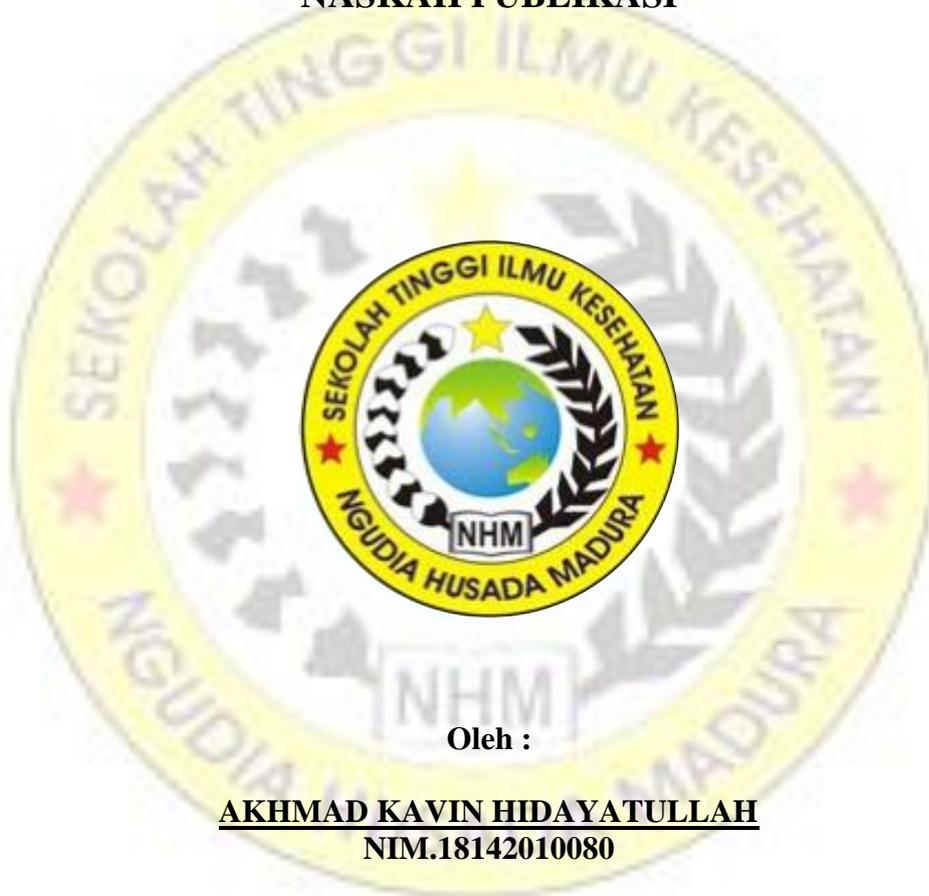


**HUBUNGAN OBESITAS TERHADAP GANGGUAN CITRA  
TUBUH, HARGA DIRI DAN PENERIMAAN DIRI PADA  
REMAJA PUTRI SMA**

**(Studi di SMA Negeri 1 Sampang)**

**NASKAH PUBLIKASI**



Oleh :

**AKHMAD KAVIN HIDAYATULLAH**  
**NIM.18142010080**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
STIKES NGUDIA HUSADA MADURA**

**2022**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN OBESITAS TERHADAP GANGGUAN CITRA  
TUBUH, HARGA DIRI DAN PENERIMAAN DIRI PADA  
REMAJA PUTRI SMA  
(Studi di SMA Negeri 1 Sampang)**

**NASKAH PUBLIKASI**

**Oleh :**

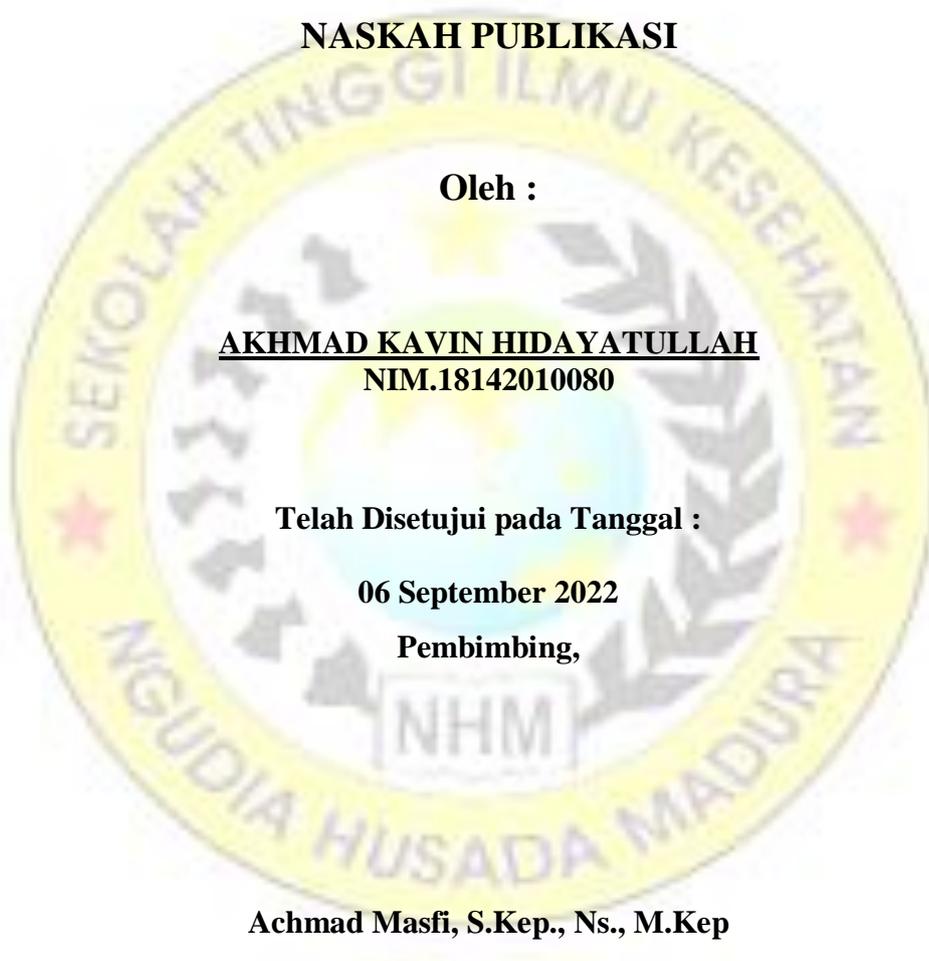
**AKHMAD KAVIN HIDAYATULLAH**  
**NIM.18142010080**

**Telah Disetujui pada Tanggal :**

**06 September 2022**

**Pembimbing,**

**Achmad Masfi, S.Kep., Ns., M.Kep**



# HUBUNGAN OBESITAS TERHADAP GANGGUAN CITRA TUBUH, HARGA DIRI DAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA PUTRI SMA (Studi di SMA Negeri 1 Sampang)

Akhmad Kavin Hidayatullah<sup>1</sup>, Achmad Masfi, S.Kep., Ns., M.Kep<sup>2</sup>

## ABSTRAK

Obesitas di kalangan remaja putri SMA menjadi persoalan terhadap gangguan citra tubuh, harga diri, dan penerimaan diri, sehingga remaja putri khawatir akan perubahan bentuk tubuhnya. **Tujuan penelitian** : menganalisis hubungan obesitas terhadap gangguan citra tubuh, harga diri, dan penerimaan diri pada remaja putri.

Penelitian ini menggunakan analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Variabel independennya adalah obesitas, sedangkan variabel dependent adalah citra tubuh, harga diri, dan penerimaan diri. Populasi dalam penelitian ini menggunakan Total Sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner, citra tubuh, harga diri dan penerimaan diri. Hasil uji etik dengan No. 1299/KEPK/STIKES-NHM/EC/VI/2022.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri SMAN 1 Sampang menunjukkan obesitas 1 sebanyak 37 responden (90%), hampir sebagian remaja putri yang mengalami citra tubuh rendah yaitu sebanyak 29 responden (78.4%), hampir sebagian remaja putri yang mengalami harga diri sedang yaitu sebanyak 16 responden (43.2%), Hampir sebagian remaja putri yang mengalami penerimaan diri sedang yaitu sebanyak 17 responden (45.9%), Hasil uji statistik *Spearman Rank*/bivariat didapatkan  $r = <(0,05)$  artinya ada hubungan antara obesitas dengan citra tubuh, obesitas dengan harga diri, obesitas dengan penerimaan diri. Sedangkan hasil multivariat menggunakan regresi logistik dan tidak ada hubungan signifikan antara obesitas terhadap gangguan citra tubuh, harga diri, dan penerimaan diri.

Berdasarkan hasil di atas disarankan agar remaja putri SMA Negeri 1 Sampang menjaga keseimbangan nutrisinya dengan rajin berolah raga supaya memiliki bentuk tubuh yang ideal atau diinginkan setiap wanita. Penampilan fisik yang menarik sangat penting di kalangan remaja khususnya remaja perempuan karena kesan pertama yang dilihat adalah daya tarik fisik sehingga dapat mempengaruhi citra tubuh, harga diri, penerimaan diri, dan dukungan sosial.

**Kata Kunci** : Obesitas, gangguan citra tubuh, harga diri, dan penerimaan diri

# HUBUNGAN OBESITAS TERHADAP GANGGUAN CITRA TUBUH, HARGA DIRI DAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA PUTRI SMA

(Studi di SMA Negeri 1 Sampang)

Akhmad Kavin Hidayatullah<sup>1</sup>, Achmad Masfi, S.Kep., Ns., M.Kep<sup>2</sup>

## **ABSTRACT**

*Obesity among adolescent girls is a problem with impaired body image, self-esteem, and self-acceptance, so adolescent girls are worried about changes in their body shape. The objective of the study analyze the relationship of obesity to impaired body image disorders, self-esteem, and self-acceptance in adolescent girls.*

*This study used correlation analytics with a cross sectional approach. The independent variables are obesity, while the dependent variables are body image disorders, self-esteem, and self-acceptance. The population in this study used Total Sampling. The research instrument uses questionnaires, body image disorders, self-esteem and self-acceptance. The results of the ethics test with No. 1299/KEPK/STIKES-NHM/EC/VI/2022.*

*The results showed that most of the adolescent girls of SMAN 1 Sampang showed obesity 1 as many as 37 respondents (90%), almost some young women who experienced low body image, namely as many as 29 respondents (78.4%), almost some young women who experienced moderate self-esteem, namely as many as 16 respondents (43.2%), almost some adolescent girls who experienced moderate self-acceptance, namely as many as 17 respondents (45.9%), The results of the Spearman Rank/ bivariate statistical test obtained  $r = <(0.05)$  meaning that there is a relationship between obesity and body image, obesity with self-esteem, obesity with self-acceptance. While the multivariate results used logistic regression and there was no significant relationship between obesity and body image disorders, self-esteem, and self-acceptance.*

*Based on the results above, it is recommended that adolescent girls of SMA Negeri 1 Sampang maintain their nutritional balance by diligently exercising so that they have an ideal body shape or are desired by every woman. Attractive physical appearance is very important among adolescents especially adolescent girls because physical attractiveness is one of the aspects seen in the first impression of the individual that will affect towards body image, self-esteem, self-acceptance and social support.*

**Keywords : Obesity, body image disorders, self-esteem, and self-acceptance**

## PENDAHULUAN

Perkembangan remaja diidentifikasi dengan tumbuh kembang dan perubahan fisik, artinya berubahnya bentuk tubuh (obesitas). Dikalangan remaja, perubahan bentuk tubuhnya merupakan masalah yang merisaukan, karena bisa menyebabkan rasa minder serta mengakibatkan terganggunya psikolog, apalagi jika ada diskriminasi dari remaja lain (Ningsih & jana, 2016 dalam jurnal (Alfin Kurniawa 2020). Obesitas terjadi karena adanya penumpukan lemak, obesitas juga bisa menjadi factor penyebab penyakit jantung (Soegih, 2002 dalam jurnal annisa kusuma ningrum 2018).

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi obesitas yaitu factor keturunan, makan makanan yang berlebihan, kurangnya olahraga, pengaruh psikis, dan lingkungan. Seseorang yang mengkonsumsi makanan berlebihan dapat menyebabkan nafsu makan yang meningkat dan terjadi perubahan fisik, sehingga terjadi gangguan citra tubuh. (Elisa 2021)

Citra tubuh akan mempengaruhi tanggapan seseorang, akan perasaan dan pemikiran tentang diri sendiri atau bentuk tubuhnya dan biasanya yang dinilai dari bentuk tubuh. (Grogan, 1999; Muth & Cash, 1997). Citra diri yang negatif merupakan faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan diri yang rendah bagi seseorang. (Fernando, 2019).

Obesitas pada remaja selain mengakibatkan gangguan konsep diri, obesitas juga dapat mempengaruhi penerimaan diri. Penerimaan diri berkaitan dengan bagaimana cara seseorang bersikap berkaitan dengan penerimaan seseorang akan dirinya sendiri, dikenali dengan merasa tentram akan diri sendiri, baik itu melingkupi bakat, kualitas, dan mau memikirkan dan menerima bahwa dirinya saja adalah makhluk yang memiliki batasan. (Hasmalawati, 2017).

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *cross sectional* jenis penelitian menggunakan pengukuran / waktu pengamatan variabel bebas dan variabel terikat. (Nursalam, 2017) Populasi dalam penelitian ini adalah penderita obesitas pada remaja di SMAN 1 Sampang sebanyak 41 responden. Variabel yang digunakan Obesitas, Citra tubuh, Harga diri, dan Penerimaan diri.

## HASIL PENELITIAN

### a. Data Umum

#### 1. Berdasarkan Usia.

No.	Usia	Frekuensi	Persentase
1.	15-17 Tahun	25	61
2.	18-20 Tahun	16	39
Jumlah		41	100

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hampir sebagian besar remaja putri berusia 15-17 tahun sejumlah 25 responden (61%), dan 18-20 Tahun sejumlah 16 responden (39%).

2. Berdasarkan Berat Badan

No.	Berat Badan	Frekuensi	Persentase
1.	45–60 Kg	22	54
2.	61–80 Kg	16	39
3.	81–85 Kg	3	7
Jumlah		41	100

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hampir sebagian remaja putri mengalami berat badan 45-60 Kg sejumlah 22 responden (54 %), 61-80 Kg sejumlah 16 responden (39%) dan 81-85 Kg sejumlah 3 responden (7%).

**b. Data Khusus**

1. Berdasarkan Frekuensi Obesitas.

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	Obesitas 1	37	90
2.	Obesitas 2	4	10
3.	Obesitas 3	0	0
TOTAL		41	100

Dari tabel di atas, dapat digambarkan bahwa dari 120 responden sebagian besar memiliki kognitif cukup sebanyak 77 (64%).

2. Berdasarkan Frekuensi Citra Tubuh.

No.	Citra Tubuh	Frekuensi	Persentase
1.	Rendah	32	78
2.	Sedang	6	15
3.	Tinggi	3	7
Jumlah		41	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan gangguan citra tubuh

hampir sebagian remaja putri yang mengalami rendahnya citra tubuh sejumlah 32 responden (78%), sedangkan remaja putri yang mengalami citra tubuh sedang sejumlah 6 responden (15%), dan remaja putri yang mengalami citra tubuh tinggi sejumlah 3 responden (7%).

3. Berdasarkan Frekuensi Harga Diri.

No.	Citra Tubuh	Frekuensi	Persentase
1.	Rendah	7	17
2.	Sedang	20	49
3.	Tinggi	14	34
Jumlah		41	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan gangguan harga diri terhadap remaja putri yang mengalami harga diri rendah sejumlah 7 responden (17%), hampir sebagian remaja putri yang mengalami harga diri sedang sejumlah 20 responden (49%), dan remaja putri yang mengalami harga diri tinggi sejumlah 14 responden (34%).

4. Berdasarkan Frekuensi Penerimaan Diri

No.	Citra Tubuh	Frekuensi	Persentase
1.	Rendah	6	15
2.	Sedang	20	49
3.	Tinggi	15	37
Jumlah		41	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan gangguan Penerimaan Diri terhadap remaja putri yang mengalami penerimaan diri rendah sejumlah 6 responden (15%), hampir sebagian remaja putri yang mengalami penerimaan diri sedang sejumlah 20 responden (49%), dan remaja putri yang mengalami penerimaan diri tinggi sejumlah 15 responden (37%).

## **PEMBAHASAN**

### **a. Identifikasi Obesitas**

Berdasarkan data yang didapatkan, sebagian besar remaja putri SMAN 1 Sampang menunjukkan obesitas 1 sebanyak 37 responden (90%), dan obesitas 2 sebanyak 4 responden (10%). Menurut peneliti remaja menengah (15-17 tahun) mengalami obesitas dikarenakan adanya mengkonsumsi makanan lebih dari porsi, lalu kurangnya aktivitas olahraga, dan seringnya mengkonsumsi makanan cepat saji.

Penyebab obesitas pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sampang yaitu kurangnya mengontrol makanan, seringnya mengkonsumsi camilan atau makanan cepat saji, dan kurangnya aktivitas gerak tubuh atau olahraga, dan remaja yang mengalami obesitas cenderung memiliki kepercayaan yang kurang, sehingga dapat menyebabkan terhambatnya seseorang melakukan aktivitas fisik sehari-hari. Perubahan fisik pada remaja dapat menimbulkan dampak psikologis yang tidak diinginkan, karena

biasanya remaja sangat memperhatikan tubuh dibandingkan aspek lain. Penampilan fisik yang menarik sangat penting di kalangan remaja khususnya remaja perempuan karena aspek yang dilihat pertama oleh masyarakat adalah daya tarik fisik sehingga berpengaruh terhadap citra tubuh, harga diri, penerimaan diri, dan dukungan sosial.

### **b. Identifikasi Citra tubuh**

Berdasarkan data didapatkan sebagian besar remaja putri SMAN 1 Sampang menunjukkan bahwa hampir sebagian memiliki gangguan citra tubuh rendah sejumlah 32 responden (78%). Menurut peneliti, remaja menengah (15-17 tahun) mengalami gangguan citra tubuh yang disebabkan oleh lemak tubuh yang berlebihan sehingga bentuk tubuhnya tidak ideal. Ketidakpuasan yang terjadi akan membuat remaja menganggap penampilannya tidak sesuai apa yang di harapkan sehingga menyebabkan kurangnya percaya diri.

Menurut peneliti, siswi putri sebagian memiliki gambaran citra tubuh yang rendah sehingga menyebabkan kurangnya perasaan puas terhadap tubuhnya. Dimana kepedulian *body image* dikalangan remaja sangat kuat terlebih pada remaja umur 15-17 tahun.

### **c. Identifikasi Harga diri**

Berdasarkan data didapatkan sebagian besar remaja putri SMAN 1 Sampang dengan jumlah 41 responden menunjukkan hampir

sebagian memiliki gangguan harga diri Sedang sejumlah 20 responden (49%). Menurut peneliti, remaja menengah (15-17 tahun) mengalami gangguan harga diri yang disebabkan karena berubahnya fisik yang berpengaruh pada psikologis remaja. (Priharyanti Wulandari, Arifianto, 2016).

Siswi SMA Negeri 1 Sampang sebagian besar memiliki harga diri yang sedang, dimana sebagian dari mereka mempunyai pikiran positif cara itu mempengaruhi perasaan yang akan muncul dalam situasi spesifik. Harga diri penting bagi kehidupan remaja putri, pergaulan, maupun kehidupan keluarga. Remaja putri yang memiliki ketidakpuasan terhadap tubuhnya dapat menyebabkan harga diri yang negatif terhadap siswi yang lain.

#### **d. Identifikasi Penerimaan diri**

Berdasarkan data didapatkan sebagian besar remaja putri SMAN 1 Sampang menunjukkan bahwa hampir sebagian memiliki gangguan penerimaan diri sedang sejumlah 20 responden (49%). Remaja menengah (15-17 tahun) mengalami gangguan penerimaan diri yang disebabkan oleh golongan penerimaan diri sedang. Sehingga remaja lebih percaya diri akan kemampuannya.

Menurut peneliti remaja SMA Negeri 1 Sampang Sebagian besar bisa menerima dirinya sendiri. Orang yang memiliki penerimaan diri yang positif maka dia akan memiliki

penerimaan diri yang baik, dan sebaliknya.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **a. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian Hampir sebagian remaja putri SMA Negeri 1 Sampang mengalami obesitas I, dan adanya hubungan antarara obesitas dengan gangguan citra tubuh, gangguan harga diri, dan gangguan penerimaan diri pada remaja putri di SMA 1 Kabupaten Sampang secara keseluruhan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Alfin Kurniawa, Imam Zaenuri, Emyk Windarti. "Hubungan Obesitas Dengan Harga Diri Pada Remaja Putri Kelas X di SMA Negeri 1 Pacet Kabupaten Mojokerto." *Jurnal Penelitian STIKES Bina Sehat PPNI Mojokerto*, 2020.
- Ali, Prof. Dr. Mohammad. *Psikologi Remaja*. JAKARTA: Paragonatama Jaya, 2012.
- Dewi Taurisiawati Rahayu, L. H. *Obesitas Dengan Harga Diri pada Remaja Putri Kelas X SMK YP 17 Pare Kediri*. Pare Kediri, (2019).
- Efendi, Atika Fitrianingrum. "Tingkat Penerimaan Diri Mahasiswa Fakultas Dakwah Angkatan 2019 Yang Belum Lulus Baca Tulis Al-Qur'an

- Dan Penegtahuan Pengalaman Ibadah (Bta) Untuk Mengikuti Program Pesantrenisasi ." PURWOKERTO , 2020.
- Eka, Jainuddin. "Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kebersyukuran Siswa MA Bilingual Boarding School". *Indonesian Psychological Research*, 2019: 26.
- Elisa, Novi Nindy. "Citra Tubuh, Dukungan Sosial Teman Sebaya, Dan Penerimaan Diri Pada Orang Dengan Obesitas (ODO)." *Citra Tubuh, Dukungan Sosial Teman Sebaya, dan Penerimaan Diri*, 2021.
- Fitria, Rahma. "Hubungan Harga Dirinmahasiswa Dengan Kemampuan Aktualisasi Diri Dalam Proses Belajar Metode Seven Jump Di Program Studi Ilmu Keperawatan Uin Syarif Hidayatullah JAKARTA ." JAKARTA , 2015 .
- Hasdianah, Dr. *Gizi, Pemantapan Gizi, Diet, dan Obesitas*. yogyakarta: Nuha Medika, 2014.
- Hasmalawati, Nur. "Pengaruh Citra Tubuh Dan Perilaku Makan Terhadap Penerimaan Diri Pada Wanita." *Jurnal Psikoislamedia*, 2017.
- Imelda Aldinur Aritonang, Suyanto, Miftah Azrin. "Gambaran Citra Tubuh Dan Sktivitas Fisik Pada Siswi Smp Al-Ulum Pekanbaru." *Gambaran Citra Tubuh Dan Sktivitas Fisik Pada Siswi Smp Al-Ulum Pekanbaru*, 2015.
- Khoiriyah, Harista Umamil. "Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Di Panti Asuhan Nurul Abaydh Malang." 2018: 30-32.
- KUSUMANINGRUM, annisa. "Studi Deskriptif Penerimaan Diri Remaja Putri Yang Mengalami Obesitas." UNIVERSITAS WIDYA DHARMA KLATEN , KLATEN, 2018.
- Larasati, Lucki Vindi. "Hubungan Obesitas Dengan Gangguan Citra Tubuh Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Almunawwir Krapyak." 2019.
- Moha, M. K., & Lolong, J. *Hubungan Obesitas Dengan Harga Diri Pada Remaja Di Sma Negeri 1 Limboto Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo*. 5. GORONTALO, 2017.
- Notoatmodjo, S. *Metodologi Penelitian Kesehatan* . <http://repo.unikadelasalle.ac.id/index.ph>

p?p=show\_detail&id=9271&keywords, 2012.

*Nutrisi Amerta*, 2017: 398-405.

- Ns. Muhammad Suhron S.Kep., M.Kes. *Asuhan Keperawatan Jiwa Konsep Self Esteem*. Jakarta : Mitra Wacana Media, 2017.
- Ns. Sutejo, M.kep., S.kep.j. *KEPERAWATAN JIWA. YOGYAKARTA : PUSTAKA BARU PRESS, 2019.*
- Nur Astuti Agustriyana, I. S. "Fully Human Being Pada Hubungan antara tingkat obesitas ." 2017: 1-11.
- Nursalam. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. II*. Jakarta: Salemba Medika, 2011.
- Prof. Dr. ZulfanSaam, M.S. *Psikologi Keperawatan*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada, 2012.
- Sugiyono. *Metodologi Penelitian*. 2018.
- Utami, Anggit setyo. *Pengaruh Syukur Terhadap Body Image Positif Pada Siswi Program Keahlian Akomodasi Perhotelan di Smk Negeri 6 Semarang*. Semarang : anggit setyo utami, 2019.
- Wati, Dewi Kartika. "Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan Gemuk dan Tidak gemuk."
- 