

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja putri pada umumnya kurang puas dengan gambaran citra tubuhnya dibanding anak laki-laki. Citra tubuh adalah merupakan kumpulan sikap individu yang disadari maupun tidak disadari terhadap tubuhnya, termasuk persepsi masa lalu atau sekarang mengenai ukuran tubuhnya, fungsi keterbatasan, makna dan objek yang kontak secara terus menerus baik masa lalu maupun sekarang (Yusuf, dkk. 2015). Hal ini disebabkan pada saat masa remaja seorang perempuan akan mengalami peningkatan lemak tubuh yang akan membuat tubuh akan semakin jauh dari bentuk ideal.

Beberapa individu yang mengalami citra tubuh mengekspresikan dengan perasaan tidak berdaya, putus asa, tidak mampu mengendalikan situasi dan kerapuhan, individu tersebut kemungkinan juga menunjukkan perilaku destruktif seperti usaha bunu diri atau makan sedikit dan berlebihan (Perry dan Potter, 2010). Obesitas adalah penumpukan lemak tubuh yang berlebihan (Sunardi, 2017). Obesitas pada remaja mempunyai dampak terhadap fisik dan psikologisnya. Dampak fisik, yaitu memiliki bentuk tubuh yang tidak proporsional, seperti memiliki banyak lipatan pada perut, pinggang, maupun lengan, menurut Sargowo & Andarini, 2011 (dalam Febriani, 2016).

Obesitas ditentukan berdasarkan indeks masa tubuh (IMT) dimana pada orang dewasa ditetapkan $>25 \text{ kg/m}^2$ sebagai batas overweight dan $>30 \text{ kg/m}^2$ sebagai obesitas. Permasalahan yang timbul akibat obesitas berpengaruh

terhadap tekanan darah, fungsi metabolisme, diabetes, penyakit kardiovaskular, dan lain-lain (Hariyanto, 2009). Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh merupakan masalah yang rumit bagi remaja bahkan dapat menimbulkan frustrasi, mengurangi kepercayaan diri, menciptakan konsep diri yang kurang tepat, juga menyebabkan mereka kurang menghargai diri mereka sendiri (ayu puspita sary, 2016)

Pembentukan citra tubuh dipengaruhi oleh persepsi, imajinasi, emosi, suasana hati, lingkungan, dan pengalaman fisik (Amalia, 2005). Oleh sebab itu, proses komparasi sosial pasti terjadi dalam membentuk citra tubuh remaja. Tubuh sendiri adalah bagian utama dalam penampilan fisik setiap manusia dan merupakan cermin diri dari semua manusia yang mendambakan penampilan fisik yang menarik. Bentuk tubuh menjadi representasi diri yang pertama dan paling mudah terlihat dalam kehidupan sosial. Hal ini menyebabkan orang kemudian menjadi terdorong untuk memiliki tubuh yang ideal (ayu puspita sary, 2016)

Berdasarkan hasil dari Riskedas tahun (2018) tentang proporsi obesitas sentral pada dewasa ≥ 15 tahun. Didapatkan peningkatan dari tahun 2007 sekitar 18,8 %, tahun 2013 sekitar 26,6 % dan tahun 2018 sekitar 31,0 % diseluruh Indonesia. Sedangkan menurut proporsi obesitas sentral pada dewasa ≥ 15 tahun menurut provinsi. 2018, di Jawa timur berkisar 30 % (RISKESDAS, 2018). Berdasarkan hasil dari dinas kesehatankab. Mojokerto tahun 2016 didapatkan bahwa tiap tahun peningkatan jumlah pemeriksaan obesitas mencapai 24,26 % dengan data pemeriksaan puskesmas tiap

kecamatan didapatkan laki –laki 7,850 % dan pada perempuan didapatkan 9,649 %(MOJOKERTO, 2017).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMPN 1 Mojoanyar pada tanggal 15 November 2018 melalui wawancara dan observasi guru pembimbing koseling (BK) di dapatkan ada 15% siswa yang mengalami obesitas dari keseluruhan siswa SMPN 1 Mojoanyar. Santrock (2003) menjelaskan salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah penampilan fisik. Perubahan fisik menimbulkan dampak psikologis yang tidak diinginkan. Mayoritas anak mudah lebih banyak memperhatikan penampilan mereka dibandingkan aspek lain dalam diri mereka, dan banyak di antara mereka yang tidak suka melihat apa yang mereka lihat di cermin. Anak perempuan memiliki perasaan tidak suka yang lebih tinggi dibandingkan anak laki- laki, hal ini mencerminkan penekanan kultural yang lebih besar terhadap atribut fisik wanita (Ifdil, Denich, & Ilyas, 2017).

Munculnya penilaian di kalangan remaja putri bahwa standar tubuh saat ini yang mementingkan penampilan fisik dengan bentuk tubuh yang proposional, telah membuat remaja putri saat ini menjasdi kurang percaya diri, remaja putrid selalu menilai dirinya melalui kaca mata orang lain yaitu teman – teman sepergaulannya (Ratnawati, 2012). Berawal dari penampilan fisik, remaja mulai memberikan gambaran dan persepsi tentang bentuk fisik yang dimiliki, kemudian beranjak pada penampilan fisik yang dimiliki orang lain hingga standar tubuh yang harus dimiliki setiap perempuan (Ifdil et al., 2017).

Gambaran dan persepsi tentang penampilan fisik inilah yang disebut *citra tubuh*.

Kondisi citra tubuh remaja putri pada umumnya berada pada kategori netral, dan terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri remaja putri. Perlu upaya untuk mengembangkan dan meningkatkan kepercayaan diri dan citra tubuh remaja putri oleh guru bimbingan dan konseling / konselor melalui layanan bimbingan dan konseling, serta diperlukan penelitian lanjut pada aspek spesifik citra tubuh dan kepercayaan diri remaja putri.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan obesitas dengan citra tubuh pada siswa SMPN 1 Mojoanyar Mojokerto.

1.2 Rumusan Masalah

“Apakah ada Hubungan obesitas dengan citra tubuh pada siswa siswi SMPN 1 mojoanyar mojoketo tahun 2018?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi Hubungan obesitas dengan citra tubuh pada siswa siswi SMPN 1 mojoanyar mojoketo.

1.3.2 Tujuan khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi citra tubuh pada siswi SMPN 1 Mojoanyar Mojokerto.

2. Mengidentifikasi obesitas pada siswa SMPN 1 Mojoanyar Mojokerto.
3. Menganalisis Hubungan obesitas dengan citra tubuh pada siswa siswi SMPN 1 mojoanyar mojoketo.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi dan sumbangan bagi perkembangan kemajuan dalam bidang kesehatan, dan diharapkan dapat memberikan maanfaat antara lain:

1.4.1 Bagi guru

Penelitian ini dapat memberikan gambaran pada guru untuk bahan referensi pengembangan ilmu khususnya tentang gizi dan kesehatan disekolah pengajaran bagi siswa.

1.4.2 Bagi sekolah

Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai bahan pengetahuan bagi siswa dan guru untuk lebih mengetahui tentang obesitas pada anak dan sebagai faktor penyebab terjadinya obesitas pada anak.

1.4.3 Bagi peneliti

Penelitian ini sebagai aplikasi ilmu peelitian dan hasil peelitian memberi pemahaman peneliti tentang pengetahuan obesitas pada anak.