

**PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN ANTARA SISWI DENGAN BERAT
BADAN NORMAL DAN *OVERWEIGHT*
DI SMA BATIK 1 SURAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

**Untuk memenuhi sebagian persyaratan
mencapai derajat Sarjana Kedokteran**



Diajukan Oleh :

Adelina

J 500 110 095

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2015**

NASKAH PUBLIKASI
PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN ANTARA SISWI DENGAN
BERAT BADAN NORMAL DAN *OVERWEIGHT*
DI SMA BATIK 1 SURAKARTA

Yang diajukan oleh :

Adelina
J 50011 0095

Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan dewan peguji skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

Pada hari Kamis, tanggal 5 Februari 2015

Penguji

Nama : dr. Sri Wahyu Basuki, M.Kes

Nip/Nik : 1093

Pembimbing Utama

Nama : dr. Rh. Budhi Muljanto, Sp. KJ

Nip/Nik : 200.1541

Pembimbing Pendamping

Nama : dr. Dodik Nursanto

Nip/Nik : 100.1477

Dekan

Prof. Dr. Bambang Subagyo, dr. Sp.A(K)
NIP/NIK. 400.1243

ABSTRAK

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Adelina¹, Rh Budhi Muljanto², Dodik Nursanto³, 2015

Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Siswi Dengan Berat Badan Normal Dan *Overweight* di SMA Batik 1 Surakarta.

Latar Belakang : Gangguan psikiatri yang terjadi pada remaja dan anak yang mengalami *overweight* cukup tinggi terutama pada perempuan. Pada usia remaja terutama pada perempuan, mereka lebih memperhatikan penampilan mengenai gambaran tubuh dan mengharapkan postur tubuh yang idela bukan hanya sebagai penunjang penampilan saja, tetapi juga untuk mencegah risiko terjadinya penyakit.

Tujuan : Untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan antara siswi dengan berat badan normal dan *overweight* di SMA Batik 1 Surakarta.

Metode : Jenis penelitian ini menggunakan observasional analitik dengan pendekatan cross sectional yang akan dilakukan pada 96 siswi di SMA Batik 1 Surakarta terdiri dari 48 siswi dengan berat badan normal dan 48 siswi dengan berat badan *overweight*. Responden dipilih secara *purposive sampling*, kemudian pengambilan data dengan cara pengukuran Berat Badan (BB) dan Tinggi Badan (TB), setelah itu responden diberikan kuesioner L-MMPI (*Lie-Minessota Multiphase Personality Inventory*) dan kuesioner TMAS (*The Taylor Manifest Anxiety Scale*). Analisis data menggunakan uji t tidak berpasangan dengan program SPSS versi 21 for Windows.

Hasil : Berdasarkan analisa data yang telah dilakukan dengan menggunakan uji t tidak berpasangan didapatkan hasil $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Kesimpulan : Terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara siswi dengan berat badan normal dan *overweight* di SMA Batik 1 Surakarta bahwa tingkat kecemasan pada siswi dengan berat badan *overweight* lebih tinggi dibandingkan siswi dengan berat badan normal.

Kata kunci : Tingkat kecemasan, *Overweight*, Siswi

¹ Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

² Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

³ Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

ABSTRACT

Muhammadiyah Surakarta University

Adelina¹, Rh Budhi Muljanto², Dodik Nursanto³, 2015

The Difference Of Anxiety Level Between Female Student With Normal Weight And Overweight of SMA Batik 1 Surakarta.

Background : Psychological disorder that's happening around girls and children is quite common, especially girls. In their earlier teenagers years, especially girls, they started to took notice about their appearances, ideal nody shape not just for asthetic pleasure but also to prevent the risk of having an illness that comes from being overweight.

Objective : To determine the difference of anxiety level between female students with normal weight and overweight of SMA Batik 1 Surakarta.

Methods : This study of research used analytic observation with cross sectional approach that's done on 96 female student in SMA Batik 1 Surakarta. Consisted of 48 student with normal body weight and 48 student with over body weight. The respondent was chosen with purposive sampling, and then collecting data about their weight and height. For then the responder was given questionnaire L-MMPI and T-MAS. The data have been obtained was analyzed using unpaired t test throught SPSS version 21 for windows.

Results : Based on the analysis of data has been obtained using unpaired t test showed $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Conclusions : There was an obvious difference between the anxiety level of normal weight students and overweight students at SMA Batik 1 Surakarta. Overweight students tended to have higher anxiety level.

Key Word : Anxiety, Overweight, Student

¹ Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

² Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

³ Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

PENDAHULUAN

Populasi remaja merupakan kelompok penduduk yang cukup besar. Seperlima dari populasi dunia adalah kelompok usia muda, yaitu usia 15-24 tahun, dimana 80 % berada di negara berkembang. Remaja di Indonesia mencapai 27,4% dari jumlah penduduk 259 juta jiwa, sedangkan jumlah remaja Jawa Tengah sekitar 4.854.530 jumlah penduduk (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2012).

Beberapa penelitian melaporkan bahwa kecemasan yang terjadi pada remaja dan anak yang mengalami *overweight* cukup tinggi terutama pada perempuan. Gangguan tersebut antara lain seperti gangguan somatotoform, gangguan mood, dan kecemasan (Braet et al, 1997; Zametkin et al, 2004; Maloney, 2011).

Berdasarkan populasi di dunia diperkirakan 20% seseorang mengalami gangguan kecemasan dan remaja yang mengalami gangguan kecemasan sebesar 47,7%. Pada penelitian yang dilakukan sebelumnya didapatkan bahwa prevalensi gangguan kecemasan menyeluruh sebesar 4,1-6,6% (Haryadi, 2007).

Hasil Riskesdas tahun 2010 didapatkan prevalensi *overweight* umum secara nasional adalah 21,7%. Prevalensi *overweight* meningkat pada wanita (23,8%) dibandingkan pada pria (13,9%). Prevalensi *overweight* tingkat nasional adalah 18,8%. Prevalensi *overweight* pada perempuan (29%) lebih tinggi dibanding laki-laki (7,7%) (Khatimah, 2011).

Pada usia remaja terutama pada perempuan, mereka lebih memperhatikan penampilan mengenai gambaran tubuh dan mengharapkan postur tubuh yang ideal karena bentuk tubuh yang ideal bukan hanya sebagai penunjang penampilan saja, tetapi juga untuk mencegah risiko terjadinya penyakit. Mereka ingin menjadi pusat perhatian di lingkungan sekitarnya sehingga akan berpengaruh terhadap rasa percaya dirinya (Kaplan dan Saddock, 2010).

Overweight merupakan suatu masalah kesehatan yang harus segera mendapatkan penanganan. Hal itu disebabkan bahwa *overweight* dapat menyebabkan penyakit kardiovaskuler, penyakit metabolik, menurunnya kemampuan belajar dan mempengaruhi rasa kepercayaan diri pada siswa. Sehingga hal tersebut dapat menimbulkan gangguan kecemasan pada siswa. (Zametkin *et al*, 2004; Naticchioni, 2013).

Tujuan dari penelitian ini yaitu, untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan antara siswi dengan berat badan normal dan *overweight* di SMA Batik 1 Surakarta.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada bulan Januari 2015 di SMA Batik 1 Surakarta. Populasi yang terdapat dalam penelitian ini adalah semua siswi di SMA Batik 1 Surakarta dan sampel yang diambil yaitu siswi putri kelas XII IPA dan IPS. Dalam penelitian ini digunakan teknik pengambilan sampel dengan cara *purposive sampling* yang didasarkan pada ciri-ciri atau sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Besar sampel yang diambil dalam penelitian ini sebanyak 96 siswi dan dikelompokkan menjadi 2 kelompok yaitu, siswi dengan berat badan normal dan berat badan *overweight* sehingga masing-masing kelompok berjumlah 48 responden.

Variabel yang akan diuji dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan dan pengukurannya dilakukan dengan menggunakan kuesioner TMAS (*Taylor Manifest Anxiety Scale*). Dalam kuesioner ini terdapat 50 butir pertanyaan, dimana responden akan menjawab sesuai keadaan masing-masing responden dengan memberi tanda (X) pada kolom “ya” atau “tidak”. Ada beberapa penggolongan dalam hasil skor kuesioner TMAS antara lain yaitu, untuk beberapa jawaban jika di jawab “ya” maka nilainya 1 (satu), dan jika di jawab “tidak” maka nilainya 0 (nol). Dan beberapa nomor yang lain jika dijawab dengan jawaban “ya” maka nilainya 0 (nol) dan jika jawaban tersebut dijawab “tidak” maka nilainya satu (Sarason, 2010).

Pelaksanaan penelitian ini dengan cara sampel diambil sesuai dengan kriteria retriaksi, kemudian diukur berat badan, tinggi badan dan BMI. Setelah itu, responden mengisi kuesioner LMMPI untuk mengetahui kejujuran responden. Kemudian responden yang mempunyai skor LMMPI <10 dilanjutkan untuk mengisi kuesioner TMAS yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan responden. Jika data-data yang dibutuhkan dalam penelitian ini sudah terpenuhi, maka dilakukan pengolahan data dengan menggunakan uji normalitas (*Saphiro-Wilk*) dan uji t tidak berpasangan dengan program komputer SPSS versi 21.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi jumlah sampel.

IMT Responden	Jumlah Sample	Persentase
Normal	48	50%
<i>Overweight</i>	48	50%
Total	96	100%

Dari tabel tersebut diketahui bahwa dari jumlah masing-masing tiap kelompok sebesar 48 siswi (50%) dengan berat badan normal dan *Overweight*. Sehingga didapatkan jumlah sample responden pada penelitian ini sejumlah 96 siswi (100%).

Tabel 2. Hasil uji normalitas data (*Shapiro-Wilk*)

IMT responden	<i>Shapiro-Wilk</i>		
	Statistik	Df	Sig.
Normal	.960	48	.104
<i>Overweight</i>	.972	48	.315

Berdasarkan hasil uji normalitas data diatas didapatkan skor uji *Shapiro-Wilk* pada responden dengan IMT normal mempunyai nilai $p=0,104$ dan pada responden dengan IMT *Overweight* mempunyai hasil $p=0,315$. Sehingga nilai p kedua kelompok tersebut baik pada siswi dengan IMT normal maupun IMT *Overweight* $>0,05$ maka dapat disimpulkan sebaran data kedua kelompok tersebut normal sehingga akan digunakan analisis uji t tidak berpasangan.

Tabel 3. Hasil analisis uji t tidak berpasangan

IMT responden	N	Persentase	Mean	Std. Deviation	P
Nomal	48	50%	24,71	6,461	,000
<i>Overweight</i>	48	50%	30,33	3,692	,000

Telah dilakukan analisis dengan uji t tidak berpasangan didapatkan nilai *mean* tingkat kecemasan siswi dengan berat badan normal sebesar 24,71 dan siswi dengan berat badan *overweight* sebesar 30,33. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *mean* pada siswi dengan berat badan *overweight* lebih tinggi dibandingkan dengan *mean* pada siswi dengan berat badan normal. Standar deviasi pada siswi dengan IMT normal sebesar 6,461 sedangkan pada siswi dengan IMT *overweight* sebesar 3,692. Nilai p pada uji t tidak berpasangan didapatkan sebesar 0,000 sudah memenuhi kriteria bahwa $p < 0,05$. Dengan adanya nilai $p < 0,05$ maka hasil penelitian ini diperoleh mempunyai perbedaan yang bermakna, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat perbedaan tingkat kecemasan pada siswi dengan berat badan normal dan *overweight* di SMA Batik 1 Surakarta.

PEMBAHASAN

Pada tabel uji normalitas *Saphiro-Wilk* pada kelompok siswi dengan IMT normal dan IMT *overweight* di SMA Batik 1 Surakarta didapatkan nilai p pada IMT normal 0,104 dan pada IMT *overweight* nilai p 0,315. Jadi, nilai $p(\text{sig})$ pada kedua kelompok tersebut diatas 0,05 maka dapat dikatakan bahwa distribusi atau sebaran data kedua kelompok normal. Karena sebaran kedua kelompok normal, maka akan dilakukan uji analisis dengan menggunakan uji t tidak berpasangan.

Pada tabel uji t tidak berpasangan yang digunakan untuk mengetahui apakah kedua kelompok tersebut memiliki perbedaan yang signifikan dan hasil *mean* yang diperoleh pada uji t tidak berpasangan adalah *mean* pada IMT normal 24,71 dan pada IMT *overweight* 30,33 dengan nilai p pada kedua kelompok tersebut adalah 0,000. Karena nilai $p < 0,05$ maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna pada tingkah kecemasan antara siswi dengan berat badan normal dan *overweight* di SMA Batik 1 Surakarta.

Dari hasil penelitian tersebut didapatkan hasil yang sesuai dengan hipotesis bahwa nilai skor *mean* tingkat kecemasan pada IMT *overweight* lebih tinggi dibandingkan dengan IMT normal. Penelitian ini sependapat dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya bahwa siswi yang memiliki berat badan *overweight* lebih rentan mengalami gangguan kecemasan dibandingkan dengan siswi yang memiliki berat badan normal (Goudar *et al*, 2012).

Dengan adanya kondisi tersebut remaja banyak yang merasa kurang nyaman dengan dirinya. Mereka merasa bahwa dirinya memiliki berat badan berlebih

sehingga selalu melihat penampilan dirinya berkali-kali karena merasa kurangnya penampilan dan terlalu mengkhawatirkan keadaan tersebut (Yuniar dan Rahmania, 2012).

Hal itu disebabkan oleh beberapa faktor antara lain seperti pada wanita lebih memperhatikan penampilannya dibandingkan dengan laki-laki. Biasanya perubahan fisik yang dialami oleh wanita, terutama pada saat remaja itu mempunyai berbagai macam persepsi mengenai penampilan tubuhnya. (Bestiana, 2012).

Penelitian yang telah dilakukan Santrock (2003) mengungkapkan bahwa remaja mulai memperhatikan penampilannya terjadi pada remaja berusia 12 sampai 18 tahun.

Kecemasan yang terjadi karena perubahan fisik adalah salah satu cara untuk mengukur tingkat kecemasan terhadap perubahan berat badan, individu merasa lebih waspada terhadap perubahan berat badan yang terjadi, dan adanya rasa ingin melakukan pembatasan asupan makan untuk mendapatkan berat badan yang ideal. Dari penelitian yang telah dilakukan, subjek lebih banyak memiliki tanggapan yang netral terhadap gambaran tubuhnya dan pengkategorisasian terhadap ukuran berat badan yang artinya perubahan bentuk tubuh berdasarkan kecemasan untuk menjadi gemuk merupakan suatu hal yang penting dimana untuk memunculkan penampilan mereka, tetapi mereka tidak beranggapan gambaran tubuh dalam pengkategorisasian terhadap ukuran berat badan itu sebagai sesuatu yang positif dan negatif.

Seseorang merasa tidak puas terhadap tubuhnya karena telah diketahui seorang wanita biasanya memiliki standar tertentu dari beberapa sosok yang bertubuh ideal yang diidolakannya, biasanya mereka melihat dari berbagai macam sumber informasi seperti acara-acara pada televisi dan berbagai majalah fashion. Kesadaran bahwa pentingnya penampilan dalam kehidupan sosial pada kalangan remaja akan membuat semakin bertambahnya keprihatinan dan kekhawatiran pada dirinya. Oleh karena itu, wanita merasa kurang puas dan kurang percaya diri karena tampilan fisiknya kurang ideal dan merasa malu ketika berada dalam lingkungan teman sebayanya, sehingga menyebabkan ketidakpercayaan diri dan mengalami tekanan dan konflik batin. Ketidakpuasan inilah yang dapat menyebabkan timbulnya kecemasan (Bestiana, 2012).

Kartono (2006) mengungkapkan bahwa pada masa remaja khususnya, dapat menimbulkan gangguan kecemasan. Karena pada masa itu remaja memiliki

perbedaan persepsi negatif maupun positif, sehingga ada beberapa sebagian remaja yang bisa menerima perubahan-perubahan yang terjadi di masa pubertas dan ada yang tidak dapat menerima perubahan tersebut.

Penelitian yang serupa juga telah dilakukan oleh Grohol & John pada tahun 2011 bahwa berat badan *overweight* pada seseorang dapat mempengaruhi kesehatan fisik, kesehatan mental dan emosional seseorang seperti kecemasan. Kecemasan tersebut dapat berpengaruh terhadap aktivitas fisik dan hubungan sosial seseorang.

Pada penelitian ini memiliki kelebihan yaitu responden dalam penelitian ini semuanya berjenis kelamin perempuan. Namun penelitian ini juga memiliki kekurangan antara lain yaitu karena masih menggunakan desain penelitian *cross sectional* dimana desain tersebut memiliki kelemahan dalam membedakan dua kelompok yang berbeda.

KESIMPULAN

Terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara siswi dengan berat badan normal dan *overweight* dengan hasil tingkat kecemasan lebih tinggi pada siswi *overweight*.

SARAN

1. Pada siswi dianjurkan untuk merubah gaya hidup dengan mengurangi asupan kalori agar mencegah risiko berat badan *overweight* dengan cara berolahraga secara teratur, dan diharapkan lebih banyak membaca, baik itu artikel atau buku-buku lainnya untuk menambah pengetahuan faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan dikalangan remaja.
2. Pada guru di sekolah dianjurkan untuk memberikan edukasi pada siswi yang mempunyai berat badan *overweight* untuk bisa mengendalikan perasaannya untuk mencegah terjadinya kecemasan.
3. Penelitian yang lebih lanjut diperlukan jumlah responden yang lebih luas dengan jenis penelitian seperti kohort agar didapatkan hasil yang lebih akurat.
4. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian tentang perbedaan tingkat kecemasan antara siswi dengan berat badan normal dan *overweight*.

DAFTAR PUSTAKA

- Bestiana, D., 2012. "Citra Tubuh dan Konsep Tubuh Ideal Mahasiswa FISIP Universitas Airlangga Surabaya. *AntroUnairJurnal*. 1(1)1-11
- Braet, C, Mervielde, I & Vandereycken, W 1997, 'Psychological aspect of childhood obesity: A controlled study in a clinical and non clinical sample', *Journal of pediatric psychology*, 22(1):59-71.
- Dinas Kesehatan Jawa Tengah 2012. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*. Dinkes Jawa Tengah. pp . 5
- Grohol J.M., 2011. Being Overweight Tied to Anxiety, Depression diakses <http://psychcentral.com/news/2011/01/26/being-overweight-tied-to-anxiety-depression/22889.html> pada tanggal 30 januari 2015.
- Haryadi D., 2007. Obesity and Mental Health. Oxford. National Obesity Observatory. pp.4.
- Kaplan H.I & Saddock B.J., 2010. *Sinopsis Psikiatri. 8thed*. Jakarta. Bina Rupa Aksara. pp.22-4
- Kartono, (2006). *Psikologi Wanita*, Bandung : Mandar Maju.
- Khatimah H., 2011. *Obesitas Dan Sistem Reproduksi Wanita. Tinjauan terhadap infertilitas*. Bagian Biologi Kedokteran. Fakultas Kedokteran. Universitas Lambung Mangkurat
- Maloney, AE 2011. ' Pediatric obesity: A review for the child psychiatrist', *Pediatric clinic*. 58:955-972.
- Naticchioni K., 2013. *The Relationship between Obesity and Academic Achievement of School-Age Children*. John Carroll University Carroll Collected Senior Honors Projects. 4-1-2013
- Santrock, W John. 2003. *Adolescence*. Jakarta: Erlangga.
- Sarason. 2010. The Test Anxiety Scale: Concept And Research. <http://web.psych.washington.edu/research/sarason/files/testanxietyyscalepdf/>. Diakses pada tanggal 18 juli 2014.
- Yuniar, I., Rahmania, P.N., 2012. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. 1(2):102-8.
- Zametkin, AJ, Zoon, CK, Klein, HW, Munson, S 2004. "Physchiatric aspects of child and adolescent obesity: A review of the past 10 years", *Focus the journal of lifelong learning in psychiatry*, 2:625-641