

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas merupakan suatu perubahan bentuk tubuh yang tentu saja tidak diinginkan oleh semua orang terutama remaja putri. Obesitas terjadi apabila total asupan kalori yang terkandung dalam makanan melebihi jumlah kalori yang dibakar dalam proses metabolisme (Hasdianah dkk, 2014). Obesitas adalah suatu keadaan dimana terjadi penumpukkan lemak tubuh yang berlebih sehingga berat badan seseorang jauh diatas normal. Obesitas juga dapat membahayakan kesehatan (Khasanah, 2012)

Dewasa ini kejadian obesitas atau kelebihan berat badan pada remaja putri mencapai angka yang tinggi dibandingkan pada remaja putra. Hal inilah yang menyebabkan remaja putri memiliki pandangan atau persepsi mengenai obesitas yang terjadi di kalangan mereka (Yohana, 2013). Seorang remaja putri akan mempunyai sebuah persepsi positif tentang obesitas, mereka menganggap bahwa obesitas itu merupakan indikasi bahwa seseorang tersebut tidak mengalami kekurangan gizi. Sehingga mereka akan memandang obesitas yang dialami seseorang merupakan sesuatu yang baik atau positif. Namun, tidak jarang juga remaja putri yang menganggap bahwa semua hal yang berkaitan dengan obesitas merupakan sesuatu yang negatif. Seorang remaja putri akan mempunyai persepsi yang negatif akan bentuk dan ukuran tubuh, membandingkan tubuh yang gemuk dengan tubuh yang

mereka anggap ideal, sehingga remaja putri akan menghindari atau mencegah obesitas atau kegemukan.

Prevalensi anak kegemukan pada usia 13-15 tahun di Indonesia menurut Riskesdas tahun 2010 adalah 2.5%. Jumlah remaja berusia antara 15-18 tahun yang mengalami obesitas berdasar jenis kelamin laki-laki sebesar 7,8% sedangkan perempuan sebesar 15,5%. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar Indonesia tahun 2010, angka *overweight* dan obesitas pada penduduk usia lebih dari 18 tahun tercatat sebanyak 27,1%. Sedangkan berdasarkan jenis kelamin prevalensi angka obesitas pada perempuan lebih tinggi 26,9% dibandingkan laki-laki (16,3%). Data selama 2010, di Indonesia ternyata prevalensi obesitas pada anak usia lebih dari 17 tahun tertinggi berada di Jakarta (24,8%), Semarang (24%), Solo (5,3%), Yogyakarta (11,4%), Surabaya (17,75%). Di SMAN 3 Ponorogo dari sejumlah 614 siswi terdapat 34 siswi yang mengalami obesitas atau sekitar 5,7%.

Obesitas pada remaja putri disebabkan oleh berbagai faktor antara lain, faktor genetik, faktor lingkungan, faktor psikologi dan faktor fisiologi. Seorang remaja mempunyai resiko 40 % menjadi gemuk jika salah satu orang tuanya obesitas dan resiko ini menjadi 80 % jika kedua orang tuanya obesitas. Adapun hal-hal yang mempengaruhi remaja putri menjadi obesitas adalah perilaku yang kurang tepat, diantaranya adalah kurangnya aktivitas fisik dapat mengakibatkan obesitas. Misalnya kurang olah raga, banyak tidur, nonton TV, nganggur dimana sikap fisik yang kurang, berarti proses metabolisme dalam tubuh berlangsung lambat sehingga terjadi proses

penimbunan lemak pada organ-organ tubuh. Selain itu remaja putri cenderung suka makan makanan yang berkadar gula dan lemak tinggi seperti coklat, mentega, gorengan dan lain-lain. Dimana makanan tersebut dapat mengakibatkan remaja putri cenderung obesitas. Dan remaja putri mempunyai kebiasaan untuk ngemil walaupun sudah makan yang mengakibatkan remaja putri cenderung mengalami obesitas (Khasanah, 2012).

Obesitas menjadi sesuatu yang harus diwaspadai karena obesitas yang berkelanjutan akan membawa berbagai penyakit penyerta. Pada dasarnya kegemukan pada remaja putri mungkin hanya akan membawa dampak sosial-psikologis. Remaja putri yang mengalami kegemukan akan menarik diri dari pergaulan, kurang leluasa dalam melaksanakan kegiatan fisik disekolah, dan akan semakin tenggelam dalam kebiasaan makan dengan porsi besar. Obesitas juga sering dituding sebagai sumber berbagai penyakit seperti *stroke*, kencing manis, jantung koroner, darah tinggi dan kanker (Kusumah 1994 dalam Rosana 2007). Sedangkan secara psikologis, obesitas juga dapat menimbulkan masalah yang serius terutama pada remaja putri antara lain yaitu merasa rendah diri, depresi, inferior, memiliki citra diri yang rendah, dan muncul prasangka dan diskriminasi dari individu lain. Remaja putri yang mengalami obesitas cenderung akan mudah menjadi orang yang depresi (Rosana, 2007).

Tingginya angka kejadian obesitas tersebut menimbulkan berbagai persepsi dikalangan remaja putri. Persepsi remaja putri terhadap obesitas diantaranya persepsi positif dan negatif. Adapun faktor yang mempengaruhi

persepsi seseorang yaitu, adanya faktor internal yang meliputi umur, pendidikan dan pekerjaan. Dan faktor eksternal yang meliputi informasi dan pengalaman (Notoatmodjo, 2003). Dampak dari adanya persepsi tentang obesitas dapat menjadi acuan bagi para remaja putri untuk berperilaku mencegah terjadinya obesitas. Oleh karena itu persepsi remaja putri mengenai kejadian obesitas memegang peran penting dalam pengendalian obesitas pada remaja putri karena dapat menjadi faktor pendorong dalam diri remaja untuk melakukan kebiasaan yang sehat (Yohana, 2013).

Persepsi pada remaja putri mengenai obesitas dapat dibenahi dengan adanya pengetahuan obesitas tersebut. Maka dari itu diperlukan peningkatan pengetahuan tentang obesitas dan berbagai penyebab serta pencegahan obesitas agar para remaja putri dapat mengubah persepsi mereka tentang obesitas. Peningkatan pengetahuan dapat dilakukan dengan mencari informasi dan belajar dari pengalaman. Karena informasi dapat menambah pengetahuan seseorang dan dengan pengetahuan menimbulkan kesadaran yang akhirnya seseorang akan berperilaku sesuai dengan yang dimilikinya (Notoatmodjo, 2003 dalam Fatonah, 2012). Dengan adanya persepsi yang sesuai dengan kenyataan tersebut diharapkan para remaja putri dapat mencegah terjadinya obesitas pada diri mereka. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti “Persepsi Remaja Putri Usia 15-18 Tahun Tentang Obesitas”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti ingin meneliti bagaimana persepsi remaja putri tentang obesitas?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui persepsi remaja putri tentang obesitas di SMAN 3 Ponorogo.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. IPTEK

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi perkembangan teknologi untuk dijadikan sebagai pertimbangan dan pengembangan ilmu keperawatan yang terkait dengan masalah-masalah kesehatan remaja.

2. Institusi (Fakultas Ilmu Kesehatan)

Bagi dunia pendidikan keperawatan khususnya Institusi Prodi D III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo untuk pengembangan ilmu dan teori keperawatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Masyarakat

Masyarakat mendapatkan informasi atau pengetahuan mengenai obesitas, sehingga mereka akan mengubah persepsinya tentang obesitas.

2. Profesi Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan data tambahan sebagai bahan penelitian selanjutnya.

1.5 Keaslian Penelitian

Berikut merupakan penelitian yang berkaitan dengan obesitas pada remaja:

1. Rosana (2007), “Dinamika Psikologis Remaja Putri Yang Mengalami Obesitas”. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan terhadap semua subyek, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat aspek-aspek dalam dinamika psikologis. Persamaan dengan penelitian ini adalah pembahasan mengenai obesitas pada remaja putri. Perbedaannya terletak pada variabel dan lokasi penelitian.
2. Ermawati (2013), “Perilaku Remaja Obesitas Dalam Penurunan Berat Badan”, dari hasil analisa 32 responden, berdasarkan pernyataan positif dan negatif hasil yang diperoleh didapatkan perilaku positif sebesar 22 responden (68,8%), sedangkan remaja dalam upaya penurunan berat badan berperilaku negatif sebesar 10 responden (31,2%). Persamaan dengan penelitian ini adalah pembahasan mengenai obesitas dan mengambil remaja sebagai respondennya. Sedangkan perbedaannya, pada variable dan lokasi penelitian.
3. Riyadi (2013), “Perilaku Remaja Dalam Upaya Pencegahan Obesitas”, hasil penelitian didapatkan dari 82 responden sebagian besar 44 responden berperilaku positif dalam upaya pencegahan obesitas, dan sebanyak 38 responden berperilaku negatif. Persamaan dengan penelitian

ini adalah pembahasan mengenai obesitas pada remaja. Sedangkan perbedaannya terletak pada variabel dan lokasi penelitian.

4. Yohana, 2013 “Persepsi Siswa SMP Terhadap Obesitas Pada Remaja”, hasil wawancara yang dilakukan terhadap kelompok obesitas dan non obesitas, kedua kelompok memiliki persepsi yang benar mengenai berat badan mereka, tidak ada anak obesitas yang merasa diri mereka kurus ataupun sebaliknya. Semua informan memiliki gambaran yang benar mengenai penyebab obesitas, antara lain karena banyak makan dan kurang olah raga. Semua informan baik dari kelompok obesitas maupun non obesitas merasa mudah mendapat teman dan memiliki beberapa teman dekat. Beberapa informan baik dari kelompok obesitas maupun non obesitas merasa bahwa obesitas tidak berbahaya. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada variabelnya, sedangkan perbedaannya terletak pada lokasi penelitian dan responden yang diambil.