

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Kelompok anak-anak dengan rentang umur 10 tahun sampai dengan 19 tahun merupakan kelompok umur yang sudah memasuki masa remaja dimana hal tersebut dinamakan masa perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa (Wati and Sumarmi, 2017). Pada usia tersebut, remaja perlu memenuhi kebutuhan gizinya karena mereka rentan mengalami masalah gizi. Selain itu, pada remaja berumur 10 sampai 19 tahun, remaja putri khususnya mulai memasuki masa-masa pubertas yaitu menstruasi. Saat mengalami pubertas, ada banyak perubahan yang terjadi pada remaja putri, salah satunya mereka mulai memperhatikan dan mengutamakan penampilan fisik mereka yang disebut “*body image*” (Wiranatha and Supriyadi, 2015). Walaupun demikian, remaja putri harus tetap memperhatikan kebutuhan zat gizi yang dipengaruhi oleh pola makan mereka serta harus memperhatikan kondisi-kondisi fisik dan psikis agar dapat mempersiapkan diri mereka sebelum berumah tangga (Kemenkes, 2014).

Pada usia remaja 16-18 tahun, mereka memasuki suatu tahap potret diri yang memberikan rasa peduli mereka terhadap potret atau kondisi tubuh mereka sesuai dengan *body image* yang mereka inginkan. *Body image* adalah sikap yang berpusat pada evaluasi dan representasi mereka terhadap penampilan tubuhnya, juga sebagai persepsi terhadap kondisi fisik serta massa tubuh mereka sendiri (Wati and Sumarmi, 2017). Remaja tentu mengalami masa-masa pubertas, dari masa pubertas tersebut tentu mempengaruhi banyak perubahan seperti perubahan bentuk tubuh, kematangan organ seksual serta perkembangan emosi. Namun dari ketiganya, hal yang paling nampak ialah perubahan bentuk tubuh, karena perubahan bentuk tubuh terlihat sangat nampak apa adanya (Santrock, 2014).

Remaja putri secara keseluruhan merasa kurang puas dengan gambaran fisik atau *body image* dibandingkan anak laki-laki karena saat masa pubertas akan terjadi peningkatan massa lemak tubuh dan akan memberikan dampak pada tubuh mereka terlihat tidak ideal, sedangkan pada remaja laki-laki pada saat pubertas terjadi peningkatan massa otot dan mereka lebih puas dengan bentuk tubuhnya (Wati and Sumarmi, 2017). Berdasarkan penelitian yang dilakukan di India membuktikan bahwa sebanyak 40,8% remaja putri memiliki pandangan *body image* yang negatif (Vivek Baliram Waghachavare, Sanjay R. Quraishi, Girish B. Dhumale, 2014). Persepsi negatif yang dimiliki oleh remaja putri terkait bentuk tubuhnya yang tidak ideal, mereka merasa bahwa penampilan mereka tidak begitu menarik serta sangat jauh dari kata sempurna. Persepsi negatif inilah membuat remaja merasa penampilannya begitu buruk, tidak sesuai dengan apa yang diinginkan dan efeknya pada rasa ketidakpercayaan terhadap dirinya sendiri serta dapat menimbulkan sejumlah konsekuensi yang sangat negatif. Curtis & Loomans (2014) melakukan penelitian terhadap ketidakpuasan *body image* pada remaja di New Zealand dan menyimpulkan bahwa konsekuensi jangka pendek pada remaja yang tidak memiliki rasa kepuasan terhadap tubuhnya yaitu pada ketidakaturan pola makan, melakukan diet yang tidak perlu, melakukan aktivitas fisik yang berlebihan bahkan meminum pil untuk dapat menurunkan berat badan sehingga mempengaruhi kesehatan mereka.

Sementara itu, studi yang dilakukan di Indonesia terhadap siswa di SMPN 1 Mojoanyar didapatkan sekitar 15% siswa mengalami obesitas dari keseluruhan memiliki persepsi yang negatif terhadap *body image* (Agustin, Hidayati, 2019). Persepsi *body image* yang dimiliki oleh remaja akan mempengaruhi status gizi serta dampak jangka panjang ialah munculnya masalah gizi pada remaja. Masalah gizi seringkali terjadi pada remaja, penyebabnya ialah gaya hidup remaja yang kurang tepat, juga keinginan mereka yang menginginkan untuk mempunyai bentuk tubuh yang ideal, yaitu tubuh yang proporsional; ramping dan tinggi (Syahrir, Thaha and Jafar, 2013).

Masalah gizi yang terjadi pada remaja di Indonesia diantaranya adalah *underweight* ataupun *overweight*. *Overweight* dan *Underweight* merupakan salah satu masalah gizi yang sampai saat ini belum berakhir. Di Indonesia jumlah remaja (10-19 tahun) adalah 45.120 jiwa (BPS, 2019). Berdasarkan data yang diperoleh dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018 didapatkan data bahwa persentase remaja *overweight* umur 16-18 tahun pada putri lebih besar daripada pria yaitu 11,4% dan 7,7%. Di Provinsi Banten sendiri prevalensi *overweight* pada umur 16-18 tahun adalah 9,7%. Angka tersebut jauh lebih tinggi daripada rata-rata nasional yakni 9,5%. Berdasarkan kategori wilayah, prevalensi *overweight* di perkotaan sebesar 10,7% dan pedesaan 8,1% serta untuk kategori sekolah dengan prevalensi 9,4% hampir mendekati prevalensi rata-rata nasional 9,5%. Sementara itu, prevalensi remaja *underweight* usia 16-18 tahun lebih rendah daripada pria yaitu 3,8% dan 9,5%. Provinsi Banten sendiri untuk persentase remaja *underweight* umur 16-18 tahun adalah 7,9%. Angka tersebut lebih tinggi daripada rata-rata nasional yakni 6,7%. Berdasarkan kategori wilayah, prevalensi *underweight* di perkotaan sebesar 7,1% dan pedesaan 6,2% serta untuk kategori sekolah dengan prevalensi 6,4% hampir mendekati rata-rata nasional 6,7% (RISKESDAS, 2018). Lalu data yang bersumber dari *Global School-based Student Health Survey* atau GSHS 2015 didapatkan bahwa persentase remaja putri *underweight* usia 16-17 tahun sebesar 4,4% sedangkan total persentasenya adalah 8,3%. Persentase remaja putri usia 16-17 tahun adalah 13,1% dan untuk total persentase ialah 12,9. Hal ini menunjukkan bahwa persentase *overweight* pada remaja putri Indonesia usia 16-17 tahun melebihi total persentase, sedangkan *underweight* mencapai $\frac{1}{2}$ dari total persentase.

Overweight adalah kondisi yang mempengaruhinya terjadinya penyakit tidak menular seperti diabetes mellitus, hipertensi, penyakit jantung coroner dan penyakit generatif lain yang akan timbul sebelum atau setelah masa dewasa. Selain memberikan dampak pada masalah kesehatan, *overweight* juga dapat memunculkan kondisi-kondisi psikologis pada remaja (Riza, M., Lestari and Murtikarini, 2007). *Underweight* adalah

dampak dari asupan makan dengan kebutuhan gizi yang tidak sebanding. *Underweight* dapat diartikan sebagai berat badan kurus karena kurangnya asupan gizi. *Underweight* yang terjadi pada remaja merupakan manifestasi dari masa bayi dan anak-anak. *Underweight* juga dapat menyebabkan gangguan ginjal dan hati (Khomsan, 2003).

Remaja *overweight* memiliki persepsi negatif mengenai *body image* nya. Berdasarkan studi yang dilakukan Wati dan Sumarmi tahun 2017, terdapat kesenjangan persepsi terhadap gambaran dan bentuk tubuh yang dimiliki oleh remaja *overweight*. Remaja putri *overweight* cenderung memiliki citra tubuh yang negatif, sedangkan remaja putri dengan status gizi normal atau *underweight* cenderung memiliki citra tubuh yang positif. Studi yang dilakukan oleh Denich & Ifdil pada tahun 2015 memiliki hasil yang sama yaitu melibatkan remaja putri untuk mengetahui konsep *body image* didapatkan hasil penelitian bahwa konsep *body image* yang dimiliki remaja putri banyak menjurus pada persepsi yang negatif. Penelitian lain yang dilakukan oleh Pusparini dkk pada tahun 2013 memiliki hasil yang sama dengan studi yang dilakukan oleh Wati & Sumarmi serta Denich & Ifdil. Pusparini dkk pada tahun 2013 meneliti persepsi *body image* pada remaja kurus dan remaja gemuk di SMA Negeri 1 Bogor dan ternyata secara keseluruhan remaja putri menyatakan ketidakpuasan terhadap kondisi tubuhnya dan bagian tubuh tertentu seperti kaki dan pinggul yang belum sesuai keinginan.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk meneliti persepsi *body image* pada remaja putri *underweight* dan *overweight*. Penelitian-penelitian yang telah disebutkan sebelumnya hanya mengambil kriteria remaja putri dengan status gizi *overweight* dan tidak ada kombinasi perbandingan dengan remaja putri dengan status gizi *underweight*. Penulis memilih wilayah Kota Tangerang sebagai lokasi penelitian karena wilayah kota Tangerang adalah salah satu wilayah di provinsi Banten dengan prevalensi *overweight* tinggi (16,2%) serta prevalensi *underweight* 5%.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, penulis menyimpulkan bahwa remaja, khususnya remaja putri memiliki ketertarikan dan persepsi sendiri tentang gambaran tubuh dirinya sendiri. Persepsi yang mereka miliki, baik pada remaja putri *underweight* maupun *overweight* menjadi bentuk kepuasan atau ketidakpuasan terhadap *body image* sehingga menimbulkan keinginan terhadap penampilan ideal yang mereka inginkan. Maka pada penelitian ini, penulis ingin merumuskan masalah penelitian yaitu “Persepsi *Body Image* Pada Remaja Putri *Underweight* dan *Overweight* Usia 16-18 Tahun di Kota Tangerang”

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengeksplorasi persepsi *body image* remaja putri *underweight* dan *overweight* di Kota Tangerang 2020.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui persepsi *body image* pada remaja putri *underweight* dan *overweight* di Kota Tangerang 2020.
- b. Mengeksplorasi aspek-aspek *body image*
- c. Mengeksplorasi faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi *body image* Kota Tangerang 2020.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi responden agar dapat mengevaluasi persepsinya sendiri sehingga lebih memiliki persepsi positif terhadap *body image* sehingga tidak lagi terjadi masalah gizi yang diakibatkan karena persepsi negatif terhadap *body image*.

I.4.2 Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi institusi terkait persepsi body image remaja putri *underweight* dan *overweight* serta menjadi dasar bagi penelitian lain untuk melakukan penelitian terkait *body image* dan gizi.

I.4.3 Bagi Ilmu Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu gizi dan menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya serta mendapat tambahan informasi untuk memperluas pengetahuan terkait *body image* dengan masalah gizi serta status gizi