

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Obesitas menjadi masalah kesehatan di dunia. Berdasarkan data WHO tahun 2016 lebih dari 650 milyar dewasa mengalami obesitas dengan prevalensi 13% (11% pada laki-laki dan 15% pada perempuan)¹. Prevalensi obesitas pada orang dewasa di Indonesia dari tahun ke tahun semakin meningkat. Berdasarkan Riskesdas 2018, prevalensi obesitas pada dewasa (>18 tahun) secara nasional yaitu 21,8%. Secara nasional, prevalensi obesitas sentral (≥ 15 tahun) adalah 31,0% lebih tinggi dari prevalensi pada tahun 2013 (26,6%)². Pada semua kelompok umur penduduk dewasa, kelebihan berat badan lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki³.

Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan salah satu provinsi dari enam belas provinsi yang mempunyai prevalensi obesitas di atas angka nasional, yaitu sebesar 15,76%³. Salah satu perguruan tinggi kesehatan yang berada di Daerah Istimewa Yogyakarta yaitu Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Berdasarkan laporan hasil pemeriksaan kesehatan tahun 2017 di Klinik Pratama Poltekkes Kemenkes Yogyakarta dan Klinik Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, menunjukkan bahwa prevalensi obesitas pada mahasiswa sebesar 9,8%.

Obesitas berakibat pada fisiologis dan psikologis. Akibat fisiologis yaitu meningkatkan angka kesakitan dan kematian akibat penyakit tidak menular seperti penyakit kardiovaskuler (penyakit jantung, stroke), diabetes melitus,

kelainan muskuloskeletal (osteoarthritis) dan kanker². Akibat psikologisnya yaitu memberikan pengaruh negatif berupa isolasi, penarikan diri, kurangnya motivasi untuk berprestasi, rendah diri dan depresi⁴. Orang yang obesitas kurang diterima oleh komunitas dan individu sehingga sering mempunyai harga diri yang rendah⁵.

Obesitas dipengaruhi oleh faktor psikologis yang membuat keyakinan dan perilaku seseorang berdampak besar terhadap asupan makanan. Salah satu faktor psikologis tersebut yaitu *body image*⁶. *Body image* merupakan sebuah komponen kecerdasan tubuh yang digunakan untuk menilai dirinya sendiri secara positif atau negatif⁷. Jika seseorang menilai dirinya positif, maka akan memahami apa yang dialami dengan tubuhnya, mengembangkan pikiran serta perasaan yang positif dan realistis tentang tubuhnya serta memperlakukannya dengan baik sehingga motivasi untuk menjaga berat badan dalam jangka panjang akan selalu terpelihara⁷. Namun, apabila menilai dirinya negatif maka akan menimbulkan gangguan *body image* seperti harga diri (*self esteem*) yang rendah, isolasi dan merasa minder karena merasa mempunyai kekurangan secara fisik⁸. Akibatnya akan berdampak pada gangguan pola makan yang mengarah ke pola makan tidak sehat, sehingga akan melakukan berbagai usaha untuk menurunkan berat badan dengan harapan memperoleh bentuk tubuh sesuai dengan yang diinginkan⁹.

Penilaian *body image* dapat dilakukan dengan menggunakan pertanyaan yang sederhana kepada kelompok sasaran tentang bagaimana mereka mempersepsikan diri mereka sendiri. Informasi tentang ukuran tubuh menurut

persepsi sendiri kemudian dibandingkan dengan beberapa ukuran bentuk tubuh yang sebenarnya. Penilaian tentang ukuran tubuh sebenarnya meliputi pengukuran berat badan, tinggi badan, dapat mencakup lingkar tubuh dan pengukuran tebal lipatan kulit¹⁰. Pengukuran lemak tubuh bukanlah suatu proses yang mudah. Pengukuran tebal lemak tubuh pada orang obesitas lebih sulit karena semakin gemuk seseorang, reliabilitas pengukuran ini semakin menurun⁴. Beberapa metode antropometri pengganti yang sederhana untuk menggolongkan obesitas mencakup indeks massa tubuh, lingkar pinggang dan rasio lingkar pinggang pinggul⁶. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *body image* dengan status gizi menurut IMT ($p = 0,000$) dan LP ($p = 0,049$)¹¹.

Penelitian mengenai *body image* yang telah ada kebanyakan dilakukan kepada remaja putri siswa SMP atau SMA¹². Penelitian mengenai *body image* di kalangan masyarakat, mahasiswa dan tenaga kesehatan masih jarang dilakukan¹³. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki *body image* negatif lebih banyak (74%) dibandingkan mahasiswa dengan *body image* positif (26%). Prevalensi *body image* negatif sedikit lebih tinggi pada perempuan (80%) dibanding laki-laki (68%). Disarankan untuk menanamkan pengetahuan tentang *body image* yang baik¹². Pengetahuan tentang *body image* yang baik diperoleh dari edukasi dengan persepsi *body image* positif untuk memperbaiki persepsi bentuk tubuh ideal dan menghindari penyimpangan pola makan pada penderita obesitas¹⁴.

Keberhasilan edukasi didukung oleh media untuk menyampaikan pesan tentang *body image*, salah satunya media audio visual berupa video. Seseorang akan lebih mudah dan lebih cepat belajar dan memahami suatu materi apabila didukung dengan media audio visual dibandingkan ceramah saja karena mengaitkan langsung dengan indera penglihatan dan pendengarannya¹⁵. Media audio visual memiliki pengaruh lebih tinggi dibandingkan dengan media lain, sehingga media audio visual merupakan media yang memiliki peranan yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku¹⁶.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian dengan mengambil judul “Pengetahuan dan Sikap tentang *Body Image* melalui Video terhadap Penilaian Antropometri (Indeks Massa Tubuh, Lingkar Pinggang, Rasio Lingkar Pinggang Pinggul) pada Mahasiswa Obesitas di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

1. Sesudah dilakukan edukasi menggunakan video, apakah ada pengaruh pengetahuan tentang *body image* terhadap indeks massa tubuh pada mahasiswa obesitas di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta?
2. Sesudah dilakukan edukasi menggunakan video, apakah ada pengaruh pengetahuan tentang *body image* terhadap lingkar pinggang pada mahasiswa obesitas di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta?
3. Sesudah dilakukan edukasi menggunakan video, apakah ada pengaruh pengetahuan tentang *body image* terhadap rasio lingkar pinggang pinggul pada mahasiswa obesitas di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta?

4. Sesudah dilakukan edukasi menggunakan video, apakah ada pengaruh sikap tentang *body image* terhadap indeks massa tubuh pada mahasiswa obesitas di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta?
5. Sesudah dilakukan edukasi menggunakan video, apakah ada pengaruh sikap tentang *body image* terhadap lingkaran pinggang pada mahasiswa obesitas di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta?
6. Sesudah dilakukan edukasi menggunakan video, apakah ada pengaruh sikap tentang *body image* terhadap rasio lingkaran pinggang pinggul pada mahasiswa obesitas di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengetahuan dan sikap tentang *body image* melalui video terhadap penilaian antropometri (indeks massa tubuh, lingkaran pinggang, rasio lingkaran pinggang pinggul) pada mahasiswa obesitas di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui skor pengetahuan tentang *body image* sesudah edukasi melalui video
- b. Mengetahui skor sikap tentang *body image* sesudah edukasi melalui video
- c. Mengetahui penurunan indeks massa tubuh sesudah edukasi melalui video

- d. Mengetahui penurunan lingkaran pinggang sesudah edukasi melalui video
- e. Mengetahui penurunan rasio lingkaran pinggang pinggul sesudah edukasi melalui video
- f. Mengetahui pengaruh pengetahuan tentang *body image* terhadap indeks massa tubuh
- g. Mengetahui pengaruh pengetahuan tentang *body image* terhadap lingkaran pinggang
- h. Mengetahui pengaruh pengetahuan tentang *body image* terhadap rasio lingkaran pinggang pinggul
- i. Mengetahui pengaruh sikap tentang *body image* terhadap indeks massa tubuh
- j. Mengetahui pengaruh sikap tentang *body image* terhadap lingkaran pinggang
- k. Mengetahui pengaruh sikap tentang *body image* terhadap rasio lingkaran pinggang pinggul

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup di bidang gizi masyarakat khususnya tentang edukasi pada mahasiswa obesitas.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menjadi bahan referensi dan sumber informasi terkait edukasi tentang *body image*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa Obesitas

Edukasi tentang *body image* dapat meningkatkan pengetahuan dan memberikan sikap positif, sehingga dapat termotivasi untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

b. Bagi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Video tentang *body image* dapat dijadikan sebagai salah satu media edukasi untuk membantu menurunkan prevalensi obesitas pada mahasiswa.

F. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai “Pengetahuan dan Sikap tentang *Body Image* Melalui Video terhadap Penilaian Antropometri (Indeks Massa Tubuh, Lingkar Pinggang, Rasio Lingkar Pinggang Pinggul) pada Mahasiswa Obesitas di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta” belum pernah dilakukan. Beberapa penelitian yang berkaitan diantaranya yaitu

1. Penelitian “Pengaruh Intervensi Pendidikan Gizi terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi, Perubahan Asupan Zat Gizi dan Indeks Massa Tubuh

Remaja Kelebihan Berat Badan” oleh Nurmaryita dkk¹⁷. Desain penelitian *quasi eksperimen with control group pre pos-test design*. Intervensi pendidikan gizi pada kelompok perlakuan diberikan seminggu sekali selama 3 bulan dan kelompok kontrol hanya sekali selama 3 bulan penelitian. Jumlah subjek 73 siswa SMA dengan kelebihan berat badan yang diambil secara *purposive sampling* dan dibagi 2 kelompok yaitu 36 kelompok perlakuan dan 37 kelompok kontrol. Analisis statistik menggunakan *Paired T-Test, Wilcoxon Test, Independent T-Test, Mann-Whitney Test* dan uji multivariat kovarian. Setelah intervensi pendidikan gizi terdapat peningkatan skor pengetahuan gizi ($9,58 \pm 11,82$) dan asupan serat ($1,05 \pm 5,29$ gr) pada kelompok perlakuan; penurunan tingkat kecukupan energi pada kelompok perlakuan dan kontrol ($12,42 \pm 16,77\%$ dan $0,54 \pm 10,18$); penurunan tingkat kecukupan protein ($7,61 \pm 12,05\%$), persentase asupan karbohidrat ($3,78 \pm 6,71\%$) dan persentase asupan lemak ($3,11 \pm 3,96\%$) pada kelompok perlakuan; penurunan IMT pada kelompok perlakuan dan kontrol ($0,58 \pm 0,67$ kg/m² dan $0,12 \pm 0,34$ kg/m²). Perbedaan penelitian terletak pada sasarannya yaitu remaja, teknik sampling, waktu, tempat, materi pendidikan gizi dan desain penelitian yaitu *pretest-post test with control group design*.

2. Penelitian “Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Aktivitas Fisik, Asupan Energi dan Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa dengan Kelebihan Berat Badan” oleh Lestari dkk¹⁸. Metode penelitian ini adalah eksperimen dengan *Randomized Controlled Trial (RCT)*. Populasi

pada penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA dengan kelebihan berat badan, jumlah sampel 50 orang. Pembagian kelompok intervensi dengan cara *random sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner antropometri, aktivitas fisik, *food recall*. Analisis data menggunakan *Independent Sample T-Test* dan regresi linier berganda. Terdapat pengaruh signifikan antara pendidikan gizi terhadap aktivitas fisik ($b=0,07$; CI 95%; antara 0,01 hingga 0,13; $p=0,027$). Ada pengaruh antara pendidikan gizi terhadap asupan energi ($b=-1,47$; CI 95% antara -1,56 hingga 4,51; $p=0,334$), asupan lemak ($b=-2,79$; CI 95% antara -3,92 hingga 9,50; $p=0,190$) dan indeks massa tubuh ($b=0,88$; CI 95% antara -2,90 hingga 1,14; $p=0,125$), tetapi pengaruhnya secara statistik tidak signifikan pada mahasiswa dengan kelebihan berat badan. Perbedaan penelitian terdapat pada materi pendidikan gizi, waktu dan tempat.

3. Penelitian “Pengaruh Media Audio Visual MP-ASI terhadap Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Ibu Baduta di Puskesmas Kelurahan Johar Baru oleh Wicaksono¹⁹. Penelitian ini menggunakan metode *research & development* (R&D) dan kuasi-eksperimental untuk desain penelitiannya. Sampel penelitian ini berjumlah 225 Baduta dari usia 6 - 24 bulan dan tinggal di Kelurahan Johar Baru. Waktu penelitian mulai Oktober sampai Desember 2013. Penelitian ini dibagi menjadi 3 kelompok dengan membandingkan antara kelompok audio visual, kelompok booklet dan kelompok kontrol. Berdasarkan hasil penelitian menjelaskan bahwa audio visual memiliki

pengaruh lebih tinggi dibandingkan dengan media lain dengan nilai $p < 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa audio-visual adalah media terbaik untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku. Perbedaan penelitian terletak pada materi edukasi yaitu MP-ASI, sampel penelitian, sasarannya yaitu ibu baduta, waktu dan tempat.