

SKRIPSI

**HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN PRESTASI BELAJAR
PADA REMAJA PUTRI DENGAN OBESITAS
DI SMU 1, SMU 2, DAN SMU 10 PADANG
TAHUN 2009**

Penelitian Keperawatan Jiwa



RIZKA FADHILA

04 121 033



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2009**

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini telah disetujui

Tanggal: Maret 2009

Oleh :

Pembimbing I



Esi Afriyanti, S.Kp, M.Kes

Pembimbing II



Efitra, S.Kp, M.Kes

Mengetahui

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran Universitas Andalas



Dr. Zulkarnain Edward, MS, Ph.D

NIP. 130 701 288

ABSTRAK

Dari tahun ke tahun prevalensi obesitas semakin meningkat. Salah satu masalah yang timbul pada remaja obesitas adalah kecemasan. Kecemasan ini dianggap sebagai salah satu faktor penghambat dalam belajar yang dapat mengganggu kinerja fungsi-fungsi kognitif seseorang, sehingga dapat mempengaruhi prestasi belajar. Telah dilakukan penelitian tentang “ Hubungan Kecemasan dengan Prestasi Belajar pada Remaja Putri dengan Obesitas di SMA 1, SMA 2, dan SMA 10 Padang”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dengan prestasi belajar pada remaja putri yang mengalami obesitas di SMA 1, SMA 2, dan SMA 10 Padang. Pengumpulan data dilaksanakan pada 26 Januari-25 Februari 2009. Desain penelitian adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Dalam penelitian ini seluruh populasi dijadikan sampel, dengan jumlah sampel 34 orang. Pengumpulan data dalam penelitian menggunakan instrument Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS) dan nilai rata-rata siswi yang diobservasi dari nilai bulanan siswi (rapor bulanan). Analisa data dilakukan dengan uji korelasi Spearman, diperoleh hasil bahwa terdapat korelasi yang bermakna antara kecemasan dengan prestasi belajar pada remaja putri yang mengalami obesitas dengan nilai $p < 0,05$, nilai $r = -0,408$ menunjukkan arah korelasi negatif dengan kekuatan korelasi sedang. Untuk institusi pendidikan agar turut memperhatikan kondisi psikologis remaja putri yang mengalami obesitas melalui bimbingan konseling karena kondisi psikologis dapat mempengaruhi prestasi belajar.

Kata Kunci : Kecemasan, Prestasi belajar, Remaja putri, Obesitas

Kepustakaan : 33 (1997-2008)

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja secara psikologis merupakan masa yang begitu unik, penuh teka-teki, dilematis dan sangat rentan. Unik karena pertumbuhannya banyak dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya sehingga karakter mereka berbeda-beda. Penuh teka-teki karena kepribadian mereka susah ditebak. Dilematis karena masanya merupakan peralihan dari masa anak-anak menuju usia dewasa sehingga cenderung untuk mencoba sesuatu. Sangat rentan karena selalu berorientasi pada popularitas (Al-mighwar, 2006).

Pada periode remaja akan banyak muncul perubahan, baik perubahan fisik, perubahan kognitif maupun perubahan sosial. Perubahan tersebut merupakan pemicu timbulnya kecemasan dalam kehidupan sosialisasi remaja. Remaja merupakan seorang penilai yang penting terhadap tubuhnya sendiri sebagai rangsangan sosial. Bila ada penyimpangan pada diri remaja maka akan timbul masalah yang berhubungan dengan penilaian diri dan sikap sosialnya. Remaja memerlukan kehadirannya diterima oleh orang-orang yang ada dalam lingkungannya, dirumah, disekolah ataupun dalam masyarakat. Rasa diterima atau tidak diterima kehadirannya oleh semua pihak ini nantinya akan menyebabkan timbulnya kecemasan pada remaja (Faizah, 2002).

Pada umumnya, remaja belum mampu mengontrol emosinya yang negatif karena emosinya lebih mendominasi tingkah lakunya sehingga perasaan marah, malu, takut, cemas, cemburu, iri hati, dan sedih adalah bentuk emosi yang sering

tampak pada masa remaja. Selama pertumbuhan pesat masa remaja, peningkatan ukuran fisik yang tiba-tiba akan cenderung mengganggu remaja putri karena cemas dan khawatir bila ukurannya itu membuat lawan jenis tidak tertarik padanya. Pada awal remaja badan sering bertambah berat dan hal ini akan membuatnya gelisah dan cemas karena berbadan gemuk dianggap kurang menarik (Al-Mighwar, 2006).

Menurut Nurmiati dkk (2007) kegemukan (obesitas) merupakan masalah yang mempunyai dampak terhadap perkembangan remaja terutama perkembangan psikososialnya. Seorang remaja yang menderita kegemukan sering merasa cemas, terasing dalam pergaulan, rendah diri, menarik diri dari pergaulan dan bisa juga mengalami depresi. Khusus bagi remaja perempuan, kegemukan secara langsung akan mempengaruhi penampilan fisik mereka dan tidak dapat dipungkiri bahwa penampilan dapat mempengaruhi bagaimana individu memandang dirinya sehingga dapat menimbulkan kecemasan (Ajeng, 2006).

Suatu pandangan masyarakat yang sudah melekat di semua kalangan terutama remaja ialah orang yang cantik pastilah yang memiliki bentuk tubuh yang tinggi dan langsing. Bila dalam masa pertumbuhan dan perkembangan, remaja mengalami kegemukan dan menjadikan pandangan masyarakat sebagai sesuatu yang benar maka di dalam perkembangannya remaja akan mengalami kesulitan. Remaja akan merasa aneh karena merasa ada yang salah dengan dirinya dan remaja melihat adanya perbedaan bentuk tubuh yang mencolok antara dirinya dengan teman-teman sebayanya. Hal ini dapat memicu timbulnya kecemasan pada remaja tersebut (Ajeng, 2006).

Penelitian Pesa dkk di Jerman tahun 2000 mengatakan bahwa masalah psikologis sangat umum dijumpai pada remaja kegemukan. Masalah psikopatologis yang paling umum didapatkan adalah cemas, gangguan makan dan somatoform.

Masalah ini muncul karena pertentangan batin antara keinginan untuk memperoleh bentuk tubuh yang ideal dengan kenyataan yang ada (Bethesda, 2008). Anderson SE dkk (2007) di Amerika menyatakan bahwa kegemukan pada remaja putri meningkatkan faktor resiko terjadinya kecemasan dan depresi.

Penelitian Daniel SP dkk di Amerika tahun 1997 menyatakan terdapat hubungan antara psikopatologi dengan kegemukan pada remaja, terutama dalam bentuk depresi. Dikatakan juga remaja kegemukan akan dijauhi oleh teman-temannya, mempunyai masalah emosional yang serius, mengalami kecemasan, merasa putus asa dan bahkan ada yang mencoba untuk bunuh diri. Foreyt & Goodrick (1992) mengemukakan bahwa hubungan antara kegemukan dengan gejala psikopatologi merupakan suatu lingkaran yang tidak terputus. Digambarkan bahwa kegemukan akan membuat seseorang akan merasa tersisih, yang selanjutnya akan memperburuk keadaan apabila ia mengalami kegagalan dalam penatalaksanaan sehingga dapat timbul psikopatologi berupa kecemasan, putus asa, dan depresi (Nurmiati dkk, 2007).

Menurut Dr. Katherine Philips, seorang peneliti yang khusus meneliti masalah *Body Dysmorphic Disorder*, sangat wajar dan umum jika remaja memperhatikan dan mencemaskan penampilan mereka karena pada masa inilah individu semakin memperhatikan perubahan yang terjadi pada dirinya (ukuran dan bentuk tubuh). Namun, kecemasan tersebut ada yang bersifat sementara dan akan memudar dengan sendirinya ketika remaja mampu membangun rasa percaya diri yang positif dan realistis-kongkrit melalui aktivitas dan pengalaman sehari-hari. Akan tetapi pada kenyataannya ada juga yang semakin tenggelam dalam kepanikan

dan kecemasan dengan berbagai faktor pemicu dalam diri sendiri atau dari lingkungan (Faizah, 2002).

Prevalensi kegemukan atau obesitas dari tahun ke tahun semakin meningkat, sekarang hampir setengah milyar penduduk dunia tergolong kegemukan. Keadaan ini tidak hanya terjadi di negara maju tetapi 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 dkk, 2007).

Meskipun di Indonesia belum ada data nasional tentang kegemukan pada anak dan remaja, namun ada beberapa penelitian yang menunjukkan angka kegemukan yang cukup tinggi pada anak dan remaja. Di DKI Jakarta, prevalensi kegemukan meningkat dengan bertambahnya umur. Pada remaja usia 12-18 tahun ditemukan 6,2 % mengalami kegemukan, dan pada usia 17-18 tahun ditemukan 11,4 % mengalami kegemukan. Kasus kegemukan pada remaja lebih banyak ditemukan pada wanita (10,2%) dibanding laki-laki (3,1%) (Nurmiati dkk, 2007). Menurut Herdinsyah (2007) saat ini jumlah penderita kegemukan di Indonesia untuk populasi remaja sudah mencapai angka 18 %.

Remaja yang kelebihan berat badan lebih sering merasa cemas dan memiliki kemampuan bersosialisasi yang lebih rendah dari remaja dengan berat normal. Kecemasan ini akan mengganggu proses belajar sehingga berpengaruh terhadap prestasi belajar. Kecemasan yang berhubungan dengan masalah sekolah dapat menimbulkan lingkaran setan dimana didalamnya rasa khawatir yang terus

BAB V
HASIL PENELITIAN

Penelitian ini telah dilakukan pada pada bulan Februari 2008 sampai Maret 2009 di SMA 1, SMA 2, dan SMA 10 Padang, dengan jumlah responden sebanyak 34 orang. Analisa bivariat yang digunakan pada penelitian ini adalah uji korelasi Spearman.

A. Analisa Univariat

1. Prestasi belajar remaja putri yang mengalami obesitas

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Prestasi Belajar di SMA 1, SMA 2, dan SMA 10 Padang Tahun 2009

Prestasi belajar	Frekuensi	%
Baik	15	44,1
Kurang baik	19	55,9
Jumlah	34	100

Tabel 1 menampilkan bahwa dari 34 responden, lebih dari separuh (55,9%) mempunyai prestasi belajar kurang baik..

2. Kecemasan remaja putri yang mengalami obesitas

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan di SMA 1, SMA 2, dan SMA 10 Padang Tahun 2009

Kecemasan	Frekuensi	%
Ringan	22	64,7
Sedang	12	35,3
Jumlah	34	100%

BAB VI

PEMBAHASAN

A. **Gambaran Prestasi Belajar Remaja Putri yang Mengalami Obesitas**

Prestasi belajar adalah hasil belajar yang dicapai oleh siswa menyangkut penguasaan, pemahaman, pengetahuan dan keterampilan yang dikembangkan tiap mata pelajaran yang lazim ditunjukkan dengan nilai atau angka yang diberikan oleh guru (Departemen Pendidikan Nasional, 2004).

Prestasi belajar siswa dapat diketahui setelah diadakan evaluasi. Hasil dari evaluasi dapat memperlihatkan tentang tinggi atau rendahnya prestasi belajar siswa. Untuk mengetahui berhasil tidaknya seseorang dalam belajar maka perlu dilakukan suatu evaluasi, tujuannya untuk mengetahui prestasi yang diperoleh siswa setelah proses belajar mengajar berlangsung. Prestasi belajar merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan dari kegiatan belajar, karena kegiatan belajar merupakan proses, sedangkan prestasi belajar merupakan hasil dari proses belajar (Ridwan, 2002).

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 didapatkan lebih dari separuh (55,9%) responden mempunyai prestasi kurang baik dan sebagian lagi (44,1%) mempunyai prestasi belajar baik.

Menurut Slameto (2000), prestasi belajar dipengaruhi oleh faktor intrinsik yang meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis siswa. Hal ini sependapat dengan apa yang dikatakan Sawitri (2004) bahwa untuk menempuh studi yang baik siswa perlu memperhatikan kondisi fisik dan psikisnya. Selain faktor intrinsik yang disebutkan diatas ada faktor-faktor lain diluar diri siswa yang dapat

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan tentang “ Hubungan Kecemasan Dengan Prestasi Belajar Pada Remaja Putri Dengan Obesitas di SMU 1, SMU 2, dan SMU 10 Padang ” dapat disimpulkan :

1. Lebih dari separuh (55,9%) responden memiliki prestasi belajar kurang baik
2. Lebih dari separuh (64,7%) responden mengalami kecemasan ringan
3. Terdapat korelasi yang bermakna antara kecemasan dengan prestasi belajar pada remaja putri yang mengalami obesitas

B. Saran

1. Untuk pihak sekolah sebaiknya kondisi psikis siswa juga perlu dipantau melalui bimbingan konseling karena kondisi psikis dapat mengganggu proses belajar sehingga dapat mempengaruhi prestasi belajarnya terutama untuk siswa yang mengalami obesitas.
2. Untuk peneliti, bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan penelitian ini dapat melakukan penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan pada remaja putri yang mengalami obesitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade, R.S. 2006. *Harga Diri pada Remaja Obesitas*. Diakses dari <http://library.usu.ac.id/download/fk/06009832.pdf>. Agustus 2008
- Ajeng, F.C. 2006. *Konsep Diri Remaja Awal Putri yang Mengalami Obesitas*. Diakses dari http://library.gunadarma.ac.id/10501009-skripsi_fps.pdf. Juni 2008
- Akhmad, S. 2008. *Upaya Mencegah Kecemasan Siswa di Sekolah*. Diakses dari <http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/07/01/upaya-mencegah-kecemasan-siswa-di-sekolah/>. Agustus 2008
- Al Mighwar, M. 2006. *Psikologi Remaja*. Bandung : CV Pustaka Setia
- Anderson dkk. 2007. *Adolescent obesity and risk for subsequent major depressive disorder and anxiety disorder: prospective evidence*. Diakses dari <http://www.proquest.com/journal>. Agustus 2008
- Anwar, M. 2005. *Studi Sekresi Leptin Sebagai Dasar Diet Penurunan Berat Badan Secara Fisiologis*. Diakses dari <http://adln.lib.unair.ac.id/> Februari 2009
- Arief, I. 2007. *Benarkah stress Membahayakan*. Diakses dari <http://www.pjnhk.go.id/content/view/212/31/>. Agustus 2008
- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bethesda, 2008. *Obesitas dan Stroke*. Diakses dari http://www.strokebethesda.com/index2.php?option=com_content&do_pdf=1&id=104. Agustus 2008
- Dahlan, S. 2005. *Statistika Untuk Kedokteran Dan Kesehatan*, Jakarta : Salemba Medika
- Departemen Pendidikan Nasional. 2004. *Evaluasi hasil Belajar*. Proyek Pembinaan Tenaga Kerja
- Depkes RI. 1998. *Pedoman Asuhan Keperawatan Jiwa di Fasilitas Kesehatan Umum*. Jakarta : EGC
- Faizah. 2002. *Psikologi Remaja*. Diakses dari <http://fulmo2on.blogspot.com/2007/05/psikologi-remaja.html>. Juli 2008