

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Masa remaja ditandai dengan pertumbuhan dan perubahan fisik salah satu adalah berubahnya bentuk tubuh atau obesitas. Dikalangan remaja, obesitas merupakan permasalahan yang merisaukan, karena dapat menimbulkan rasa minder seseorang dan menyebabkan gangguan psikologis yang serius, belum lagi kemungkinan diskriminasi dari lingkungan sekitar (Ningsih & Jana, 2016). Dapat dibayangkan jika obesitas terjadi pada remaja, maka remaja tersebut akan tumbuh menjadi remaja yang merasa minder (Tanjung Sri Yulianti, 2015).

Branden (2001) mendefinisikan self-esteem sebagai cara pandang individu terhadap dirinya, bagaimana seseorang menerima dirinya dan menghargainya sebagai individu yang utuh nilai yang kita taruh atas diri kita sendiri berdasar penilaian kita sejauhmana memenuhi harapan diri. Gangguan harga diri adalah evaluasi diri dan perasaan tentang diri atau kemampuan diri yang negative yang dapat diekspresikan secara langsung maupun tidak langsung (Lilik Ma'rifatul Azizah, Imam Zainuri, 2016).

Pada tahun 2018, orang dewasa berusia 18 tahun ke atas (39% pria dan 40% wanita) kelebihan berat badan didunia dengan jumlah 650 juta orang mengalami obesitas (WHO, 2018). Menurut hasil riset kesehatan dasar atau rikesdas 2018 yang baru di rillis, tingkat Obesitas di Indonesia meningkat 21,8 persen dari 300 ribu rumah tangga, Di Jawa Timur hasil prevelensi 4,36% dengan jumlah 443 (Tim

Rikesdas 2018, 2018). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Mojokerto 2017 presentase obesitas jenis kelamin laki-laki 16% dan perempuan 16,83% dengan jumlah 22,896 orang yang mengalami obesitas (Dinkes, 2017). Dari hasil studi pendahuluan didapatkan data bahwa di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto mayoritas remaja yang mengalami obesitas di kelas X berjumlah 35 siswa, laki-laki berjumlah 14 siswa dan perempuan 21 siswi dan dari data yang didapatkan pada kelas XI berjumlah 28 siswa, laki-laki berjumlah 10 siswa dan perempuan 18 siswi, dari data yang didapatkan dari kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto menunjukkan bahwa remaja yang mengalami obesitas terdapat di kelas X dengan jumlah 35 siswa Hasil wawancara pada 5 orang siswi kelas 10 di SMA Negeri 1 Pacet pada tanggal 7 April 2020 di dapatkan hasil, 70% mengatakan merasa minder dengan berat badan mereka. 30% Siswi yang obesitas sering merasa menjadi bahan perbincangan para siswa lain tentang berat badannya, sehingga hal ini menyebabkan harga diri siswa tersebut berkurang. Dari hasil observasi siswa yang mengalami obesitas tidak berdampak pada akademik siswa tersebut, karena siswi yang mengalami obesitas masih diterima dilingkungkannya baik di lingkungan keluarga, sekolah dan lingkungan social lainnya.

Menurut (Sitepu et al., 2016) obesitas dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu: asupan makanan, mekanisme neuroendokrin, genetik, faktor sosial dan gaya hidup. Ada beberapa dampak yang ditimbulkan dari seseorang yang mengalami obesitas susah bergerak, susah memilih pakaian. Tidak hanya berdampak terhadap kesehatan mental. Dampak psikologis yang ditimbulkan seperti individu merasa

malu, dan merasa orang lain melihat beda terhadapnya. Pada remaja putri berusia 16-18 tahun yang mengalami obesitas biasanya tidak nyaman dengan berat badan lebih nya tersebut karena Terjadinya penimbunan lemak yang berlebihan pada tubuh yang dapat menimbulkan minder, sering merasa menjadi bahan perbincangan para siswa lain tentang berat badannya, sehingga hal ini menyebabkan harga diri siswa tersebut berkurang. Siswa yang obesitas menjadi kurang bergaul dengan siswa yang berat badannya ideal (Moha & Lolong, 2017).

Hal tersebut dimana konsep diri salah satunya itu termasuk harga diri perubahan konsep diri. Masalah harga diri juga sering terjadi pada remaja putri ketika kenaikan berat badan berjalan peningkatan persentase lemak tubuh, pertumbuhan tinggi badan, perkembangan payudara dan memperoleh hal-hal ini yang berkaitan dengan kematangan tubuh remaja putri (Moha & Lolong, 2017).

Orang yang mengalami obesitas diharapkan bisa menurunkan berat badan mereka. Dengan cara menurunkan berat badan akan menurunkan rasa minder dengan berat badan tidak berlebihan sebaliknya kalau peningkatan berat badan dapat menumbuhkan rasa minder dan sering di buat bahan obrolan ataupun candaan, Penurunan berat badan ini merupakan kunci keberhasilan terapi dengan cara diet, dan olahraga (exercise), mengurangi konsumsi lemak dan lebih banyak mengkonsumsi protein serta olah raga yang teratur.

Alasan pemilihan lokasi tersebut karena berdasarkan pengamatan peneliti di sekolah tersebut masih ada banyak remaja mengalami obesitas, sehingga Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti merumuskan masalah sebagai

berikut “ Adakah Hubungan Obesitas dengan Harga Diri pada Remaja Putri kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto?

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut “ Adakah Hubungan Obesitas dengan Harga Diri pada Remaja Putri kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Untuk mengetahui hubungan obesitas dengan harga diri pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto

### **1.3.2 Tujuan khusus**

1. Mengidentifikasi kejadian Obesitas remaja putri kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto
2. Mengidentifikasi kejadian harga diri pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto
3. Menganalisis hubungan antara obesitas dengan harga diri pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Responden**

Sebagai tambahan masukan dan informasi bagi siswi SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto dalam melakukan pencegahan obesitas

sehingga dapat melakukan pencegahan terjadinya obesitas dengan lebih baik.

#### **1.4.2 Bagi Instansi Pendidikan**

Sebagai tambahan informasi dan literatur kepustakaan dalam rangka meningkatkan mutu dan kualitas pembelajaran tentang siswi yang mengalami obesitas di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto sehingga mahasiswa dapat memperoleh informasi dengan cukup baik dan dapat menerapkan informasi yang diterima tersebut dengan cukup baik disaat melakukan praktek lapangan.

#### **1.4.3 Bagi Pelayanan Kesehatan**

Dapat dijadikan informasi dan data dalam upaya peningkatan pelayanan kesehatan terutama dalam hal promosi dan preventif Obesitas.