

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia dalam perkembangannya melewati beberapa fase, salah satunya adalah masa remaja. Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja adalah anak usia 10-24 tahun. Remaja adalah anak usia 10-24 tahun yang merupakan usia antara masa kanak-kanak dan masa dewasa dan sebagai titik awal proses reproduksi, sehingga perlu dipersiapkan sejak dini (Romauli dkk, 2017). Batas usia remaja menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun (Pusdatin RI, 2014).

Menurut *World Heart Organization* (WHO) 2014 Jumlah kelompok usia 10-19 di Indonesia menurut Sensus Penduduk tahun 2010 sebanyak 43,5% juta atau sekitar 18% tahun didunia. Jumlah remaja didunia mengalami peningkatan diperkirakan berjumlah 1,2 milyar atau sekitar 18% dari jumlah penduduk dunia. Jumlah penduduk di Indonesia tahun 2018 adalah 265.015.313 jiwa, dan berdasarkan kelompok umur 0-14 tahun berjumlah 70.486.717 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2018). Berdasarkan Statistik Pemuda Indonesia tahun 2018 terdapat persentase penduduk menurut kelompok umur <16 tahun dengan jenis kelamin laki-laki 29,09% dan perempuan 27,96%, dan terdapat persentase pemuda 2018 sekitar 24,25%. Berdasarkan sumber BPS Provinsi Sumatera Utara tahun 2018, golongan umur 10-14 tahun terdapat jumlah 712.198 jiwa remaja laki-laki dan 679.119 jiwa remaja perempuan. Berdasarkan BPS Provinsi Sumatera Utara

tahun 2018, jumlah penduduk di Kota Medan adalah 2.229.408 jiwa dan jumlah penduduk di Kota Langkat adalah 1.021.208 jiwa.

Pubertas merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa (Widyastuti,2017).Masa pubertas lebih cepat dialami anak perempuan daripada anak laki-laki. Pengaruh masa pubertas pada anak perempuan lebih cepat karena anak perempuan lebih cepat matang dibandingkan anak laki-laki (Ifdil dkk,2017).Perubahan yang terjadi pada remaja diantaranya yaitu perubahan fisik, alat reproduksi, kognitif, dan psikologi.

Berawal dari perubahan fisik, remaja mulai memberikan gambaran dan persepsi tentang bentuk fisik yang dimiliki, kemudian beranjak pada penampilan fisik yang dimiliki orang lain hingga standar tubuh yang harus dimiliki setiap perempuan (Denich & Ifdil, 2015). Remaja putri pada umumnya kurang puas dengan gambaran tubuhnya dibanding anak laki-laki. Hal ini disebabkan pada saat masa remaja seorang perempuan akan mengalami peningkatan lemak tubuh yang akan membuat tubuh akan semakin jauh dari bentuk ideal.Gambaran dan persepsi tentang penampilan fisik inilah yang disebut *body image*. *Body image* merupakan imajinasi subyektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini (Ifdil, 2017).

Proporsi obesitas di Indonesia pada dewasa umur >18 tahun menurut provinsi 2018 sebanyak 21,8%, proporsi obesitas sentral di Indonesia pada dewasa ≥ 15 tahun menurut provinsi pada tahun 2007 sebanyak 18,8%, pada tahun 2013 sebanyak 26,6%, dan pada tahun 2018 sebanyak 31,0% (Riskesdas,

2018). Menurut Riskesdas 2018, proporsi obesitas sentral pada dewasa ≥ 15 di Sumatera Utara adalah 25%.

Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh merupakan masalah yang rumit bagi remaja bahkan dapat menimbulkan frustrasi, mengurangi kepercayaan diri, menciptakan konsep diri yang kurang tepat, juga menyebabkan mereka kurang menghargai diri mereka sendiri (Anthony, 2009 dalam Sari, 2016). Beberapa penelitian menemukan bahwa terdapat masalah ketidakpuasan terhadap *body image* yang dapat menimbulkan masalah-masalah yang serius. Menurut Attie dan Brooks (dalam Akhmad Mukhlis, 2013:6) menyatakan bahwa individu yang merasa tidak puas dengan bentuk tubuh mereka akan beresiko lebih tinggi untuk melakukan diet serius dan mengalami gangguan makan sehingga menyebabkan terjadinya anemia dibandingkan dengan individu yang sudah puas dengan tubuhnya. Ketidakpuasan dalam *body image* dapat meningkatkan perilaku merokok dikalangan remaja, karena merokok merupakan salah satu metode penurunan berat badan yang dilakukan oleh remaja masa kini (Aninda, 2016).

Prevalensi anemia pada anak sekolah didunia menurut data WHO (2005) adalah 25,4%. Dari data tersebut, kasus anak sekolah yang banyak mengalami anemia adalah di Passifik Barat (83,1%) dan Amerika (47,1%). Menurut data Riskesdas, 2013, anemia pada anak sekolah di Indonesia pada umur 5-14 tahun adalah 26,4% sedangkan untuk umur 15-24 tahun adalah 18,4% (Purnamasari, 2018). Di Sumatera Utara terdapat 322 ribu remaja putri yang mengalami anemia (Harian Analisa, 2017).

Berdasarkan penjelasan diatas hal tersebut disebabkan karena ketidaktahuan remaja tentang perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas disertai adanya perubahan psikologi pada remaja. Remaja biasanya lebih mementingkan penampilan mereka sehingga jika perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas tidak sesuai dengan apa yang mereka inginkan, mereka cenderung tidak bisa menerima perubahan bentuk fisiknya jika tidak sesuai dengan gambaran dan persepsi tentang penampilan fisik yang mereka inginkan. Hal inilah yang menyebabkan remaja mengalami gangguan psikologis seperti cemas bahkan stress, dikarenakan kurangnya pengetahuan akan perubahan fisik masa pubertas sehingga sikap/respon remaja pun menjadi tidak baik .

Pengetahuan adalah hasil tahu dari manusia, yang sekadar menjawab pertanyaan “what”, misalnya apa air, apa manusia, apa alam, dan sebagainya (Notoatmodjo, 2016). Pengetahuan atau kognitif merupakan dominan yang sangat penting dalam bentuk tindakan seseorang (*over behavior*). Sedangkan sikap adalah penilaian positif atau negatif seseorang terhadap ide, objek, peristiwa atau orang lain dalam intensitas tertentu atau evaluasi seseorang terhadap sesuatu (Hidayat dan Baskori, 2016).

Perubahan fisik pada remaja diantaranya yaitu perubahan tinggi badan, berat badan, payudara membesar, panggul membesar, menstruasi, kulit berminyak, tumbuh bulu pada alat kelamin dan ketiak, sedangkan perubahan psikologi pada remaja yaitu tertarik pada lawan jenis, cemas, mudah sedih, lebih perasa, menarik diri, pemalu dan marah (Romauli, 2017). Hal ini berhubungan dengan penelitian sebelumnya yaitu pada hasil penelitian Ifdil, *et al* (2017) menunjukkan bahwa

pengetahuan remaja tentang perubahan fisik pubertas adalah mayoritas dalam kategori baik sebesar, sikap remaja tentang perubahan fisik pubertas adalah mayoritas bersikap positif dalam menghadapi perubahan pubertas, tingkat stress remaja tentang perubahan fisik pubertas dalam kategori ringan, tidak terdapat hubungan antara pengetahuan remaja tentang perubahan fisik pubertas dengan tingkat stress , namun terdapat hubungan sikap remaja tentang perubahan fisik pubertas dengan tingkat stress.

Menurut study pendahuluan yang dilakukan di MTS Sinar Islami Bingai Kecamatan Wampu Kabupaten Langkat pada tanggal 19 Januari 2019 melalui wawancara terbuka, terdapat siswi yang belum pubertas diantaranya mengatakan bahwa belum pernah mendapat informasi tentang pubertas dan perubahan-perubahan yang akan terjadi pada saat pubertas dan siswi tersebut mengatakan bahwa ia cemas akan perubahan bentuk badan yang akan terjadi jika sudah pubertas maupun karena pubertas itu sendiri, sedangkan siswi yang sudah pubertas salah satu diantara mengatakan bahwa sudah mendapat informasi tentang pubertas dan perubahan-perubahan fisik yang akan terjadi, namun siswi tersebut mengatakan bahwa ia merasa malu karena perubahan bentuk tubuhnya, salah satunya mengatakan bahwa tidak suka dengan bertambahnya berat badan sehingga ia merasa bahwa dirinya terlihat gendut dibandingkan oleh teman-teman seusianya dan tidak percaya diri dengan penampilannya sekarang.

Berdasarkan permasalahan diatas,peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang

Perubahan *Body Image* Pubertas dengan Tingkat Stres di MTS Sinar Islami Bingai 2019.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Hubungan Pengetahuan dan Sikap remaja tentang perubahan *body image* pubertas dengan tingkat stres di MTS Sinar Islami Bingai 2019 ?

C. Tujuan Penelitian

C.1 Tujuan Umum

Sebagai bahan kajian dalam proses pembelajaran serta menambah pengalaman, wawasan tentang pengetahuan dan sikap remaja tentang perubahan *body image* pubertas dengan tingkat stres di MTS Sinar Islami Bingai 2019.

C.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan remaja tentang perubahan *body image* di MTS Sinar Islami Bingai.
2. Untuk mengetahui distribusi frekuensi sikap remaja tentang perubahan *body image* di MTS Sinar Islami Bingai.
3. Untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja tentang perubahan *body image* dengan tingkat stres di MTS Sinar Islami Bingai.
4. Untuk mengetahui hubungan sikap remaja tentang perubahan *body image* dengan tingkat stress di MTS Sinar Islami Bingai.

D. Manfaat Penelitian

D.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan menambah wawasan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan terutama kesehatan psikis remaja.

D.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja Putri

Menambah wawasan mengenai *body image* dengan tingkat stres yang dialami remaja.

b. Bagi Instansi Tempat Penelitian

Menambah informasi atau gambaran bagi sekolah maupun para pendidik mengenai *body image* dengan tingkat stres para remaja.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi rujukan untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan pengetahuan dan sikap terhadap perubahan *body image* dengan tingkat pada remaja.

E. Keaslian Penelitian

1. Tombakan, dkk 2017 “Hubungan antara stres dan pola siklus menstruasi pada mahasiswa Kepaniteraan Klinik Madya (co-assistant) di RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado”. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan desain potong lintang menggunakan kuesioner Depression, Anxiety, and Stress Scales (DASS-42) yang telah dimodifikasi dan

kuesioner untuk mengetahui pola siklus menstruasi pada responden. Hasil uji korelasi Spearman antara stres dan pola siklus menstruasi mendapatkan nilai $r=0,417$ dengan $p=0,014$ yang menunjukkan terdapat hubungan moderat yang bermakna antara stres dan pola siklus menstruasi.

Perbedaan : perbedaan yang membedakan antara penelitian diatas dengan sekarang adalah penelitian sekarang membahas tentang apakah ada hubungan pengetahuan dan sikap remaja tentang perubahan body image terhadap tingkat stres.

2. Bambang, 2017 “Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Perubahan Fisik Pubertas dengan Tingkat Stress di SMP Negeri 38 Medan”. Survey analitik dengan desain penelitian cross sectional. Berdasarkan hasil uji Chi-Square dengan menggunakan SPSS, hubungan sikap remaja tentang perubahan fisik pubertas dengan tingkat stress diperoleh H_a diterima dan H_o ditolak Vol VIII No. 1 Januari 2015 Jurnal Keperawatan Flora 24 dengan nilai p value adalah 0,028 ($p<0,05$) dan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan sikap remaja tentang perubahan fisik pubertas dengan tingkat stress.

Perbedaan : perbedaan yang membedakan antara penelitian diatas dengan sekarang adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan pengetahuan dan sikap remaja tentang perubahan body image pubertas dengan tingkat stress.

3. Ifdil, dkk 2017 “ Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Pubertas”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif (Smith, 2015 Best & Kahn, 2016) dan korelasional (Bordens & Abbott, 2002; Miller, 2017)

dengan sampel sebanyak 77 remaja putri. Pemilihan sampel menggunakan teknik purposive stratified random sampling (Cochran, 2007; Shields & Twycross, 2008). Instrumen penelitian menggunakan Zila & Ifdil Kepercayaan Diri Inventori (ZIKDI) dengan α 0,89 reliabilitas item dan Zila & Ifdil Body Images Inventory (ZI-BII) dengan α 0,90. Dari hasil perhitungan diperoleh nilai signifikansi dua jalur sebesar $0,000 < 0,01$. Maka dapat disimpulkan H1 diterima. Artinya, terdapat hubungan yang signifikan antara body image dengan kepercayaan diri remaja putri.

Perbedaan : perbedaan yang membedakan antara penelitian diatas dengan penelitian sekarang adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan perubahan body image dengan pengetahuan dan sikap remaja dengan tingkat stress.