

**HUBUNGAN OBESITAS DENGAN CITRA TUBUH DAN HARGA DIRI
PADA REMAJA PUTRI PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SAM RATULANGI
MANADO**

**Kartika S Kawuwung
Sefti Rompas
Franly Onibala**

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran
Universitas Sam Ratulangi Manado
Email: TikaKawuwung@gmail.com

Abstract : Obesity is a situation where there is an excess accumulation of fat. Obesity give negative implication on psychology for teenager, that always together with obesity. Obesity is a body image and self esteem problem. Vision of this research is to now relation of obesity with body image and self esteem on girl's teenager Study Program Nursing Medical Faculty Sam Ratulangi Manado University. Design of research that used is cross sectional study. Sampel used is total sampling with n=30. Result of p value = 0,8730 show that there is no relation between obesity and self esteem on girl's teenager and result of p value = 0,673 show that there is no relation between obesity with body image and self esteem on girl's teenager Study Program of Nursing Medical Faculty Sam Ratulangi Manado University. Recommendation from this research that can be information for teenager that have obesity for rise up body image and self esteem concept on teenager.

Keywords : Obesity, Body Image, Self Esteem, Teenager

Abstrak : Obesitas adalah penumpukan lemak tubuh yang berlebihan. Obesitas memberikan dampak negatif secara psikologi bagi remaja, hal yang selalu beriringan dengan obesitas adalah gangguan citra tubuh dan harga diri. **Tujuan** penelitian ini untuk mengetahui hubungan obesitas dengan citra tubuh dan harga diri pada remaja putri Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. **Desain** penelitian yang digunakan Cross sectional study. Pengambilan **sampel** menggunakan total sampling dengan n = 30. **Hasil** nilai p = 0, 873 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan obesitas dengan citra tubuh pada remaja putri dan nilai p = 0,673 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara obesitas dengan harga diri pada remaja putri. **Kesimpulan** tidak ada hubungan obesitas dengan citra tubuh dan harga diri pada remaja putri Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. **Saran** hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan citra tubuh dan harga diri pada remaja putri yang mengalami obesitas pada populasi yang lain dan menyempurnakan instrumen untuk karakteristik citra tubuh dan harga diri remaja putri dengan obesitas.

Kata Kunci : Obesitas, Citra Tubuh, Harga Diri, Remaja

PENDAHULUAN

Obesitas adalah keadaan dimana terjadi peningkatan massa jaringan lemak dalam tubuh. Obesitas dapat terjadi karena adanya ketidakseimbangan antara energi yang masuk dan energi yang dikeluarkan. Keadaan obesitas yang bertahan hingga dewasa meningkatkan resiko terjadinya penyakit degeneratif dan kematian (Fauci, 2008).

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2011, sekitar 1,4 miliar orang dewasa usia 20 tahun keatas mengalami *overweight*, dengan prevalensi sebesar 10% pada pria dan 14% pada wanita. Angka ini mengalami peningkatan 2 kali lipat bila dibandingkan dengan tahun 1980 (5% pada pria dan 8% pada wanita). Prevalensi tertinggi masih terjadi di Negara maju, seperti di Amerika maupun Eropa yang mengalami *overweight* 62% dan 26% obesitas. Di Asia Tenggara, angka *overweight* mencapai 14% dan 3% obesitas (WHO, 2007). Penelitian yang dilakukan oleh *Asia Pasific Cohort StudyCollaboration*(2007), menunjukkan peningkatan pandemik kelebihan berat badan sebesar 20% hingga 40% dari tahun ketahun.

Angka prevalensi obesitas di Indonesia juga menunjukkan angka mengkhawatirkan. Tercatat dari 200 juta penduduk di Indonesia pada tahun 2000, jumlah penduduk yang mengalami *overweight* sebesar 17,5% dan obesitas 4,7% (Riset Angka Kesehatan Dasar, 2007). Prevalensi nasional Sejalan dengan penelitian lain, ditemukan juga anggapan bahwa remaja yang obesitas tidak menarik, akan memiliki pasangan yang jauh lebih berat (gemuk) dan tidak menarik

juga, serta memiliki harga diri yang lebih rendah (Papalia, Olds & Feldman, 2003). Pada penelitian yang dilakukan Frost & McKelvie (2004) ditemukan hubungan yang signifikan antara harga diri dan kepuasan citra tubuh pada anak-anak, remaja dan orang dewasa khususnya remaja putri yang tidak puas terhadap citra tubuhnya mempunyai harga diri yang rendah dan mengalami *eating disorder* atau gangguan makan. Sarafino (2002) remaja dengan berat badan lebih mempunyai harga diri yang rendah dibandingkan dengan remaja yang mempunyai berat badan normal.

Mahasiswa dalam rentang usianya digolongkan sebagai remaja akhir, yaitu antara usia 18-22 tahun (Monks, Knoers, & Haditono, 2001). Berdasarkan data awal yang diperoleh dari Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado, diketahui mahasiswa regular masuk dalam kategori usia remaja akhir (18-22 tahun). PSIK merupakan salah satu sekolah tinggi Ilmu Keperawatan di Kota Manado. Berdasarkan data awal diperoleh mahasiswa PSIK FK UNSRAT yang masuk dalam kategori usia remaja akhir yaitu mahasiswa regular angkatan 2013 dan 2014 yang berjumlah 420 orang. Dari data tersebut diperoleh 164 orang remaja putri. Dari 164 orang remaja putri tersebut dilakukan pengukuran IMT dan diperoleh 30 mahasiswa yang mengalami obesitas ($IMT \geq 25$). Dari 30 mahasiswa yang mengalami obesitas 16 diantaranya dilakukan pengukuran citra tubuh dan harga diri dengan cara mahasiswa menjawab semua pertanyaan yang ada berdasarkan kuesioner citra tubuh

(*Multidimensional Body Self relations Questionnaire*) dan kuesioner harga diri (*Self Esteem Scale*).

Banyak penelitian sebelumnya dan pendapat yang mengatakan bahwa sebagian besar orang yang mengalami obesitas memiliki gambaran citra tubuh dan harga diri negatif. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk meneliti gambaran citra tubuh dan harga diri mahasiswa PSIK FK UNSRAT yang mengalami obesitas dan melihat apakah ada hubungan antara obesitas dengan citra tubuh dan harga diri serta sebagai pembuktian apakah hasil penelitian ini sesuai atau tidak dengan hasil penelitian sebelumnya.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian yang digunakan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan UNSRAT Manado.

Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Maret tahun 2015. Populasi dari penelitian ini yaitu 30 mahasiswa yang berusia 18 tahun sampai 22 tahun.

Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 30 responden. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner citra tubuh dan harga diri.

Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara: Melapor dan mendapat izin dari bagian kemahasiswaan Program Studi Ilmu Keperawatan UNSRAT, mencari data mahasiswa yang mengalami obesitas, maka peneliti menjelaskan lebih dahulu tentang maksud dan tujuan penelitian kepada calon responden atau membuat *informed consent*,

mengajukan surat permohonan menjadi responden kepada calon responden dan apabila di setujui ditandai dengan responden mau menandatangani persetujuan tersebut, mengambil data penelitian dengan memberikan lembar observasi tentang demografi responden dan lembar kuesioner citra tubuh dan harga diri. Setelah data yang diperlukan terkumpul peneliti melapor pada bagian kemahasiswaan dan mendapatkan surat telah menyelesaikan penelitian, data dimasukkan dalam master tabel dan pengolahan data dilakukan melalui program komputer. Setelah itu diolah menggunakan sistem komputerisasi, tahapan-tahapan tersebut yaitu *editing, coding, entry data* dan *cleaning*.

Analisis data dalam penelitian ini yaitu analisis univariat Dimaksudkan untuk mengetahui distribusi variabel yang diamati, untuk mengetahui hubungan antara variabel Independen yaitu Hubungan Obesitas dengan citra tubuh dan harga diri pada remaja putri. Pada penelitian ini menggunakan uji *chi-square* dengan tingkat kemaknaan 95% ($\alpha \leq 0,05$).

Dalam melakukan penelitian, peneliti memperhatikan masalah-masalah etika penelitian yang meliputi: *informed consent, anonymity, confidentiality*.

HASIL dan PEMBAHASAN**Analisa Univariat****Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Responden

Usia	Jumlah	Persentase
18	6	20,0
19	6	20,0
20	7	23,0
21	6	20,0
22	5	16,7
Total	30	100

Sumber : Data Primer 2015

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan IMT

Kriteria	Jumlah	Persentase
Obese I	21	70,0
Obese II	9	30,0
Total	30	100

Sumber : Data Primer 2015

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Citra Tubuh

Kriteria	Jumlah	Persentase
Positif	28	93,3
Negatif	2	6,7
Total	30	100

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Harga Diri

Kriteria	Jumlah	Persentase
Positif	10	33,3
Negatif	20	66,7
Total	30	100

Sumber : Data primer (2015)

Analisa Bivariat**Tabel 5.** Hubungan Obesitas dengan Citra Tubuh

Kriteria	Citra Tubuh		Total		P Value
	Positif	Negatif	n	%	
Obese I	19	90,5	2	9,5	21 100 0,873
Obese II	9	100	0	0	9 100
Total	10	33,3	20	67,7	30 100

Sumber : Data primer (2015)

Tabel 6. Hubungan Obesitas dengan Harga Diri

Kriteria	Harga Diri		Total		P Value
	Positif	Negatif	n	%	
Obese I	8	38,1	13	61,9	21 100 0,673
Obese II	2	22,2	7	77,8	9 100
Total	10	33,3	20	67,7	30 100

Sumber : Data primer (2015)

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian pada remaja putri yang mengalami obesitas yang dilaksanakan selama dua minggu di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado dengan responden yang berjumlah tiga puluh orang. Untuk kategori usia, didapati responden terbanyak berada pada rentang usia remaja akhir (*Late Adolescence*), yaitu masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelektual (Dieny, 2014).

Citra tubuh adalah penilaian seseorang terhadap dirinya untuk dihadapkan atau ditunjukkan kepada orang lain. Citra tubuh juga menggambarkan bagaimana seseorang dapat memandang dirinya secara positif atau negatif (Kinanti, 2010). Dalam penelitian ini, untuk citra tubuh didapati lebih banyak responden yang mempunyai citra

tubuh positif dari pada yang mempunyai citra tubuh negatif. Hasil penelitian ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kinanti (2010) tentang gambaran citra tubuh pada remaja yang obesitas, menunjukkan bahwa citra tubuh pada remaja yang obesitas yang ada dalam kategori positif lebih banyak dari pada kategori negatif.

Dalam penelitian ini, didapati responden yang memiliki harga diri negatif lebih banyak dari pada responden yang memiliki harga diri positif. Namun setelah dilakukan analisis antar variabel yang dikorelasi diperoleh hasil bahwa tidak ada hubungan antara obesitas dengan harga diri pada remaja putri.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan obesitas dengan citra tubuh dan harga diri pada remaja putri. Hasil penelitian ini juga sependapat dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sorga (2013) tentang hubungan obesitas dengan citra diri dan harga diri pada remaja putri di Kelurahan Jomblang Kecamatan Candisari Semarang, dari penelitian itu diperoleh hasil bahwa tidak ada hubungan obesitas dengan citra diri dan harga diri pada remaja putri di Kelurahan Jomblang Kecamatan Candisari Semarang.

Kekurangan dan keterbatasan dalam penelitian ini adalah tidak memperhitungkan masalah riwayat dari responden pada masa kecil (*Obese* atau tidak) karena dalam literatur disebutkan hal ini dapat mempengaruhi, sehingga menjadi remaja *obese* di kemudian hari dan juga karena keterbatasan jumlah responden pada penelitian ini.

Hasil penelitian ini memberikan gambaran citra tubuh

dan harga diri pada remaja (*late adolescence*) yang obesitas. Untuk itu, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan masukan bagi pelayanan keperawatan, khususnya keperawatan jiwa untuk dapat membantu memfasilitasi adanya program konseling bagi remaja yang mengalami obesitas.

SIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa, sebagian besar remaja putri yang menjadi responden dalam penelitian ini berada dalam obesitas I. Sebagian besar remaja putri yang menjadi responden memiliki citra tubuh yang positif. Sebagian besar remaja putri yang menjadi responden dalam penelitian ini memiliki harga diri negatif. Tidak terdapat hubungan antara obesitas dengan citra tubuh pada remaja putri di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. Tidak terdapat hubungan antara obesitas dengan harga diri pada remaja putri di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado.

DAFTAR PUSTAKA

Agung. N. *Konsep Diri pada Remaja Putri yang Obesitas (Studi di Wilayah Tomang Banjir Kanal)*. Diunduh pada tanggal 11 April 2015 dari <http://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Undergraduate-25-UEU-Undergraduate-200771035-Chapter1.pdf>

Anisah. R., Dahrianis., Muhammad. N. 2013 *Hubungan Harga Diri dengan Aktualisasi Diri pada*

- Remaja Putri dengan Obesitas di SMA Negeri 4 Makassar.* Diunduh pada tanggal 14 April 2015 dari <http://library.stikesnh.ac.id/files/disk1/9/e-library%20stikes%20nani%20hasanuddin--anisahrika-421-1-36149910-1.pdf>
- Aru.W.S. *et al.* (2009). Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam (edisi V). Jakarta : Interna Publishing.
- Dorland W. A. N. 2002. Kamus Kedokteran Dorland. Terjemahan Huriawati Hartanto. Edisi 29. Jakarta : EGC. Hal : 1520
- Fillah Fithra Dieny. (2014). *Permasalahan Gizi pada Remaja Putri*
- Gita. H. (2008) *Hubungan Antara Harga Diri dan Citra Tubuh Pada remaja Putri yang Mengalami Obesitas dari Kalangan Sosial Menengah Atas.* Diunduh pada tanggal 20 November 2014 dari <http://lib.ui.ac.id>
- Hasdiana H.R, H.Sandu Siyoto dan Yuly Peristyowati (2013) . *Pemanfaatan Gizi, Diet, dan Obesitas.*
- Kinanti. I. 2010. *Gambaran Citra Tubuh pada Remaja yang Obesitas.* Diunduh pada tanggal 14 April 2015 dari <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/14505/1/10E00246.pdf>
- Leli. Y. (2008) *Konsep Diri Remaja Putri yang Mengalami Obesitas.* Diunduh pada tanggal 11 April 2015 dari http://www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/2008/Artikel_10501169.pdf
- Rosiana. P. (2012). *Hubungan Obesitas dengan Gambaran Citra Tubuh Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pengetahuan Budaya Universitas Indonesia (FIB UI).* Diunduh pada tanggal 29 November 2014 dari <http://lib.ui.ac.id>
- Ridha. O., Nike. S. N., Rahmawati. F., Annisa. J. P., Riska. M., Siti. N. Z. 2008. *Self Esteem.* Diunduh pada tanggal 13 April 2015 dari http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PSIKOLOGI_PEND_DAN_BIMBINGAN/196211121986102-SETIAWATI/SELF-ESTEEM.pdf
- Siti. S. *et al.* (2014). Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam (edisi VI). Jakarta : Interna Publishing.
- Yani. N. S. 2007. *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Harga Diri pada Remaja Penderita Penyakit Lupus.* Diunduh pada tanggal 13 April 2015 dari http://www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/2007/Artikel_10502263.pdf