

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja pada umumnya sedang memasuki tahap gambaran pribadi yang menunjukkan kepedulian terhadap bentuk tubuh mereka sesuai dengan citra tubuh “body image” yang diinginkan. Kepedulian terhadap body image di kalangan remaja sangat kuat, terlebih pada kelompok remaja awal yang sedang mengalami masa pubertas daripada kelompok remaja akhir (Sumarmi, 2017).

Masa remaja adalah masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, yang disebut dengan masa pubertas. Pada masa ini, remaja sebagai seorang individu yang sedang mengalami perkembangan secara psikologis dan terjadinya perubahan fisik yang sangat cepat. Perubahan fisik ini akan membuat remaja mulai menyibukkan dirinya untuk lebih memperhatikan bentuk tubuh, khususnya terjadi pada remaja perempuan (Ariani, 2017).

Banyak remaja yang merasa tidak puas dengan penampilan dirinya sendiri, apalagi yang menyangkut tentang body image atau persepsi terhadap tubuhnya. Bentuk tubuh tinggi dan langsing merupakan hal yang diinginkan oleh remaja perempuan. Pada kenyataannya, banyak remaja perempuan yang merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya karena ketidaksesuaian ukuran tubuhnya dengan ukuran tubuh yang diinginkan (Widianti, 2012).

Remaja perempuan yang mengalami ketidakpuasan terhadap tubuhnya ternyata lebih banyak jika dibandingkan dengan remaja laki-laki. Remaja perempuan lebih memperhatikan bentuk tubuhnya dan cenderung untuk lebih berjuang membuat citra tubuh mereka menjadi positif dibandingkan laki-laki, sebab lemak tubuh pada perempuan akan mengalami peningkatan dan membuat tubuhnya semakin jauh dari bentuk tubuh yang ideal pada saat mulai memasuki masa remaja sedangkan para remaja laki-laki massa ototnya meningkat dan cenderung lebih puas dengan tubuhnya (Dieny, 2014).

Sebagian besar remaja perempuan menginginkan tubuhnya lebih tinggi dan langsing, perempuan dengan status berat badan overweight dan obesitas cenderung memiliki ketidakpuasan terhadap citra tubuh atau body image yang lebih besar dibanding perempuan dengan berat badan normal (Wardani,2015).

Perempuan yang memiliki berat badan overweight dan obesitas menilai ukuran tubuh mereka terlalu berlebihan sehingga mereka lebih tidak puas dan merasa terganggu dengan penampilan mereka sendiri, karena menurut mereka penampilan fisiknya lebih buruk dari penampilan fisik pada orang yang berat badannya normal (Dieny, 2014).

Ketidakpuasan terhadap berat badan merupakan salah satu faktor penggerak penting perubahan perilaku makan (Wardani,2015). Pemilihan makanan pada remaja sering dipengaruhi adanya kekhawatiran terhadap citra tubuh pada remaja perempuan yang menginginkan bentuk tubuh ramping dengan berat badan rendah dapat mempengaruhi terjadinya perilaku pola makan yang menyimpang (Ariani,2017). Pembatasan konsumsi jenis makanan tertentu atau mempunyai kebiasaan diet tidak terkontrol dengan tujuan untuk mendapatkan tubuh yang ideal (langsing) sering terjadi pada remaja putri, khususnya siswi SMA (Sekolah Menengah Atas) (Widianti,2012).

Perubahan dalam gaya hidup, terutama di perkotaan, karena adanya perubahan kebiasaan makan. Kebiasaan makan tradisional yang tadinya tinggi karbohidrat, tinggi serat dan rendah lemak berubah ke pola makan baru yang rendah karbohidrat, rendah serat dan tinggi lemak sehingga menggeser mutu makanan kearah tidak seimbang. Perubahan gaya hidup pada golongan tertentu menyebabkan masalah gizi lebih berupa kegemukan dan obesitas (Almatsier, 2011).

Menurut hasil Riskesdas pada kelompok anak usia 6-12 tahun terjadi peningkatan dari 9,2% (tahun 2010) menjadi 18,8% (tahun 2013), pada kelompok anak usia 13-15 tahun terjadi peningkatan dari 2,5% (tahun 2010) menjadi 10,8% (tahun 2013), dan pada kelompok anak usia 16- 18 tahun terjadi peningkatan dari 1,4% pada tahun 2010 menjadi 7,3% pada tahun 2013 dan pada kelompok diatas 18 tahun prevalensi berat badan lebih dan

obesitas pada tahun 2010 mencapai 21,7%, sedangkan pada tahun 2013 prevalensi obesitas mencapai 15,4%.

Pada profil kesehatan kota Malang 2014 menunjukkan dari 39.993 orang yang dilakukan pemeriksaan, Profil Kesehatan Kota Malang Tahun 2014 terdapat 41,68% atau 16.671 orang yang masuk kategori obesitas. Sedangkan menurut Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2016 pada kota Malang terdapat 37.811 orang atau 42,53% masuk kategori obesitas.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti ingin mengetahui “Hubungan Body Image terhadap Kebiasaan Makan dan Kejadian Obesitas Remaja Putri di SMK Cor Jesu Malang”

B. Rumusan Masalah

Uraian ringkas dalam latar belakang masalah diatas memberi dasar bagi peneliti untuk merumuskan masalah penelitian yaitu apakah ada Hubungan Body Image terhadap Kebiasaan Makan dan Kejadian Obesitas Remaja Putri di SMK Cor Jesu Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan body image terhadap kebiasaan makan dan kejadian obesitas remaja putri di SMK Cor Jesu Malang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui body image remaja di SMK Cor Jesu Malang
- b. Mengetahui kebiasaan makan remaja di SMK Cor Jesu Malang
- c. Mengetahui status gizi remaja di SMK Cor Jesu Malang
- d. Mengetahui hubungan body image terhadap kebiasaan makan remaja di SMK Cor Jesu Malang
- e. Mengetahui hubungan body image dengan status gizi di SMK Cor Jesu Malang

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini untuk memberikan informasi dan tambahan pengetahuan mengenai hubungan body image terhadap kebiasaan makan dan kejadian obesitas remaja.

2. Manfaat Praktis

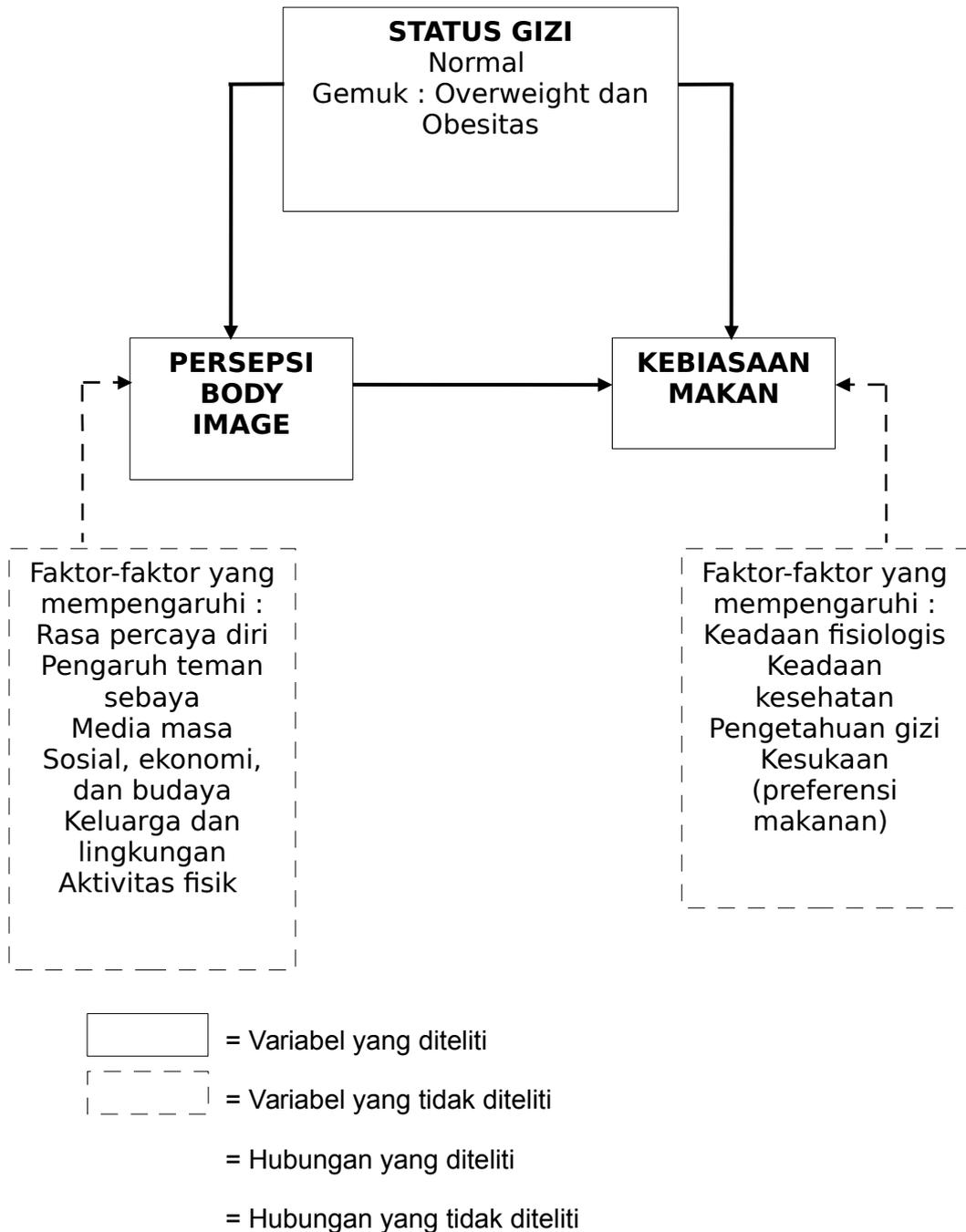
a. Bagi Peneliti

Ilmu yang diperoleh dalam proses penelitian dapat menambah pengalaman serta wawasan baru dan dapat di aplikasikan dalam masyarakat.

b. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi tambahan tentang pentingnya body image, kebiasaan makan dan status gizi sehingga dapat mencegah timbulnya masalah gizi pada remaja. Selain itu juga bisa memudahkan guru UKS untuk memantau dan memperhatikan siswa-siswa yang diketahui memiliki resiko mengalami masalah gizi.

E. Kerangka Pikir Penelitian



Gambar 1. Kerangka pikir penelitian Hubungan *Body Image* terhadap Kebiasaan Makan dan Kejadian Obesitas Remaja Putri di SMK Cor Jesu Malang