

SKRIPSI

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

Penelitian Keperawatan Jiwa

**ELVINA
BP. 05 121 028**



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2010**

ABSTRAK

Obesitas adalah peningkatan berat badan melebihi batas kebutuhan fisik dan *skeletal* sebagai akibat akumulasi lemak berlebihan dalam tubuh. Obesitas tidak hanya berdampak terhadap kesehatan fisik tapi juga berdampak terhadap kesehatan mental. Dampak psikologis yang ditimbulkan seperti individu merasa malu, tidak percaya diri, dan merasa orang lain jijik terhadapnya. Hal tersebut dapat menyebabkan perubahan konsep diri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara obesitas dengan konsep diri remaja SMP Kartika 1-7 Padang tahun 2009. Jenis penelitian adalah korelasi dengan jumlah responden adalah 37 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dengan skala likert untuk variabel konsep diri dan menggunakan rumus IMT untuk variabel obesitas. Analisa bivariat menggunakan uji spearman. Hasil penelitian menunjukkan 91.89% responden dikategorikan mengalami obesitas ringan, 56.76% responden memiliki gambaran diri positif, 56.76% responden memiliki harga diri positif, 56.76% responden memiliki ideal diri positif, 56.76% responden memiliki penampilan peran positif, dan 51.35% responden memiliki identitas diri negatif. Terdapat hubungan yang bermakna dengan kekuatan korelasi yang lemah antara obesitas dengan gambaran diri remaja ($r = 0.340$, $p < 0.05$), terdapat hubungan yang bermakna dengan kekuatan korelasi yang lemah antara obesitas dengan harga diri remaja ($r = 0.340$, $p < 0.05$), terdapat hubungan yang bermakna dengan kekuatan korelasi yang lemah antara obesitas dengan ideal diri remaja ($r = 0.340$, $p < 0.05$), terdapat hubungan yang bermakna dengan kekuatan korelasi yang lemah antara obesitas dengan penampilan peran remaja ($r = 0.340$, $p < 0.05$), tidak terdapat hubungan yang bermakna dengan kekuatan korelasi yang sangat lemah antara obesitas dengan identitas diri remaja ($r = 0.091$, $p > 0.05$). Berdasarkan penelitian diharapkan pihak sekolah khususnya guru BK selalu memperhatikan dan mengikuti perkembangan psikologi siswanya yang mengalami obesitas karena rentan mengalami gangguan konsep diri.

Kata Kunci : obesitas, konsep diri, remaja

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).

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:

1. Sebagian besar remaja SMP Kartika 1-7 Padang (92%) mengalami obesitas ringan.
2. Lebih dari separuh remaja SMP Kartika 1-7 Padang yang mengalami obesitas (57%) memiliki gambaran diri positif.
3. Lebih dari separuh remaja SMP Kartika 1-7 Padang yang mengalami obesitas (57%) memiliki harga diri positif.
4. Lebih dari separuh remaja SMP Kartika 1-7 Padang yang mengalami obesitas (57%) memiliki ideal diri positif.
5. Lebih dari separuh remaja SMP Kartika 1-7 Padang yang mengalami obesitas (57%) memiliki penampilan peran positif.
6. Lebih dari separuh remaja SMP Kartika 1-7 Padang yang mengalami obesitas (51%) memiliki identitas diri negatif.
7. Terdapat hubungan yang bermakna antara obesitas dengan gambaran diri remaja SMP Kartika 1-7 Padang dengan kekuatan korelasi yang lemah.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Ade, R. S. (2006). *Harga diri pada remaja obesitas*. Diakses pada tanggal 20 Mei 2009 dari <http://library.usu.ac.id/download/fk/06009832.pdf>
- Anonim. (2009). *Angka obesitas remaja Indonesia naik*. Diakses pada tanggal 20 Mei 2009 dari <http://www.lampungpost.com/aktual/berita.php?id=6522>
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Arisman. (2004). *Gizi dalam daur kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Chatarina, W & Yahya M. (2003). *Mau bagus atau jelek tergantung kita*. Jakarta : Canisius
- Dahlan, M. S. (2008). *Statistik untuk kedokteran dan kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- De Vega, L. (2008). *Gambaran lama waktu tidur remaja obesitas di SMA Don Bosco tahun 2008*. *Skripsi*. Unand Padang
- Dietz, W. H. (1998). Health consequences of obesity in youth: childhood predictors of adult disease. *Pediatric*. Diakses pada tanggal 23 April 2009 dari <http://www.pediatrics.org/cgi/content/full/101/3/SI/518>
- Faizah. (2002). *Psikologi remaja*. Diakses pada tanggal 23 April 2009 dari <http://fulmozonblogspot.com/2009/04/psikologiremaja.html>
- Hadi. (2008). *Pengertian konsep diri*. Diakses pada tanggal 23 April 2009 dari http://www.e-psikologi.com/epsi/anak_detail.asp?id=414artikel