

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja adalah periode transisi yang melibatkan perubahan fisiologis, psikologis, dan sosial yang dapat berkontribusi terhadap perkembangan kearah kelebihan berat badan atau obesitas. Sejumlah predisposisi telah diidentifikasi mencakup disposisi genetik, diet, aktifitas fisik, dan lingkungan. Remaja berasal dari Bahasa Inggris *adolescens* yang berarti tumbuh menjadi dewasa atau perkembangan menuju kematangan. Menurut Jahja (2012), masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak yang dimulai pada usia 12 atau 13 tahun.

Menurut WHO (2014) obesitas merupakan masalah epidemiologi global yang menjadi ancaman serius bagi kesehatan dunia. Prevalensi obesitas tertinggi yaitu di Uruguay (18,1%), Costa Rica (12,4%), Chili (11,9%) dan Meksiko (10,5%). Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) dari Riskesdas 2007 obesitas pada orang dewasa diketahui, sebesar 10,5%, kemudian pada Riskesdas 2013 menjadi 14,8% dan kembali naik pada riskesdas 2018 menjadi 21,8%. Prevalensi obesitas pada kelompok umur 16-18 tahun di Provinsi Yogyakarta adalah 4,1%. *Body dissatisfaction* yaitu penilaian negatif terhadap bentuk tubuh, baik secara keseluruhan ataupun bagian-bagian tertentu dari tubuhnya, perasaan malu terhadap bentuk tubuhnya, *body checking*, kamuflase tubuh dan menghindari aktivitas sosial

serta kontak fisik dengan orang lain. *Body dissatisfaction* seringkali muncul pada remaja karena masa remaja merupakan masa peralihan dan pencarian identitas. *Body dissatisfaction* lebih banyak dialami oleh remaja putri dari pada remaja laki-laki. Pada umumnya, remaja putri lebih kurang puas dengan keadaan tubuhnya dibandingkan dengan remaja laki-laki selama masa pubertas. Obesitas jika ditinjau dari segi psikologis merupakan beban bagi yang bersangkutan, karena dapat menghambat kegiatan jasmani, sosial, dan psikologis. Obesitas dari segi estetika sering dikaitkan dengan penampilan seseorang. Perubahan fisik yang terjadi pada seseorang khususnya remaja yang mengalami obesitas sangat berpengaruh terhadap perkembangan psikologis, serta akan membawa dampak sangat besar pada citra tubuhnya. Citra tubuh meninggalkan sebuah konsep tentang keadaan tubuh yang ideal yang akan berakibat pada citra tubuh negatif lebih khususnya kepada wanita. Banyak sekali akibat dari citra tubuh negatif ini, diantaranya remaja putri mulai mempunyai persepsi mengenai citra tubuh dan berusaha untuk menjaga penampilan dengan cara berdiet dan tidak memperhatikan kaidah gizi dan kesehatan sehingga berpengaruh pula terhadap perilaku makan mereka (Widianti, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan Sheva, Arlinda Warasti (2015) bahwa ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja, didapatkan seseorang yang sering mengonsumsi *fast food* memiliki resiko 6.00 kali lipat mengalami obesitas

dibandingkan seseorang yang tidak sering mengonsumsi *fast food*. Penelitian yang dilakukan Maragi, Asri Novitalia (2018) dan Husna, Nur Lailatul (2013) didapatkan hasil adanya citra tubuh negative pada remaja putri dengan obesitas sehingga semakin negatif *body image* maka perilaku diet yang dilakukan akan semakin tinggi.

Diet berasal dari kata Romawi yang berarti “gaya hidup”. Akan tetapi masyarakat sudah beranggapan jauh dari pengertian diet itu sendiri. Diet hanya mengacu pada nutrisi yang didapatkan setiap hari. Ada beberapa diet yang disesuaikan dengan kebutuhan-kebutuhan spesifik, tidak hanya digunakan untuk proses penurunan berat badan, diet digunakan juga untuk menjaga kesehatan tubuh seorang pasien walaupun pasien tersebut tidak mengalami obesitas. Siregar (2010) berpendapat bahwa perilaku diet adalah perilaku pengaturan makanan dan minuman yang dikonsumsi seseorang secara rutin untuk menjaga kesehatan.

Sesuai studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada 10 September 2019 kepada Ibu Vinsensia Siwi Sridinarti, S. Pd selaku Kepala Sekolah di SMA Stella Duce 2 Yogyakarta didapatkan bahwa SMA Stella Duce 2 Yogyakarta berada dibawah naungan Yayasan Katholik dengan keseluruhan 462 siswa, yang terdiri dari 15 ruangan dan 7 kelas utama, keseluruhan staff dan karyawan berjumlah 50 orang. SMA Stella Duce terletak di Jl. Doktor Sutomo No.16, Baciro, Kec. Gondokusuman, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta. Keseluruhan jumlah anak di

kelas 11 MIPA berjumlah 27 siswi remaja putri dengan jumlah yang mengalami obesitas sebanyak 5 orang remaja putri dengan lebih dari 25.0 kg/m². Hasil wawancara dilakukan kepada 5 orang anak dengan obesitas, remaja putri mengatakan sedang menjalankan diet dengan tujuan ingin terlihat kurus dan cantik, karena merasa tidak percaya diri dengan bentuk tubuhnya. Diet yang dijalani dengan memperbanyak konsumsi buah dan sayur, mengurangi konsumsi karbohidrat dan lemak seperti susu dengan frekuensi makan 2x sehari pada pagi dan sore hari tetapi tanpa diimbangi dengan olahraga rutin dan tidak jarang dari remaja putri masih sering mengkonsumsi *junk food* dan *soft drink*. Sesuai paparan tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Studi Fenomenologi Perilaku Diet pada Remaja Putri dengan Obesitas di SMA Stella Duce 2 Yogyakarta tahun 2020.

B. Rumusan Masalah

Sesuai realita kehidupan yang ada, bahwa wanita tidak bisa lepas dari hal menjaga penampilan tubuhnya yang selalu di dambakan yaitu berat badan yang ideal. Seorang perempuan merasa atau mengetahui berat badannya sudah melebihi batas idealnya maka seorang perempuan pasti akan mencoba berbagai hal melakukan diet ketat untuk menurunkan berat badannya kembali ke berat badan idealnya. Fenomena yang sering terjadi di kehidupan sekitar maka peneliti tertarik untuk mengambil rumusan masalah,

“Bagaimana perilaku diet pada remaja putri dengan obesitas di SMA Stella Duce 02 Yogyakarta, tahun 2020?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui gambaran tentang perilaku diet pada remaja putri dengan obesitas di SMA Stella Duce 02 Yogyakarta.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden meliputi usia dan kelas pada remaja putri dengan obesitas di SMA Stella Duce 02 Yogyakarta.
- b. Mengetahui frekuensi, intensitas dan lama diet pada remaja putri dengan obesitas di SMA Stella Duce 02 Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Remaja Putri SMA Stella Duce 02 Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan bagi remaja putri dengan obesitas dapat melakukan diet yang baik sesuai aturan kesehatan yang berlaku.

2. Bagi Institusi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Penelitian ini di harapkan dapat menambah sumber wawasan dalam pengembangan konseling pada remaja perempuan dengan obesitas yang sedang melakukan diet.

3. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan dalam penelitian selanjutnya.

STIKES BETHESDA YAKKUM

E. Keaslian Penelitian

No	Penelitian	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1	Sheva Arlinda, Warasti (2015)	Hubungan Konsumsi <i>Fast Food</i> dengan Obesitas pada Remaja di Smp Muhammadiyah 10 Yogyakarta tahun 2015.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Rancangan penelitian analitik dengan pendekatan <i>control case</i> yang terdiri dari 31 responden obesitas dan 31 responden tidak obesitas. 2. Pengambilan sampel dengan teknik total sampling dan random sampling. 3. Analisa data menggunakan uji <i>chi square</i> dan <i>odd ratio</i>. 4. Menggunakan alat ukur timbangan dan <i>microtoise</i>. 	<p>Ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan konsumsi <i>fast food</i> dengan kejadian obesitas pada remaja di Smp Muhammadiyah 10 Yogyakarta dengan $p < 0.05$ dan dilakukan uji resiko dengan nilai <i>odd ratio (OR)</i> sebesar 6.00.</p> <p>Dari hasil uji yang telah dilakukan maka didapatkan seseorang yang sering mengkonsumsi <i>fast food</i> memiliki resiko 6.00 kali lipat mengalami obesitas dibandingkan dengan seseorang yang tidak sering mengkonsumsi <i>fast food</i>.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Persamaan pada variable terikat adalah obesitas pada remaja. 2. Persamaan pada instrument penelitian ini adalah dengan menggunakan alat ukur <i>microtoise</i> dan timbangan. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Perbedaan nya ada di variabel bebas dimana penelitian sebelumnya meneliti tentang konsumsi <i>fast food</i> sedangkan yang akan peneliti teliti 2. sekarang adalah perilaku diet dari remaja putri. 3. Penelitian sebelumnya dengan menggunakan <i>case control</i> sedangkan penelitian yang akan di teliti saat ini menggunakan metode kualitatif.

No	Penelitian	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
2.	Maragi, Asri Novitalia (2018)	Gambaran Citra Tubuh pada Remaja Putri dengan Obesitas di Asrama Stella Duce 1 Samirono Yogyakarta 2018.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dengan menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. 2. Pengambilan sampel dengan menggunakan <i>purposive sampling</i> dengan jumlah sampel 36 responden dengan obesitas. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berdasarkan usia, di dapatkan usia terbanyak pada usia 14-16 tahun yaitu 25 responden remaja putri yang mengalami obesitas (69,4%). 2. Berdasarkan kelas, kelas terbanyak adalah kelas XII yaitu 15 responden (41,7%). 3. Obesitas terbanyak adalah obesitas 1 yaitu 30 responden (83,3%). 4. Gambaran dengan citra tubuh negative 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Persamaan pada variabel terikat yaitu meneliti tentang obesitas pada remaja putri. 2. Persamaan pada instrumen, alat ukur yang di gunakan adalah timbangan dan <i>microtoise</i>. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Perbedaannya adalah di variable bebas, dimana penelitian sebelumnya meneliti tentang citra tubuh, sedangkan penelitian saat ini akan meneliti tentang perilaku makan yaitu perilaku diet pada remaja putri dengan obesitas. 2. Perbedaan pada penelitian ini adalah Teknik sampling yang di gunakan sebelumnya menggunakan Teknik deskriptif kuantitatif, sedangkan penelitian yang akan peneliti gunakan menggunakan teknik study kualitatif.

No	Penelitian	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
				yaitu 23 responden (63,9%).		
3.	Husna, Nur Lailatul (2013)	Hubungan antara <i>body image</i> dengan Perilaku Diet di Sanggar Senam Rita Pati tahun 2013.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Metode Penelitian menggunakan skala psikologi perilaku diet dan skala <i>body image</i>. Metode analisis data dengan menggunakan <i>statistic korelasi product moment</i> dan <i>Karl Pearson</i>. 2. Teknik uji validitas menggunakan rumus korelasi <i>product moment</i> dan uji reliabilitas di 	Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan negative antara <i>body image</i> dan perilaku diet dengan hasil koefisien korelasi (r) sebesar -0,447 dengan taraf signifikan $p = 0,013$ dimana $p < 0,05$. Artinya semakin negatif <i>body image</i> maka perilaku diet yang dilakukan akan semakin tinggi.	Persamaan dari penelitian ini adalah topik yang diteliti tentang perilaku diet.	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu, tempat penelitian dan pada penelitian ini mencari hubungan antara <i>body image</i> dengan perilaku diet. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan akan mendeskripsikan bagaimana perilaku diet pada remaja putri dengan obesitas tanpa mencari hubungan.

No	Penelitian	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
			lakukan dengan rumus <i>alpha Cronbach</i> .			

STIKES BETHESDA YAKKUM