

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Penelitian

Konsep diri adalah semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan memengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain (Stuart, 2016). Konsep diri merupakan cara individu memandang dirinya secara utuh, menyangkut fisik, emosi, intelektual, sosial dan spiritual (Sunaryo, 2017). Konsep diri memiliki lima komponen, yaitu gambaran diri (*body image*), ideal diri (*self Ideal*), harga diri (*self esteem*), peran diri (*self role*), dan identitas diri (*self identity*). Beberapa hal yang termasuk dalam konsep diri adalah persepsi individu tentang sifat dan potensi yang dimilikinya, interaksi dengan orang lain dan lingkungannya, nilai-nilai yang berkaitan dengan pengalaman dan objek, tujuan, harapan dan keinginannya (Stuart, 2016).

Konsep diri dapat dipelajari melalui pengalaman dan interaksi dengan orang lain. Konsep diri berkembang secara bertahap yang diawali pada waktu bayi mulai mengenal dan membedakan dirinya dengan orang lain (Suhron, 2017). Konsep diri yang positif ditandai dengan kemampuan intelektual dan penguasaan lingkungan. Konsep diri positif dihasilkan dari pengalaman positif yang mengarah ke kompetensi yang dirasakan dan diterima oleh orang lain yang berbeda dari diri sendiri. Keluarga mempunyai peran yang positif dapat berfungsi lebih efektif yang terlihat dari kemampuan interpersonal, kemampuan intelektual dan penguasaan lingkungan, sedangkan konsep diri

yang negatif dapat di lihat dari hubungan individu dan sosial yang maladaptif (Keliat & Pasaribu, 2013).

Obesitas merupakan salah satu penyakit tidak menular (*noncommunicable*) yang menjadi masalah kesehatan baik di Indonesia dan di dunia. World Health Organization (WHO) mendefinisikan kegemukan dan obesitas sebagai akumulasi lemak abnormal atau berlebihan yang menghadirkan risiko terhadap kesehatan. Ukuran populasi kasar obesitas adalah indeks massa tubuh (BMI), berat badan seseorang (dalam kilogram) dibagi dengan kuadrat tinggi badannya (dalam meter). Seseorang dengan BMI 30 atau lebih dianggap obesitas (WHO, 2017).

WHO menyatakan kegemukan dan obesitas adalah faktor resiko utama untuk sejumlah penyakit kronis, termasuk diabetes, penyakit jantung dan kanker. Setelah dianggap masalah hanya di negara-negara berpenghasilan tinggi, kelebihan berat badan dan obesitas sekarang meningkat di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, terutama di daerah perkotaan (WHO, 2017).

Secara Global, obesitas telah mencapai proporsi epidemi setidaknya 2,8 juta orang meninggal setiap tahun akibat kelebihan berat badan atau obesitas. Di wilayah Asia Tenggara, 300.000 meninggal dunia karena kelebihan berat badan atau obesitas. (WHO, 2017). Indonesia menempati peringkat ke 163 negara obesitas dengan 6,9% dari 191 negara (procon.org, 2016).

Prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas di kalangan anak-anak dan remaja berusia 5-19 telah meningkat secara dramatis dari hanya 4% pada tahun 1975 menjadi lebih dari 18% pada tahun 2016. Lebih dari 340 juta anak-anak dan remaja berusia 5-19 mengalami kelebihan berat badan atau obesitas pada tahun

2016. Kenaikan terjadi di antara anak laki-laki dan perempuan, dimana terdapat 18% pada anak perempuan dan 19 % pada anak laki-laki kelebihan berat badan. Sementara itu hanya di bawah 1% anak-anak dan remaja berusia 5-19 tahun mengalami obesitas pada tahun 1975, dan lebih dari 124 juta anak-anak dan remaja (6% anak perempuan dan 8% anak laki-laki) mengalami obesitas pada tahun 2016 (WHO, 2018).

Dalam penelitian Junior et.all (2015) total 107,7 juta anak dan 603,7 juta orang dewasa mengalami obesitas. Sejak tahun 1980, prevalensi obesitas meningkat dua kali lipat di lebih dari 70 negara dan terus meningkat di sebagian besar negara lain. 18% anak-anak dan remaja berusia 5-19 mengalami kelebihan berat badan atau obesitas pada tahun 2016. Meskipun prevalensi obesitas di antara anak-anak lebih rendah daripada di kalangan orang dewasa, tingkat peningkatan obesitas di banyak negara telah lebih besar daripada tingkat peningkatan obesitas orang dewasa.

Menurut Riskesdas (2018) di Indoensia Prevalensi obesitas usia >18 tahun mengalami peningkatan dari tahun 2007 sampai 2018. Pada tahun 2007 obesitas pada dewasa sebanyak 10.5 %, pada tahun 2018 mengalami peningkatan menjadi 21.8 %. Sedangkan obesitas sentral usia ≥ 15 tahun juga mengalami peningkatan. Pada tahun 2007 sebanyak 18.8 %, dan pada tahun 2018 menjadi 31 %.

Perkembangan dan pengelolaan konsep diri dan harga diri dimulai diusia muda dan terus berlangsung sepanjang masa kehidupan. Umumnya anak muda cenderung menempatkan dirinya lebih dari anak lain, agar mereka dipandang lebih meningkat secara positif. Remaja biasanya mengalami masa kritis ketika banyak variabel yang memegaruhi konsep dan harga dirinya. Pengalaman remaja berpengaruh pada harga diri lebih kuat pada anak wanita dibanding anak laki-laki.

Remaja wanita lebih sensitif tentang penampilannya dan bagaimana orang lain memandang mereka (Keliat & Pasaribu, 2013).

Selama masa remaja, citra diri sangat berkaitan dengan cara anak membayangkan dan merasakan dirinya secara fisik. Oleh karena itu, remaja yang bentuk tubuhnya menarik lebih dihargai dan diterima oleh teman-teman sebayanya dari pada mereka yang bentuk tubuhnya kurang atau tidak menarik. Berat badan juga membawa dampak psikososial, anak-anak yang gemuk mempunyai harga diri lebih rendah jika dibandingkan anak-anak yang kurus (Mahmud, 2017).

Menurut Claudia (2016) konsep diri remaja putri yang mengalami obesitas pada penelitian ini memiliki konsep diri positif dan negatif, remaja putri dengan konsep diri positif sebanyak 1 (satu) orang, sedangkan dengan konsep diri negatif sebanyak 4 (empat) orang. Dalam konsep diri terdiri dari beberapa aspek yaitu, gambaran diri, ideal diri, harga diri, peran dan identitas diri. Faktor gangguan konsep diri remaja putri obesitas antara lain adalah tekanan dari teman sebaya dan lingkungannya yang memandang seorang remaja mengalami obesitas sebagai sesuatu hal yang aneh, gangguan konsep diri banyak terjadi pada remaja, karena pada fase remaja berada dalam tahap masa krisis identitas, yaitu mencari jati diri dengan cara mewujudkan keinginannya agar menjadi seseorang yang sempurna secara intelektual, kepribadian, serta dalam hal penampilan, namun remaja tersebut tidak mampu mewujudkannya karena keadaan tubuhnya yang mengalami obesitas, sehingga keadaan inilah yang menjadi konsep diri remaja yang obesitas mengalami konsep diri yang negatif.

Dalam Penelitian Junior,*et.al.* (2015) Kelompok obesitas lebih cenderung menghadirkan ketidakseimbangan dalam perilaku dan konteks emosional

dibandingkan dengan kelompok berat badan normal, terlepas dari usia, warna kulit dan jenis kelamin. Hasilnya menunjukkan dampak negatif pada persepsi konsep diri secara keseluruhan dan adanya perbedaan antara anak laki-laki dan perempuan disebabkan oleh obesitas. Hasil ini menunjukkan bahwa besarnya efek yang disebabkan oleh obesitas, terutama pada masa remaja.

Remaja dengan obesitas beresiko mengalami stres dan kehilangan rasa percaya diri. Remaja dengan obesitas juga mengalami kesulitan dalam beraktivitas karena gerak tubuh menjadi lebih terbatas. Selain itu remaja dengan obesitas mungkin mengalami kesulitan dalam bergaul, karena belum tentu semua teman-teman sebayanya menerima keberadaannya. Dalam kondisi tertentu remaja dengan obesitas menjadi bahan olokan teman-temannya karena tidak mampu melakukan kegiatan yang umumnya dilakukan oleh teman sebayanya. Apabila perasaan tersebut berlangsung terus menerus, remaja bisa menarik diri dari pergaulan dan hanya ingin tinggal di rumah bersama keluarga yang jelas bisa menerima keadaannya apa adanya (Nurrachman & Bachtiar, 2011). Dalam penelitian Tyrrel, et al., (2018) menyatakan juga bahwa obesitas dapat meningkatkan resiko terjadinya depresi.

Seseorang dengan konsep diri yang lemah atau negatif yang tidak yakin dengan dirinya sendiri cenderung mengalami persepsi yang sempit dan menyimpang. Tingkat ansietas akan meningkat dengan cepat dan akan sibuk membela diri karena merasa terancam. Sementara itu, seseorang dengan konsep diri yang positif dapat menjelajahi dunia secara terbuka dan jujur karena memiliki latar belakang pendukung penerimaan dan keberhasilan (Stuart, 2016). Berdasarkan gambaran diatas peneliti tertarik untuk melihat gambaran konsep diri pada remaja dengan obesitas.

1.2. Masalah penelitian

Berdasarkan uraian masalah di latar belakang, maka rumusan permasalahan penelitian adalah: Bagaimana gambaran konsep diri remaja dengan obesitas di SMA Abdi Wacana Pontianak?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Identifikasi pengalaman konsep diri pada remaja dengan obesitas di SMA Kristen Abdi Wacana Pontianak.

1.3.2. Tujuan Khusus

1.3.2.1. Identifikasi gambaran diri pada remaja dengan obesitas di SMA Kristen Abdi Wacana Pontianak.

1.3.2.2. Identifikasi ideal diri pada remaja dengan obesitas di SMA Kristen Abdi Wacana Pontianak.

1.3.2.3. Identifikasi harga diri pada remaja dengan obesitas di SMA Kristen Abdi Wacana Pontianak.

1.3.2.4. Identifikasi peran diri pada remaja dengan obesitas di SMA Kristen Abdi Wacana Pontianak.

1.3.2.5. Identifikasi identitas diri pada remaja dengan obesitas di SMA Kristen Abdi Wacana Pontianak.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Bidang Keperawatan

Menambah wawasan perawat untuk memberikan pendidikan kesehatan kepada remaja atau pun masyarakat tentang konsep diri.

1.4.2. Bagi Remaja

Meningkatkan pengetahuan para remaja tentang konsep diri sehingga diharapkan remaja memiliki konsep diri yang positif terhadap dirinya dan orang lain.

1.4.3. Bagi STIK Sint Carolus

Dapat menjadi sumber bacaan di perpustakaan untuk menambah wawasan khususnya mahasiswa keperawatan dan dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan bagi penelitian lebih lanjut tentang konsep diri.

1.4.4. Bagi Peneliti

Menjadi pengalaman belajar dalam melakukan penelitian kualitatif tentang konsep diri pada remaja dengan obesitas.

1.5. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini tentang gambaran konsep diri pada remaja dengan obesitas di SMA Kristen Abdi Wacana Pontianak pada bulan Agustus 2018-Februari 2019, sasarannya adalah remaja yang mengalami obesitas. Metode penelitian yang dilakukan adalah kualitatif dengan desain riset fenomenologi deskriptif. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran bagaimana konsep diri remaja dengan obesitas