

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Obesitas atau biasa yang kita sebut dengan berat badan yang sangat berlebih merupakan suatu hal yang menjadi momok bagi para remaja terutama remaja pada usia dewasa awal (19-23 tahun). Papila dan Olds (1995) dan Sarafino (1998) mengatakan bahwa obesitas merupakan suatu kondisi dimana seorang individu mengkonsumsi jumlah kalori yang melebihi batas kebutuhan yang diperlukan oleh tubuh dan akan disimpan dalam bentuk lemak di dalam tubuh, sehingga dapat membahayakan tubuh. .

Mengkonsumsi sesuatu melebihi dari batas yang sewajarnya dapat diartikan dengan sifat berlebih-lebihan yang sangat tidak disukai oleh Allah. Ini sesuai dengan surat *Al-A'raaf* ayat 7 yang berbunyi :

﴿يَبْنَىْ ءَادَمَ خُذُوْا زِيْنَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا وَاشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا اِنَّهٗ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ



31. Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) mesjid, makan dan minumlah, dan janganlah **berlebih-lebihan**. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.

Kegemukan (obesitas dan *overweight*) dapat diketahui dengan mengukur

lemak di tempat-tempat tertentu menggunakan alat kaliper. Selain itu lemak di sekitar perut dapat diukur dengan menggunakan meteran. Secara sederhana kegemukan dapat dihitung dengan menghitung Indeks Massa Tubuh, yaitu membagi berat badan (kg) dengan tinggi badan dikuadratkan (m^2) atau $IMT = BB (Kg) : TB^2 (m^2)$. Dimana IMT merupakan suatu penanda atau indikator yang paling sering dan paling mudah digunakan dalam usaha menentukan nilai kegemukan pada suatu individu terutama pada remaja (Sudoyo, 2006).

Penentuan skala penilaian IMT tentunya harus berdasar kepada sumber yang *universal* yaitu menurut WHO. Berdasarkan *World Health Organization* (WHO) seseorang bisa atau dapat dikategorikan sebagai *overweight* bila hasil IMT nya berada pada nilai 25,0 – 29,9. Dikategorikan sebagai obesitas jika hasil atau nilai IMT nya berada pada nilai 30,0 – 34,9 (Sudoyo, 2006).

Menurut Nurmiati (2007) kegemukan (obesitas) juga mempunyai dampak buruk obesitas terhadap penderitanya sangat beragam. Dampak terhadap kesehatan antara lain dapat menimbulkan berbagai macam penyakit serius misalnya, tekanan darah tinggi, diabetes melitus, masalah kesehatan pernafasan, dan mungkin juga masalah kesehatan jantung. Selain itu terdapat pula dampak baik langsung maupun tidak langsung terhadap perkembangan remaja terutama dalam perkembangan psikososialnya. Seorang remaja yang mengalami atau menderita masalah kegemukan

rendah diri, minder, menarik diri dalam pergaulan sehari-hari, dan bahkan juga mungkin akan mengalami suatu kondisi seperti depresi dan putus asa.

Seseorang yang mengalami kegemukan akan cenderung menjadi pribadi yang tertutup dengan kondisi depresi atau putus asa. Itu karena setiap manusia, setiap individu memiliki tugas sebagai makhluk sosial yang dimana sangat membutuhkan kontak, hubungan dengan orang lain, selalu merasa ingin dicintai dan juga ingin mencintai, dan yang paling utama juga tentunya bisa menarik perhatian dari lawan jenisnya. Namun semua itu tentu akan berjalan sempurna dan akan sesuai yang diharapkan jika memiliki kesempurnaan dan juga memiliki keidealan terutama dari segi fisik. Akan tetapi jika berada dalam kondisi dimana mengalami obesitas, maka keinginan itu akan sangat susah untuk direalisasikan sehingga cenderung akan mengalami suatu kecemasan (Saeni, 2006).

Remaja dengan kondisi obesitas akan lebih sering mendapat cemoohan atau ejekan dari teman-temannya. Mereka juga akan menjadi objek atau bahan cemoohan karena penampilannya selalu dianggap lucu dan tidak normal sehingga selalu menimbulkan kesal lucu dan bahkan jelek (Dewi, 2004). Kondisi ini yang sering menimbulkan kesan bahwa mereka (penderita obesitas) sangat berbeda dan aneh dibandingkan dengan orang lain.

Remaja sangat cenderung sangat memperhatikan keadaan fisiknya dalam hal

merupakan hal yang sangat diperhatikan oleh para remaja. Semua kondisi diatas dapat menimbulkan perasaan nyaman dan bangga bagi remaja yang memiliki dan mempunyai kondisi tersebut. Hal ini sangat selaras dengan tugas perkembangan remaja yaitu menerima keadaan fisik dan menggunakan tubuhnya seefektif mungkin (Hurlock, 1980). Dapat disimpulkan bahwa remaja pada saat ini sangat menjaga dan memperhatikan kondisi fisiknya. Oleh karena itu obesitas merupakan suatu momok yang sangat menakutkan bagi mereka, remaja baik pria maupun wanita.

Remaja yang sebelumnya mempunyai riwayat berat badan berlebih namun masih dalam batas overweight pada umumnya akan berkembang menjadi remaja dengan riwayat obesitas pada masa depannya dan mereka pula akan menjadi subjek resiko fisik, sosial, dan psikologis (Gortmaker *et al*, 1993). Kelebihan berat badan pada remaja, dapat menimbulkan efek yang sangat buruk dan kronis yang dapat mengancam jiwa remaja tersebut bahkan ketika berat badan berlebih itu hilang sekalipun (Must *et al*, 1992).

Merupakan rahasia umum jika remaja pada masa ini sangatlah memperhatikan bagaimana perkembangan tubuh mereka, apakah akan menjadi sosok yang ideal atau malah menjadi sosok yang menakutkan bagi remaja-remaja pada umumnya. Hal ini sesuai dengan pernyataan Dr. Katherine Philips, seorang peneliti yang khusus dan sangat ahli dalam bidang *Body Dismorphic Disorder*. Disamping itu, pada saat yang bersamaan akan timbul suatu rasa kecemasan dalam menghadapi apa yang akan

kecemasan yang terjadi akan terus berkembang menjadi panik bahkan menjadi depresi dan putus asa jika tidak segera mendapatkan penanganan dalam mengatasi kecemasan tersebut. Dimana hal tersebut dapat mengakibatkan berbagai kerugian terutama dalam faktor psikologis penderita tersebut (Dewi, 2004).

Mengacu pada latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti perbandingan tingkat kecemasan antara laki-laki dan perempuan yang mengalami obesitas.

B. PERUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian latar belakang sebelumnya, maka perumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah :

“Bagaimana perbandingan tingkat kecemasan antara laki-laki dan perempuan yang mengalami obesitas ?”

C. KEASLIAN PENELITIAN

Berkaitan dengan judul yang akan penulis teliti, terdapat beberapa penelitian yang berhubungan dengan kecemasan pada penderita obesitas. Beberapa penelitian sebelumnya mengenai obesitas antara lain adalah:

1. Penelitian pertama mengungkapkan tentang Gambaran Citra Tubuh pada Remaja yang Obesitas. Subjek yang digunakan adalah sebanyak 100 orang

November 2009. Pengumpulan data dilakukan dengan metode kuantitatif yaitu dengan pengisian skala dan juga questioner. Hasil penelitian didapatkan citra tubuh remaja yang mengalami obesitas lebih banyak berada dalam kategori netral.

2. Penelitian kedua mengungkapkan tentang Obesitas dan Hubungannya dengan perilaku kecemasan dalam prestasi belajar. Subjek yang digunakan adalah 34 orang siswa dari SMA1, SMA 2, SMA 10 di kota Padang. Pengumpulan data yang digunakan dengan kuantitatif dengan questioner. Hasil penelitian didapatkan 55,9% dari responden memiliki prestasi belajar yang kurang baik, dan 64,7% dari responden juga mengalami kecemasan ringan.

Perbedaan yang terdapat dalam penelitian penulis kali ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya adalah masalah yang akan diteliti. Pada penelitian ini, penulis akan membahas apakah ada perbedaan tingkat kecemasan antara laki-laki dan perempuan penderita obesitas dan juga membahas tentang faktor-faktor utama penyebab kecemasan tersebut. Selain itu, terdapat pula perbedaan pada waktu penelitian, tempat penelitian, sampel yang diteliti, jumlah sampel penelitian, instrument penelitian dan juga metode penelitian yang digunakan. Pada penelitian penulis ini menggunakan metode *observational – cross sectional*.

D. TUJUAN PENELITIAN

1. TUJUAN UMUM

Menganalisis perbandingan tingkatan kecemasan di antara laki-laki dan perempuan yang mengalami obesitas

2. TUJUAN KHUSUS

- a. Mengetahui prevalensi terjadinya obesitas dan kecemasan di antara laki-laki dan perempuan.
- b. Mengetahui penyebab utama dari timbulnya kecemasan pada penderita obesitas.

E. MANFAAT PENELITIAN

Dari penelitian ini diharapkan didapatkan beberapa manfaat :

1. Manfaat praktis :
 - a. Responden diharapkan dapat mengetahui arti dibalik obesitas dan juga segala manfaat dan kekurangan dari obesitas.
 - b. Responden dapat menentukan jalan terbaik dalam proses perkembangan dirinya menyangkut obesitas yang dideritanya.
 - c. Responden dapat mengatasi faktor-faktor yang dapat mengakibatkan