

# BAB I

## PENDAHULUAN

Dalam bab ini menjelaskan mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan, pertanyaan, hipotesis, serta manfaat penelitian.

### 1.1 Latar Belakang

Remaja adalah suatu masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, yang mana terjadi banyak perubahan baik secara fisik maupun psikologi (Putro, 2017). Perubahan-perubahan yang dialami remaja dapat mengakibatkan kebingungan, keragu-raguan, ketakutan, dan juga kecemasan (Hartini, 2017). Pada usia remaja, khususnya remaja putri seringkali mengalami ketakutan dan kecemasan terhadap perubahan ukuran, bentuk tubuh serta penampilan yang dapat membentuk citra tubuh yang negatif (Pujiati et al., 2015).

Lebih dari 3 miliar jiwa dari populasi di dunia merupakan anak muda dengan usia kurang dari 25 tahun dan sebanyak 1,2 miliar diantaranya merupakan remaja usia 10-19 tahun (*World Health Organization*, 2018). Di Indonesia jumlah remaja berkisar 22,2 juta jiwa (Badan Pusat Statistik, 2018). Usia remaja dibagi menjadi remaja awal yaitu remaja usia 10-14 tahun serta remaja akhir yaitu remaja usia 15-19 tahun (*United Nations Children's Fund*, 2011). Menurut Kementerian Kesehatan RI (2010), seseorang dikategorikan sebagai remaja jika berada pada rentang usia 10-19 tahun dan bersatus belum menikah.

Rahmania dan Yuniar (2012) menyatakan bahwa remaja putri lebih sering mengalami mengalami cita tubuh negatif dibandingkan remaja putra. Persepsi

yang negatif terhadap citra tubuh pada remaja putri memiliki dampak terhadap psikososialnya. Perilaku yang tertutup, menghindari lingkungan sosial, bahkan terjadi gangguan psikologis, seperti kecemasan sosial karena takut tidak diterima lingkungan sosialnya cenderung terjadi pada remaja yang memiliki citra tubuh yang negatif (Handayani et al., 2018). Menurut Muhsin (2014) dalam aspek sosial, remaja yang memiliki citra tubuh yang negatif menarik diri dalam pergaulannya.

Status gizi merupakan gambaran keadaan tubuh individu yang dinilai dari zat gizi yang dikonsumsi serta penggunaan zat-zat tersebut pada tubuh individu (Almatsier, Soetardjo, & Soekarti, 2011). Gizi yang memadai sangat diperlukan dalam proses tumbuh kembang kognitif serta kesejahteraan (UNICEF, 2019). Pada masa remaja terjadi peningkatan kebutuhan gizi, maka dari itu penting untuk memerhatikan status gizinya (Kemenkes, 2017). Status gizi yang baik dapat menurunkan risiko terkena penyakit serta dapat menunjang dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Syahfitri, 2017).

Zat gizi dalam tubuh berlebih dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular yang akan menyebabkan risiko kematian 20-30% lebih tinggi dibanding dengan seseorang yang memiliki status gizi ideal (Salam, 2010). Sedangkan kekurangan gizi pada remaja usia 10-19 tahun dapat mengakibatkan risiko tinggi terkena penyakit menular, keterlambatan pubertas, saat dewasa akan menurunkan kekuatan otot, menurunkan kapasitas kerja, dan kepadatan tulang (Food and Agriculture Organization, 2018)

Ramadhani (2014) menyatakan status gizi seseorang dapat memengaruhi pandangan seseorang terhadap tubuhnya, dimana remaja dengan status gizi *overweight* dan obesitas lebih rentan mengalami citra tubuh negatif dibandingkan dengan remaja dengan status gizi normal dan *underweight*. Xanthopoulos *et al* (2011), menyatakan bahwa seseorang yang memiliki berat badan berlebih cenderung memiliki citra tubuh negatif dibandingkan dengan seseorang yang memiliki berat badan normal.

Menurut *World Health Organization* (2018), di tahun 2016 sebanyak 10% anak berusia 5-19 tahun memiliki Indeks Massa Tubuh dibawah normal dan untuk wilayah Asia Tenggara sendiri sebesar 9,8%. Dari data Riskesdas (2018) prevalensi status gizi remaja Indonesia yaitu, 1,4% sangat kurus, 6,7% kurus, 78,3% normal, 9,5% gemuk dan 4,0% obesitas. Di wilayah Banten sendiri didapatkan data 1,2% sangat kurus, 7,9% kurus, 77,6% normal, 9,7% gemuk dan 3,6% obesitas.

Studi pendahuluan dengan metode wawancara terhadap sepuluh remaja putri di tempat penelitian, mendapatkan hasil bahwa delapan dari sepuluh remaja putri merasa tidak puas terhadap kondisi tubuhnya. Lima orang tidak percaya diri saat berlari karena akan membuat lemak bergoyang dan tiga orang lainnya menghindari tempat dimana orang dapat melihat bentuk tubuhnya dengan jelas. Dua dari sepuluh remaja putri sudah puas terhadap tubuhnya. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan status gizi terhadap citra tubuh remaja putri di satu fakultas keperawatan di Tangerang”.

## **1.2 Rumusan masalah**

Pada remaja putri lebih sering terjadi citra tubuh yang negatif dibanding dengan remaja putra. Status gizi pada remaja putri dapat memengaruhi pandangan remaja putri pada tubuhnya. Citra tubuh yang negatif dapat berdampak pada psikososial remaja putri diantaranya adalah sikap menutup diri dari lingkungan, menghindari aktivitas sosial, serta menarik diri dari pergaulan. Studi pendahuluan dengan metode wawancara kepada sepuluh remaja putri di tempat penelitian, didapatkan data bahwa delapan dari sepuluh remaja putri merasa tidak puas dengan tubuhnya, lima orang tidak percaya diri saat berlari karena akan membuat lemak bergoyang dan tiga orang lainnya menghindari tempat dimana orang dapat melihat bentuk tubuhnya dengan jelas. Sedangkan dua dari sepuluh remaja putri sudah puas terhadap tubuhnya. Berdasarkan yang sudah dipaparkan, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai “Hubungan status gizi terhadap citra tubuh remaja putri di satu fakultas keperawatan di Tangerang”.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian itu bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara status gizi terhadap citra tubuh remaja putri di satu fakultas keperawatan di Tangerang.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- 1) Mengidentifikasi karakteristik responden.
- 2) Mengidentifikasi gambaran status gizi remaja putri di satu fakultas

keperawatan di Tangerang.

- 3) Mengidentifikasi gambaran citra tubuh remaja putri di satu fakultas keperawatan di Tangerang.
- 4) Mengidentifikasi hubungan status gizi terhadap citra tubuh remaja putri di satu fakultas keperawatan di Tangerang.

#### **1.4 Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka pertanyaan penelitian yang ditetapkan oleh peneliti yaitu, “Apakah ada hubungan antara status gizi terhadap citra tubuh pada remaja putri di satu fakultas keperawatan di Tangerang?”

#### **1.5 Hipotesis**

**H<sub>0</sub>:** Tidak adanya hubungan antara status gizi terhadap citra tubuh remaja putri di satu fakultas keperawatan di Tangerang.

**H<sub>1</sub>:** Adanya hubungan antara status gizi terhadap citra tubuh remaja putri di satu fakultas keperawatan di Tangerang.

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

##### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Manfaat teoritis penelitian ini adalah hasil penelitian dapat menjadi referensi bagi ilmu keperawatan khususnya terhadap kesehatan remaja mengenai hubungan antara status gizi terhadap citra tubuh.

### **1.6.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi fakultas tempat dilakukan penelitian, diharapkan dapat menjadi sumber data bagi fakultas mengenai status gizi remaja putri untuk dapat memperbaiki status gizi mahasiswanya.
2. Bagi remaja, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan citra tubuh yang positif supaya tidak terjadi masalah terhadap status gizi.
3. Bagi penelitian selanjutnya, dapat menjadi referensi yang akan meneliti tentang hubungan status gizi terhadap citra tubuh pada remaja putri.

