

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa perubahan yang dramatis. masa pertumbuhan, baik secara fisik, yang ditandai dengan berkembangnya jaringan – jaringan dan organ tubuh yang membuatnya lebih berisi, maupun secara kejiwaan, yaitu kelabilan emosi karena merupakan masa transisi dari jiwa anak – anak menuju dewasa (Garwanti dan Wijayati, 2010). Pertumbuhan pada usia anak yang terjadi relatif terjadi dengan kecepatan yang sama, secara mendadak meningkat saat memasuki usia remaja. Golongan remaja rentan akan adanya berbagai pengaruh dari dalam maupun luar yang dapat dengan mudah langsung mengikuti. Pada saat inilah merupakan masa yang rentan dalam artian fisik, psikis, sosial, dan gizi.

Perhatian terhadap citra tubuh seseorang akan kuat terjadi pada remaja yang berusia 12 hingga 21 tahun, baik pada remaja perempuan maupun remaja laki – laki, tetapi ketidakpuasan terhadap tubuh lebih banyak dialami oleh remaja perempuan dibandingkan remaja laki – laki. Pada umumnya, remaja perempuan lebih kurang puas dengan keadaan tubuhnya dan memiliki lebih banyak gambaran tubuh yang negatif, dibandingkan dengan remaja laki – laki, Andea (2010). Hasil penelitian remaja perempuan di Amerika, sebanyak 59 % tidak puas terhadap bentuk tubuhnya, 66% ingin menurunkan

berat badannya, dan sebanyak 33% memiliki distorsi negatif terhadap berat badan mereka.

Banyak remaja mulai memperhatikan postur tubuhnya dan sering merasa gelisah jika memiliki tubuh yang tidak ideal. Banyak cara yang dilakukan oleh remaja untuk mendapatkan tubuh di mana menurut mereka lebih bagus dan menarik. Menurut Khomsan (2003), persepsi seseorang terhadap bentuk tubuhnya akan berpengaruh terhadap perilaku makannya. Garwati dan Wijayati (2010), menyatakan bahwa persepsi terhadap ukuran tubuhlah dianggap salah satu penyebab perilaku makan salah. Mereka membatasi konsumsi makanan, menghindari jenis makanan tertentu dengan tidak memperhatikan kaidah gizi, sehingga asupan zat gizi berkurang, di mana pada akhirnya akan menimbulkan defisiensi energi dan zat – zat gizi sehingga berpengaruh terhadap status gizi remaja. Hal tersebut terlihat pada hasil survey Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010, menyatakan bahwa sebanyak 54,5% remaja mengonsumsi makanan di bawah kebutuhan minimal, yaitu < 70% dari AKG.

Namun, beberapa remaja juga mengalami depresi akibat kecemasan akan kegemukan. Daniel (1997) dalam Indika (2009) menyatakan bahwa ada hubungan yang erat antara psikologis citra tubuh dengan obesitas remaja, terutama dalam bentuk depresi. Dan hal tersebut justru menimbulkan perilaku makan yang salah, yaitu makan yang berlebihan sehingga menyebabkan obesitas. Depresi pada obesitas dapat muncul karena adanya pertentangan

batin antara keinginan untuk memperoleh tubuh yang ideal dengan kenyataan yang ada, sehingga remaja mengalami distorsi citra tubuh, (Indika,2009).

Menurut Data Direktorat Bina Gizi Masyarakat Departemen Indonesia, 2000 bahwa dari 200 juta penduduk Indonesia pada tahun 2000, tingkat prevalensi obesitas pada remaja usia 12-18 tahun sebesar 6,2% dan pada usia 17 – 18 tahun sebesar 11,4%. Dari hasil survey, bahwa pada tahun 2007 ditemukan peningkatan obesitas sebesar 19,1%. (Indika,2009).

Berdasarkan dari hasil survey di atas, menunjukkan bahwa masa remaja mengalami perubahan fisik dan psikis yang cepat berkembang dari pada masa kanak-kanak. Perubahan yang cepat ini menimbulkan respon tersendiri bagi remaja dalam tingkah laku yang sangat memperhatikan bentuk tubuhnya. Dacey & Kenny(2001) dalam Aprilianti (2012), menyatakan bahwa remaja sering merasa tidak puas akan perubahan dan penampilan mereka, ketidakpuasan yang dirasakan lebih banyak dialami di beberapa bagian tubuh tertentu.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melihat hubungan karakteristik, citra tubuh dan status gizi pada mahasiswi tingkat II Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Jakarta II, di mana mereka merupakan remaja sebagai calon ahli gizi yang harus memiliki citra tubuh yang positif terhadap tubuhnya dan memberikan contoh yang baik bagi kliennya nanti.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan karakteristik, citra tubuh dan status gizi pada mahasiswi tingkat II Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Jakarta II?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan karakteristik, citra tubuh dan status gizi pada mahasiswi tingkat II Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Jakarta II.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden, meliputi usia, berat badan, tinggi badan, dan tingkat pengetahuan mahasiswi tingkat II Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Jakarta II,
- b. Mengidentifikasi citra tubuh yang meliputi kepuasan terhadap bagian tubuh (*Body Area Satisfaction*) dan pengkategorian ukuran tubuh (*Self-Classified Weight*) mahasiswi tingkat II Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Jakarta II,
- c. Mengidentifikasi status gizi mahasiswi tingkat II Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Jakarta II,
- d. Menganalisis hubungan karakteristik yang meliputi usia, berat badan, tinggi badan, dan tingkat pengetahuan dengan citra tubuh mahasiswi tingkat II Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Jakarta II,
- e. Menganalisis hubungan karakteristik berupa usia dan tingkat pengetahuan dengan status gizi mahasiswi tingkat II Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Jakarta II,
- f. Menganalisis hubungan citra tubuh dengan status gizi mahasiswi tingkat II Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Jakarta II.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

Peneliti mendapatkan pengalaman langsung dalam merencanakan serta melaksanakan penelitian dalam bentuk skripsi sebagai salah satu syarat kelulusan dari Universitas Esa Unggul Fakultas Ilmu Kesehatan Jurusan Gizi.

2. Bagi Responden

Sebagai referensi tambahan dan informasi kepada responden mengenai hubungan karakteristik, citra tubuh dan status gizi pada mahasiswi tersebut.

3. Bagi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Jakarta II

Dapat dijadikan sebagai informasi mengenai citra tubuh dan status gizi mahasiswa tersebut.

4. Bagi Institusi

Dapat dijadikan sebagai bahan referensi atau daftar bacaan untuk penelitian selanjutnya.