

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja *overweight* dan *obese* lebih sering merasa tidak puas dengan citra tubuh mereka dan *self-esteem* atau harga diri yang rendah. Dari hasil data yang diungkapkan oleh *yahoo health*, diketahui bahwa 94% remaja malu dengan fisik yang diduga karena individu cenderung menganggap tubuhnya tidak sesuai dengan keinginan karena merasa tubuhnya terlalu gemuk atau terlalu kurus dan tidak ideal. Tubuh yang dimiliki remaja sudah termasuk tubuh yang ideal dan orang lain yang melihat belum tentu memandang negatif bentuk tubuhnya.

Persepsi yang negatif mengenai bentuk tubuh ini menyebabkan *body dissatisfaction*. Persepsi negatif ini muncul karena adanya ketidakpuasan individu terhadap objek yang menjadi sumber persepsinya, adanya ketidaktahuan individu serta tidak adanya pengalaman individu terhadap objek yang dipersepsikan. Individu seharusnya memiliki persepsi yang positif mengenai apapun yang ada di hidupnya, termasuk bentuk tubuh yang dimiliki. Individu yang memiliki persepsi positif akan menilai suatu objek atau informasi dengan pandangan yang positif atau sesuai dengan yang diharapkan dari objek yang dipersepsikan.

Bentuk tubuh yang ideal merupakan idaman untuk semua remaja. Masa remaja terjadi perkembangan fisik yang berlangsung cepat yang menyebabkan remaja menjadi sangat memperhatikan tubuh individu dan membangun citra

tubuh. Ada juga remaja yang mengalami ketidakpuasan akan sebagian tubuhnya. Ketidakmampuan menyikapi ketidakpuasan ini akan menjadi salah satu yang menyebabkan remaja merasa rendah diri.

Remaja putri merasa kurang puas dengan bentuk tubuhnya dan memiliki citra tubuh yang lebih negatif dibandingkan remaja putra. Perubahan yang tampak jelas pada aspek psikologis ini adalah remaja amat sering memperhatikan bentuk tubuhnya dan sering membangun citra tubuh sendiri (Amalia et al., 2022). Kondisi ini paling sering dialami oleh remaja putri dibandingkan remaja putra. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar, tertera bahwa di Indonesia memiliki prevalensi gemuk pada remaja usia 13-15 tahun sebesar 10,8% yang terdiri dari 8,3% gemuk dan 2,5% sangat gemuk (obesitas).

Body dissatisfaction merupakan pikiran dan perasaan negatif individu terhadap tubuhnya. Persepsi negatif mengenai tubuh ini dapat menimbulkan bahaya. Salah satunya yaitu mengakibatkan adanya usaha obsesif terhadap kontrol berat badan pada remaja. Individu yang mepersepsikan tubuhnya negatif akan melakukan diet tanpa pengawasan dari para ahli. Banyak remaja yang melakukan diet karena saran dari teman-teman dan lingkungan sekitar bahkan dari internet yang belum terjamin keamanannya (Mardiyanti et al., 2022). Mendeteksi berat badan dan menilai lemak tubuh bagi kebanyakan orang dapat menggunakan IMT atau Indeks Massa Tubuh. Pengklasifikasian berat badan didasarkan pada indeks massa tubuh. Seseorang yang memiliki IMT kurang dari 18,5 maka dikategorikan kurus (*underweight*), IMT 18,5-24,9 masuk kedalam kategori normal (*normal weight*), IMT sebesar 25,0-29,9

masuk kedalam kategori gemuk (*overweight*), dan IMT diatas 30 masuk kedalam kategori obesitas (*obese*).

Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh remaja disebabkan oleh beberapa faktor penentu, yaitu faktor sosial, etnisitas, kelas sosial, keluarga, faktor psikologis, keyakinan, dan *role control*. Dari beberapa faktor diatas, diketahui bahwa faktor sosial mempengaruhi *body dissatisfaction* pada remaja. Lingkungan sosial terdiri dari orang tua atau keluarga, teman dan lain-lain. Keluarga merupakan lingkungan pertama dan terpenting bagi perkembangan dan penyesuaian diri individu. Keluarga juga merupakan lingkungan sosial yang sangat dekat hubungannya dengan seseorang terutama anak. Keluarga merupakan bagian terpenting untuk mengatasi stress dan lain sebagainya. Peran serta dukungan dari keluarga seperti informasi yang benar mengenai indeks massa tubuh sangatlah berarti dalam memberikan perhatian dan mengarahkan remaja pada pikiran yang positif mengenai diri sendiri, sehingga dibutuhkan hubungan yang baik dalam keluarga agar dapat menumbuhkan citra diri yang menguntungkan bagi anak (Dini & Iswanto, 2019)

Teman dan orang terdekat dapat mempengaruhi seseorang dalam berpikir mengenai tubuh individu. Dukungan dari teman sebaya berhubungan dengan rendahnya ketidakpuasan tubuh di kalangan remaja. Dukungan dari teman seperti memberikan pandangan positif atau arahan kepada individu yang merasa kurang puas dengan tubuhnya dapat membantu individu untuk menekan pikiran negatifnya mengenai bentuk tubuh. Dari berbagai bahaya yang ditimbulkan dari persepsi negatif mengenai bentuk tubuh dukungan sosial sangatlah penting. Para remaja sangat memperhatikan bentuk tubuhnya jika

dibandingkan remaja putra. Kerap kali remaja mengeluh tentang bentuk tubuh yang mereka miliki tidak sesuai dengan yang diinginkan. Peran sosial disini sangat dibutuhkan remaja putri yang tidak puas dan memandang negatif bentuk tubuh yang dimiliki. Dukungan sosial berperan dalam membentuk pandangan remaja untuk lebih menerima bentuk tubuh yang dimiliki tanpa harus mengeluh.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana dukungan sosial pada remaja di RW 02 Dusun Margomulyo Lumajang?
2. Bagaimana *body dissatisfaction* pada remaja di RW 02 Dusun Margomulyo Lumajang?
3. Adakah hubungan dukungan sosial dengan *body dissatisfaction* pada remaja di RW 02 Dusun Margomulyo Lumajang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum
Mengetahui dukungan sosial dengan *body dissatisfaction* pada remaja di RW 02 Dusun Margomulyo Lumajang
2. Tujuan Khusus
 - a. Mengetahui dukungan sosial pada remaja di RW 02 Dusun Margomulyo Lumajang
 - b. Mengetahui *body dissatisfaction* pada remaja di RW 02 Dusun Margomulyo Lumajang
 - c. Mengetahui hubungan dukungan sosial dengan *body dissatisfaction* pada remaja di RW 02 Dusun Margomulyo Lumajang

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat bagi dunia keperawatan serta peneliti selanjutnya sebagai referensi atau pertimbangan untuk pengembangan metode keperawatan jiwa selanjutnya

2. Manfaat Praktis

a. Bagi penelitian selanjutnya

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan gambaran secara umum mengenai dukungan sosial dan *body dissatisfaction* pada remaja

b. Bagi mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh mahasiswa sebagai referensi untuk pembelajaran dan mengembangkan penelitian yang akan datang

c. Bagi remaja

Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat membantu lingkungan sekitar terutama pada remaja dalam memberikan dukungan kepada individu yang berpikiran negatif mengenai bentuk tubuhnya