

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas adalah suatu keadaan dimana berat badan seseorang melebihi dari standar kesehatan yang ditentukan. Obesitas sudah menjadi masalah global, karena prevalensinya meningkat tiap tahunnya (Mardiana *et al.*, 2022). Di Indonesia, 13,5% orang dewasa berusia 18 tahun ke atas mengalami kelebihan berat badan, dan 28,7% mengalami obesitas dengan Indeks Massa Tubuh (IMT>25). Selanjutnya, berdasarkan indikator Rencana Pembangunan Jangka Panjang Menengah Nasional (RPJMN) tahun 2015 hingga 2019, 15,4% orang dewasa mengalami obesitas dengan Indeks Massa Tubuh (IMT>27). Perempuan memiliki tingkat obesitas yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Dibandingkan dengan berat badan kurang, obesitas dan kelebihan berat badan merupakan penyebab kematian utama di berbagai negara di seluruh dunia. Lebih dari 1,9 miliar orang dewasa berusia 18 tahun ke atas mengalami kelebihan berat badan, dan 600 juta lainnya mengalami obesitas pada tahun 2014 (Kemenkes, 2018).

Pada negara-negara maju, orang-orang yang berusia antara 18 dan 29 tahun adalah yang paling mungkin mengalami obesitas. Kaum muda yang mengenyam pendidikan tinggi adalah kelompok yang paling berisiko. Ketika Mahasiswa mengambil keputusan sendiri mengenai makanaannya tanpa pengaruh orang tua dan mengembangkan kebiasaan tidak sehat seperti mengemil berlebihan (misalnya ngemil pada malam hari), mengonsumsi

makanan yang tidak sehat dan memiliki jadwal sibuk yang membatasi mereka untuk berolahraga, makanan tidak sehat tersedia di kampus dan kurangnya motivasi dapat menyebabkan penambahan berat badan (Diani, 2018).

Obesitas dipengaruhi oleh banyak faktor, yang disebut sebagai multifaktorial. Faktor genetik, tingkat konsumsi makanan *junk food* yang sangat murah, tingkat aktivitas fisik yang rendah atau gaya hidup *sedentary*, dan tingkat konsumsi buah dan sayur yang rendah, faktor psikologis seperti keinginan untuk makan, status merokok, status sosial ekonomi seperti tingkat pendidikan, status pernikahan, hormon, ras, program diet, usia, dan jenis kelamin (Putri *et al.*, 2022).

Perkembangan teknologi dapat menyebabkan pola hidup yang berubah dan penurunan aktivitas fisik. Aktivitas ringan saat luang, seperti bersantai, menonton TV, dan bermain komputer, dapat mengurangi energi yang dihasilkan tubuh. Akibatnya, keseimbangan antara energi yang dibutuhkan untuk melakukan aktivitas dengan energi yang diperoleh dari makanan terganggu. Hal ini dapat menyebabkan penumpukan jaringan adiposa dan meningkatkan risiko obesitas, terutama pada orang dewasa (Masdarwati *et al.*, 2022).

Obesitas berhubungan dengan berbagai macam penyakit serius seperti tekanan darah tinggi, diabetes melitus, dan penyakit pernafasan, obesitas memiliki efek negatif pada kesehatan seseorang (Fernando, 2019). Dampak lain seperti mendapatkan kekerasan mental dari orang-orang di sekitar Anda juga dapat menyebabkan Anda menjadi kurang percaya diri, sedih, gugup, dan

keseharian (Noviyanti & Marfuah, 2017). Mahasiswa obesitas mempengaruhi perkembangan psikososial mereka, seperti kepercayaan diri. Kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku dengan cara yang diharapkan dan diinginkan. Jika seseorang tidak percaya pada dirinya sendiri, mereka akan menghadapi masalah karena kepercayaan diri adalah bagian dari kepribadian seseorang yang membantunya memaksimalkan potensinya (Lestari, 2016). Gangguan atau permasalahan psikososial dapat disebabkan karena pengaruh stigma yang menyebabkan ketidakpuasan terhadap gambar tubuh dan menurunkan harga diri (Utami & Probosari, 2018).

Harga diri, juga dikenal sebagai *self-esteem*, adalah persepsi subjektif yang dimiliki seseorang tentang dirinya sendiri atau orang lain. Persepsi ini dapat digambarkan dalam sikap yang positif maupun negatif, dan jika sikap tersebut positif, maka akan berdampak positif untuk dirinya sendiri, dan jika sikap tersebut negative, maka akan berdampak buruk untuk dirinya sendiri (Salsabila *et al.*, 2022).

Harga diri (*Self esteem*) terdiri dari dua elemen penting yang terdapat pada penelitian Rochmach (2013), yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri. Kedua aspek tersebut terbagi menjadi 5 indikator yaitu akademik, sosial, emosional, keluarga, dan fisik (Salsabila *et al.*, 2022). Harga diri (*self-esteem*), yang dijelaskan Rosenberg dalam Rozika (2016), membantu seseorang mempresentasikan dirinya dengan melihat gambar diri orang lain dan membandingkannya dengan dirinya sendiri (Latupeirissa & Wijono, 2022).

Harga diri (*Self-Esteem*) diperoleh dari diri sendiri dan orang lain. Menurut Myers tahun 1999, individu yang memiliki harga diri yang tinggi, juga dikenal sebagai *self-esteem*, cenderung memiliki respek terhadap dirinya sendiri, menganggap dirinya berharga, tidak menginginkan dirinya sempurna atau lebih baik dari orang lain, dan juga tidak berpikir dirinya buruk, mengakui keterbatasan interpersonal mereka (Amalia, 2014).

Rasa kurang menghargai diri sendiri akan dipengaruhi oleh harga diri (*self-esteem*) yang rendah. Hal ini dapat ditunjukkan melalui pikiran dan kata-kata yang mencela diri sendiri. Individu dengan harga diri (*self-esteem*) yang rendah cenderung memiliki pandangan yang kurang dapat diandalkan tentang diri mereka sendiri, sehingga mudah terpengaruh oleh orang lain, dan menunjukkan prediktor kesehatan fisik dan mental yang buruk (Rahmania, 2012).

Nikmat yang diberikan oleh Allah SWT bukan hanya dalam bentuk harta benda, seperti kekayaan dan kesehatan finansial yang melimpah. Nikmat hidup dan memiliki tubuh yang sehat fisik maupun mental, untuk itu dalam segala kondisi baik kita harus selalu bersyukur, sesuai dengan firman Allah SWT, yaitu :

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ ۖ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

"Wa iz ta`azzana rabbukum la'in syakartum la`azidannakum wa la'ing kafartum inna 'azabi lasyadid."

Artinya: "Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka pasti azab-Ku sangat berat.”

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara obesitas dengan harga diri (*Self-esteem*) pada mahasiswa prodi kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas dapat dirumuskan rumusan masalah sebagai berikut: “Apakah terdapat hubungan antara obesitas dengan tingkat harga diri (*self-esteem*) pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara obesitas dengan harga diri (*self-esteem*) pada mahasiswa Prodi Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui distribusi frekuensi obesitas pada mahasiswa Prodi Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- b. Mengetahui distribusi frekuensi harga diri (*self-esteem*) pada mahasiswa Prodi Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini membantu memperkuat teori-teori yang sudah ada di bidang psikologi sosial, psikologi klinis, dan psikologi perkembangan tentang perkembangan harga diri (*self-esteem*) siswa dan perkembangan mereka. Selain itu, penelitian ini membantu peneliti lain yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, diharapkan penelitian dapat mendapatkan informasi mengenai hubungan antara obesitas dan harga diri (*self-esteem*) pada mahasiswa Prodi Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- b. Bagi responden penelitian, diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi tentang obesitas dan hubungannya dengan Tingkat harga diri (*self-esteem*).
- c. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi mahasiswa yang mengalami obesitas.
- d. Bagi Masyarakat, diharapkan hasil penelitian ini akan membuat masyarakat lebih menyadari kondisi psikologis seperti harga diri (*self-esteem*) dan kondisi fisik seperti obesitas.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini didasarkan pada beberapa penelitian sebelumnya yang memiliki tema yang hampir sama. Perbedaan dengan penelitian

sebelumnya terkait kriteria responden, jumlah dan posisi variabel, atau metode analisis.

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Nama	Jurnal Tahun	Judul	Hasil	Penelitian Terdahulu	Penelitian Ini
1.	Priharyanti Wulandari	2016	Hubungan Obesitas dengan Harga Diri (<i>Self-Esteem</i>) Pada Remaja Putri SMA Negeri 13 Semarang	Ada hubungan bermakna antara obesitas dengan harga diri rendah pada remaja di SMA N 13 Semarang	Membahas hubungan antara obesitas dan self-esteem	Subjek penelitian adalah Remaja Putri SMA Negeri 13 Semarang, sedangkan penelitian ini subjek penelitiannya adalah Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
2.	Yosua Cahyo Putro	2017	<i>Self Esteem</i> dan Obesitas Pada Wanita Dewasa Awal	Terdapat hubungan (-) yang signifikan antara <i>self-esteem</i> dan obesitas pada Wanita dewasa awal.	Variabel independent adalah <i>self esteem</i> dan dependen adalah obesitas	Subjek penelitian adalah Wanita pada masa dewasa awal yang berdomisili di Yogyakarta, sedangkan penelitian ini subjek penelitiannya adalah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
3.	Rizal Asep Pratama	2022	Hubungan Obesitas dengan Citra Tubuh (<i>Body image</i>) dan Harga Diri (<i>Self-Esteem</i>) pada Remaja Putri	Remaja perempuan umumnya mengalami obesitas ringan, citra diri negatif, dan harga diri positif. Terdapat hubungan antara obesitas dengan citra tubuh dan harga diri remaja putri.	Desain penelitian ini <i>literature review</i> dengan pendekatan <i>systematic review</i> .	Desain pada penelitian adalah <i>literature review</i> sedangkan pada penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional

Penelitian ini berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya, karena penelitian ini ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara obesitas dengan harga diri (*self-esteem*) pada mahasiswa Prodi Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

