

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Lokasi yang dijadikan sebagai tempat penelitian di Desa Pepen Mojosari Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang. Kecamatan Kepanjen merupakan kecamatan yang terletak di wilayah Kabupaten Malang bagian selatan. Kecamatan ini terdiri dari empat kelurahan, 14 desa, 39 dusun, 77 RW, dan 467 RT. Kepanjen merupakan ibukota Kabupaten Malang sejak ditetapkan pada tahun 2008. Keempat kelurahan dan 14 desa di kecamatan ini adalah Kelurahan Ardirejo, Kelurahan Cempokomulyo, Kelurahan Kepanjen, Kelurahan Penarukan, Desa Curungrejo, Desa Dilem, Desa Jatirejoyoso, Desa Jenggolo, Desa Kedung Pedaringan, Desa Kemiri, Desa Mangunrejo, Desa Mojosari, Desa Ngadilangkung, Desa Panggungrejo, Desa Sengguruh, Desa Sukoharjo, Desa Tegalsari, dan Desa Tulangagung. Secara geografis, Kepanjen terletak pada ketinggian rata-rata 350 meter di atas permukaan laut. Lokasinya diapit oleh tiga gunung besar, yaitu Gunung Kawi, Gunung Semeru, dan pegunungan Malang selatan. Jumlah keseluruhan remaja *overweight* adalah 89 orang.

Penelitian ini dilakukan di Desa Pepen Desa Mojosari Kecamatan Kepanjen Kabupaten Malang pada 8-13 Juni 2022. Variabel penelitian ini adalah gambaran *body image* remaja yang mengalami *overweight*.

4.1.2 Data Umum

Data umum terdiri dari usia dan jenis kelamin:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Data Umum Remaja yang Mengalami *Overweight* di Desa Pepen Mojosari Kecamatan Kepanjen.

Data IMT		
Range	22,6	
	Data Umum	
	f	%
Usia		
16 tahun	8	26,7%
17 tahun	18	60%
18 tahun	4	13,2%
Jenis kelamin		
Laki-laki	9	30%
Perempuan	21	70%
Jumlah	30	100%

(Sumber : Data primer, juni 2022)

Berdasarkan tabel 4.1, dari 30 responden yang diteliti sebagian besar berusia 17 tahun yaitu 18 orang (60%). Berdasarkan jenis kelamin sebagian besar responden perempuan yaitu 21 orang (70%).

4.1.3 Data Khusus

Data khusus pada penelitian ini yaitu *body image* pada remaja yang mengalami *overweight* di Desa Pepen Mojosari Kecamatan Kepanjen.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kategori *Body Image* pada Remaja yang Mengalami *Overweight* di Dusun Pepen Mojosari Kecamatan Kepanjen.

Bodi image	f	%
Positif	3	10 %
Negatif	27	90%
Jumlah	30	100%

(Sumber : data primer, juni 2022)

Berdasarkan table 4.2 gambaran *body image* pada remaja yang mengalami *overweight* hampir seluruhnya negatif yaitu 21 orang (90%), dan sebagian kecil positif yaitu 3 orang (10%).

Tabel 4.3 Tabulasi Silang *Body Image* pada Remaja yang Mengalami *Overweight* di Dusun Pepen Mojosari Kecamatan Kepanjen.

Data Umum	Kategori <i>Body Image</i>					
	Negatif		Positif		Total	
	F	%	f	%	f	%
Usia						
16 tahun	5	17%	3	10%	8	27%
17 tahun	18	60%	0	0%	18	60%
18 tahun	4	13%	0	0%	4	13%
Jumlah	27	90%	3	10%	30	100%
Jenis kelamin						
Laki-laki	7	23%	2	7%	9	30%
Perempuan	20	67%	1	3%	21	70%
Jumlah	27	90%	3	10%	30	100%

Berdasarkan data tabulasi silang 4.3 responden dengan *body image negatif* Sebagian besar berusia 17 tahun yaitu 18 orang (60%), dan Sebagian kecil lainnya dari *body image positif* berusia 16 tahun yaitu 3 orang (10%). Berdasarkan jenis kelamin sebagian besar memiliki *body image negatif* dari jenis kelamin perempuan yaitu 20 orang (67%) dan sebagian kecil dari *body image positif* berjenis kelamin laki-laki yaitu 2 orang (7%).

Tabel 4.4 Analisis Butir Soal

No Pertanyaan	Mean	Median	Range	Minimum	Maximum
Pertanyaan 1	2,17	2	2	1	3
Pertanyaan 2	2,4	2	2	1	3
Pertanyaan 3	2,37	3	2	1	3
Pertanyaan 4	2,37	3	1	2	3
Pertanyaan 5	2,1	2	2	1	3
Pertanyaan 6	2,63	3	1	2	3
Pertanyaan 7	2,77	3	1	2	3
Pertanyaan 8	2,4	3	2	1	3
Pertanyaan 9	2,07	2	2	1	3
Pertanyaan 10	2,03	2	2	1	3
Pertanyaan 11	2	2	2	1	3
Pertanyaan 12	1,87	2	2	1	3
Pertanyaan 13	2,47	3	2	1	3
Pertanyaan 14	2,63	3	1	2	3
Pertanyaan 15	2,5	2,5	1	2	3

Pertanyaan 16	2,3	3	2	1	3
Pertanyaan 17	2,63	3	2	1	3
Pertanyaan 18	2,5	3	2	1	3
Pertanyaan 19	2,47	2	1	2	3
Pertanyaan 20	2,8	3	1	2	3
Pertanyaan 21	2,13	2	2	1	3
Pertanyaan 22	1,83	2	2	1	3
Pertanyaan 23	2	2	2	1	3
Pertanyaan 24	2,43	2	2	1	3
Pertanyaan 25	2,73	3	2	1	3
Pertanyaan 26	2,67	3	2	1	3

4.2 Pembahasan

Berdasarkan table 4.2 gambaran *body Image* pada remaja yang mengalami *overweight* hampir seluruhnya negatif yaitu 21 orang (90%), dan sebagian kecil positif yaitu 3 orang (10%).

Overweight atau kelebihan berat badan adalah akumulasi abnormal lemak tubuh yang dapat menyebabkan risiko bagi kesehatan. Obesitas (kegemukan) sering didefinisikan sebagai kondisi abnormal atau kelebihan lemak yang serius dalam jaringan adiposa sehingga mengganggu kesehatan (Wirjatmadi, 2012). Terjadinya *overweight* lebih ditentukan oleh terlalu banyaknya makan, terlalu sedikitnya aktivitas atau latihan fisik, maupun keduanya (Misnadiarly, 2016). *Overweight* dapat terjadi pada semua golongan usia termasuk usia remaja dikarenakan kelompok ini berada pada fase pertumbuhan yang pesat (*growth spurt*) sehingga membutuhkan zat gizi yang relatif lebih besar jumlahnya yang dapat menimbulkan masalah gizi, lingkungan serta pola hidup dan menyebabkan kelebihan gizi (Kemenkes, 2014).

Menurut Gillen (2011) *body image* ditentukan oleh tiga aspek yaitu Aspek persepsi, pemikiran (*thought*), dan perasaan (*feelings*). Persepsi meliputi penilaian terhadap ukuran tubuh yang dimiliki. Hal ini biasanya diikuti dengan membandingkan diri sendiri dengan orang lain. Pemikiran (*thoughts*) yaitu pemikiran mengenai tubuh yang dimiliki dapat dipengaruhi oleh pendapat keluarga dan teman, Pendapat-pendapat yang negatif atau keluhan mengenai penampilan dan tekanan budaya mengenai tubuh yang ideal adalah langsing dapat berpengaruh buruk pada wanita. Perasaan (*feelings*), aspek ini meliputi perasaan yang berhubungan dengan bentuk tubuh dan ukuran tubuh yang dimiliki. Perasaan yang muncul dapat berupa perasaan positif atau negatif dengan tubuh yang dimiliki.

Berdasarkan data tabulasi silang 4.3 responden dengan *body image negatif* Sebagian besar berusia 17 tahun yaitu 18 orang (60%), dan Sebagian kecil lainnya dari *body image* positif berusia 16 tahun yaitu 3 orang (10%).

Responden dalam penelitian ini berusia remaja. Remaja adalah salah satu kelompok umur yang rentan mengalami kelebihan berat badan dan obesitas (Wati, 2017). Remaja pada usia 10 hingga 19 tahun merupakan kelompok usia peralihan dari masa anak-anak hingga menjadi remaja awal, remaja madya, remaja akhir sampai dewasa (Kemenkes, 2014). Menurut asumsi peneliti faktor yang mempengaruhi *body image* pada remaja adalah usia dan jenis kelamin. Menurut asumsi peneliti semakin dewasa seseorang maka akan semakin memikirkan penampilannya, membandingkan dirinya

dengan orang lain sehingga merasa minder dan merasa tidak ada hal baik dalam dirinya.

Bersadarkan jenis kelamin sebagian besar memiliki *body image negatif* dari jenis kelamin perempuan yaitu 20 orang (67%) dan sebagian kecil dari *body image positif* berjenis kelamin laki-laki yaitu 2 orang (7%). Wayan (2019) mengatakan Remaja perempuan cenderung lebih peka dengan keadaan tubuh karena keinginan remaja perempuan adalah menjadi kurus. Keinginan menjadi kurus dipengaruhi oleh kecenderungan untuk mengidentikkan tubuh yang sangat kurus dengan kecantikan. Kesadaran remaja perempuan yang tidak mungkin untuk mencapai tubuh ideal dapat menyebabkan munculnya kecemasan. Remaja perempuan yang merasakan kecemasan secara berlebihan akan mengalami kesulitan dalam pekerjaan, hubungan sosial, dan fungsi sosial. Remaja perempuan akan cenderung lebih takut akan kenaikan berat badan dan memperhatikan bentuk tubuh mereka dibandingkan dengan remaja laki-laki. Bentuk rasa takut menjadi gemuk (*fear of fatness*) memiliki ciri bahwa banyak orang yang terkena permasalahan dengan *body dissatisfaction* (mempersepsikan dirinya lebih gemuk daripada sebenarnya), sementara sebagian lainnya terus mempertahankan tubuh yang kurus sekalipun mereka mengakui bahwa mereka tidak kelebihan berat badan. Keadaan ini mengakibatkan pengontrolan bentuk badan yang tidak tepat pada orang-orang yang berat badannya normal atau bahkan kurang. Kesalahan persepsi dalam melihat perubahan diri seorang remaja menyebabkan mereka tidak memperhatikan asupan makanan yang bergizi. Padahal makanan yang bergizi sangat penting untuk mengimbangi perubahan-perubahan yang sangat pesat, baik fisik, psikologi maupun sosial pada periode *growth spurt* remaja.

Body image yang negatif banyak memberikan dampak yang buruk, baik kesehatan fisik maupun kesehatan mental. Gangguan makan, gangguan tidur, dan body dysmorphic disorder dapat dialami oleh orang-orang yang memiliki citra tubuh negatif terhadap dirinya sendiri. Ada beberapa cara yang bisa dilakukan untuk membuat citra tubuh lebih positif dengan mengenali kelebihan yang kamu punya, mengenali kekurangan yang dimiliki, dan mengubah cara pandang terhadap diri sendiri agar menjadi lebih baik (gabriella, 2020). *Overweight* atau kegemukan merupakan penyebab terjadinya penyakit tidak menular yang angkanya terus mengalami peningkatan di Indonesia. Dampak dari *Overweight* menyebabkan tekanan darah tinggi, kolesterol tinggi, dan penyumbatan arteri. Ketiga kondisi ini tidak boleh dianggap remeh, karena semuanya berkontribusi terhadap risiko terkena penyakit jantung (Nugroho, 2018)

Berdasarkan fakta dan teori tersebut peneliti berasumsi bahwa usia remaja adalah usia di mana kita sering membandingkan diri dengan orang lain, ingin terlihat sama, dan tidak ingin di bandingkan, hal tersebut berdampak pada persepsi remaja yang buruk sehingga berdampak pada tingkat rasa percaya diri yaitu body image yang negatif.