

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang**

Ada banyak masalah kesehatan yang terjadi di dunia. Masalah kesehatan yang sering diperbincangkan saat ini adalah tentang gangguan obesitas. Obesitas dijumpai pada orang dewasa, remaja dan anak-anak. Sebanyak 1,4 miliar lebih orang dewasa mengalami *overweight* dan 500 juta lebih orang dewasa di dunia menderita obesitas.<sup>1</sup>

Data WHO membuktikan bahwa, secara umum lebih dari 1 miliar orang dewasa mengalami kelebihan berat badan dan 300 juta orang *overweight*. Obesitas sering dialami oleh masyarakat di negara berkembang dengan jumlah pengidap lebih dari 115 juta orang. Mayoritas dari negara-negara Eropa telah mengalami peningkatan kasus obesitas dari 10% menjadi 40% dalam 10 tahun terakhir, terlebih di negara Inggris kebiasaan obesitas ada lebih dari dua kali lipat. World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa angka obesitas dunia, mengalami peningkatan tiga kali lipat sejak tahun 1975 hingga 2016 (sekitar 650 ribu atau 13%). Pada negara berkembang seperti Indonesia obesitas juga menjadi masalah yang krusial. Kembali ke masa lalu, ketika Indonesia masih fokus sebagai negara agraris, obesitas belum tinggi. Namun, dalam kurun waktu 2 dekade atau memasuki tahun 1990-an, setelah Indonesia dinobatkan menjadi negara industri di kawasan Asia Tenggara, obesitas meningkat pesat. Pola yang sama lebih dulu diperlihatkan oleh negara tetangga Singapura, dimana pada awalnya obesitas hanya menembus angka 2% sebelum negara tersebut berkembang dan menjadi negara industri adidaya di Asia Tenggara. Pasca transformasi, dalam kurun waktu kurang dari 10 tahun, obesitas meningkat dengan cepat di negara ini dan menembus angka 10%.<sup>2</sup>

Kasus obesitas di Indonesia ternyata melonjak dalam kurun 10 tahun terakhir. Dibandingkan data 2007 di 19,5 persen, Riskesdas 2018 mencatat prevalensi kasus obesitas mencapai 21,8 persen di 2018. Kemenkes menyebut sedikitnya ada dua faktor yang melatarbelakangi pemicu obesitas semakin tinggi, salah satunya berkaitan dengan berkurangnya aktivitas fisik di daerah urban minim ruang publik untuk berolahraga. Belum lagi, sarana

---

<sup>1</sup>Andi Imam Arundha. “Obesitas Anak dan Remaja (Faktor Resiko, Pencegahan dan Isu Terkini)” (Depok CV. Edugizi Pratama Indonesia) Tahun 2021 Hal 1

<sup>2</sup> Andi Imam Arundha, Asriadi Masnar. “Obesitas Anak dan Remaja (Faktor resiko, Pencegahan, dan isu terkini)” (Depok CV. Edugizi Pratama Indonesia) Tahun 2021 hal 7

modern teknologi tinggi menjadi alasan banyak remaja mulai tidak aktif bergerak, terutama mereka yang berada di perkotaan. Padahal, obesitas bisa memicu beragam komplikasi.

Menurut Direktur Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kemenkes Eva Susanti, obesitas berkontribusi pada penyebab kematian akibat penyakit kardiovaskular yakni 5,87 persen dari total kasus. Ini juga berpengaruh pada angka kasus diabetes dan ginjal yakni 1,84 persen dari total kasus kematian. Pemerintah berupaya agar prevalensi kasus tetap berada di 21,8 persen pada 2024. Eva menyebut masyarakat juga perlu andil dalam memahami risiko atau fatalnya obesitas. "Rencana aksi nasional perlu dibangun untuk mengambil tindakan proaktif dan berbasis bukti guna mencegah dan mengatasi obesitas," bebernya, dikutip dari Antara. Belakangan ada tiga laporan kasus yang disorot terkait obesitas. Selain Muhammad Fajri berbobot 300 kg yang meninggal dunia, ada dua kasus lain yakni pria di Tangerang berinisial (CR) berbobot 200 kg dan remaja di Jakarta Timur dengan berat 230 kg.<sup>3</sup>

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, penentuan apakah berat badan seseorang termasuk dalam kategori obesitas dapat dinilai menggunakan rumus perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT) atau Body Mass Index (BMI). BMI merupakan metode mudah untuk menentukan apakah berat badan seseorang sudah sesuai, dihitung dengan membagi berat badan dalam kilogram dengan tinggi badan, lalu mengalikan hasilnya dengan tinggi badan dalam meter persegi (m<sup>2</sup>).<sup>4</sup>

Obesitas secara umum sering diartikan sebagai kegemukan, meskipun antara obesitas dan kegemukan juga punya perbedaan menurut definisi dan parameternya. Menurut definisinya, obesitas adalah kondisi di mana lemak tubuh memiliki jumlah yang lebih banyak dari normalnya yang terkumpul dan tersimpan pada jaringan lemak seseorang yang mengakibatkan berat badan meningkat, sehingga tidak baik untuk kesehatan. Dari pandangan klinis seorang obesitas banyak mengalami gangguan kesehatan berupa penyakit tidak menular seperti diabetes mellitus tipe 2, hipertensi, stroke, serangan jantung, osteoarthritis, penyakit metabolic, peningkatan kadar kolesterol, hipertensi, resistensi insulin, kanker, kehamilan yang beresiko, penuaan otak, penurunan kualitas sperma, stroke, dan

---

<sup>3</sup> <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-6815879/kemenkes-kasus-obesitas-ri-melonjak-dalam-10-tahun-terakhir>.

<sup>4</sup> Andi Imam Arundha. "Obesitas Anak dan Remaja (Faktor Resiko, Pencegahan dan IsuTerkini)" (Depok CV. Edugizi Pratama Indonesia) Tahun 2021 Hal 4

turunnya kadar vitamin D pada tubuh. Orang obesitas cenderung cepat lelah, mengantuk dan menurunnya keseimbangan. Penyebab adanya obesitas yaitu terlalu banyak campuran asupan energi dari makanan yang tidak diimbangi dengan pengeluaran energi dari aktifitas fisik manusia. Namun, obesitas juga bisa disebabkan adanya keturunan dari keluarga. Kelompok usia yang paling sering mengalami obesitas adalah remaja.<sup>5</sup>

Remaja yang mengalami obesitas perlu mendapatkan pengawasan khusus dari orang tua karena jika lalai bisa berdampak buruk bagi kesehatan baik fisik maupun psikis. Ada dua hal yang perlu dikontrol seperti pola makan dan gaya hidup.<sup>6</sup> Pola makan seperti terlalu sering mengonsumsi makanan cepat saji (*Junk Food*), kurang mengonsumsi sayur dan buah. Sedangkan untuk gaya hidup itu seperti bermalasan-malasan dan jarang olahraga. Hal ini perlu diteliti lebih dalam karena dampak yang ditimbulkan dari obesitas sangat berbahaya apalagi terhadap remaja yang masih mengalami masa perkembangan. Oleh karena itu penelitian ini harus dilakukan untuk mengetahui adanya solusi terhadap remaja yang sedang mengalami obesitas.

Perilaku makan karena emosi merupakan bentuk dari pelampiasan dalam menghadapi stress. Emotional eating atau perilaku makan karena pengaruh emosi merupakan respons umum remaja terhadap tekanan emosional, yang sering kali diwujudkan melalui konsumsi makanan tinggi kalori, gula, dan lemak tanpa memperhatikan rasa lapar fisik. Perilaku ini didorong oleh emosi negatif seperti stres dan kecemasan, bukan oleh kebutuhan fisiologis tubuh. Jika tidak segera diatasi, perilaku makan karena emosi (*emotional eating*) dapat berlanjut menjadi kebiasaan jangka panjang yang meningkatkan risiko obesitas.<sup>7</sup>

Dalam sudut pandang islam makan secara berlebihan juga termasuk hal yang tidak baik. Melalui sabdanya, Rasulullah SAW menganjurkan kaum muslim untuk makan secukupnya. Bahkan beliau memberitahukan porsi makan yang seimbang, tidak terlalu banyak dan tak sedikit. Kitabul-Aadab menukil hadits Nabi SAW riwayat Miqdam bin Ma'di Karib. Di mana Miqdam berkata, "Saya mendengar Rasul SAW bersabda:

---

<sup>5</sup> Andi Imam Arunda, Asriadi Masnar. "Obesitas Anak dan Remaja (Faktor resiko, Pencegahan, dan isu terkini)".(Depok CV. Edugizi Pratama Indonesia) Tahun 2021 hal 6

<sup>6</sup> Harry Freitag Luglio Muhammad, Pemanfaatan sekolah sebagai sarana pencegahan obesitas sejak dini pada remaja. Vol 1 No 2 Tahun 2018 Hal 108

<sup>7</sup> Marshella Agita Kemala Sari , Yanesti Nuravianda Lestari, Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas pada Remaja (Studi Kasus di SMA Negeri 15 Semarang) Vol 13 No 1 Tahun 2024 Hal 387

، مَا مَلَأَ أَدَمِيَّ وَغَاءَ شَرًّا مِنْ بَطْنٍ بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أَكَلَاتُ يُقَمِّنَ صُلْبَهُ، فَإِنْ كَانَ لَا مَخَالََةَ فَنُتِلْتُ لِطَعَامِهِ، وَتُتِلْتُ لِشَرَابِهِ، وَتُتِلْتُ لِنَفْسِهِ

Artinya: "Tidaklah anak Adam memenuhi wadah yang lebih buruk dari perutnya. Cukuplah anak Adam mengisi perutnya dengan beberapa suapan yang akan meluruskan tulang rusuknya. Jika harus ditambah, maka sepertiganya untuk makanan, sepertiganya untuk minum, dan sepertiganya untuk bernafas." (HR Tirmidzi [2280], Ahmad [15648], & Ibnu Majah [3286])<sup>8</sup>.

Pada masa remaja, anak banyak mengalami perubahan fisik yang sangat berarti sehingga muncul dampak psikologis yang tidak diinginkan, seperti adanya perubahan fisik pada masa pubertas yang menjadikan remaja lebih memerhatikan tubuhnya dari pada perkara lain.<sup>9</sup> Dalam perkembangannya dampak yang terjadi pada remaja menurut F. J. Monks, munculnya ketegangan dan kecemasan karena perubahan tersebut sering menimbulkan kesulitan bagi remaja untuk melakukan penyesuaian dengan lingkungannya yaitu teman sebaya, orang tua, dan saudara sekandungnya.<sup>10</sup> Untuk itu, supaya dapat terlihat menarik, remaja di masa pubertas cenderung berupaya untuk tidak gemuk dan terlihat langsing. Kebanyakan remaja sering merasa gelisah dengan penampilan fisik mereka. Kekhawatiran terhadap bentuk tubuh yang harus tampil secara ideal menjadi faktor utama.

Remaja lebih sering memprioritaskan penampilan fisiknya agar terlihat ideal dengan tinggi badan dan berat badan yang ideal.<sup>11</sup> Keinginan seperti ini muncul karena rasa ketidakpuasan para remaja terhadap penampilannya. Mereka merasa bahwa dengan memiliki tubuh ideal akan membuat mereka lebih percaya diri ketika bertemu dan berkomunikasi dengan orang secara langsung.

---

<sup>8</sup> Artikel detikhikmah, "Larang Makan Terlalu Kenyang, Nabi SAW Anjurkan Secukupnya" selengkapnya <https://www.detik.com/hikmah/khazanah/d-6730289/larang-makan-terlalu-kenyang-nabi-saw-anjurkan-secukupnya>.

<sup>9</sup> Devi Lestari Simanjuntak dan Ade rahmawati siregar. "Hubungan Penerimaan diri dengan kompetensisosial pada remaja obesitas", Skripsi Tahun 2023 Hal 1

<sup>10</sup> Anisa Kusuma Ningrum. Studi Deskriptif Penerimaan Diri Remaja Putri Yang Mengalami Obesitas. Skripsi Tahun 2018. Hal 6

<sup>11</sup> Amandha Unzilla Denich, Asmidir Ilyas. "Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri." Vol 2 No 3 Tahun 2017 Hal 108

Banyak kasus remaja yang berpenampilan kurang ideal sering mengalami penindasan. Penindasan terhadap remaja yang memiliki gangguan berat badan berlebih dapat berupa perundungan atau *bullying*, pelecehan verbal, fisik, penilaian negatif, atau perlakuan tidak adil yang dapat memperburuk kondisi psikologis remaja. Kondisi psikologis pada remaja masih belum stabil karena masih dalam masa perkembangan. Berdasarkan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa remaja yang mengalami gangguan kelebihan berat badan memiliki peningkatan resiko penindasan dibandingkan remaja yang memiliki berat badan normal. Penindasan dapat menimbulkan berbagai dampak psikologi yang negative yaitu menurunkan harga diri, depresi, kecemasan, dan bahkan isolasi sosial.<sup>12</sup>

Proses penerimaan diri merupakan perkara yang tidak mudah dan cepat untuk dijalankan, perlu banyak langkah-langkah berat dan panjang serta relatif lama untuk dilalui.<sup>13</sup> Ibarat kata sebuah rapat, di dalamnya saling berdebat demi mencapai kata mufakat atau diterima. Dalam debat sudah pasti tidak selalu berjalan dengan baik, tidak jarang ada penundaan hingga berhari-hari. Demikian kasusnya dengan orang yang obesitas sejak lahir.

Menurut Anderson, penerimaan diri sangat berpengaruh bagaimana seseorang menjalani hidup. Seseorang yang mampu menerima dirinya, maka ia tidak akan takut memandang dirinya secara jujur, baik di dalam (hati/pikiran/perasaan) maupun di luar (perilaku, penampilan), karena kita tidak bisa lari dari diri sendiri, walau apapun yang kita lakukan. Penerimaan diri ini diperlukan untuk menyatukan tubuh, pikiran dan jiwa. Anderson juga mengungkapkan bahwa penerimaan diri berarti kita telah berhasil menerima kelebihan dan kekurangan diri apa adanya. Menerima diri berarti kita telah menemukan karakter diri dan dasar yang membentuk kerendahan hati dan integritas.<sup>14</sup>

Berdasarkan penelitian kualitatif terdahulu berjudul “Studi Deskriptif Penerimaan Diri Remaja Putri Yang Mengalami Obesitas” yang dilakukan oleh Anisa Kusumaningrum tahun 2018 menunjukkan bahwa kondisi remaja yang belum stabil secara emosional dalam menghadapi masalah pribadi dan pengaruh lingkungan seperti perundungan serta

---

<sup>12</sup> Rudi Pramoko. Pengaruh Penerimaan diri remaja terhadap perilaku bulliying pada siswa kelas VIII SMPNegeri 1 Turi. Skripsi Tahun 2019 Hal 2

<sup>13</sup> Vera Permatasari, Witrin Gamayanti, Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia. Vol 3 No 1 Tahun 2016 Hal 138

<sup>14</sup> Vera Permatasari, Witrin Gamayanti, Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia. Vol 3 No 1 Tahun 2016 Hal 140

deskriminasi sosial yang disebabkan oleh kondisi fisik yang obesitas. Namun dalam penelitian ini hanya fokus pada remaja putri yang masih menduduki jenjang pendidikan SMA (Sekolah Mengah Atas).<sup>15</sup> Ada juga pada penelitian kualitatif yang berjudul “*Self Acceptance* Pada Remaja Putri Yang Mengalami Obesitas di SMK Wiworotomo Purwokerto” yang dilakukan oleh Rizcha Dwi Annisa tahun 2023 menunjukkan gambaran penerimaan diri dari seorang remaja yang mengalami obesitas dari ketiga subyek remaja putri yang diteliti ada yang sudah mengalami proses penerimaan diri ada yang masih belum mampu melakukan penerimaan diri.<sup>16</sup>

Pada penelitian kualitatif yang lain tentang “*Self Acceptance* Pada Mahasiswi Yang Mengalami Obesitas” yang dilakukan oleh Hidayat Nur Fahreza tahun 2023 menunjukkan bahwa mahasiswi yang mengalami obesitas juga rentan mengalami kasus *bullying*, deskriminasi sosial serta perundungan hal ini mampu dihadapi dengan adanya penerimaan diri.<sup>17</sup> Ada juga penelitian kuantitatif tentang “**Pengaruh penerimaan diri remaja terhadap perilaku bullying pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Turi.**” Yang dilakukan oleh Rudi Pramoko, tahun 2018 menguji variable penerimaan diri terhadap remaja SMP tentang penrimaan diri terhadap kasus bullying yang ada.<sup>18</sup>

Ada juga penelitian tentang “Hubungan *body image* dengan penerimaan diri mahasiswa putri *Relationship between body image and self-acceptance of female students*” yang dilakukan oleh Siti Maryam tahun 2019 untuk mengetahui pengaruh citra tubuh yang ideal berpengaruh pada penerimaan diri seorang mahasiswi.<sup>19</sup> Dan yang terakhir penelitian tentang “Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri” yang dilakukan oleh Amandha Unzilla Denich tahun 2017 menguji terhadap citra tubuh seorang remaja putri memang benar mempengaruhi Tingkat kepercayaan diri.<sup>20</sup>

---

<sup>15</sup>Anisa Kusuma Ningrum. Studi Deskriptif Penerimaan Diri Remaja Putri Yang Mengalami Obesitas. Skripsi Tahun 2018.

<sup>16</sup>Rizcha Dwi Annisa. “Self Acceptance Pada Remaja Putri Yang Mengalami Obesitas di SMK Wiworotomo Purwokerto” Skripsi Tahun 2023

<sup>17</sup>Hidayat Nur Fahreza . Self Acceptance Pada Mahasiswi Yang Mengalami Obesitas”,Skripsi Tahun 2023

<sup>18</sup>**Rudi Pramoko. Pengaruh penerimaan diri remaja terhadap perilaku bullying pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Turi. Skripsi Tahun 2018**

<sup>19</sup>“Siti Maryam “Hubungan body image dengan penerimaan diri mahasiswa putri *Relationship between body image and self-acceptance of female students*” Vol 3 No 3 Tahun 2023

<sup>20</sup>Amandha Unzilla Denich “Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri”Vol 2 No 3 Tahun 2017 Hal 3

Penerimaan diri memiliki peran penting dalam perkembangan individu, terutama pada remaja yang sedang mencari identitas mereka. Bagi remaja obesitas, penerimaan diri dapat menjadi faktor penting dalam menghadapi tekanan dari lingkungan sekitar. Oleh sebab itu, penelitian ini akan mengungkap penerimaan diri remaja obesitas di Desa Semen. Salah satu dari 12 Desa di administratif Kecamatan Semen adalah Desa Semen. Luas wilayahnya 1.634 km<sup>2</sup>. Jumlah penduduk ada 4.223 jiwa yang tinggal di sana. Terbagi menjadi 2.154 laki-laki dan 2.069 perempuan. Jumlah remaja obesitas yang ada didesa semen yaitu 63 jiwa yang terbagi 37 laki-laki dan 26 perempuan.<sup>21</sup> Karena merupakan ibukota kecamatan yang menjadi pusat perdagangan. Mayoritas penduduk di Desa Semen adalah petani atau bermata pencaharian di bidang pertanian, sedangkan sisanya adalah pedagang, karyawan swasta dan pegawai negeri.<sup>22</sup>

Pada observasi dan wawancara awal yang telah dijalankan terhadap subjek remaja obesitas di Desa Semen, ditemukan beberapa fakta yaitu, pola kehidupan konsumtif yang berlebihan dari seorang remaja karena mudahnya akses dalam memperoleh makanan juga stigma masyarakat yang beredar bahwa gemuk adalah tanda dari kebahagiaan. Ada juga yang menyebutkan pola hidup yang lebih sering bermalasan dan kurangnya beraktifitas. Hal ini menjadi masalah yang harus diselesaikan. Dari masalah yang ada subyek sudah menunjukkan sikap penerimaan diri dengan bersikap jujur kepada diri sendiri dan orang lain serta mampu memanfaatkan kemampuan dirinya sendiri untuk berkerja. Namun, perkara ini masih perlu diteliti dan perlu wawancara lebih dalam untuk mendapatkan data dan informasi yang lebih spesifik.

Maka dari itu peneliti tertarik mengkaji penerimaan diri remaja obesitas di Desa Semen, untuk mengetahui seberapa penting penerimaan diri remaja obesitas dalam menghadapi stigma masyarakat serta mendapatkan gambaran bagaimana proses remaja obesitas dalam melakukan penerimaan diri. Alasan meneliti subyek tersebut adalah karena kondisi subyek saat ini. Subyek diatas mengeluhkan merasa tidak nyaman atas perlakuan yang dilakukan oleh lingkungan sekitar yaitu melakukan diskriminasi dengan mengejek fisik (*body shaming*)

---

<sup>21</sup> Puskesmas Desa Semen Kecamatan Semen Kabupaten Kediri.

<sup>22</sup>Jatim.bps.go.id, "Data Jawa Timur", *Badan Pusat Statistik Jawa Timur*, 2023, <https://jatim.bps.go.id/statictable/2019/10/16/2044/penyandang-masalah-kesejahteraan-sosial-menurut-kabupaten-kota-di-provinsi-jawa-timur-2017.html>, diakses pada 15 Maret 2023

Berdasarkan paparan sebelumnya, peneliti ingin meneliti penerimaan diri remaja yang mengalami obesitas di Desa Semen dalam menyikapi kelebihan atau kekurangan yang ada didalam dirinya tersebut. Penerimaan diri terkait erat dengan penerimaan keadaan fisik seseorang. Penerimaan diri dipandang penting untuk menjaga kesehatan mental karena memungkinkan seseorang untuk menghindari sejumlah kesulitan emosionalnya. Dengan demikian judul penelitian ini adalah “Penerimaan Diri Remaja Obesitas di Desa Semen”

### **Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas, maka peneliti menyusun rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran penerimaan diri pada remaja obesitas di Desa Semen?
2. Apa faktor penerimaan diri pada remaja obesitas di Desa Semen?

### **Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini, sebagaimana diuraikan dalam rumusan masalah, adalah untuk menyelidiki dan mengkaji secara empiris.

1. Untuk mengetahui gambaran penerimaan diri remaja obesitas di Desa Semen
2. Untuk mengetahui faktor-faktor penerimaan diri remaja obesitas di Desa Semen

### **Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi khalayak, yaitu berupa:

1. Manfaat secara teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan berguna untuk tambahan sumber rujukan, keilmuan bagi para pembaca sehingga dapat mejadi bekal dalam melakukan penerimaan diri pada remaja-remaja obesitas yang ada di Indonesia.

2. Manfaat secara praktis

- a. Bagi peneliti selanjutnya

Harapannya penelitian ini mampu memberikan pemahaman awal tentang dinamika hubungan antar variabel tersebut, tetapi juga menggugah untuk eksplorasi lebih lanjut. Dengan memperdalam penelitian ini, potensi untuk mengungkap lebih banyak detail, keterkaitan, dan pola yang mendasari hubungan antar variabel dapat terwujud. Ini akan memberi jalan pemahaman yang lebih komprehensif dan

aplikatif, serta menyediakan landasan yang lebih kuat untuk pengembangan teori dan praktik di bidang ini.

b. Bagi mahasiswa

Sebagai wadah menerapkan ilmu serta teori yang dipelajari di masa kuliah dan memberi tambahan pengetahuan terkait kasus yang dilakukan penelitian juga menjadi dasar perkembangan berfikir dalam menciptakan gagasan terkait penelitian ini.

c. Bagi perguruan tinggi

Sebagai sumber keperustakaan dan informasi yang dapat digunakan dalam menambah kepustakaan terkait tentang hubungan penerimaan diri pada remaja obesitas.

### Penelitian Terdahulu

Ada beberapa penelitian terdahulu yang menunjang penelitian ini :

1. Penelitian dilakukan oleh Anisa Kusuma Ningrum pada tahun 2018 yang berjudul **“Studi Deskriptif Penerimaan Diri Remaja Putri Yang Mengalami Obesitas.”**. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui karakteristik remaja, penerimaan diri, dan faktor penyebab obesitas pada remaja putri. Penelitian ini menerapkan metode kualitatif pendekatan studi deskriptif dengan sumber data berupa wawancara. Di dalamnya menggambarkan hasil dari penelitian yang dilakukan secara keseluruhan berdasarkan keadaan yang sebenarnya. Karakteristik subjek yang digunakan yaitu pada remaja putri usia 16-18 tahun yang merupakan pelajar tingkat SMA (Sekolah Menengah Atas). Berdasarkan wawancara kepada ketiga subjek dan analisis data, dapat ditarik kesimpulan bahwa penerimaan diri atas kondisi obesitas telah dilakukan oleh para remaja tersebut, dengan disertai penyesuaian diri yang membutuhkan waktu tidak singkat.<sup>23</sup> **Persamaan** dengan penelitian ini terdapat pada metode penelitian dan metode pengumpulan data berupa wawancara, observasi dan dokumentasi. **Perbedaan** dengan penelitian ini terdapat subyek penelitian yaitu remaja putri namun penelitian yang akan dijalankan ini memakai subyek remaja putra dan putri.

---

<sup>23</sup>Anisa Kusuma Ningrum. Studi Deskriptif Penerimaan Diri Remaja Putri Yang Mengalami Obesitas. Skripsi Tahun 2018. Hal 14

2. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Rizcha Dwi Annisa pada tahun 2023 “**Self Acceptance Pada Remaja Putri Yang Mengalami Obesitas di SMK Wiworotomo Purwokerto**” Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui sikap remaja putri yang mengalami obesitas dalam menerima kondisi pada dirinya. Dalam kasus ini, yang perlu diteliti diantaranya ciri-ciri penerimaan diri, faktor-faktor yang memengaruhi penerimaan diri dan tahap-tahap penerimaan diri. Metode yang digunakan ialah kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Subjek penelitiannya terdapat 3 subyek yaitu EL, SY, dan TS yang merupakan remaja putri dari kelas X SMK Wiworotomo Purwokerto. Remaja-remaja putri tersebut mengalami obesitas dihitung dengan rumus IMT (Indeks Masa Tubuh). Hasil penelitian memaparkan bahwa ada dua subjek yang sesuai dengan ciri-ciri penerimaan diri, faktor yang memengaruhi, dan tahap-tahap penerimaan diri yaitu dilihat dari sikap mampu menerima segala kekurangan dan kelebihan dari tubuhnya didukung dengan sikap percaya diri, mampu beradaptasi, berinteraksi, dan berkomunikasi dengan baik bersama orang baru tanpa rasa tersinggung dengan tutur kata orang lain terkait kondisinya. Dan satu subyek yang tidak sesuai dengan ciri-ciri penerimaan diri, faktor yang memengaruhi, dan tahap-tahap penerimaan diri. Yang terlihat dari sikap tidak percaya diri dan mudah tersinggung dengan omongan orang lain karena tidak bisa menerima kondisi obesitasnya. Mereka juga tidak biasa bercengkrama dengan keluarga di rumah dan merasa tidak mampu melakukan interaksi dengan orang baru.<sup>24</sup> **Persamaan** dengan penelitian ini terdapat pada metode penelitian dan metode pengumpulan data yang diterapkan berupa penelitian kualitatif yang menggunakan pengumpulan data wawancara, observasi dan dokumentasi. **Perbedaan** dengan penelitian ini ada pada subyek penelitian yaitu remaja putri namun penelitian yang akan dilakukan ini menggunakan subyek remaja putra dan putri.
3. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Hidayat Nur Fahreza pada tahun 2023. “**Self Acceptance Pada Mahasiswi Yang Mengalami Obesitas**” Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi penerimaan diri siswa perempuan yang mengalami obesitas. Dengan menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis,

---

<sup>24</sup>Rizcha Dwi Annisa. “Self Acceptance Pada Remaja Putri Yang Mengalami Obesitas di SMK Wiworotomo Purwokerto” Skripsi Tahun 2023 Hal 5

penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data yang mencakup wawancara, observasi, dan dokumentasi. Dalam memilih informan diterapkan teknik purposive sampling yaitu dengan mempertimbangkan kriteria. Informan yang menjadia sumber data ada 3 orang informan utama dan 2 orang informan tambahan. Analisis data ini dengan analisis kualitatif Miles dan Huberman yang dibantu aplikasi *software atlas.ti* versi 8.<sup>25</sup> **Persamaan** dengan penelitian ini terdapat pada metodepenelian dan metode pengumpulan datanya berupa penelitian kualitatif yang menggunakan pengumpulan data berupa wawancara dan observasi. **Perbedaan** dengan penelitian ini terdapat subyek penelitian yaitu orang obesitas dimasa mahasiswa putri namun penelitian yang hendak dilakukan dengan subyek remaja putra dan putri.

4. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh **Rudi Pramoko pada tahun 2018 “Pengaruh penerimaan diri remaja terhadap perilaku bullying pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Turi.”** Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penerimaan diri remaja terhadap perilaku *bullying* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Turi. Jenis penelitian ini berupa kuantitatif kausal untuk mencari tahu pengaruh antar variabel. Populasi atau subjek yaitu siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Turi yang berusia13-15 tahun, dengan jumlah 32 anak. Teknis analisis data menggunakan uji hipotesis dengan taraf signifikan 5 %.<sup>26</sup> **Persamaan** penelitian ini terletak pada subyek yang akan diteliti yaitu berupa remaja. **Perbedaan** dari kedua penelitian ini yakni pada metode penelitian yang diterapkan, penelitian ini memakai kuantitatif kasual sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan kualitatif deskriptif.
5. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Siti Maryam pada tahun 2019 “**Hubungan Body Image dengan Penerimaan Diri Mahasiswa Putri Relationship Between Body Image and Self-acceptance of Female students**”. Penelitian Penelitian ini mempunyai tujuan untuk menguji hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan penerimaan diri pada siswi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan tipe deskriptif dan korelasional. Jumlah sampel sebanyak 242 siswi dipilih dengan menggunakan teknik purposive stratified random sampling. Instrumen penelitiannya berupa

---

<sup>25</sup>Hidayat Nur Fahreza. “Self Acceptance Pada Mahasiswi Yang Mengalami Obesitas”, Skripsi. Tahun 2023 Hal 5

<sup>26</sup>**Rudi Pramoko. Pengaruh penerimaan diri remaja terhadap perilaku bullying pada siswakesel VIII SMP Negeri 1 Turi. Skripsi Tahun 2018 Hal 2**

inventaris citra tubuh dan inventaris penerimaan diri siswi. Teknik Pearson Product Moment menjadi teknik untuk analisis data pada penelitian ini. Hasil penelitian memperlihatkan adanya hubungan signifikan antara citra tubuh dengan penerimaan diri siswi dengan koefisien korelasi sebesar -0,469 yang berada pada taraf signifikansi 0,000.<sup>27</sup> **Persamaan** penelitian ini terletak variable yang diteliti yaitu penerimaan diri. **Perbedaan** dari penelitian ini ada pada metode penelitian. Jika penelitian ini kuantitatif sedangkan penelitian yang peneliti lakukan menggunakan kualitatif deskriptif.

6. Penelitian ini dilakukan oleh Amandha Unzilla Denich pada tahun 2017. “**Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri**” Penelitian ini berguna untuk menggambarkan kondisi kepercayaan diri dan body image remaja putri juga dilakukannya indentifikasi hubungan body image dengan kepercayaan diri remaja putri. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dan korelasional yang dibantu 77 sampel dari remaja putri. Stratified random sampling technique digunakan sebagai teknik sampling. Penelitian ini memakai instrument Zila & Ifdil Kepercayaan Diri Inventori dan Zila & Ifdil BodyImages Inventory. Analisis data dilakukan dengan teknik analisis deskriptif dan analisis korelasional. Penelitian ini membuktikan bahwa mayoritas remaja putri memiliki tingkat kepercayaan diri dalam kategori sedang, kategori netral pada kondisi body image dan ada hubungan signifikan antara body image dengan kepercayaan diri remaja putri. Dibutuhkannya usaha peningkatan dan pengembangan kepercayaan diri dan body image remaja putri oleh konselor untuk kehidupan mereka demi mewujudkan generasi emas Indonesia.<sup>28</sup> **Persamaan** dengan penelitian ini terdapat pada metode penelitan dan metode pengumpulan data penelitian kualitatif berupa wawancara, observasi dan dokumentasi. **Perbedaan** dengan penelitian ini ada pada subyek penelitiannya itu remaja putri namun penelitian peneliti ini yaitu remaja putra dan putri.

### **Definisi Operasional**

1. Penerimaan diri ialah keadaan dan sikap positif seseorang untuk menghargai diri sendiri, dengan menerima semua kelebihan dan kekurangan, memahami

---

<sup>27</sup> Siti Maryam, Ifdil “Hubungan body image dengan penerimaan diri mahasiswa putri Relationship between body image and self-acceptance of female students” Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia Vol.3, No.3, Tahun 2019 Hal 129

<sup>28</sup>Amandha Unzilla Denich Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri” Vol 2 No 3 Tahun 2017 Hal 3

kemampuan dan kelemahan, tanpa menyalahkan diri sendiri dan orang lain disertai usaha berubah menjadi lebih baik.

2. Obesitas adalah kondisi yang ditandai dengan kelebihan lemak dalam jaringan adiposa. Secara fisiologis, obesitas didefinisikan sebagai akumulasi lemak yang tidak normal atau berlebihan yang mengganggu kesehatan seseorang
3. Remaja ialah masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang mencakup berbagai transformasi biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Masa remaja awal biasanya dimulai antara usia 12 dan 15 tahun dan berakhir pada masa remaja akhir, yang berlangsung dari usia 18 hingga 21 tahun.