

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan suatu masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa remaja berlangsung dari usia 12-21 tahun, yang dibagi menjadi masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja pertengahan (15-18 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun) (Monks, Knoers, & Haditono, 2014). Santrock (2012) mengatakan bahwa transisi yang terjadi pada masa remaja menyebabkan remaja mengalami perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Pada perubahan kognitif, remaja mulai berpikir secara abstrak, idealis, dan logis. Perubahan sosio-emosional pada remaja meliputi perubahan emosi, perubahan kepribadian, perubahan dalam hubungannya dengan orang lain, dan adanya pencarian jati diri dalam diri remaja. Selain perubahan kognitif dan sosio-emosional, perubahan biologis pada remaja mempengaruhi kondisi fisik yang dimilikinya.

Perubahan fisik remaja dimulai dengan terjadinya pubertas. Pubertas juga merupakan suatu tanda masuknya seseorang pada masa remaja. Pubertas pada remaja terjadi dalam waktu yang berbeda – beda. Ada remaja yang mengalami pubertas lebih awal, ada yang tepat waktu, namun juga ada yang mengalami pubertas lebih lambat dibandingkan remaja lainnya. Pubertas adalah suatu periode penting dimana kematangan fisik terjadi cukup cepat, terutama pada masa awal remaja. Pubertas pada

remaja pria diikuti dengan terjadinya mimpi basah, sedangkan pada remaja putri ditunjukkan dengan terjadinya menstruasi. Hal ini terjadi karena adanya perubahan hormon pada tubuh remaja yang semakin meningkat (Santrock, 2011).

Perubahan hormon yang terjadi pada remaja mempengaruhi kondisi maupun komposisi fisik yang dimilikinya. Perubahan fisik yang nampak pada remaja pria adalah perubahan suara, bertambahnya massa otot, tumbuhnya rambut pada area – area tertentu, serta bertambahnya berat badan dan tinggi badan. Perubahan fisik pada remaja putri adalah tumbuh dan membesarnya payudara, munculnya rambut pada area – area tertentu, serta bertambahnya massa lemak tubuh. Pertumbuhan remaja putri terjadi lebih awal dibandingkan dengan remaja pria. Puncak pertumbuhan fisik tertinggi pada remaja putri berlangsung pada usia 12 – 13 tahun (masa remaja awal) yang menyebabkan remaja putri menjadi lebih berat dan lebih tinggi dibandingkan remaja pria pada usia yang sama (Papalia, dkk., 2008). Begitu juga dengan kepuasan bentuk tubuh dan keseluruhan penampilan menurun drastis pada remaja putri usia 12 – 15 tahun (Cash & Pruzinsky, 2002). Puncak terjadinya penurunan kepuasan bentuk tubuh pada remaja terjadi saat mereka berada pada Sekolah Menengah Pertama (*middle school period*). Hal ini menunjukkan bahwa masalah kepuasan dan kekhawatiran pada ukuran tubuh terjadi cukup tinggi pada remaja awal putri.

Terjadinya perubahan fisik pada masa remaja membuat remaja menaruh perhatian yang lebih pada penampilan fisik dibandingkan pada aspek lain dalam dirinya. Perubahan fisik yang terjadi pada remaja putri mempengaruhi dampak psikologis terhadap tubuh yang dimilikinya. Hal ini tentunya akan mempengaruhi berhasil atau

tidaknya remaja dalam mencapai tugas perkembangan yang ada, yaitu mampu menerima kondisi tubuh yang dimilikinya. Perhatian khusus pada tubuh sangat nampak ketika masa remaja awal dibandingkan masa remaja akhir. Perubahan tubuh yang cepat dan perhatian pada penampilan fisik serta kematangan dalam masa pubertas pada masa remaja akan memengaruhi perkembangan *body image*.

Body Image adalah pengalaman individu yang berupa persepsi terhadap bentuk dan berat badan tubuh, serta perilaku yang mengarah pada evaluasi individu terhadap penampilan fisiknya (Cash & Pruzinsky, 2002). Cash dan Pruzinsky (2002) juga menyebutkan bahwa *body image* adalah suatu refleksi aspek kognisi, afeksi, dan sikap seseorang akan tubuh yang dimilikinya. *Body image* adalah suatu konsep multidimensional yang mendeskripsikan bagaimana seseorang berpikir, merasakan, mempersepsikan, dan bertindak terhadap tubuhnya (Schuck, dkk., 2018). *Body image* pada diri remaja tidak berhenti pada persepsi individu akan penampilan fisiknya saja, namun juga penilaian akan fungsi tubuh, gerakan tubuh, koordinasi tubuh, dan potensi tubuh (Cash & Pruzinsky, 2002). Penilaian subjektif akan bentuk tubuh pada remaja tidak hanya terbentuk berdasarkan nilai - nilai yang terinternalisasi dalam dirinya, namun juga terbentuk akan pengalaman yang dibangun oleh remaja dengan orang lain dalam hubungan sosialnya (Cash & Pruzinsky, 2002). Hal ini juga mendukung pemahaman bahwa remaja lebih banyak menghabiskan waktu dan lebih akrab dengan teman – temannya.

Body Image memiliki peran yang penting dalam proses perkembangan remaja. Persepsi dan penilaian subjektif remaja terkait *body image* dibedakan menjadi positif

dan negatif. Remaja yang puas terhadap tubuhnya akan mengembangkan *body image* yang positif, sedangkan remaja yang tidak puas terhadap kondisi tubuhnya akan mengembangkan *body image* yang negatif. Ciri remaja yang memiliki *body image* positif, antara lain memandang dirinya sebagai pribadi yang mampu memiliki kendali diri, merasa lebih bahagia, menikmati hidup, memiliki perasaan yang positif akan keluarga, optimis, mampu mengatasi tekanan hidup, sedangkan ciri remaja yang memiliki *body image* yang negatif akan mengalami masa badai-dan-stres. Masa “badai-dan-stres” (*storm and stress*) adalah suatu masa dimana seorang remaja mengalami pergolakan yang disebabkan karena konflik dan *mood* yang berubah (Santrock, 2011). Remaja yang memiliki *body image* negatif juga cenderung mengalami depresi, cemas, cenderung menarik diri dari lingkungan, tidak percaya diri, serta berpotensi mengalami gangguan makan (Cash & Pruzinsky, 2002). *Body image* yang negatif akan mempengaruhi remaja mencapai tugas perkembangan dalam mengembangkan kemampuan intelektual serta dalam mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial.

Evaluasi *body image* pada remaja didasari atas persepsi yang dimiliki remaja tersebut akan kondisi tubuhnya saat ini dengan kondisi tubuh ideal yang diinginkan (Cash & Pruzinsky, 2002). *Body Image Satisfaction* terjadi ketika individu mampu menerima kondisi tubuh dan adanya kesesuaian persepsi akan tubuh saat ini dengan kondisi tubuh ideal yang diinginkan. *Body Image Dissatisfaction* terjadi ketika individu tidak mampu menerima dan tidak puas akan kondisi tubuhnya (Cash & Pruzinsky, 2002). Ketidakpuasan akan tubuh menyebabkan gangguan pada *body image*. Gangguan

ini terjadi karena adanya ketidaksesuaian antara kondisi tubuh yang dimiliki remaja dengan persepsi akan bentuk tubuh ideal pada remaja.

Tidak semua remaja memiliki *body image* yang positif. Beberapa hasil studi yang telah dilakukan memaparkan bahwa remaja putri lebih tidak puas dan tidak menyukai perubahan fisiknya setelah pubertas dibandingkan oleh remaja laki – laki (Gatti, dkk., 2014). Hal ini sejalan dengan pernyataan Cash dan Pruzinsky (2002) yang mengemukakan bahwa sekitar 40% - 70% remaja putri tidak puas pada dua atau lebih aspek dari tubuhnya dikarenakan adanya penambahan masa lemak tubuh pada bagian perut, pinggul, pantat, dan paha.

Penilaian subjektif yang dibuat oleh remaja terhadap penampilan fisik dan bentuk tubuh memunculkan banyak kekhawatiran dalam dirinya, misalnya ketika dia merasa bertambah gemuk, atau merasa kurang menarik, atau merasa perlu diet, dan lain sebagainya. Hal ini sejalan dengan adanya data penelitian yang menyebutkan bahwa 86% remaja obesitas meyakini dan menilai bahwa mereka memiliki berat diatas rata – rata dan 25,3% remaja tersebut melakukan usaha untuk mengurangi berat badan (ALBashtawaty, 2017). Data penelitian terdahulu juga menemukan bahwa 50% hingga 88% remaja perempuan memiliki persepsi negatif tentang bentuk tubuh maupun ukuran tubuhnya, dan juga terdapat 85% remaja perempuan yang sangat mengkhawatirkan penampilannya (Croll, 2005).

Kekhawatiran yang berlebihan terhadap kecenderungan menjadi gemuk (*overweight*) atau yang lebih dikenal dengan istilah obesitas menjadi fokus keprihatinan yang utama bagi remaja putri. Pertambahan lemak pada tubuh remaja

putri yang tidak terkontrol menyebabkan bertambahnya berat badan hingga menyebabkan obesitas. Obesitas ialah akumulasi lemak dalam tubuh secara berlebihan (NIDDK, 2016). Obesitas juga bisa diartikan sebagai suatu keadaan yang tidak seimbang antara tinggi dan berat badan yang diakibatkan oleh jaringan lemak dalam tubuh sehingga terjadi kelebihan berat badan yang melebihi ukuran berat badan ideal (Sumanto, 2009). Papalia dan kolega (2008) mengatakan bahwa obesitas yang terjadi pada masa remaja terjadi karena konsumsi kalori yang berlebihan dari jumlah yang dibutuhkan. Diperoleh data dari penelitian yang telah dilakukan Eaton dan kolega (2006 dalam Santrock, 2011) bahwa presentasi remaja AS usia 12-19 tahun yang obesitas meningkat sebesar 11-17% dari awal tahun 1990-an hingga tahun 2004.

Berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tercatat prevalensi nasional obesitas umum pada remaja putri lebih besar daripada remaja pria dan meningkat dari tahun ke tahun. Pada tahun 2018, prevalensi obesitas pada remaja Indonesia usia 13 – 15 tahun diketahui sebesar 9,2%. Prevalensi obesitas pada remaja Indonesia usia 16 – 18 tahun diketahui sebesar 4,0%, yang mana prevalensi obesitas pada remaja putri sebesar 4,5% dan pada remaja putra sebesar 3,6% (Kemenkes, 2018). Hal ini menunjukkan bahwa remaja awal lebih rentan mengalami obesitas dan remaja putri mengalami obesitas lebih banyak dibandingkan remaja pria. Data yang ada juga menyebutkan bahwa peningkatan prevalensi obesitas pada remaja putri dari tahun 2007 sebesar 13,9% dan pada tahun 2010 sebesar 15,5% (Kemenkes, 2013). Prevalensi obesitas mengalami peningkatan setiap tahunnya. Obesitas terjadi di berbagai provinsi

Indonesia, salah satunya provinsi Jawa Timur. Pada tahun 2013, Provinsi Jawa Timur memiliki prevalensi obesitas diatas angka nasional. Prevalensi obesitas pada anak usia sekolah di Provinsi Jawa Timur mengalami peningkatan dari 12% menjadi 12,4% dari tahun 2010 hingga 2013 (Kemenkes, 2013). Kota Surabaya adalah salah satu kota yang memiliki prevalensi obesitas diatas angka nasional (Kemenkes, 2013). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Rosyida (2015 dalam Putra, 2017) diketahui bahwa terdapat sebanyak 20% anak sekolah yang tergolong obesitas di Kecamatan Tambaksari.

Obesitas yang terjadi pada remaja akan mempengaruhi interaksinya dengan lingkungan sosial yang membuat mereka merasa rendah diri. Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan Griffiths dan kolega (2006), diketahui bahwa remaja putri yang mengalami obesitas memiliki kemungkinan dirundung 1,52 kali lebih tinggi dibandingkan remaja putri yang memiliki ukuran tubuh normal. Disebutkan juga bahwa memiliki tubuh yang kurus akan membuat remaja merasa lebih menarik, sehat, dan bahagia (Wertheim & Paxton, 2002). Penelitian yang dilakukan oleh Wertheim dan kolega (2009) menunjukkan bahwa 40% - 50% anak putri ingin menjadi kurus, namun hasilnya meningkat menjadi 70% ketika mereka memasuki usia remaja (Wertheim, dkk., 2009). Hal ini sejalan dengan pemaparan Cash dan Pruzinsky (2002) bahwa *body image* pada remaja obesitas cenderung lebih tinggi dibandingkan remaja dengan berat badan normal.

Ditemukan hasil penelitian yang dilakukan di Surabaya dengan membandingkan *body image* pada remaja putri gemuk dan tidak gemuk. Penelitian ini meneliti remaja

usia 13-15 tahun di SMPK Santa Agnes Surabaya dan diperoleh hasil adanya resiko terjadinya *body image* negatif pada remaja *overweight* empat kali lebih besar dibandingkan remaja yang tidak *overweight*. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan diketahui bahwa sebesar 61,5% remaja putri memiliki *body image* yang negatif, 66,7% mengalami ketidakpuasan terhadap tubuh, dan sebanyak 64% melakukan tindakan diet (Wati & Sumarmi, 2017). Hasil ini menunjukkan bahwa remaja putri *overweight* cenderung memiliki *body image* yang negatif, sedangkan remaja putri yang tidak *overweight* cenderung memiliki *body image* yang positif.

Banyak usaha yang dilakukan para remaja, khususnya remaja putri untuk mendapatkan bentuk badan yang ideal dan menarik (Dacey & Kenny, 2001). Usaha yang dilakukan, antara lain melakukan diet, berolahraga, melakukan perawatan tubuh, dan bahkan mengonsumsi obat – obatan pelangsing yang dilakukan secara berlebihan. Hasil penelitian yang dilakukan di Amerika pada 1739 pelajar putri usia 12-18 tahun melaporkan bahwa sekitar 27% melakukan diet dan mengalami gangguan makan (Schuck, dkk., 2018). Hal ini bisa menggambarkan perilaku yang mungkin terjadi dan dilakukan pada remaja yang memiliki *body image negatif*.

Berbagai usaha yang dilakukan oleh remaja putri untuk memperbaiki penampilan fisik mereka juga semakin banyak tersebar di media masa. Salah satunya remaja putri yang berasal dari Cambridge meninggal dikarenakan terkena anoreksia. Remaja ini terobsesi ingin memiliki badan yang sangat kurus dan memilih untuk melakukan suntik kurus. Data yang ada di berita ini juga menyebutkan bahwa dalam kurun waktu satu tahun terakhir, informasi yang paling banyak dicari masyarakat Indonesia adalah tips

kurus (Suara.com, 2018). Dari penjelasan diatas bisa diketahui adanya ketidaksesuaian persepsi akan tubuh remaja yang sesungguhnya dengan bentuk badan ideal yang diinginkan.

Fenomena lain yang makin marak terjadi di kalangan remaja putri guna mendapatkan penampilan fisik yang indah adalah dengan mengonsumsi obat diet. Banyak sekali berita yang bisa ditemukan secara *online* tentang remaja yang menggunakan obat diet untuk mendapatkan tubuh yang indah secara cepat. Hal ini juga bisa dilihat dari semakin banyaknya penjual obat pelangsing yang semakin mudah dicari. Salah satunya datang dari berita Indah yang berhasil menurunkan berat badan sebanyak 13 kilogram hanya dalam waktu 2 minggu saja. Pada berita tersebut dipaparkan bahwa Indah melakukan usaha diet yang cukup ketat, mulai dari olahraga pagi dan petang, hanya memakan buah dan sayur, serta meminum air putih. Berat badan yang dimilikinya baru benar – benar berhasil turun ketika dia meminum obat diet (Detiknews, 2019). Hal ini menunjukkan bahwa tidak sedikit remaja perempuan menggunakan berbagai cara untuk menghasilkan bentuk tubuh yang indah, meskipun dengan cara yang ekstrim dan berlebihan.

Perkembangan *body image* remaja dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain sosialisasi budaya, pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, dan faktor kepribadian (Cash & Pruzinsky, 2002). Faktor pertama ialah sosialisasi budaya. Faktor ini menjelaskan bahwa adanya standar sosial atau ekspektasi yang diharapkan tentang penampilan seseorang, misalnya penggunaan obat diet, olahraga, menggunakan produk kecantikan (Cash & Smolak, 2011). Faktor kedua ialah pengalaman interpersonal, yang

meliputi interaksi remaja dengan anggota keluarga, teman sebaya, dan juga orang asing yang ditemuinya, Interaksi dengan teman sebaya akan mempengaruhi pembentukan *body image* pada remaja. Faktor ketiga, yaitu karakteristik fisik. Karakteristik fisik mencakup tentang seberapa menarik penampilan seseorang yang berhubungan dengan standar sosial kecantikan yang ada. Faktor keempat ialah faktor kepribadian. Faktor kepribadian yang mempengaruhi pembentukan *body image* adalah *self-esteem* atau harga diri (Cash & Pruzinsky, 2002).

Dari keempat faktor diatas, faktor keempat, yaitu faktor kepribadian menjadi faktor yang diteliti. Faktor kepribadian menjadi salah satu faktor yang paling penting yang mempengaruhi pembentukan *body image*. *Self-esteem* merupakan aspek psikologis yang memiliki peranan paling penting pada pembentukan *body image* remaja. *Self-esteem* adalah evaluasi global terhadap diri, yaitu apakah secara keseluruhan seseorang merasa dirinya baik atau buruk (Santrock, 2011).

Self-esteem menurut Rosenberg (1965 dalam Mruk, 2006) adalah sikap seseorang yang didasari pada persepsi tentang bagaimana ia menilai dirinya sendiri secara keseluruhan, baik secara positif maupun negatif. Rosenberg (2001, dalam Guindon, 2010) membagi *self-esteem* menjadi dua, yaitu *self-esteem* yang tinggi dan *self-esteem* yang rendah. Remaja dengan *self-esteem* tinggi mampu menilai dirinya secara positif, puas akan karakter diri, baik hal positif maupun hal negatif dalam dirinya, menerima dan memberikan penghargaan positif terhadap diri sehingga menumbuhkan rasa berharga. Remaja dengan *self-esteem* rendah tidak mampu melihat dirinya berharga dan tidak mampu menilai kemampuan diri. Remaja dengan *self-esteem* rendah menilai

dirinya secara negatif (Rosenberg, 2001 dalam Guindon, 2010), Selain itu, *self-esteem* juga dapat dilihat sebagai suatu barometer global dari evaluasi diri dimana melibatkan penilaian kognisi mengenai keberhargaan diri sendiri dan secara general (Abdel-Khalek, 2016). Seseorang yang memiliki *self-esteem* yang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, sedangkan seseorang yang memiliki *self-esteem* yang rendah atau buruk akan mengembangkan *body image* yang negatif pula (Cash & Pruzinsky, 2002). Seseorang yang memiliki *self-esteem* yang tinggi akan mengevaluasi dan menggambarkan dirinya secara positif, sedangkan seseorang yang memiliki *self-esteem* yang rendah akan mengevaluasi dan menggambarkan dirinya secara negatif (Papalia, dkk., 2001). Hal ini menunjukkan bahwa *self-esteem* yang rendah dapat meningkatkan kerentanan *body image* seseorang.

Self-esteem seseorang berubah seiring bertambahnya usia. Pada masa awal remaja, *self-esteem* pada remaja putri cenderung menurun dibandingkan remaja pria (Santrock, 2011). Hal ini dikarenakan perubahan dan penambahan lemak di beberapa bagian tubuh remaja saat masa pubertas. Remaja putri yang mengalami obesitas merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya jika dibandingkan dengan teman sebayanya. Hal ini menyebabkan remaja melihat dirinya tidak cantik dan kurang berharga. Perasaan ini yang memengaruhi pembentukan *body image* yang negatif pada remaja (Schwartz & Brownell, 2004). Selain itu, evaluasi negatif atas bentuk tubuh yang dimilikinya berdampak pada aspek psikologis dan sosial serta mendorong remaja memiliki *body image* yang negatif. Bagi remaja putri, pembicaraan mengenai penampilan dan berat badan merupakan bahasan yang cenderung sensitif. Tekanan yang diterima dari

lingkungan dan teman – teman sebaya menyebabkan seorang remaja memiliki internalisasi yang kuat tentang kondisi tubuh ideal perempuan.

Terdapat suatu penelitian yang menunjukkan bukti bahwa ada hubungan yang positif antara *self-esteem* yang rendah dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja perempuan (Fortes, dkk., 2014). Studi lain menunjukkan bahwa *self-esteem* berhubungan dengan perasaan yang dimiliki seseorang mengenai tubuhnya (Shahyad, dkk., 2015). Secara umum, *self-esteem* yang rendah berkorelasi dengan beberapa hasil mental, seperti *body image* yang negatif (Shahyad, dkk., 2015). Pada penelitian yang meneliti mengenai hubungan *self-esteem* dengan penerimaan *body image* pada remaja sekolah yang memiliki berat normal dan tidak normal, diketahui hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *self-esteem* remaja dengan *body image* (Ucar, dkk., 2010)

Terdapat sebuah tren baru yang muncul terkait *body image* pada remaja putri yang mengalami obesitas. Obesitas yang dialami oleh remaja tidak selalu membuat remaja tersebut menjadi negatif atau tidak puas terhadap penampilan dan kondisi fisik yang dimilikinya. Cash dan Pruzinsky (2002) mengatakan bahwa obesitas berkaitan dengan *body image* negatif yang terjadi pada remaja, namun tidak semua remaja putri yang mengalami obesitas akan terpengaruh atau memiliki *body image* negatif. Adanya penemuan tren terbaru mengenai anggapan tubuh ideal yang menunjukkan bahwa *body image* dan kepuasan akan bentuk tubuh pada remaja dengan bentuk tubuh diatas rata – rata (obesitas) mulai mengalami peningkatan. Munculnya tren *fashion* yang menampilkan model yang mengalami obesitas tetap tampil menarik, tren baju dengan

ukuran besar membuat remaja putri yang mengalami obesitas mampu lebih berekspresi secara positif terhadap penampilan fisiknya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Clayton dan kolega (2017) yang menemukan bahwa remaja lebih menyukai model dengan ukuran badan di atas rata – rata dan adanya peningkatan kepuasan akan bentuk tubuh ketika melihat model dengan ukuran di atas rata – rata dibandingkan pada model dengan badan yang kurus. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Moreno-Dominguez dan kolega (2018) menemukan bahwa adanya representatif terhadap perempuan dengan berat normal dan berat di atas rata – rata mampu membantu menetralsir dan mengurangi pengaruh negatif akan media atas anggapan tubuh kurus sebagai standar kecantikan ideal. Hal ini menjadi menarik untuk diteliti karena adanya hasil penelitian dan penemuan baru terkait hubungan antara obesitas dengan *body image* dan *self-esteem* yang berbeda dari penelitian sebelumnya.

Berdasarkan paparan di atas, penulis ingin melihat apakah terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* pada remaja awal putri yang mengalami obesitas di Surabaya.

1.2 Identifikasi Masalah

Perubahan yang terjadi pada masa remaja menuntut remaja mampu menyesuaikan diri dengan tugas – tugas perkembangan yang baru. Tugas perkembangan terkait dengan perubahan fisik remaja adalah kemampuan remaja dalam menerima kondisi tubuh dan menggunakan tubuhnya secara efektif. Realisasi yang terjadi menunjukkan bahwa tidak semua remaja mampu untuk melaksanakan tugas perkembangan tersebut.

Perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja dimulai dengan adanya pubertas. Puncak pertumbuhan fisik tertinggi pada remaja putri berlangsung pada usia 12 – 13 tahun (masa remaja awal) yang menyebabkan remaja putri menjadi lebih berat dan lebih tinggi dibandingkan remaja pria pada usia yang sama (Papalia, dkk., 2008). Begitu juga dengan kepuasan bentuk tubuh dan keseluruhan penampilan menurun drastis pada remaja putri usia 12 – 15 tahun (Cash & Pruzinsky, 2002). Kekhawatiran yang berlebihan akan menjadi gemuk menjadi fokus utama pada remaja putri. Obesitas yang terjadi pada remaja dikarenakan banyaknya jumlah konsumsi kalori dari jumlah yang dibutuhkan oleh tubuh.

Berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tercatat prevalensi nasional obesitas umum pada remaja putri lebih besar daripada remaja pria dan meningkat dari tahun ke tahun. Pada tahun 2018, prevalensi obesitas pada remaja Indonesia usia 13 – 15 tahun diketahui sebesar 9,2%. Prevalensi obesitas pada remaja Indonesia usia 16 – 18 tahun diketahui sebesar 4,0%, yang mana prevalensi obesitas pada remaja putri sebesar 4,5% dan pada remaja pria sebesar 3,6% (Kemenkes, 2018). Hal ini menunjukkan bahwa remaja awal lebih rentan mengalami obesitas dan remaja putri mengalami obesitas lebih banyak dibandingkan remaja pria. Data yang ada juga menyebutkan bahwa peningkatan prevalensi obesitas pada remaja putri dari tahun 2007 sebesar 13,9% dan pada tahun 2010 sebesar 15,5% (Kemenkes, 2013). Prevalensi obesitas mengalami peningkatan setiap tahunnya. Obesitas terjadi di berbagai provinsi Indonesia, salah satunya provinsi Jawa Timur. Pada tahun 2013, Provinsi Jawa Timur

memiliki prevalensi obesitas diatas angka nasional. Prevalensi obesitas pada anak usia sekolah di Provinsi Jawa Timur mengalami peningkatan dari 12% menjadi 12,4% dari tahun 2010 hingga 2013 (Kemenkes, 2013). Kota Surabaya adalah salah satu kota yang memiliki prevalensi obesitas diatas angka nasional (Kemenkes, 2013). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Rosyida (2015 dalam Putra, 2017) diketahui bahwa terdapat sebanyak 20% anak sekolah yang tergolong obesitas di Kecamatan Tambaksari.

Menurut Cash dan Pruzinsky (2002), perkembangan *body image* dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain sosialisasi budaya, pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, dan faktor kepribadian. Faktor kepribadian yang diteliti ialah *self-esteem*. *Self-esteem* merupakan aspek psikologis yang memiliki peranan paling penting pada pembentukan *body image* remaja. *Self-esteem* adalah evaluasi global terhadap diri, yaitu apakah secara keseluruhan seseorang merasa dirinya baik atau buruk (Santrock, 2011).

Rosenberg (2001, dalam Guindon, 2010) membagi *self-esteem* menjadi dua, yaitu *self-esteem* yang tinggi dan *self-esteem* yang rendah. Remaja dengan *self-esteem* tinggi mampu menilai dirinya secara positif, puas akan karakter diri, baik hal positif maupun hal negatif dalam dirinya, menerima dan memberikan penghargaan positif terhadap diri sehingga menumbuhkan rasa berharga. Remaja dengan *self-esteem* rendah tidak mampu melihat dirinya berharga dan tidak mampu menilai kemampuan diri.

Penelitian tentang *self-esteem* pada remaja obesitas dan non-obesitas usia 13-14 tahun yang dilakukan di Amerika oleh Strauss, MD (2000) menunjukkan hasil bahwa

self-esteem global pada remaja pria obesitas menurun jika dibandingkan dengan remaja pria non-obesitas. Remaja pria obesitas menunjukkan *self-esteem* yang rendah, yaitu sebesar 14%. Sedangkan pada remaja putri dengan rentang usia yang sama diketahui bahwa remaja putri yang obesitas mempunyai pengaruh yang signifikan pada *self-esteem* (Strauss, 2000). Sebanyak 37% remaja putri yang mengalami obesitas memiliki *self-esteem* yang rendah. Rendahnya *self-esteem* pada remaja obesitas memiliki hubungan signifikan yang cukup tinggi pada perilaku sedih, menyendiri dan *nervous* (Strauss, 2000).

Penelitian lain yang dilakukan Nurvita (2015) tentang *self-esteem* pada remaja awal dengan rentang usia 12-15 tahun yang mengalami obesitas menunjukkan bahwa sebanyak 24,39% berada dalam kategori *self-esteem* yang rendah. Penelitian ini dilakukan di kota Kediri, Jawa Timur.

Berdasarkan pemaparan mengenai permasalahan *body image* pada remaja putri yang mengalami obesitas dan juga penjelasan mengenai faktor yang mempengaruhi terbentuknya *body image* dalam diri remaja diatas, penulis ingin mencari tahu apakah terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* remaja awal putri yang mengalami obesitas di Surabaya. Hal ini dikarenakan kota Surabaya memiliki prevalensi obesitas diatas angka nasional.

1.3 Batasan Masalah

Pada penelitian ini terdapat beberapa batasan masalah yang sudah ditentukan untuk memberikan batasan permasalahan agar peneliti dapat terarah dalam melakukan penelitian. Berikut merupakan batasan masalah dalam penelitian ini:

1.3.1 *Self-esteem*

Self-esteem menurut Rosenberg (1965 dalam Mruk, 2006) adalah suatu sikap tertentu yang didasari pada persepsi tentang bagaimana seseorang menilai dirinya sendiri secara keseluruhan, baik penilaian secara positif maupun negatif. Rosenberg (2001, dalam Guindon, 2010) membagi *self-esteem* menjadi dua, yaitu *self-esteem* yang tinggi dan *self-esteem* yang rendah.

1.3.2 *Body Image*

Body Image adalah pengalaman individu yang berupa persepsi terhadap bentuk dan berat badan tubuh, serta perilaku yang mengarah pada evaluasi individu terhadap penampilan fisiknya (Cash & Pruzinsky, 2002).

1.3.3 Remaja Awal Putri di Surabaya yang Mengalami Obesitas

Remaja merupakan suatu masa peralihan dari masa kanak – kanak ke masa dewasa (Santrock, 2011). Masa remaja berlangsung dari usia 12-21 tahun, yang dibagi menjadi masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja pertengahan (15-18 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun) (Monks, dkk., 2014).

Obesitas dapat diketahui dengan menghitung indeks masa tubuh yang dimiliki. Individu dikatakan obesitas bila memiliki indeks masa tubuh sebesar 27kg/m^2 atau lebih (Ditjen Bina Kesehatan Masyarakat, 2013).

Pada penelitian ini, penulis menggunakan remaja putri awal, usia 12 – 15 tahun yang mengalami obesitas dan bertempat tinggal di Surabaya.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas dapat dirumuskan mengenai rumusan masalah sebagai berikut: “Apakah terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* pada remaja awal putri yang mengalami obesitas di Surabaya?”

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* pada remaja awal putri yang mengalami obesitas di Surabaya.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memiliki manfaat bagi kepentingan ilmu pengetahuan psikologi maupun kepentingan praktis.

1.6.1 Manfaat Teoritis

1. Memberikan sumbangan pengetahuan atau masukan dalam menunjang dan memperkaya perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi pendidikan dan perkembangan mengenai hubungan *self-esteem* dengan *body image* pada remaja awal putri yang mengalami obesitas di Surabaya.

2. Memberikan peluang bagi penelitian selanjutnya untuk mengembangkan kajian, khususnya yang berhubungan dengan *self-esteem* dan *body image* pada remaja awal putri yang mengalami obesitas.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan masukan kepada pihak – pihak terkait, khususnya remaja yang mengalami obesitas itu sendiri mengenai hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* dalam proses perkembangannya.

2. Diharapkan pula dapat membantu memberikan pandangan dan pemahaman kepada para orang tua dan masyarakat mengenai hal - hal yang berhubungan dengan *self-esteem* dan *body image* pada remaja putri yang mengalami obesitas.