi konsep diri remaja (Faizah, 2002).

Hurlock (1999) menyatakan "fisik remaja dapat mempengaruhi konsep dirinya". Pada masa ini, remaja mulai berpikir mengenai tampang dan bentuk badan idaman akibat adanya berbagai perubahan. Bentuk badan merupakan suatu hal yang sangat mencemaskan anak remaja. Dalam masa pencarian identitas ini, remaja sangat sensitif dengan informasi dan hal-hal yang baru sehingga mudah terpengaruh oleh teman sebaya, keluarga ataupun media massa. Anak remaja selalu membandingkan dirinya dengan gambar-gambar yang ada di reklame dan film-film yang banyak menampilkan figur wanita-wanita berbadan langsing. Remaja jadi sangat peduli terhadap kondisi fisik atau penampilannya dan akan terus menerus bereksperimen untuk mendapatkan citra diri yang dirasa nyaman bagi mereka (Narendra, *et al.*, 2002). Dengan demikian, adanya kecenderungan menjadi gemuk atau mengalami obesitas dapat mengganggu dan menjadi sumber keprihatinan selama bertahun-tahun awal masa remaja (Soesilowindradini, 1996).

Saat ini, prevalensi obesitas dari tahun ketahun semakin meningkat. Tahun 1998, WHO menyatakan obesitas sudah dalam dalam tingkat epidemik yang kalau dibiarkan akan menjadi obesitas global. Menurut data WHO pada awal tahun 2000an, sekitar 1 miliar orang mengalami kegemukan dan 30% diantaranya mengalami kegemukan berlebihan atau obesitas. Keadaan ini tidak hanya terjadi di negara-negara maju, tapi juga di negara berkembang. Data hasil survei nasional di Amerika menunjukkan prevalensi kegemukan pada remaja meningkat dari 12% pada tahun 1997 menjadi 17,9% pada tahun

2004. Sedangkan di Eropa, prevalensi kegemukan berkisar antara 10%-40% dalam 10 tahun terakhir ini (Kadek *et al.*, 2007).

Dirjen Bina Kesehatan Masyarakat, Budiharja Singgih, menyatakan tahun 2005 di Indonesia angka obesitas pada remaja masih berada di bawah 9,1% dan pada tahun 2007 menjadi 19,1% (Anonim, 2009). Di DKI Jakarta, prevalensi kegemukan meningkat dengan bertambahnya umur. Pada remaja usia 12-18 tahun ditemukan 6,2% mengalami kegemukan pada tahun 2007. Kasus kegemukan pada remaja lebih banyak pada wanita (10,2%) dibanding laki-laki (3,1%) (Murniati *et al.*, 2007).

Menurut data Himpunan Obesitas Indonesia tahun 2006 di Sumbar, peningkatan kasus obesitas pada remaja usia 15-18 tahun yang tertinggi dalam 4 tahun terakhir yaitu di kota Padang sebesar 2% tiap tahunnya, dibandingkan kota-kota lainnya di Sumbar seperti Bukittinggi dan Solok (De Vega, 2008).

Menurut Dietz dalam Brown (2008) terdapat 3 periode kritis dalam masa tumbuh kembang anak dalam kaitannya dengan terjadinya obesitas, yaitu periode pranatal, periode *adiposity rebound* yaitu usia 6-7 tahun dan periode *adolescent*. Ada tiga alasan mengapa remaja dikategorikan rentan; 1) percepatan pertumbuhan dan perkembangan tubuh memerlukan energi dan zat gizi yang lebih, sementara itu ada kecenderungan alami resistensi insulin selama awal pubertas yang mungkin merupakan kofaktor alami untuk peningkatan berat badan (Krebs, *et al.*, 2003); 2) perubahan gaya hidup dan kebiasaan pangan; 3) tidak sedikit remaja dengan pola makan yang tidak benar

dan makan secara berlebihan sehingga akhirnya mengalami obesitas (Arisman, 2004).

Obesitas pada remaja dibandingkan pada anak lebih beresiko tinggi untuk tetap menjadi obesitas dimasa dewasa, dimana sekitar 80% remaja obesitas akan menjadi dewasa obesitas, sedangkan pada anak hanya sekitar 20% (Hidayati *et al.*, 2006). Obesitas dapat menyebabkan resiko menderita penyakit kronik seperti hiperlipidemia, hipertensi, resistensi insulin, noninsulin-dependent diabetes mellitus (NIDDM) (Dietz, 1998). Faktor resiko yang dimiliki saat remaja ini jika berlanjut sampai dewasa dapat mempercepat munculnya penyakit jantung, stroke, kanker, infertilitas, sehingga dapat menurunkan sumber daya manusia dan produktivitas bahkan menurunkan usia harapan hidup (Arisman, 2004).

Obesitas mempunyai dampak terhadap perkembangan remaja terutama perkembangan psikososialnya. Pengaruh obesitas terhadap psikologis merupakan suatu lingkaran yang tidak terputus. Seorang remaja yang menderita obesitas sering terasing dalam pergaulan dan mengalami depresi. Obesitas akan membuat seseorang merasa tersisih, yang selanjutnya akan memperburuk keadaan apabila ia mengalami kegagalan dalam penatalaksanaan obesitas tersebut sehingga akan memperburuk keadaan psikologisnya dan meningkatkan resiko untuk bunuh diri (Murniati *et al.*, 2007).

Dari hasil penelitian di Amerika, Daniel SP dkk (1997) menyatakan bahwa remaja yang mengalami obesitas akan dijauhi teman-teman,

mempunyai masalah emosional yang serius, merasa putus asa dan mencoba bunuh diri. Studi kohort yang dilakukan Pine dkk di beberapa klinik gizi di New York, Amerika tahun 1983-1992 pada 664 remaja obesitas yang terdiri dari 310 laki-laki dan 354 perempuan didapatkan hasil ada hubungan obesitas dengan gangguan psikologisnya. Penelitian Pesa, dkk (Jerman) pada 47 remaja obesitas menunjukkan bahwa masalah psikologis sangat umum dijumpai. Depresi pada obesitas dapat muncul karena pertentangan batin antara keinginan untuk memperoleh bentuk tubuh yang ideal dan kenyataan yang ada. Depresi terjadi sebagai akibat gangguan citra tubuh. Penelitian Mustillo, dkk (2003) pada anak berusia 9-16 tahun didapatkan bahwa obesitas kronik berhubungan dengan berbagai gejala psikopatologi. Obesitas dihubungkan dengan kecenderungan tidak puas pada diri sendiri, kehidupan terisolasi, depresi, dan rasa percaya diri yang kurang.

SMP Kartika 1-7 merupakan salah satu SMP swasta yang berada dibawah naungan salah satu yayasan besar di kota Padang yaitu yayasan Kartika Jaya yang berada ditengah-tengah kota Padang. Arus transportasi yang lancar memudahkan akses ke seluruh tempat di kota Padang. Selain itu disekitar lokasi juga banyak pedagang goreng-gorengan. Dari hasil studi pendahuluan yang penulis lakukan pada SMP Kartika 1-7 Padang didapatkan jumlah siswa yang mengalami obesitas cukup banyak. Dari total siswa 765 orang didapat jumlah siswa yang mengalami obesitas sebanyak 37 orang (4,84%). Wawancara dengan 7 orang siswa yang menderita obesitas diketahui semua siswa mengatakan mempunyai kebiasaan *ngemil*, suka makanan

gorengan dan makan sambil menonton televisi, serta 6 dari 7 orang siswa tersebut menyatakan kurang percaya diri, malu akan penampilannya dan merasa rendah diri diantara teman-temannya. Sedangkan satu orang siswa lagi menyatakan ia menikmati keadaannya saat ini.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan antara obesitas dengan konsep diri remaja SMP Kartika 1-7 Padang.

## **B. Rumusan masalah**

Berdasarkan latarbelakang diatas terlihat adanya sebuah masalah bahwa tingkat kejadian obesitas di SMP Kartika 1-7 cukup tinggi dan penulis tertarik untuk meneliti “Apakah ada hubungan obesitas dengan konsep diri remaja SMP Kartika 1-7 Padang”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan antara obesitas dengan konsep diri remaja SMP Kartika 1-7 Padang

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui distribusi frekuensi kejadian obesitas pada remaja SMP Kartika 1-7 Padang
- b. Mengetahui distribusi frekuensi gambaran diri remaja SMP Kartika 1-7 Padang yang mengalami obesitas



- c. Mengetahui distribusi frekuensi harga diri remaja SMP Kartika 1-7 Padang yang mengalami obesitas
- d. Mengetahui distribusi frekuensi ideal diri remaja SMP Kartika 1-7 Padang yang mengalami obesitas
- e. Mengetahui distribusi frekuensi penampilan peran remaja SMP Kartika 1-7 Padang yang mengalami obesitas
- f. Mengetahui distribusi frekuensi identitas diri remaja SMP Kartika 1-7 Padang yang mengalami obesitas
- g. Mengetahui hubungan obesitas serta kekuatan hubungan antara obesitas dengan gambaran diri remaja SMP Kartika 1-7 Padang
- h. Mengetahui hubungan serta kekuatan hubungan antara obesitas dengan harga diri remaja SMP Kartika 1-7 Padang
- i. Mengetahui hubungan serta kekuatan hubungan antara obesitas dengan ideal diri remaja SMP Kartika 1-7 Padang
- j. Mengetahui hubungan serta kekuatan hubungan antara obesitas dengan penampilan peran remaja SMP Kartika 1-7 Padang
- k. Mengetahui hubungan serta kekuatan hubungan antara obesitas dengan identitas diri remaja SMP Kartika 1-7 Padang

#### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada :

### 1. Profesi Keperawatan

Sebagai bahan masukan bagi tenaga keperawatan khususnya perawat jiwa dalam memberikan asuhan keperawatan pada orang gemuk yang mengalami gangguan konsep diri.

### 2. Penelitian Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan perbandingan, dan informasi untuk penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh obesitas terhadap konsep diri remaja.

### 3. Institusi Pendidikan

Untuk memberikan informasi kepada pihak sekolah khususnya guru BK tentang pengaruh obesitas terhadap konsep diri dan sebagai bahan pertimbangan untuk program konseling pada siswa obesitas yang mengalami gangguan konsep diri.

## **BAB VII**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang hubungan obesitas dengan konsep diri remaja SMP Kartika 1-7 Padang tahun 2009, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

Sebagian besar remaja SMP Kartika 1-7 Padang (92%) mengalami obesitas ringan.

Lebih dari separuh remaja SMP Kartika 1-7 Padang yang mengalami obesitas (57%) memiliki gambaran diri positif.

Lebih dari separuh remaja SMP Kartika 1-7 Padang yang mengalami obesitas (57%) memiliki harga diri positif.

Lebih dari separuh remaja SMP Kartika 1-7 Padang yang mengalami obesitas (57%) memiliki ideal diri positif.

Lebih dari separuh remaja SMP Kartika 1-7 Padang yang mengalami obesitas (57%) memiliki penampilan peran positif.

Lebih dari separuh remaja SMP Kartika 1-7 Padang yang mengalami obesitas (51%) memiliki identitas diri negatif.

Terdapat hubungan yang bermakna antara obesitas dengan gambaran diri remaja SMP Kartika 1-7 Padang dengan kekuatan korelasi yang lemah.

Terdapat hubungan yang bermakna antara obesitas dengan ideal diri remaja SMP Kartika 1-7 Padang dengan kekuatan korelasi yang lemah.

Terdapat hubungan yang bermakna antara obesitas dengan ideal diri remaja

SMP Kartika 1-7 Padang dengan kekuatan korelasi yang lemah.

Terdapat hubungan yang bermakna antara obesitas dengan penampilan peran

remaja SMP Kartika 1-7 Padang dengan kekuatan korelasi yang lemah.

Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara obesitas dengan identitas diri

remaja SMP Kartika 1-7 Padang dengan kekuatan korelasi yang lemah.

## **B. Saran**

### 1. Profesi Keperawatan

Profesi keperawatan khususnya profesi keperawatan jiwa lebih memperhatikan gangguan konsep diri yang dialami oleh remaja obesitas dan mampu memberikan asuhan keperawatan yang tepat bagi remaja obesitas yang mengalami gangguan konsep diri.

### 2. Penelitian Keperawatan

Untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat meneruskan penelitian faktor lain yang mampu mempengaruhi konsep diri remaja.

### 3. Institusi Pendidikan

Bagi insitusi pendidikan khususnya guru BK diharapkan mampu memperhatikan dan melakukan *follow up* terhadap perkembangan psikologis siswa obesitas baik yang mengalami gangguan konsep diri maupun yang tidak mengalami gangguan konsep diri.