

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan suatu fase tahapan manusia pada usia 12-21 tahun yang disertai perubahan fisik yang pesat. Perubahan ini diakibatkan karena perubahan hormonal dan kematangan tanda-tanda seks primer dan sekunder. Ciri seks primer meliputi organ seks, seperti mengalami mensturasi dan mimpi basah, sedangkan ciri seks sekunder pada laki-laki yaitu perubahan suara menjadi lebih berat, penambahan tinggi badan yang cepat, pertumbuhan rambut kemaluan, berkembangnya otot, pada wanita mengalami pertumbuhan payudara, pinggu melebar, dan tumbuhnya rambut kemaluan.¹

Selain perubahan fisik karena bertambahnya massa otot, bertambahnya jaringan lemak dalam tubuh, Perubahan ini berhubungan dengan kebutuhan gizi dan makanan yang mereka konsumsi. Ketidakseimbangan asupan gizi dalam waktu yang lama dapat menyebabkan seseorang memiliki berat badan yang tidak ideal bahkan dapat berlebihan. Remaja menginginkan penurunan berat badan secara drastis, sehingga mereka menerapkan perilaku yang tidak tepat dalam mencapai tubuh yang ideal, misalnya dengan mengatur pola makan yang tidak sehat, maka akan berdampak pada status gizi mereka.²

Penilaian status gizi cara antropometri gizi berhubungan dengan berbagai pengukuran dimensi tubuh dan komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi. Body Mass Index atau Indeks Massa Tubuh merupakan salah satu pengukuran status gizi yang biasa digunakan untuk mengukur status gizi usia remaja dan dewasa. Penilaian status gizi dengan indeks massa tubuh I adalah nilai dari perhitungan antara berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) seseorang. Hasil perhitungan tersebut, kemudian dikategorikan untuk menentukan status gizi.²

Secara umum status gizi pada remaja yang diukur berdasarkan indeks massa tubuh, prevalensi dengan kategori kurus semakin meningkat seiring bertambahnya usia. Hal ini dapat dilihat berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, pada usia 13-15 tahun adalah 16.0% terdiri dari 11,2% gemuk dan 4,8%

sangat gemuk atau obesitas. Sedangkan prevalensi gemuk pada remaja usia 16-18 tahun sebanyak 13,5% yang terdiri dari 9,5% gemuk serta 4,0% obesitas.³ Pada usia remaja akhir >18 tahun banyak sekali mengalami obesitas prevalensi pada laki-laki yaitu 19,7% mengalami peningkatan pada tahun 2007 sebesar 13,9% dan 2010 sebesar 7,8%. Begitu pula pada prevalensi wanita >18 tahun sebanyak 32,9% pada tahun 2013.⁴

Perubahan-perubahan fisik dan hormonal mempengaruhi psikologi remaja. Masa remaja ditandai dengan kondisi psikologis yang belum stabil, konflik batin, adanya perasaan gelisah, tingkat emosi yang belum stabil adanya rasa ingin tahu yang besar, dan adanya sebuah pencarian identitas.⁵ Dimana berbagai masalah akan muncul pada masa remaja, jika tidak terselesaikan maka akan berdampak pada masa perkembangan selanjutnya.

Mahasiswa merupakan kalangan yang berumur 18-22 tahun yang dimana secara umum mengalami masa peralihan dari remaja ke tahap dewasa. Ditinjau dari fase perkembangan remaja bahwa mahasiswa termasuk dalam fase remaja akhir.⁶ Remaja pada awalnya yakin terhadap dirinya sendiri namun dengan banyaknya menerima kritik terus menerus terhadap kemampuannya sendiri hal ini menyebabkan remaja mempunyai rasa rendah diri. Rendah diri pada remaja berpengaruh terhadap kepercayaan diri.⁷

Kepercayaan diri yang rendah menyebabkan rasa tidak nyaman dan menganggap konsep dirinya negatif. Tanpa adanya kepercayaan diri dapat menyebabkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan hal yang paling penting dimiliki pada seseorang karena hal itu dapat mengaktualisasikan segala potensi dirinya.^{1,3}

Kepercayaan diri pada masa remaja dalam kategori sedang menuju rendah hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Farida yang menunjukkan kepercayaan diri remaja berada pada kategori sedang sebesar 25% dan kategori rendah sebesar 75%.⁸ Banyak faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri pada remaja yaitu salah satunya dari media massa yang memberikan informasi yang menyebabkan remaja kurang percaya diri karena menunjukkan bentuk tubuh yang

ideal dan langsing.⁹ Hal tersebut memiliki efek yang sangat besar pada kepercayaan diri terhadap penampilan fisik yang dimiliki remaja.¹⁰

Berdasarkan uraian yang di jelaskan bahwa remaja merasa kurang percaya diri akibat berat badan yang dimiliki apabila tidak termasuk kategori ideal .Hal tersebut membuat peneliti merasa tertarik untuk melihat apakah terdapat “Hubungan indeks massa tubuh dengan tingkat kepercayaan diri mahasiswa fakultas kedokteran swadaya gunung jati tingkat pertama”

1.2 Permasalahan Penelitian

Berdasarkan hasil latar belakang maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan indeks massa tubuh dengan tingkat kepercayaan diri Mahasiswa FK UGJ tingkat pertama?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Dalam tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan indeks massa tubuh dengan tingkat kepercayaan diri Mahasiswa FK UGJ tingkat pertama.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran indeks massa tubuh (*underweight*, normal, *overweight*, obesitas I, obesitas II) pada Mahasiswa FK UGJ tingkat pertama
2. Mengetahui gambaran tingkat percaya diri pada Mahasiswa FK UGJ tingkat pertama
3. Menganalisis hubungan indeks massa tubuh dengan tingkat kepercayaan diri pada Mahasiswa FK UGJ tingkat pertama

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat untuk ilmu pengetahuan

Manfaat untuk ilmu pengetahuan pada peneliti di harapkan dapat menambah ilmu pengetahuan serta mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan.

1.4.2 Manfaat untuk Pelayanan Kesehatan

Manfaat untuk ilmu pelayanan kesehatan di harapkan indeks massa tubuh dapat menjadi indikator yang baik untuk menentukan berat badan ideal.

1.4.3 Manfaat untuk Masyarakat

Manfaat untuk masyarakat dapat menambah pengetahuan mengenai penghitungan berat badan ideal dengan menggunakan indeks massa tubuh dalam kaitannya terhadap kepercayaan diri.

1.4.4 Manfaat untuk peneliti

Manfaat untuk peneliti diharapkan untuk melatih pola pikir dalam menganalisa sebuah ilmu pengetahuan dan dapat memberikan kesempatan untuk menambah wawasan.

1.5 Orisinalitas Penelitian

Tabel 1.Orisinalitas PenelitianTabel

Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
Jumaini Andriana, Nur Nunu Prihantini ¹¹	Hubungan Tingkat stress dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia	Medote penelitian adalah obeservasional dengan desain cross sectional menggunakan Teknik simple random sampling	Prevalensi terjadinya stress pada mahasiswa tinggi hal ini dapat mengancam efektivitas mahasiswa dalam menjalankan perkuliahan yang dimana pola makan juga berpengaruh pada stress
Cut Risna Wati, Meri Lidiawati, Yudha Bintoro ¹²	Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Body Image pada Remaja putri Kelas I dan Kelas II SMAN 4 Banda Aceh	Metode penelitian ini adalah survei analitik dengan desai cross sectional.	Remaja yang memiliki indeks massa tubuh ideal, underweight dan overweight dengan body image positif akan cenderung merasa percaya diri dan menerima bentuk tubuhnya dengan baik. bebrbeda dengan remaja yang memiliki indeks massa tubuh ideal, underweight dan overweight dengan body image negatif dipengaruhi oleh faktor yaitu berupa pola makan yang buruk,makan berlebihan dan sering mengkosumsi makanan cepat saji
Indra Rupang, H.Opod	Hubungan Tingkat Kepercayaan Diri dengan Obesitas pada Siswa SMA Rex Mundi Manado	Metode penelitian ini adalah restropektif obeservasional dengan teknik sampling	Kepercayaan diri pada seseorang di pengaruhi oleh beberapa faktor hal tersebut menyebabkan seseorang memiliki kepercayaan diri yang rendah. kepercayaan diri juga dipengaruhi oleh kondisi fisik setiap individu, perubahan kondisi fisik berpengaruh pada kepercayaan diri.

purposive
sampling

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Jumaini Andriana, Nur Nunu Prihantini dengan judul “Hubungan Tingkat stress dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia” menggunakan metode penelitian adalah observasional dengan desain cross sectional menggunakan Teknik simple random sampling sedangkan peneliti menggunakan Teknik total sampling.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Cut Risna Wati, Meri Lidiawati, Yudha Bintoro dengan judul “Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Body Image pada Remaja putri Kelas I dan Kelas II SMAN 4 Banda Aceh” menggunakan metode penelitian ini adalah survei analitik dengan desain cross sectional sedangkan peneliti menggunakan metode penelitian observasional serta variabel terikat yaitu Kepercayaan Diri.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Indra Rupang, H. Opod dengan judul “Hubungan Tingkat Kepercayaan Diri dengan Obesitas pada Siswa SMA Rex Mundi Manado” menggunakan metode penelitian ini adalah survei analitik dengan desain cross sectional sedangkan peneliti menggunakan metode penelitian ini adalah retrospektif observasional dengan teknik sampling purposive sampling sedangkan peneliti menggunakan analitik observasional.