

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan disajikan tentang hasil penelitian tentang Hubungan Obesitas dengan Harga Diri pada Remaja Putri Kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto.

1.1 Hasil Penelitian

1.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Karena terdampak pandemi Covid-19, seluruh sekolah diliburkan dan pembelajaran dilakukan secara online di rumah. Akibatnya peneliti kesulitan mengambil data sehingga tempat penelitian dilakukan di UKS sekolah dan social media (Whatsapp) pada bulan Maret dan Juni 2020 dengan jumlah 21 responden.

Untuk gambaran lokasi sekolah diketahui peneliti saat melakukan study pendahuluan, memiliki 27 kelas dari kelas MIPA 1 sampai IPS 4. Fasilitas ruangan terdiri dari 34 ruang, yaitu 1 ruangan kepala sekolah, 1 ruangan wakil kepala sekolah, 1 ruangan dewan guru, 1 ruangan BK, 1 ruangan perpustakaan, 1 ruang gedung dan ada fasilitas untuk berolahraga seperti lapangan bola volley dan terdapat 1 masjid dan tersedia tempat parkir didepan sekolah.

4.1.2 Data Umum

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Siswi pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto Juni 2020

No.	Usia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	14 tahun	0	0%
2	15 tahun	9	43%
3	16 tahun	12	57%
Total		21	100%

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa sebagian besar responden berumur 16 tahun yaitu sebanyak 12 responden dengan prosentase 57%. dan responden yang berumur 15 tahun sebanyak 9 dengan prosentase 43%.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Alasan Siswi pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto Juni 2020

No	IMT	Harga Diri	Alasan
1	30	14	sering di buat bercandaan teman-teman
2	32	14	sulit mencari pakaian
3	30	17	merasa dirinya yang paling kuat
4	33	17	terlihat lebih dewasa
5	30	16	lebih puas dengan badan yang besar
6	32	16	badan besar terlihat lebih tegas
7	40	14	minder kalau jalan di mall
8	31	17	lebih garang kalau main basket
9	30	14	malu saat sholat tidak dapat shaf
10	32	12	malu saat di ajak foto
11	38	14	sering di buat omongan tetangga
12	32	14	minder saat jalan di keramaian
13	31	11	merasa tidak berguna saat acara karang taruna
14	32	13	sering tidak dapat ukuran pakaian
15	30	14	tidak dapat tempat duduk waktu di angkot
16	33	14	tidak puas dengan berat badan yang berlebih
17	33	14	minder saat di ajak foto pacar
18	31	16	kalau lebih besar di takuti sama orang
19	33	13	diremehkan sama orang lain
20	32	19	merasa lebih puas dengan keadaan saat ini
21	31	12	susah mencari lawan jenis

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa sebagian besar responden beralasan minder dengan apa yang di alami saat ini.

2.1.3 Data Khusus

Data mengenai obesitas remaja putri kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto, disajikan dalam tabel dibawah ini.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Obesitas Siswi pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto Maret 2020

No.	Obesitas	Frekuensi	Presentase
1	Obesitas 1	15	71%
2	Obesitas 2	6	29%
3	Obesitas 3	0	0%
Total		21	100%

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan table 4.3 diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki obeaitas 1 yaitu sebanyak 15 dengan prosentase 71% sedangkan responden memiliki obesitas 2 yaitu 6 dengan prosentase 29%.

Data mengenai harga diri pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto, disajikan dalam tabel dibawah ini.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Harga diri pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto Juni 2020

No.	Harga diri	Frekuensi	Presentase
1	Tinggi	7	33%
2	Rendah	14	67%
Total		21	100%

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa lebih dari setengah responden memiliki harga diri rendah yaitu sebanyak 14 responden dengan prosentase 67%.

3. Tabulasi Silang Obesitas dengan Harga

Tabel 4.4 Tabulasi Silang Obesitas dengan Harga diri pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto Juni 2020

No	Tingkat Obesitas	Tingkat Harga Diri		Total	Prosentase
		Harga Diri Rendah	Harga Diri Tinggi		
1	Obesitas 1	8	7	15	71%
2	Obesitas 2	6	0	6	29%
3	Obesitas 3	0	0	0	
	Jumlah	14	7	21	
	Prosentase	67%	33%		

Sumber : Data Primer, 2020

Dari tabel 4.5 menunjukkan data bahwa didapatkan untuk obesitas tingkat 1 dengan kriteria IMT 30 sampai 34,9kg/m² dari sampel yang di uji diketahui 8 responden memiliki rasa harga diri yang rendah, sedangkan untuk harga diri yang tinggi hanya di dapatkan 8 responden, dan untuk obesitas tingkat 2 dengan kriteria IMT 35-39,9kg/m² dari sampel yang di uji diketahui 6 responden memiliki harga diri yang rendah.

1.2 Pembahasan

1.2.1 Identifikasi kejadian Obesitas

Berdasarkan table 4.3 diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki obeaitas 1 yaitu sebanyak 15 dengan prosentase 71% sedangkan responden memiliki obesitas 2 yaitu 6 dengan prosentase 29%.

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).

Hasil analisa data menunjukkan bahwa sebagian besar dari jumlah responden yang memiliki obesitas tingkat 1, masalah ini sangat merisaukan bagi remaja putri dengan rata-rata usia 16 tahun dengan prosentase 57%.

Adapun faktor-faktor lain yang dapat dikaitkan yaitu pola makan, pola aktivitas, factor genetic, factor lingkungan. Sebagian besar dari responden memiliki obesitas 1 dengan jumlah 15 responden dengan prosentase 71%.. Remaja yang mengalami obesitas hendaknya melakukan perubahan pola makan (diet) dan bila ada faktor genetik dalam obesitas maka harus memperhatikan pola makan sehari – hari dengan rendah kalori tinggi protein agar tidak obesitas serta hindari konsumsi junk food, meningkatkan aktifitas fisik dengan aerobik dengan memilih olahraga yang tidak menumpuk berat badan yang akan menyebabkan sakit didalam persendian dan kaki, renang bisa menjadi pilihan (Priharyanti Wulandari, Arifianto, 2016).

Kenyataan yang terjadi pada penelitian ini menunjukkan bahwa responden rata-rata mengalami obesitas tingkat 1 dengan jumlah 15 responden, seringnya mengkonsumsi makanan berlemak, tingginya junk food

di Indonesia mengubah pola makan menjadi serba siap saji. Komposisi makanan siap saji lebih banyak mengandung lemak jahat.

1.2.2 Identifikasi kejadian Harga diri

Berdasarkan table 4.4 diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki Harga diri rendah yaitu sebanyak 14 dengan prosentase 67% sedangkan responden memiliki Harga diri tinggi yaitu 7 dengan prosentase 33%.

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). Harga diri adalah penilaian individu terhadap dirinya sendiri secara positif dan negatif yang dipengaruhi oleh hasil interaksinya dengan orang-orang yang penting dilingkungannya serta dari sikap, penerimaan, penghargaan, dan perlakuan orang lain terhadap dirinya (Suhron, 2017, p. 29). Harga diri penting untuk kehidupan kita baik kehidupan pribadi, pergaulan maupun dalam kehidupan keluarga. Penelitian Bray bahwa orang yang mengalami obesitas mempunyai dampak yang buruk terhadap kesehatan dan interaksi sosial. Hal yang dialami oleh remaja obesitas tersebut tidak sejalan dengan salah satu tugas

perkembangan remaja yaitu membangun kemampuan sosial karena lingkup social remaja yang sangat luas (Priharyanti Wulandari, Arifianto, 2016).

Hasil analisa data menunjukkan bahwa sebagian besar dari jumlah responden yang memiliki Harga diri rendah, yang rata-rata dipengaruhi oleh hasil interaksinya dengan orang-orang yang penting dilingkungannya serta dari sikap, penerimaan, penghargaan, dan perlakuan orang lain terhadap dirinya sendiri.

Adapun faktor-faktor lain yang dapat dikaitkan yaitu umur, jenis kelamin, berat badan, ras, etnis. Sebagian besar dari responden berumur 16 tahun yaitu sebanyak 15 responden (71%). Harga diri cenderung stabil seiring bertambahnya usia, dengan asumsi perasaan remaja mengenai dirinya sendiri secara bertahap akan terbentuk seiring dengan bertambahnya waktu sehingga menjadi lebih baik fluktuatif dalam menghadapi berbagai pengalaman yang berbeda (Ns. Muhammad Suhron S. Kep., M. Kes, 2017).

Kenyataan yang terjadi pada penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang berumur rata-rata 16 tahun cenderung mengalami tidak stabilan pemikiran seiring bertambahnya usia dengan asumsi perasaan yang negatif, prasaan negatif bisa di artikan seperti tidak berguna, merasa tidak puas, sering merasa emosi.

4.2.3 Hubungan Obesitas dengan Harga diri pada remaja putri

Berdasarkan tabel 4.5 diatas menunjukkan bahwa setengah lebih dari dari 15 responden yang mempunyai Tingkat Obesitas 1 memiliki Harga diri rendah yaitu sebanyak 8 responden (38%) sedangkan untuk yang harga diri

tinggi yaitu sebanyak 7 responden (33%) dan 6 responden (29%) tersisa tingkat obesitas 2 memiliki harga diri rendah.

Pada penelitian ini data yang diperoleh ada hubungan obesitas dengan harga diri pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto dengan hasil prosentase tabulasi silang harga diri rendah 67% harga diri tinggi 33%. Dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang bermakna atau signifikan dan bersifat negatif antara hubungan obesitas dengan harga diri pada remaja putri kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto.

Perubahan fisik yang sangat signifikan pada remaja dapat menimbulkan dampak psikologis yang tidak diinginkan. Aspek psikologis salah satu dari perubahan fisik di masa pubertas adalah remaja menjadi sangat memperhatikan tubuh dibandingkan aspek lain (Priharyanti Wulandari, Arifianto, 2016). Hal tersebut sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Fitri, dkk (2012) yang mengemukakan bahwa para remaja putri cenderung lebih emosi dan apabila tidak mampu memiliki tubuh yang ideal mengakibatkan turunnya harga diri pada teman sebaya. Hal itu terkait dengan obesitas yang dapat menyebabkan masalah emosional dan mengurangi harga diri. Hal tersebut terjadi karena tekanan yang diterima dari teman-teman sebaya untuk memiliki tubuh yang ideal (Dewi Taurisiawati Rahayu, 2019).

Kenyataan yang terjadi pada penelitian ini, menunjukkan bahwa 15 responden yang memiliki tingkat obesitas 1 memiliki harga diri rendah 8

responden dan harga diri tinggi berjumlah 7 responden. Mereka merasa bahwa obesitas menimbulkan efek pada harga dirinya, karena mereka merasakan tidak malu dan minder saat bertemu dengan orang lain. Serta mengalami tidak berguna terhadap apapun yang dialaminya, karena mereka merasa dirinya tidak baik dan minder, ataupun merasa tidak berguna bagi dirinya sendiri.

Sedangkan 6 responden yang memiliki tingkat obesitas 2 memiliki tingkat harga diri rendah, meskipun salah satu timbulnya Harga diri rendah pada siswi yang mengalami obesitas disebabkan karena pemilihan koping yang maldapatif. merasa bahwa obesitas mengganggu kegiatan sehari-hari dan mereka merasa tidak puas terhadap kesehatan mereka.

Dampak dari obesitas 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). Perubahan fisik yang sangat signifikan pada remaja dapat menimbulkan dampak psikologis yang tidak diinginkan. Aspek psikologis salah satu dari perubahan fisik di masa pubertas adalah remaja menjadi sangat memperhatikan tubuh dibandingkan aspek lain (Priharyanti Wulandari, Arifianto, 2016).

Kenyataan pada penelitian ini total obesitas yaitu 21 responden yang memiliki harga diri rendah sebanyak 14 responden dan untuk yang harga diri

tinggi sebanyak 7 responden, Dampak dari obesitas hal tersebut dimana konsep diri akan terganggu, Perubahan fisik juga sangat signifikan pada remaja dapat menimbulkan dampak psikologis yang tidak diinginkan.