

Hubungan Antara Obesitas dengan Penghargaan Diri (*Self-Esteem*) pada Orang Dewasa

Annisa Salsabila Nurramadhan*, Gemah Nuripah, Rizky Suganda Prawiradilaga

Prodi Pendidikan Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*ichannisa20@gmail.com, gemahnuripahspkj@gmail.com, rizkysuganda@gmail.com

Abstract. Obese people have a stigma that they are lazy and cannot control themselves which in turn can affect how they judge themselves and form their self-concept or also known as self-esteem. This study aims to analyze the relationship between obesity and self-esteem in the city of Bandung. This research design uses an observational analytic method with a cross-sectional approach. Obtained 63 adult respondents selected by purposive sampling method. Data were collected using the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) questionnaire which has 10 likert items with opposite ratings based on four categories of answers. Body mass index (BMI) in subjects was calculated by researchers using the WHO's BMI calculator. Bivariate analysis with Chi-Square test using IBM SPSS version 26. The results showed that the percentage of normal-high self-esteem category in individuals with a normal BMI was 74.3% and in individuals who had a BMI Obesity 60.7%. The results of the analysis showed that there was no significant difference (p -value = 0.250) between normal BMI and obesity in terms of self-esteem. Self-esteem is influenced by many things such as the environment, friends, family, and even globalization from foreign cultures. The conclusion obtained from this research is that there is no relationship between obesity and self-esteem in adults in the city of Bandung.

Keywords: *Body Mass Index, Obesity, Rosenberg Self-Esteem Scale, Self-Esteem*

Abstrak. Penderita obesitas memiliki stigma bahwa mereka adalah orang malas dan tidak bisa mengontrol diri yang berikutnya dapat berpengaruh pada bagaimana mereka menilai dirinya sendiri dan membentuk konsep dirinya atau disebut juga sebagai penghargaan diri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara obesitas dengan penghargaan diri di Kota Bandung. Rancangan penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional. Didapatkan 63 responden orang dewasa terpilih dengan metode purposive sampling. Data diambil dengan menggunakan kuesioner Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) yang memiliki 10 item likert dengan penilaian yang berkebalikan berdasarkan empat kategori jawaban. Indeks massa tubuh (IMT) pada subjek dihitung oleh peneliti menggunakan kalkulator IMT dari WHO. Analisis bivariat dengan uji Chi-Square menggunakan IBM SPSS versi 26. Hasil penelitian didapatkan persentase kategori penghargaan diri normal-tinggi pada individu yang memiliki IMT normal 74,3% dan pada individu yang memiliki IMT Obesitas 60,7%. Hasil analisis menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan (p -value = 0,250) antara IMT normal dengan obesitas dalam hal penghargaan diri. Penghargaan diri dipengaruhi dari banyak hal seperti lingkungan, teman, keluarga, bahkan globalisasi dari budaya asing. Simpulan yang didapatkan dari penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan antara obesitas dengan penghargaan diri pada orang dewasa di Kota Bandung.

Kata Kunci: *Indeks Massa Tubuh, Obesitas, Penghargaan Diri, Rosenberg Self-Esteem Scale.*

A. Pendahuluan

Obesitas adalah kelainan atau penyakit yang ditandai oleh penimbunan jaringan lemak dalam tubuh secara berlebihan. Obesitas dapat terjadi akibat kurangnya aktivitas fisik, makan berlebih, genetik, dan lain-lain.¹ Menurut data *World Health Organization* (WHO) semenjak 1975 obesitas bertambah tiga kali lipat dan pada tahun 2016 1,9 miliar orang diatas 18 tahun mengalami berat badan berlebih, 650 juta diantaranya mengalami obesitas.² Di Indonesia, 13,5% orang diatas 18 tahun mengalami berat badan berlebih dan 28,7% mengalami obesitas dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) ≥ 25 . Indikator Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2015-2019 menunjukkan terdapat 15,4% orang mengalami obesitas dengan IMT ≥ 27 ³

Dalam fungsi fisiologisnya, sel lemak yang terdeposit di jaringan adiposa ini berfungsi untuk menyimpan energi yang berlebih dalam bentuk *triglyceride* (TAG) dan memecahnya ketika dibutuhkan dalam bentuk asam lemak yang diatur melalui jalur endokrin dan saraf sehingga memungkinkan seseorang untuk bertahan tanpa makanan selama beberapa bulan. Namun, dengan banyaknya nutrisi yang masuk dan gaya hidup sedentari mekanisme fisiologis tersebut justru dapat meningkatkan simpanan adiposa yang nantinya dapat berdampak buruk pada kesehatan.⁴ Penyakit yang dapat disebabkan oleh obesitas salah satunya adalah stroke, jantung koroner, dislipidemia, diabetes tipe 2, penyakit kandung empedu, *sleep apnea*, masalah pernapasan, kanker, dan lain-lain.⁵ Selain menyebabkan penyakit, obesitas juga dapat berpengaruh negatif terhadap kesehatan mental dikarenakan adanya pandangan sosial yang memandang orang dengan tubuh kurus lebih bernilai dan dengan adanya stigma bahwa seseorang yang mengalami obesitas adalah orang malas dan tidak bisa mengontrol diri yang berikutnya dapat berpengaruh pada bagaimana mereka menilai dirinya sendiri dan membentuk konsep dirinya atau disebut juga sebagai penghargaan diri.

Penghargaan diri (*self-esteem*), menurut Sigelman dkk. adalah evaluasi keseluruhan dari seseorang mengenai seberapa bernilai dirinya sendiri, dapat bernilai tinggi atau rendah, berdasarkan semua persepsi diri baik negatif maupun positif yang akan membentuk konsep dirinya.⁶ Coopersmith menyatakan bahwa terdapat empat aspek dalam penghargaan diri, yaitu (1) Keberartian diri (*Significance*), (2) Kekuatan individu (*Power*), (3) Kompetensi (*Competence*), dan (4) Kebajikan (*Virtue*). Selain itu adapun juga faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penghargaan diri, antara lain (1) Kondisi fisik, (2) Jenis kelamin, (3) Intelegensi, (4) Lingkungan keluarga, (5) Lingkungan sosial.⁷ Menurut Greenberg agar kita tidak merasa hidup kita ini sia-sia maka kita harus terus mengejar penghargaan diri dengan memenuhi standar masyarakat sehingga seseorang dapat merasa gagal ketika tidak mencapai standar tersebut dan membuat penilaian terhadap dirinya sendiri rendah.⁸

Penghargaan diri yang tinggi memiliki banyak sisi positif yang dapat ditemukan. Seringkali mereka merasakan emosi yang positif seperti kebahagiaan, merasa optimis, dan memiliki motivasi. Orang dengan penghargaan diri yang rendah ketika muncul stresor seperti adanya kegagalan atau hal-hal yang tidak menyenangkan, mereka memiliki kecenderungan melihat semuanya dalam pandangan yang negatif, menyalahkan diri sendiri, atau mudah menyerah. Sehingga mereka juga lebih banyak mengalami masalah seperti penghasilan yang lebih sedikit, adanya penggunaan obat-obatan terlarang, dan cenderung menyebabkan depresi.⁹ Peningkatan angka obesitas yang terus meningkat dan juga pandangan sosial yang cenderung memberikan pandangan negatif terhadap orang yang mengalami obesitas yang dapat berpengaruh terhadap penilaian mereka terhadap dirinya sendiri.

Berdasarkan latar belakang penelitian diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran obesitas pada orang dewasa di Kota Bandung?
2. Bagaimana gambaran penghargaan diri orang dewasa yang mengalami obesitas di Kota Bandung?
3. Bagaimana hubungan antara obesitas dengan penghargaan diri pada orang dewasa di Kota Bandung?

Tujuan pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan gambaran obesitas pada orang dewasa yang mengalami obesitas di Kota Bandung
2. Mendeskripsikan gambaran penghargaan diri pada orang dewasa yang mengalami obesitas di Kota Bandung
3. Menganalisis hubungan antara obesitas dengan penghargaan diri pada orang dewasa di Kota Bandung

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional *cross-sectional* yang dilakukan dari bulan Maret-Juli tahun 2021 dengan subjek penelitian adalah orang dewasa di Kota Bandung. Pemilihan sampel dilakukan dengan menggunakan *purposive sampling* dengan memenuhi kriteria inklusi, yaitu (1) Laki-laki atau wanita; (2) Usia 20-45 tahun; (3) IMT (Indeks Massa Tubuh) 18,5-24,9 dan >30 dan kriteria eksklusi, yaitu (1) Memiliki penyakit yang berpengaruh terhadap IMT (hipotiroid, *Cushing Syndrome*, edema); (2) Tidak mencantumkan pengukuran tinggi badan dan berat badan; (3) Kuesioner tidak diisi dengan lengkap.

Subjek penelitian diberikan kuesioner dalam bentuk *google form* yang disebarluaskan secara *convenience* yang memiliki komponen data diri beserta tinggi dan berat badan dengan IMT dihitung oleh peneliti dengan menggunakan kalkulator IMT dari WHO, riwayat penyakit yang terdiri atas 10 pertanyaan tertutup, dan kuesioner RSES (*Rosenberg Self-Esteem Scale*) yang merupakan penilaian paling umum yang digunakan dalam pengukuran penghargaan diri global. Kuesioner ini terdiri atas 10 item likert dengan komponen *favourable* dan *unfavourable* yang memiliki penilaian yang berkebalikan berdasarkan empat kategori jawaban yaitu “Sangat Setuju” (SS), “Setuju” (S), “Tidak Setuju” (TS), “Sangat Tidak Setuju” (STS) yang dijelaskan pada gambar 1.¹⁰ Untuk komponen *favourable* berada pada nomor 1, 3, 4, 7, 10 yang skornya dihitung: SS=3 S=2 TS=1 STS=0. Sedangkan untuk komponen *unfavourable* yang berada pada nomor 2, 5, 6, 8, 9 skornya dihitung: SS=0 S=1 TS=2 STS=3.

No.	Aspek
1.	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya
2.	Terkadang saya merasa sebagai orang yang sama sekali tidak baik
3.	Saya merasa banyak memiliki kelebihan dalam diri saya
4.	Saya mampu berbuat sebaik orang lain pada umumnya
5.	Tidak banyak yang bisa saya banggakan pada diri saya
6.	Saya sangat merasa tidak berguna sama sekali
7.	Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain
8.	Saya berharap bisa lebih menghargai diri sendiri
9.	Secara keseluruhan saya mengakui bahwa saya orang yang gagal
10.	Saya bersikap positif terhadap diri sendiri

Gambar 1. Kuesioner RSES

Hasil responden akan dipisahkan antara yang obesitas dan normal dilihat dari IMT. Dari hasil pemilihan sampel tersebut didapatkan subjek sebanyak 63 orang dengan 28 orang IMT obesitas dan 35 orang IMT normal. Data kemudian akan dianalisis dan diolah dengan menggunakan uji *chi-square* untuk menguji hubungan antara obesitas dengan penghargaan diri pada orang dewasa di Kota Bandung pada tahun 2021. Seluruh peserta sebelumnya diberikan informasi bahwa data peserta akan dirahasiakan dengan diubah menjadi kode dan digunakan hanya untuk kepentingan penelitian. Kesediaan dari peserta bersifat sukarela, yang mana jika peserta sudah yakin dan setuju untuk menjadi subjek penelitian, peserta dapat mengisi lembar *inform consent* yang tertera pada *google form*. Studi dilakukan mengikuti Deklarasi Helinski dan telah disetujui oleh komite etik penelitian kesehatan Universitas Islam Bandung.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada 63 subjek dengan 28 orang obesitas dan 35 orang normal didapatkan mayoritas subjek berjenis kelamin wanita (77,8%) dengan pria yang mengalami obesitas sebanyak 7 orang dan wanita yang mengalami obesitas sebanyak 21 orang yang diperlihatkan pada tabel 1.

Tabel 1. Jenis Kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Pria	14	22,2
Wanita	49	77,8
Total	63	100,0

Karena jumlah minimal sampel yang dibutuhkan adalah 60 dan tujuan penelitian ini adalah melihat apakah ada hubungan obesitas dengan penghargaan diri, maka peneliti memutuskan untuk menggunakan IMT Kategori WHO dan membandingkan antara kelompok normal dengan kelompok Obesitas dengan mayoritas kelompok normal dengan nilai 55,6% yang dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Kategori IMT WHO

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	35	55,6
Obesitas	28	44,4
Total	63	100,0

Pada tabel 3 memperlihatkan bahwa penghargaan diri yang diukur dengan menggunakan RSES mayoritas subjek memiliki penghargaan diri normal-tinggi dengan nilai 68,3%.

Tabel 3. Kategori Penghargaan Diri

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	20	31,7
Normal - Tinggi	43	68,3
Total	63	100,0

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan baik yang IMT normal maupun yang obesitas sebagian besar termasuk dalam kategori penghargaan diri yang normal-tinggi (74,3% dan 60,7%). Hubungan antara obesitas dengan penghargaan diri dengan mayoritas subjek memiliki penghargaan diri yang normal-tinggi baik pada IMT kategori normal dan kategori obesitas dengan nilai total keseluruhan 68,3% yang dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Analisis Hubungan antara Obesitas dengan Penghargaan Diri

			Kategori Penghargaan diri			
			n (%)			
			Rendah	Normal-Tinggi	Total	p-value*
Kategori IMT WHO	Normal	Frekuensi	9 (25.7%)	26 (74.3%)	35 (100%)	0,250
	Obesitas	Frekuensi	11 (39,3%)	17 (60,7%)	28 (100%)	
Total		Frekuensi	20 (31,7%)	43 (68,3%)	63 (100%)	

*Uji chi-square

Dari hasil Uji *Chi-Square* menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik ($p = 0,250$) antara kategori normal dengan obesitas dalam penghargaan diri.

Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Prameswari dkk dengan 27 subjek remaja menggunakan metode deskriptif korelasi yang ditunjukkan dari hasil uji *Pearson* didapatkan nilai $p = 0,154$ ($> 0,05$) yang berarti tidak terdapat hubungan antara obesitas dengan penghargaan diri.¹¹ Selain penelitian oleh Prameswari dkk, adapun juga penelitian yang dilakukan oleh Ortega Bacerra et al di Spanyol pada tahun 2014 yang mana didapatkan adanya korelasi negatif antara IMT dengan penghargaan diri dengan nilai ($r = -.248$).¹² Penelitian ini juga selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Mohammed et al yang dilakukan di Mesir pada tahun 2019 dengan 533 subjek yang menuliskan terdapat korelasi negatif yang signifikan secara statistik antara skor penghargaan diri dengan IMT ($r=-0,33$ $P=0,04$).¹³

Hasil ini dapat kemungkinan terjadi akibat adanya kampanye mengenai bagaimana orang yang mengalami obesitas kerap kali mengalami diskriminasi dalam kesehariannya sehingga kesulitan untuk mendapatkan hal-hal mendasar, seperti pekerjaan salah satunya. Kampanye tersebut dilakukan oleh sebuah organisasi bernama NAAFA (*National Association to Advance Fat Acceptance*) yang memperjuangkan *fat rights* yaitu dengan menghilangkan diskriminasi berdasarkan ukuran tubuh dan memberi orang yang mengalami obesitas sarana untuk *self-empowerment* melalui advokasi, edukasi publik, dan dukungan. Dengan berkembangnya teknologi sekarang, yang mana teknologi informasi merupakan faktor pendukung utama dari globalisasi, kampanye untuk *fat rights* dan *fat acceptance* semakin lebih mudah untuk diakses terutama melalui media sosial. Dari hal tersebut menyebabkan mulai berkembangnya normalisasi dari orang yang mengalami obesitas di masyarakat dan dapat berpengaruh terhadap bagaimana pandangan suatu individu yang mengalami obesitas kepada dirinya sendiri.¹⁴⁻¹⁶

Selain dengan adanya kampanye yang memperjuangkan *fat rights*, adapun juga pengaruh dari faktor usia, yang mana usia dewasa memiliki penghargaan diri relatif tinggi akibat usia tersebut merupakan usia dimana suatu individu memiliki pekerjaan, keluarga, dan hubungan yang stabil, ditandai juga dengan adanya puncak pencapaian, penguasaan, dan kendali atas diri dan lingkungan. Kemampuan pengendalian diri terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungan merupakan salah satu komponen dari aspek penghargaan diri yaitu aspek *power*, kemampuan tersebut berkontribusi pada suatu individu untuk memiliki penghargaan diri yang tinggi.⁷

Namun, hasil ini bertentangan dengan penelitian AlAhmari dkk.¹⁷ yang melaporkan adanya perbedaan yang signifikan dalam penghargaan diri antara yang IMT normal dengan IMT yang lebih tinggi. Namun pada penelitian mereka, subjeknya adalah mahasiswa perempuan dengan sejumlah 907 responden. Sedangkan pada penelitian ini terdiri atas laki-laki dan perempuan.

D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. Mayoritas orang dewasa dengan obesitas di Kota Bandung memiliki penghargaan diri normal-tinggi.
2. Status gizi terbanyak adalah normal.
3. Tidak ada hubungan antara obesitas dengan penghargaan diri pada orang dewasa dengan obesitas di Kota Bandung.

Acknowledge

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada setiap peserta yang bersedia menjadi subjek penelitian sehingga penelitian ini berhasil diselesaikan.

Daftar Pustaka

- [1] Goldschlag N, Kim JD, Kristin M. Global medical health. *Journal of Chemical Information and Modeling*. 2019;53(9):1689–99.
- [2] WHO. Obesity and Overweight [diunduh 3 Februari 2021]. Tersedia dari: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- [3] Kementerian Kesehatan RI. *Epidemi Obesitas*. 2018.
- [4] Flier, S. Jeffrey, Flier, Maratos Eleftheria. (2019). Obesity, Diabetes Mellitus, and Metabolic Syndrome: Pathology of Obesity. In: *Harrison's Principal of Internal Medicine*, edisi ke-20, hlm. 2837–2841.
- [5] Kiran K. Panuganti, Minhthao Nguyen, Ravi K. Kshirsagar. Obesity. [Updated 2021 Aug 11]. In: *StatPearls* [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing. Tersedia di: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK459357/>
- [6] Soares AP. Life Span Human Development. Vol. 53, *Journal of Chemical Information and Modeling*. 2013. 1689–1699.
- [7] Coopersmith S. The antecedents of self-esteem. Vol. 6, *The antecedents of self-esteem*, San Francisco: W.H. Freeman. San Francisco,: W.H. Freeman; 1967. 96–117.
- [8] Brown JD, Dutton KA, Cook KE. From the top down: Self-esteem and self-evaluation. *Cogn Emot*. 2001;15(5):615–31.
- [9] Myers, David G. & Twenge, Jean M. (2015), *Social Psychology*, edisi ke-12, hlm. 42–45
- [10] Maroqi N. Uji Validitas Konstruk Pada Instrumen Rosenberg Self Esteem Scale Dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*. 2019;7(2):92–6.
- [11] Prameswari S, Aisah S, Mifbakhuddin M. Hubungan Obesitas Dengan Citra Diri Dan Harga Diri Pada Remaja Putri Di Kelurahan Jomblang Kecamatan Candisari Semarang. *J Keperawatan Komunitas*. 2013;1(1):104375.
- [12] Ortega Becerra MA, Muros JJ, Palomares Cuadros J, Martín Sánchez JA, Cepero González M. Influence of BMI on self-esteem of children aged 12–14 years. *Anales de Pediatría (English Edition)*. 2015;83(5):311–7.
- [13] Mohammed AE, Ibrahim MH, Hagag SA, Mohamed HM, Kair A, Governorate A. Amel E Mohammed, et al Obesity and Self-Esteem among School Adolescent Students Obesity and Self-Esteem among School Adolescent Students, Alexandria City, Egypt. *The Egyptian Journal of Community Medicine*. 2019;37(3).

- [14] McPhail D, Orsini M. Fat acceptance as social justice. *CMAJ: Canadian Medical Association Journal* [Internet]. 2021 Sep 7 [cited 2021 Dec 25];193(35):E1398. Available from: /pmc/articles/PMC8443289/
- [15] naafa [Internet]. [diunduh 25 Desember 2021]. Tersedia dari: <https://naafa.org/>
- [16] Suneki S. Dampak Globalisasi Terhadap Eksistensi Budaya Daerah. 2012;II(1):307–21.
- [17] ALAhmari T, Alomar AZ, ALBeeybe J, Asiri N, ALAjaji R, ALMasoud R, et al. Associations of self-esteem with body mass index and body image among Saudi college-age females. Vol. 24, *Eating and Weight Disorders*. 2019. p. 1199–207.
- [18] Salsabila, Aliya, Yuniarti (2021). *Hubungan Derajat Merokok dengan Gejala Gangguan Sistem Pernapasan pada Pegawai Universitas Islam Bandung*. 1(2). 100-106.