



# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Remaja menghadapi konflik tentang apa yang mereka lihat dan apa yang mereka pandang sebagai struktur tubuh ideal (Masdar dkk., 2016). Obesitas merupakan keadaan dimana terjadi penumpukan lemak tubuh yang berlebih, sehingga berat badan seseorang jauh diatas normal dan dapat membahayakan kesehatan (Masdar dkk., 2016).

Berat badan adalah hasil peningkatan atau penurunan semua jaringan yang ada pada tubuh antara lain, tulang, otot, lemak, cairan tubuh dll. Berat badan mnggambarkan jumlah dari protein, lemak, air dan mineral pada tulang. Perubahan berat badan merupakan berubahnya ukuran berat, baik bertambah ataupun berkurang akibat konsumsi makanan yang diubah menjadi lemak dan disimpan di bawah kulit. Peningkatan berat badan adalah penimbunan lemak yang berlebihan pada tubuh yang terjadi pada jaringan adipose di seluruh tubuh (Atkinson, 2005).

Thompson (2000) menyatakan bahwa citra tubuh adalah evaluasi terhadap ukuran tubuh, berat tubuh ataupun aspek tubuh lainnya yang mengarah pada penampilan fisik seseorang. Menurut Cash and Pruzinky (2002), citra tubuh adalah sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif dan negatif. Citra tubuh dapat bersifat positif atau negatif tergantung pada bagaimana individu tersebut menyikapinya. Citra tubuh terdiri dari komponen sikap evaluasi dan komponen keyakinan, dimana kedua komponen tersebut berkaitan dengan rasa puas dan tidak puas dengan

keadaan bentuk tubuh yang dimiliki. Jadi, apabila tingkat kepuasan citra tubuh individu tinggi maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut memiliki body satisfaction sebaliknya apabila tingkat kepuasan citra tubuh individu rendah maka dikatakan individu tersebut mengalami body dissatisfaction (Cash dan Pruzinsky dalam Marshall dan Lengyell, 2012).

Perubahan fisik yang terjadi pada seseorang khususnya yang mengalami obesitas sangat berpengaruh terhadap perkembangan psikologis mereka, serta akan membawa dampak yang sangat besar pada citra tubuh dan gambaran diri yang cenderung negatif (Rutang dkk., 2013). Permasalahan fisik dapat mempengaruhi aspek psikologis dan sosial, apalagi permasalahan fisik tersebut merupakan bentuk ketidak normalan fisik dapat menjadi masalah pada remaja yakni obesitas (Ramayanti dan Koesyanto, 2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas meliputi yaitu genetik, kerusakan pada salah satu bagian otak, pola makan berlebihan, kurang gerak/olahraga, pengaruh emosional, lingkungan, penanganan obesitas, intervensi diet, aktivitas fisik, farmakoterapi, intervensi bedah.

Obesitas dapat terjadi baik di negara maju maupun negara berkembang, semua strata sosial dan ekonomi serta berbagai usia (Huriatul dkk., 2016). Menurut survey organisasi kesehatan dunia (WHO). Lebih dari 340 juta anak dan remaja yang berusia 5-19 tahun mengalami kelebihan berat badan atau obesitas pada tahun 2016 (WHO, 2020). Di Indonesia, riset kesehatan dasar (riskedas) tahun 2013 melaporkan bahwa terjadi peningkatan prevalensi obesitas pada remaja di Indonesia. Pada kelompok usia 16-18 tahun terjadi peningkatan dari 1,4% pada tahun 2010 menjadi 7,3% pada tahun 2013. Data



profil kesehatan provinsi jawa timur memaparkan bahwa kasus obesitas mengalami peningkatan yaitu dari 192.726 kasus pada tahun 2015 meningkat menjadi 315.512 kasus pada tahun 2016 (Dinkesprov jatim, 2017). Prevalensi obesitas di Jombang sebesar 12.533 (14,36%), terdiri dari 4.017 laki-laki dan 8.516 perempuan (Annahar dan Hendrati, 2022).

Remaja akan lebih sadar diri dan memberikan perhatian yang lebih pada apa yang mereka punya, mereka cenderung akan merasa kehilangan kepercayaan diri ketika memiliki bentuk tubuh yang tidak proposional, karena untuk tampil sempurna sering kali diartikan dengan memiliki tubuh langsing dan ideal (Simanjuntak dan siregar, 2011). Menurut Thompson (1996), faktor-faktor pembentuk citra tubuh pada diri individu dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain pengaruh berat badan dan persepsi gemuk/kurus, budaya, siklus hidup, masa kehamilan, sosialisasi, konsep diri, peran gender, dan pengaruh distorsi citra tubuh pada diri individu.

Citra tubuh merupakan pengalaman individu yang berupa persepsi terhadap bentuk dan berat tubuhnya, serta perilaku yang mengarah pada evaluasi individu tersebut terhadap penampilan fisiknya (dalam Nurvita, 2015). Penelitian yang dilakukan hariatul di SMA Negeri di pekan baru menunjukkan bahwa sebanyak 17,4% responden mengalami depresi, depresi ini lebih banyak ditemukan pada responden perempuan 21,2% sedangkan pada laki-laki didapatkan 13,4%. Responden yang mengalami kecemasan dan stress diperoleh 65,2% pada perempuan dan 34,8% pada laki-laki.

Berdasarkan tahapan perkembangan individu dari masa bayi hingga masa tua akhir menurut Erickson, masa remaja dibagi menjadi tiga tahapan yakni



masa remaja awal, masa remaja pertengahan, dan masa remaja akhir. Adapun kriteria usia masa remaja awal pada perempuan yaitu 13-15 tahun dan pada laki-laki yaitu 15-17 tahun. Kriteria usia masa remaja pertengahan yaitu 15-18 tahun dan pada laki-laki yaitu 17-19 tahun. Sedangkan kriteria masa remaja akhir pada perempuan yaitu 18-21 tahun dan pada laki-laki 19-21 tahun (Thalib,2010).

Perempuan yang mengalami perubahan siklus hormon ketika mengalami haidl, lazim dipersepsikan memiliki kepribadian yang tidak stabil, mood yang berubah. Pada umumnya perempuan digambarkan atau menggambarkan dirinya sendiri sebagai makhluk yang emosional, sensitive, mudah menyerah (submisif), pasif, subjektif, lemah dalam matematika, mudah terpengaruh, lemah fisik, dorongan seks rendah. Sementara laki-laki digambarkan atau menggambarkan dirinya sebagai makhluk yang rasional, logis, mandiri, agresif, kompetitif, objektif, senang berpetualang aktif, memiliki fisik dan dorongan seks yang kuat (McRae, dkk., 2008).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada siswi yang berat badannya berhubungan dengan citra tubuh dari 10 siswi 7:6 di MAN 2 Rejoso Jombang. Sebagian siswi yang diwawancarai mengungkapkan dirinya sering melamun dan ingin memiliki fisik seperti orang lain karena merasa kurang percaya diri akan tubuhnya.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut permasalahan ini pada penelitian yang berjudul “Hubungan antara berat badan dengan citra tubuh di Man 2 Rejoso Jombang”.





## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan secara singkat dalam latar belakang maka dapat di rumuskan pertanyaan sebagai berikut “Bagaimana Hubungan antara berat badan dengan citra tubuh pada siswi di MAN 2 Rejoso Jombang ?”.

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara berat badan dengan citra tubuh pada siswi di MAN 2 Rejoso Jombang.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi berat badan pada siswi di MAN 2 Jombang.
- b. Mengidentifikasi citra tubuh pada siswi di MAN 2 Jombang.
- c. Menganalisis berat badan yang berhubungan dengan citra tubuh pada siswi di MAN 2 Jombang.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjelaskan hubungan antara berat badan dengan citra tubuh pada siswi.

### 1.4.2. Manfaat bagi peneliti

Peneliti dapat mempelajari, dan mengetahui pengaruh berat badan pada citra tubuh.

### 1.4.3. Institusi

Penelitian ini dapat digunakan untuk menambah literatur tentang penelitian sehingga dapat memperkaya teori dan sebagai pendukung khasanah keilmuan khususnya dalam bidang kesehatan.

