

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk ciptaan Allah yang paling sempurna, penciptaan yang sangat sempurna baik fisik maupun non fisik seperti akal, *qalb* (hati), tanpa kehilangan syahwat dan nafsu, dan juga gerak motorik seluruh tubuhnya yang demikian indah dan dinamis. Dengan begitu, manusia dianugerahkan berbagai kelebihan, dan kelebihan-kelebihan tersebut tidak diberikan Allah kepada makhluk lain selain manusia dan hal ini pula yang menyebabkan mereka memperoleh kemuliaan-Nya. Firman Allah SWT, QS. Al-Isra ayat 70, yang menjelaskan tentang manusia adalah makhluk yang sempurna. Begitu juga Allah menciptakan manusia dengan bentuk sebaik-baiknya. Sebagaimana dalam firman Allah SWT QS. At-Tin ayat 4, yang menyatakan manusia diciptakan dalam bentuk yang sebaik-baiknya.

Begitu banyak kelebihan yang telah diberikan Allah yang tidak diberikan kepada makhluk ciptaan yang lain selain manusia, yang harus kita syukuri. Begitu juga kenikmatan-kenikmatan kecil yang sering kita abaikan. Menurut Lutfiana (2017), Allah SWT memberikan kita nikmat yang tidak terhingga setiap harinya. Hanya saja, kita tidak menyadari hal tersebut. Setiap napas yang kita hirup, setiap tubuh yang kita gerakkan, itu semua merupakan nikmat yang Allah berikan tanpa kita sadari. Tetapi, sering kali manusia tidak mensyukuri hal-hal kecil, seperti tubuh yang sehat yang diberikan Allah SWT. Dalam QS. Al-Mulk ayat 23 yang menerangkan tentang Allah SWT yang memberi pendengaran, penglihatan dan hati, tapi sangat sedikit yang mensyukurinya.

Sering kali manusia merasa tidak puas dengan penampilan fisiknya terutama wanita, sebagai seorang wanita tentu mendambakan penampilan fisik yang sempurna, seperti memiliki tubuh yang ideal; bertubuh tinggi diatas rata-rata dan bertubuh

ramping, memiliki wajah rupawan dan senyum menawan. Sayangnya tidak semua orang memilikinya, karena itu, banyak yang tidak puas dengan penampilan fisiknya. Hal ini, dikhawatirkan dapat berpengaruh buruk pada wanita tersebut. Menurut Devya (2015:434-435) penampilan fisik adalah satu-satunya yang mampu menarik teman sebayanya maupun lawan jenisnya. Mereka cenderung lebih mementingkan daya tarik fisik dalam proses sosialisasi. Menurut Pandu (2014:108) pada remaja putri khususnya, perubahan penampilan fisik akan lebih terlihat dari sebelumnya. Kelebihan berat badan dari ukuran ideal atau biasa disebut dengan obesitas merupakan suatu hal yang ditakuti oleh banyak remaja putri, karena dapat merusak penampilan dan citranya sebagai seorang wanita.

Oktarina, dkk. (2010:383) mengatakan obesitas adalah kelebihan bobot badan sebagai akibat dari penimbunan lemak tubuh yang berlebihan. Tubuh yang obesitas memiliki lemak berlebih yang disebabkan oleh asupan kalori sehari-hari yang berlebihan. Menurut Nur'afni (2009:125) obesitas adalah penumpukan jaringan lemak tubuh yang abnormal. Hal yang bisa menyebabkan obesitas adalah asupan kalori dalam tubuh yang tidak sesuai (berlebihan) dengan kalori yang dikeluarkan.

Obesitas sekarang ini sudah menjadi masalah global, jumlah orang yang mengalami obesitas cukup banyak tidak hanya di negara-negara maju tapi juga, di negara-negara berkembang. Menurut Chan dan Woo (2010:765) obesitas merupakan masalah kesehatan yang terjadi di masyarakat yang telah menimbulkan kekhawatiran diseluruh dunia.

Data pada tahun 2008 yang dikeluarkan oleh organisasi kesehatan dunia atau World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa lebih dari 1,4 miliar orang dewasa berusia di atas 20 tahun mengalami kelebihan berat badan. Jumlah tersebut lebih banyak dialami oleh perempuan dibandingkan laki-laki. Selanjutnya *Behavior Risk Factor Surveillance System* (BRFSS) menyatakan bahwa 19,4% wanita di Amerika Serikat,

secara klinis mengalami obesitas (IMT atau Indeks Massa Tubuh $>30\text{kg/m}^2$). *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2008 menunjukkan bahwa 300 orang perumpuan dewasa menderita obesitas. Sementara itu, hanya sekitar 200 orang laki-laki dewasa yang menderita obesitas (dalam Sudargo, dkk., 2014:1-2).

Menurut *World Health Organization* (WHO) (dalam Chan & Woo, 2010:765-766) Meskipun beberapa negara-negara maju seperti Inggris dan Jerman mengalami penurunan tingkat prevalensi obesitas dalam dekade terakhir, tetapi prevalensi obesitas terus meningkat di banyak bagian dunia, terutama di kawasan Asia Pasifik. Sebagai contoh, prevalensi gabungan kelebihan berat badan dan obesitas meningkat 46% di Jepang dari 16,7% di 1976-1980 menjadi 24,0% pada tahun 2000, dan di China dari 3,7% pada tahun 1982 menjadi 19,0% pada tahun 2002.

Di Indonesia, angka obesitas terus meningkat secara drastis dari tahun ke tahun. Prevalensi obesitas berdasarkan Risesdas (Riset kesehatan dasar) tahun 2010 (dalam Akhriani, dkk., 2016:30) adalah 2,5% untuk kelompok usia 13-15 tahun, sedangkan berdasarkan Risesdas (Riset kesehatan dasar) 2013 prevalensi ini meningkat menjadi 10,8%. Dapat dilihat bahwa angka obesitas pada remaja meningkat 8,3% dalam kurun waktu 3 tahun. Hal tersebut memberikan peringatan bahwa terdapat kemungkinan terjadinya peningkatan angka obesitas remaja di masa yang akan datang. Remaja dengan obesitas memiliki kemungkinan untuk menjadi obesitas di masa dewasa sekitar 40% sampai 59,9%.

Penderita obesitas lebih rentan terserang penyakit, berbagai macam resiko penyakit berbahaya dapat menyerang orang berbadan obesitas. Rosmala (2006:62) menjelaskan penderita obesitas lebih sering sakit. Obesitas pada wanita bisa menimbulkan kelainan haid, kemandulan, keputihan, penyakit kulit di lipatan paha dan payudara, dan keracunan kehamilan.

Obesitas juga menjadi 'pintu gerbang' datangnya penyakit-penyakit degeneratif, seperti tekanan darah tinggi, diabetes melitus, jantung, stroke, dan kanker, penderita obesitas pun mempunyai angka harapan hidup yang lebih rendah dari populasi berat badan normal.

Menurut Winarsi (2010:76) sebagai akibat lebih jauh dari obesitas, penderita akan mengalami gangguan kesehatan seperti meningkatnya risiko penyakit kardiovaskuler, kanker, stroke, diabetes, osteoarthritis, gallbladder disease, "sleep apnea" (tidak bisa bernapas saat tidur), serta tingkat kematian yang lebih tinggi dibanding individu berberat badan normal. Penderita obesitas berisiko 30 kali lebih besar terkena diabetes mellitus tipe-2 dibanding orang dengan berat badan normal. Dan bila indeks massa tubuhnya meningkat hingga lebih dari 35, maka kemungkinan terkena diabetes tipe-2 menjadi 90 kali lipat.

Orang yang menderita obesitas juga banyak mengalami kesulitan menjalankan aktivitas sehari-hari. Menurut Rosmala (2006:62) seorang yang mengidap obesitas mempunyai banyak kesulitan dalam melakukan aktivitas fisik sehari-hari. Pengeluaran sehari-hari untuk pakaian dan makanan lebih besar daripada orang normal, penderita bisa mengalami rasa tidak percaya diri, tertekan, dan putus asa.

Seseorang yang mengalami obesitas sulit untuk berhubungan dengan orang lain, dimana penampilan fisik menjadi penentu yang penting dalam menjalin hubungan dengan orang lain, karena hubungan akan berjalan dengan baik jika kesan pertama yang ditimbulkan adalah kesan yang baik. Dari kesan pertama itulah akan terbentuk penilaian orang lain terhadap diri seseorang, dan barulah citra diri atau gambaran dirinya terbentuk. Holden (2005:91) mengatakan citra diri terbentuk dari penilaian yang dibuat oleh kita sendiri maupun oleh orang lain. Citra diri ini merupakan "Diri yang dipelajari". Ia terbentuk dari informasi pengalaman, umpan balik, dan kesimpulan yang di buat.

Seringkali, dari penilaian-penilaian orang lain terhadap diri seseorang itulah yang menjadi pemikiran tentang diri, dan itulah yang dia gambarkan tentang dirinya. Menurut Wibowo (2007:82) citra diri adalah pandangan tentang diri atau bagaimana menggambarkan diri itu sendiri. Citra diri inilah yang membedakan seorang manusia dengan manusia lain, yaitu bagaimana ia memandang dirinya sendiri. Pandangan ini bervariasi antara satu orang dengan orang yang lainnya. Ada orang berpandangan sangat baik, optimistis, dan positif terhadap dirinya, namun ada juga yang menganggap dirinya rendah dan tidak berguna.

Dari uraian di atas, maka dapat disimpulkan pada umumnya orang yang obesitas memiliki citra diri yang negatif. Hal tersebut justru bertentangan dengan fenomena yang terjadi, dilihat dari penelitian sebelumnya yang meneliti tentang obesitas baik secara kualitatif maupun kuantitatif.

Kesimpulan dari hasil penelitian tersebut, menurut Wulandari dan Aini (2016:85) menyimpulkan didapatkannya hasil terbanyak yaitu 48 orang (56.5%) remaja putri dengan harga diri positif. Sedangkan, penelitian Sitepu (2016:3) juga melakukan hal yang sama, penelitian ini menyimpulkan hasil tingkat kepercayaan diri dibagi menjadi tiga kategori: Kepercayaan diri tinggi sebesar 65% (40 orang), sedang 35% (22 orang), dan rendah tidak ada.

Kemudian, kesimpulan hasil penelitian tentang citra diri dan obesitas, dari Ningsi dan Jana (2016:116) menemukan hasil responden yang memiliki citra diri positif lebih banyak dari pada yang memiliki citra diri negatif, yaitu orang obesitas yang memiliki citra diri positif sebanyak 24 orang (63%) dan orang obesitas yang memiliki citra diri negatif sebanyak 14 orang (37%). Sedangkan, Prameswari, dkk. (2013:55) menyimpulkan penelitiannya menunjukkan hasil yang tidak jauh berbeda, yaitu sebanyak 14 remaja putri obesitas memiliki citra diri negatif dan

harga diri rendah dan sebanyak 13 remaja putri obesitas memiliki citra diri positif dan harga diri tinggi.

Sejalan dengan hasil penelitian diatas, dari hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap mahasiswi UIN Raden Fatah Palembang penyandang obesitas yang dijadikan sebagai subjek bernama RA. ketika diajukan pertanyaan perihal bagaimana pandangan RA terhadap dirinya. Dan dari jawaban RA mengatakan bahwa, dirinya adalah orang yang percaya diri, dan dapat menjadi dirinya sendiri.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik mendapatkan gambaran mendalam tentang citra diri mahasiswi obesitas di Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang. Selain itu alasan penulis memilih lokasi di Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang karena belum pernah dilakukan penelitian sejenis sebelumnya di Universitas tersebut.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, disusun pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran citra diri mahasiswi obesitas di Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang?
2. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi citra diri mahasiswi obesitas di Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan sebagai berikut:

1. Untuk menggambarkan citra diri mahasiswi obesitas di Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.
2. Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi citra diri mahasiswi obesitas di Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Memberikan masukan yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu psikologi dan sebagai acuan penelitian selanjutnya, terutama tentang permasalahan-permasalahan citra diri dan obesitas, selain itu, diharapkan penelitian ini dapat menjadi perangsang untuk melakukan penelitian sejenis secara mendalam bagi peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswi

Memberikan informasi mengenai obesitas dan citra diri, serta gambaran mahasiswi yang mengalami obesitas dalam memandang bentuk tubuh terhadap citra dirinya. Sehingga dapat mengantisipasi terbentuknya citra diri negatif.

b. Bagi Keluarga yang Memiliki Saudara Obesitas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terhadap keluarga yang memiliki saudara obesitas dapat memberikan dukungan dan dapat membantu meningkatkan citra diri positif bagi orang obesitas, yang tentunya akan meningkatkan keberhasilan hidupnya.

c. Bagi Masyarakat Sekitar

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kesadaran dan kepedulian kepada masyarakat terhadap orang obesitas untuk diperlakukan sama dengan orang lain. Dan juga diharapkan pandangan masyarakat akan lebih baik terhadap orang obesitas.

d. Bagi Pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang pentingnya citra diri positif yang harus dimiliki mahasiswi obesitas.

1.5 Keaslian Penelitian

Berikut adalah penelitian yang mengacu pada penelitian yang hampir sama dengan salah satu tema penelitian yang berbeda. Penelitian yang dilakukan oleh Fatra Agsesa Vonala dan Nurrokhmi Ernawati "Hubungan Konsep Diri (Citra Diri Dan Harga Diri) dengan Strategi Koping pada Penderita Pasca Stroke Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungwuni I Kabupaten Pekalongan. Penelitian ini bertujuan untuk Memperoleh informasi hubungan konsep diri (citra diri dan harga diri) dengan mekanisme koping pada penderita pasca stroke di wilayah kerja Puskesmas Kedungwuni I Kabupaten Pekalongan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain studi *deskriptif korelatif* dan dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita pasca stroke di wilayah Puskesmas Kedungwuni I Kabupaten Pekalongan pada tahun 2014 sebanyak 51 orang (Vonala & Ernawati, 2016:6-7).

Penelitian selanjutnya dari Sri Yohana Pandu "Konsep Diri Remaja Putri yang Mengalami Obesitas" tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran Konsep Diri Remaja Putri yang Mengalami Obesitas. Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Jumlah Subyek penelitian ini ada tiga orang remaja putri yang mengalami obesitas. Subyek pertama berusia 19 tahun memiliki berat badan 67kg, tinggi badan 147cm, subyek kedua berusia 21 tahun memiliki berat badan 75kg tinggi badan 153cm, dan subyek yang ketiga berusia 21 tahun memiliki berat badan 75kg tinggi badan 150cm. ketiga subyek ini sedang kuliah di Universitas Widyakarya Malang (Pandua, 2014:120).

Berdasarkan dari hasil penelitian sebelumnya penulis melihat belum ada yang membahas secara spesifik tentang citra diri pada mahasiswi yang mengalami obesitas. Terutama penelitian ini berfokus pada mahasiswi yang jarang digunakan sebagai subjek penelitian. Berdasarkan penelitian diatas peneliti berkeyakinan

bahwa penelitian mengenai "citra diri mahasiswi obesitas di Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang" sampai saat ini belum ada yang menelitinya.