

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Obesitas merupakan salah satu permasalahan kesehatan di dunia. Jumlah orang di dunia yang dikategorikan obesitas telah melampaui 2,1 miliar orang (Tingkat Obesitas Indonesia Nomor 10 di Dunia, 2014). Hal ini terlihat bahwa pada tahun 2016 jumlah populasi obesitas meningkat 3 kali lipat (WHO, 2018). Salah satu negara yang memiliki prevalensi besar terjadinya obesitas adalah Indonesia. Hal ini didukung oleh data yang menyatakan bahwa Indonesia menduduki peringkat ke 10 yang ditinggali lebih dari 671 orang yang mengalami obesitas (Tingkat Obesitas Indonesia Nomor 10 di Dunia, 2014).

Angka prevalensi obesitas di Indonesia sendiri tiap tahunnya pun meningkat. Hal ini dapat terlihat pada data tahun 2007, 2013, 2018 mengalami peningkatan yang signifikan. Hal ini dapat dilihat pada data prevalensi remaja obesitas pada tahun 2007 sebesar 18,8%, pada tahun 2013 sebesar 26,6%, pada tahun 2018 sebesar 31% (Kemenkes, 2018). Obesitas terjadi di berbagai Provinsi Indonesia salah satunya Provinsi Jawa Timur. Data menunjukkan bahwa pada provinsi Jawa Timur yang terkena obesitas sebesar 16,25% penduduk atau sebanyak 762.574 penduduk pada usia ≥ 15 tahun dari total populasi remaja obesitas sebesar 4.693.882 penduduk (Dinas Kesehatan, 2017). Pada provinsi Jawa Timur, Kota Surabaya menduduki peringkat ke-2 dengan populasi obesitas terbanyak yaitu sebesar 24,02 % atau sebanyak 98.344 penduduk pada usia ≥ 15 tahun dari total populasi remaja obesitas di Surabaya sebanyak 409.378 penduduk (Dinas Kesehatan, 2017).

Obesitas sendiri didefinisikan sebagai akumulasi abnormal lemak tubuh yang dapat menyebabkan resiko bagi kesehatan (WHO, 2018). Hal ini dapat diukur dengan melihat *body mass index* (BMI) yang dihitung dengan cara membandingkan berat badan dan tinggi badan (Ogden, 2000). Seseorang dikatakan mengalami obesitas ketika memiliki BMI ≥ 25 (Kemenkes, 2017). Menurut Kemenkes (2018) membagi klasifikasi BMI yaitu *underweight*, normal, *dengan resiko*, obesitas I dan obesitas II.

Obesitas ini memiliki dampak bagi remaja yang menyebabkan gangguan biologis dan sosio-emosional (Dietz, 2004; Ruxton, 2005, dalam Santrock, 2007). Gangguan biologis yang dapat terjadi akibat obesitas adalah penyakit kardiovaskular, diabetes, gangguan musculoskeletal, dan juga menyebabkan kanker (kanker endometrium, kanker payudara, kanker ovarium, dan lain-lain) (WHO, 2018). Selain itu, obesitas juga dapat memunculkan gangguan secara sosio-emosional pada remaja yaitu meliputi memiliki *self-esteem* rendah, adanya kesulitan dalam membangun relasi dengan orang lain, dan bahkan dapat membuat seseorang mengalami depresi (Irwin, 2004; Schwimmemr, dkk, 2003, dalam Santrock, 2007).

Remaja atau yang lebih dikenal dalam Bahasa Inggris yaitu *adolescence* merupakan periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif dan sosio-emosional (Santrock, 2007). Menurut Havighurst (dalam Hurlock, 1996) terdapat delapan tugas perkembangan remaja yaitu mencapai relasi baru dan lebih matang bergaul dengan teman seusia dari kedua jenis kelamin, mencapai maskulinitas dan femininitas dari peran sosial, menerima keadaan fisik dan menggunakannya secara efektif, mencapai ketidaktergantungan emosional dari orangtua dan orang dewasa lainnya, menyiapkan perkawinan dan kehidupan berkeluarga, menyiapkan diri untuk karier ekonomi, menemukan aset dari nilai-nilai dan sistem etika sebagai petunjuk dalam berperilaku mengembangkan ideologi, mencapai dan diharapkan untuk memiliki tingkah laku sosial secara bertanggung jawab.

Pada remaja, karakteristik penting yang harus dimiliki agar dapat memenuhi seluruh tugas perkembangannya adalah adanya *self-esteem* yang tinggi. Hal tersebut didukung oleh Mann (Donders & Verschueren; Bos, Muris, Mulken, & Schaalma, 2006) mengemukakan bahwa problem *self-esteem* pada remaja sangat krusial karena berdampak pada beberapa aspek penting dalam tugas perkembangan remaja, seperti prestasi akademik, fungsi hubungan sosial, bahkan psikopatologi pada anak dan remaja. Hal tersebut didukung oleh Baldwin & Hoffman (dalam Guindon, 2010) yang menyatakan bahwa remaja dengan *self-esteem* rendah sejak masa

kanak-kanak mengalami banyak kesulitan pada masa remaja dan mengalami perasaan tidak mampu pada banyak bidang. Hal tersebut juga berkaitan dengan fungsi hubungan sosial, penelitian menunjukkan bahwa remaja dengan *self-esteem* rendah biasanya kurang diterima oleh teman-temannya. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* sangat penting bagi pemenuhan tugas perkembangan remaja sendiri. Hal ini juga didukung oleh Havighurst (dalam Hurlock, 1996) yang menyatakan bahwa pemenuhan *self-esteem* pada remaja erat kaitannya dengan tugas perkembangan remaja dalam hal menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap akan kemampuan dirinya sendiri.

Menurut Minchinton (1993), *self-esteem* adalah penilaian tentang diri sendiri, tolak ukur harga diri kita sebagai manusia, berdasarkan pada kemampuan penerimaan diri dan perilaku sendiri. Menurut Coopersmith (1990) menyatakan bahwa *self-esteem* adalah sejauhmana individu mempercayai jika dirinya mampu, penting, berharga, dan berhasil. Menurut Maslow (dalam Alwisol, 2008) menyatakan bahwa *self-esteem* merupakan suatu kebutuhan manusia yang memerlukan pemenuhan dan pemuasan untuk dilanjutkan ke tingkat kebutuhan yang lebih tinggi. *Self-esteem* menurut Maslow dibagi menjadi dua jenis yaitu penghargaan diri sendiri dan penghargaan dari orang lain.

Peneliti ingin meneliti remaja obesitas terkait pada tugas perkembangan pada remaja yaitu menerima keadaan fisik dan menggunakannya secara efektif, karena pada fase ini remaja harus memiliki *self-esteem* yang tinggi agar dapat memenuhi tugas perkembangannya yaitu menerima keadaan fisiknya dan menggunakannya secara efektif. Menurut Rosenberg & Owens (dalam Guindon, 2010), salah satu karakteristik *self-esteem* tinggi yaitu merasa puas dengan dirinya sendiri, apabila remaja memiliki *self-esteem* yang tinggi maka remaja tersebut akan merasa puas dengan dirinya yang akan berdampak pada penerimaan dirinya sendiri. Apabila remaja obesitas tersebut memiliki *self-esteem* yang tinggi maka remaja tersebut akan mampu memenuhi tugas perkembangannya tersebut. Hal tersebut berbanding terbalik, apabila remaja obesitas tersebut merasa tidak puas terhadap dirinya sendiri, maka remaja obesitas tersebut memiliki *self-esteem* yang rendah

yang akan berdampak pada tidak terpenuhinya tugas perkembangan pada bagian menerima keadaan fisiknya dan menggunakannya secara efektif.

Hal ini juga sejalan dengan hasil wawancara pada remaja obesitas yang memiliki *self-esteem* rendah dalam penelitian Bobihu, Firmawati, Ntobuo (2019) yang menyatakan bahwa remaja obesitas tersebut merasa tidak puas dengan penampilan dirinya. Hasil suatu penelitian juga menyatakan bahwa remaja yang merasa tidak puas dengan keadaan tubuh mereka dan sangat mengkhawatirkan penampilan fisiknya mereka menunjukkan bahwa remaja tersebut memiliki *self-esteem* yang rendah (Rahmania & Yuniar, 2012). Hal tersebut akan berpengaruh pada tugas perkembangan remaja tersebut akan tidak tercapai dengan maksimal, dan apabila remaja tersebut gagal dalam mencapai tugas perkembangannya, maka remaja akan kehilangan arah yang dampaknya pada perilaku menyimpang, melakukan kriminalitas, bahkan menutup diri atau mengisolasi diri (Hurlock, 1996). Hal diatas juga didukung oleh beberapa hasil penelitian yang menyatakan bahwa masih ditemukannya remaja obesitas yang memiliki *self-esteem* rendah. menunjukkan bahwa remaja putri obesitas di Pondok Pesantren Al-Munawwir Krapyak Yogyakarta memiliki *self-esteem* rendah sebesar 87,1% atau sebanyak 27 orang pada penelitian Susanti (2018). Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian Hamzah (2014) pada siswa SMK Negeri 1 Gorontalo menunjukkan bahwa remaja putri obesitas yang memiliki *self-esteem* rendah sebesar 69% atau sebanyak 78 orang.

Hal tersebut membuat peneliti ingin meneliti *self-esteem* dari remaja obesitas tersebut karena menurut peneliti *self-esteem* sangat penting bagi remaja khususnya remaja obesitas. Hal ini juga sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Emler (2001), bahwa penampilan fisik seperti karakteristik wajah, bentuk tubuh, dan sebagainya dapat mempengaruhi *self-esteem* individu, ketika penampilan individu dinilai menarik oleh lingkungannya maka *self-esteem* individu pun meningkat dan begitu sebaliknya.

Namun senyatanya masih ditemukan adanya remaja obesitas yang memiliki *self-esteem* tinggi yang dibuktikan dari hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap remaja obesitas. Hal

tersebut terlihat dalam hasil wawancara pada subjek pertama yang berinisial R.S berusia 18 tahun pada tanggal 8 September 2019:

“Perasaanku sih sebenare ngehargai pemberian yang Tuhan kasih ambek aku, masio itu positif atau negatif. Aku ngerasa dengan adae kekurangan iki, aku ngerasa ikianugerah dari Tuhan. Aku trima-trima ae kok”

(R.S, 8 September 2019)

“Ya pertamae susah untuk memaafkan karena adae kekurangan ini ya, tapi ya lama-lama aku bisa paham bahwa ya ini berkat dari Tuhan. Toh juga gak ada yang sempurna, aku ya akhire jadi isa maafno diriku dewek”

(R.S, 8 September 2019)

Dalam cuplikan *preliminary* diatas, dapat disimpulkan bahwa informan memenuhi kriteria pada aspek *self-esteem* yang pertama yaitu perasaan terhadap diri sendiri dengan cara memiliki perasaan yang baik tentang dirinya sendiri terhadap apapun kondisinya yang sekarang sedang dihadapi dan juga mampu untuk memaafkan dirinya sendiri terkait dengan ketidaksempurnaan tubuhnya.

“Ya emang gara-gara gendut ini mungkin aku ngerasa kalo jalan jadi cepet capek, nafas juga ngos-ngosan, tapi ya aku terima ae wes soale ya ini kan pasti ada penyebab dari pola makanku juga yang bikin aku gendut, aku ikhlas ae wes lek keadaane sekarang emang kek gini”

R.S, 8 September 2019)

“Gak muluk-muluk lah, seng sak isoku ae lek masalah cita-cita, liat kondisi fisik juga. Kan kalo mau mencapai sesuatu yang harus banyak pertimbangan salah satue ya keadaan fisik. Aku sih pengene jadi penyanyi ae wes, aku soale ada pengalaman ikut lomba gitu sih dan dari cilik les nyanyi ngono”

(R.S, 8 September 2019)

Hasil *preliminary* diatas dapat dilihat bahwa informan memenuhi kriteria pada aspek kedua dari *self-esteem* yaitu perasaan

terhadap hidup, dimana informan bisa bertanggung jawab dengan apa yang sudah diperbuat terhadap tubuhnya sendiri serta memiliki cita-cita yang realistis atau sesuai dengan kemampuannya.

“Mangkane aku tetep memandang diriku podo ambek orang lain, sederjat lah dan gak ada yang berbeda satu sama lain karena Tuhan menciptakan manusia semua sama”
(R.S, 8 September 2019)

Dari pernyataan diatas, dapat dilihat bahwa informan memiliki *self-esteem* yang tinggi yang terlihat karena informan memenuhi kriteria dari aspek *self-esteem* yang tinggi pada aspek ketiga yaitu tentang hubungan dengan orang lain. Dimana informan tidak memandang derajat orang lain lebih tinggi atau rendah dari dirinya sendiri.

Peneliti juga melakukan preliminary pada informan kedua yang berinisial A.Y yang berusia 19 tahun pada tanggal 10 September 2019:

“Aku sih nerima-nerima aja, emang kenapa kalo punya badan gendut? Aku mikire ini sebuah berkat dari Tuhan masio gendut, jadie aku nyaman-nyaman aja sih ya”
(A.Y, 10 September 2019)

Pernyataan diatas juga menunjukkan bahwa informan memenuhi aspek pertama *self-esteem* yang tinggi yaitu menerima dirinya sendiri dengan cara memiliki pemikiran yang baik tentang dirinya sendiri walaupun mengalami obesitas dan merasa nyaman dengan keadaan dirinya sendiri.

“Pertamae susah, tapi lama-lama isa maafno kekurangan diriku ini sih. Sama mikir semua orang juga gak ada yang sempurna”(A.Y, 10 September 2019)

Hasil wawancara diatas menunjukkan bahwa informan memenuhi aspek pertama *self-esteem* yang tinggi yaitu menerima dirinya sendiri dengan cara bisa memaafkan dirinya sendiri dengan segala ketidaksempurnaannya.

“Tapi emang aku sadar kalo gendut gini gak baik untuk kesehatan dan aku juga udah ngerasain beberapa dampaknya sih kayak gampang capek dan buat nafas jadi pendek gitu, tapi ya masio gini aku kudu trima konsekuensine gara-gara aku makan akeh pol”

(A.Y, 10 September 2019)

“Harapanku sih isa kerja di bank ya, soale dari cilik suka ngitung dan emang suka berbau-bau uang gitu. Aku juga mau ambil kuliah bidang itu sih, dan dulu SMA aku ambil jurusan IPS, kan ada pelajaran akuntansine”

(A.Y, 10 September 2019)

Dari cuplikan preliminary tersebut terlihat bahwa informan memenuhi aspek kedua *self-esteem* yang tinggi yaitu perasaan terhadap hidup. Dimana informan bisa menerima tanggung jawab akibat dari pilihan yang sudah diambil yaitu dengan cara makan banyak yang menyebabkan obesitas dan akhirnya berdampak pada fisiknya serta memiliki harapan atau cita-cita yang realistis sesuai dengan kemampuanya.

“Wah, ya sederajat aja sih hahaha mana ada bedane emang? Pokok semua sama lah, setara.”

(A.Y, 10 September 2019)

Hasil preliminary diatas menunjukkan bahwa informan memenuhi aspek *self-esteem* yang ketiga yaitu hubungan dengan orang lain. Dimana informan tidak memandang derajatnya lebih tinggi atau rendah dibanding orang lain.

Peneliti juga melakukan preliminary pada informan ketiga yang berinisial K.H yang berusia 20 tahun pada tanggal 13 September 2019:

“Saya sih nyaman-nyaman aja sama keadaan saya dan termasuk badan saya yang gendut ini hahaha”

(K.H, 13 September 2019)

Dari cuplikan preliminary tersebut terlihat bahwa informan memenuhi aspek pertama *self-esteem* yang tinggi yaitu menerima

dirinya sendiri. Karena pada cuplikan tersebut, informan merasa nyaman dengan keadaan tubuhnya yang sekarang ini.

”Aku sih sudah maafin diriku sendiri ya, berdamai lah stidake. Soale ini mempngerahui penampilanku secara gak langsung, jadi elek.” (K.H, 13 September 2019)

Hal diatas menunjukkan bahwa informan dapat dikatakan memenuhi aspek *self-esteem* yang pertama yaitu menerima dirinya sendiri. Dimana informan juga bisa memaafkan dirinya sendiri atas ketidaksempurnaannya.

“Aku gendut ini rasae gara-gara makan banyak, ya aku tanggung jawab wes sekarang badanku membuldak kayak kebo gini hahaha.. Tanggung jawab ya soale kan gendut ini mesti ada ngerasa perubahan fisik kayak ngos-ngosan, nafas jadi pendek, ya aku terima ae wes dan harus tanggung jawab dari perbuatanku makan banyak” (K.H, 13 September 2019)

“Aku punya cita-cita jadi dokter seh, aku suka biologi dan dan nolong orang. Terus orang tuaku dokter dua-dua ne ya dari cilik aku diajari dikit-dikit sama mereka. Sekarang aku kan juga lagi kuliah kedokteran, jadie ya aku wes paham dikit-dikit lah tentang hal berbau dokter-dokter” (K.H, 13 September 2019)

Pada cuplikan diatas dapat dilihat bahwa informan memenuhi aspek *self-esteem* yang kedua, karena informan bisa menerima tanggung jawab dari keputusan yang sudah dilakukannya yaitu dengan makan banyak yang berdampak pada fisiknya serta mempunyai cita-cita yang realistis sesuai dengan kemampuannya.

“Hhmm, kalo masalah derajat sih sama aja ya dengan orang lain walaupun badanya atletis atau bagus deh pokoknya” (K.H, 13 September 2019)

Dari hasil preliminary pada informan ketiga ini juga terlihat bahwa informan tersebut memenuhi aspek *self-esteem* yang ketiga

yaitu hubungan dengan orang lain. Dimana informan memandang derajat dirinya dengan orang lain sama. Dari beberapa hasil preliminary diatas, didukung dengan hasil penelitian dari Bobihu, Firmawati, Ntobuo (2017) yang juga menunjukkan bahwa masih ditemukannya remaja obesitas yang memiliki *self-esteem* yang tinggi sebesar 54, 1% atau sebanyak 20 orang dari 37 remaja dalam penelitian tersebut.

Dari kesenjangan diatas, maka peneliti ingin meneliti terkait gambaran *self-esteem* pada remaja obesitas. Peneliti menggunakan teori *self-esteem* dari Minchinton karena berdasarkan hasil preliminary terhadap remaja obesitas tersebut lebih banyak menggambarkan dari aspek-aspek *self-esteem* dari Minchinton dibandingkan dengan *self-esteem* dari tokoh lainnya serta lebih sesuai dengan apa yang ingin diukur. Alasan peneliti memilih judul Gambaran *self-esteem* pada remaja obesitas karena peneliti ingin melihat bagaimana tingkat *self-esteem* dari remaja obesitas yang berada di Kecamatan Kenjeran. Alasan peneliti mengambil Kecamatan Kenjeran karena menurut data prevalensi yang didapatkan dari Dinas Kesehatan (2017), Kecamatan Kenjeran menduduki peringkat ke-1 yang memiliki populasi remaja obesitas terbanyak dan kemudian juga di dukung dari hasil *preliminary* yang dilakukan pada remaja obesitas di Kecamatan Kenjeran yang pada kenyataannya memiliki kesenjangan teoritik. Kekhasan dari penelitian ini yaitu pada penelitian saya menggunakan teori *self-esteem* dari tokoh Jerry Minchinton, dimana pada penelitian lain kebanyakan menggunakan teori *self-esteem* dari tokoh Coopersmith yang lebih populer. Teori dari Jerry Minchinton aspeknya lebih mengarah kepada bagaimana individu memaknai dirinya terkait dirinya sendiri sedangkan teori dari Coopersmith lebih mengarah kepada bagaimana pencapaian orang tersebut yang nantinya akan mempengaruhi *self-esteem* orang tersebut.

1.2. Batasan Masalah

Untuk memperjelas penelitian ini, maka peneliti akan memfokuskan pada:

- a. Variabel Penelitian:
Variabel tunggal yaitu *self-esteem* dengan 3 aspek, diantaranya adalah perasaan terhadap dirinya sendiri, perasaan terhadap hidup, dan hubungan dengan orang lain
- b. Jenis Penelitian ini adalah penelitian studi deskriptif kuantitatif; Gambaran *Self-Esteem* pada Remaja Obesitas.

1.3. Rumusan Masalah

Bagaimana Gambaran secara kuantitatif deskriptif tentang gambaran *self-esteem* pada remaja obesitas.

1.4. Tujuan Penelitian

Peneliti ingin mengetahui bagaimana gambaran *self-esteem* pada remaja yang mengalami obesitas.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah dan memperluas ilmu di bidang psikologi khususnya psikologi klinis dan psikologi perkembangan yang terkait dengan *self-esteem* pada remaja yang mengalami obesitas.

1.5.2. Manfaat Praktis

- a. Bagi informan penelitian dan remaja obesitas
Memberikan gambaran tentang *self-esteem* remaja yang mengalami obesitas dengan harapan remaja tersebut dapat melihat melalui hasil penelitian ini sehingga akan membuat remaja obesitas tersebut tidak merasa rendah diri.
- b. Bagi penelitian selanjutnya
Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber acuan untuk penelitian selanjutnya agar meneliti lebih luas lagi fenomena seputar obesitas, tidak hanya tentang remaja saja.

c. Bagi Praktisi Kesehatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran bagaimana *self-esteem* pada remaja obesitas, sehingga jika nantinya masih terdapat remaja obesitas yang memiliki *self-esteem* rendah agar lebih memperhatikan apa saja faktor yang mempengaruhi *self-esteem* dari remaja obesitas. *Self-esteem* penting pada masa remaja karena hal tersebut merupakan komponen yang harus dimiliki remaja khususnya remaja untuk membantu tugas perkembangannya.