

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Sebuah data dari NHANES (National Health and Nutrition Examination Survey) tentang *overweight* dan obesitas, memperlihatkan bahwa terjadi peningkatan prevalensi *overweight* dan obesitas pada 10 sampai 15 tahun terakhir dengan angka kejadian terbanyak di Amerika. Sebanyak 33,9% mengalami *overweight*, dan 35,1% mengalami obesitas. Individu dikatakan *overweight* apabila memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) 25,00-29,99 dan dikatakan obesitas apabila $IMT = 30,00$ (Center for Disease Control and Prevention, 2014). Di Indonesia, prevalensi *overweight* dan obesitas menunjukkan angka yang cukup mengkhawatirkan. Berdasarkan data dari Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2004, prevalensi obesitas pada anak telah mencapai 11%, dan berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007, prevalensi berat badan berlebih pada remaja berusia = 15 tahun adalah 10,3% terdiri dari laki-laki 13,9%, dan perempuan 23,8%.

Angka kejadian *overweight* dan obesitas lebih banyak terjadi pada wanita. Rata-rata wanita memiliki lemak tubuh yang lebih banyak daripada pria (Siyoto, *et al.*, 2014). Individu dengan Indeks Massa Tubuh yang tidak normal memiliki risiko yang lebih tinggi untuk depresi, kecemasan, dan gangguan kepribadian (Women's Health, 2009). Penelitian menunjukkan adanya hubungan dua arah, yang berarti obesitas meningkatkan risiko depresi dan depresi meningkatkan risiko obesitas (Laura, *et al.*, 2014). Remaja dengan berat badan berlebih cenderung mengalami rasa rendah diri, penghargaan diri yang buruk, depresi, kecemasan, kesulitan di sekolah, dan kesulitan belajar dibandingkan remaja dengan berat badan normal (Pujiastuti, *et al.*, 2013).

Istilah depresi kini tidak asing lagi karena dapat menyerang seluruh usia dan lapisan masyarakat. Prevalensi depresi di Indonesia sebanyak 11,60% dari jumlah penduduk sekitar 24.708.000 jiwa (Depsos, 2012). Perempuan memiliki angka berisiko depresi dua kali lipat dibandingkan laki-laki, hal ini diperkirakan adanya perbedaan hormon, pengaruh melahirkan, dan perbedaan stresor psikososial (Ismail & Siste, 2010). Dari perspektif perkembangan, depresi mulai banyak muncul pada masa remaja. Studi-studi epidemiologis menunjukkan bahwa angka prevalensi depresi untuk anak-anak adalah 2,50%, dan meningkat menjadi 8,30% untuk remaja (Carr, 2001). Depresi yang dialami oleh remaja telah menarik minat para peneliti klinis sejak awal 1980 (Marcotte, *et al.*, 2002). Sepanjang hidupnya laki-laki memiliki risiko antara 8-12% terkena depresi unipolar, dan sekitar 25% perempuan akan mengalami depresi klinis selama kehidupannya (Gladstone & Koenig, 2002).

Depresi merupakan penyebab utama tindakan bunuh diri, dan tindakan ini menduduki urutan ke-6 dari penyebab kematian utama di Amerika Serikat (Hawari, 2011). Pada tahun 2013, diperkirakan 15,7 juta jiwa yang berusia ≥ 18 Amerika Serikat memiliki setidaknya satu episode depresi utama dalam satu tahun terakhir (National Institute of Mental Health, 2013). Data-data memaparkan bahwa remaja yang mengalami obesitas dan *overweight* memiliki komorbiditas psikiatri yang tinggi dibandingkan populasi umum (Darmayanti, 2008). Perbedaan depresi mulai tampak pada usia sekitar 13-15 tahun dan perbedaan mencolok tampak pada usia 15-18 tahun, yang mana remaja perempuan lebih depresi daripada remaja laki-laki (Calvete & Cardenoso, 2005).

Faktor yang dapat menyebabkan terjadinya perbedaan jenis kelamin dalam depresi adalah perubahan-perubahan pada saat pubertas baik fisik maupun hormonal yang terjadi pada awal remaja. Perubahan tersebut akan dipersepsikan secara berbeda oleh remaja perempuan dan remaja laki-laki. Remaja perempuan memiliki penilaian yang negatif terhadap tubuhnya, mereka sering merasa tidak puas dengan tubuhnya,

mereka merasa tubuhnya tidak menarik, terlihat gemuk dan wajahnya tidak cantik. Sebaliknya, remaja laki-laki mempersepsikan perubahan itu sebagai hal positif (Darmayanti, 2008).

Penelitian lain menyebutkan, remaja dengan berat badan lebih ternyata tidak selalu menderita masalah psikososial. Beberapa remaja tersebut mempunyai rasa percaya diri seperti remaja normal lainnya. Dari penelitian didapatkan 16 dari 31 remaja *overweight* dan obesitas tidak menderita masalah psikososial (Israel & Ivanova, 2002). Penelitian Kim juga menyatakan hal yang berbeda, yaitu tidak terdapat hubungan berat badan dan tinggi badan dengan masalah psikososial (Kim & Park, 2009).

Gangguan psikososial pada *overweight* dan obesitas dapat disebabkan oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari anak itu sendiri, yaitu keinginan untuk menguruskan badan dan merasa berbeda dengan anak lain sehingga mempunyai rasa percaya diri yang rendah dan mudah mengalami depresi. Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari lingkungan yang memberikan stigma bahwa anak *overweight* dan obesitas dianggap sebagai anak yang malas, bodoh, dan lamban (Pujiastuti, *et al.*, 2013). Orang yang mengalami obesitas atau berisiko menjadi obesitas lebih mungkin untuk menggunakan praktik penurunan berat badan yang tidak sehat. Perilaku tersebut dapat menempatkan mereka dalam keadaan yang membahayakan seperti gangguan makan, gizi buruk, gangguan pertumbuhan serta gangguan emosional seperti depresi, cemas, dan stres (Women's Health, 2009).

Bertolak dari pemikiran dan latar belakang di atas, penulis ingin mengetahui perbedaan derajat depresi antara siswi yang memiliki berat badan normal dengan berat badan berlebih di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta.

B. RUMUSAN MASALAH

Adakah perbedaan derajat depresi antara siswi yang memiliki berat badan normal dengan berat badan berlebih di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta?

C. TUJUAN PENELITIAN

Mengetahui dan menganalisis apakah terdapat perbedaan derajat depresi antara siswi yang memiliki berat badan normal dengan berat badan berlebih di SMA 1 Muhammadiyah Surakarta.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Teoretis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi mengenai perbedaan derajat depresi antara siswi yang memiliki berat badan normal dengan berat badan berlebih di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan dasar bagi penulis lain untuk mengadakan penelitian lebih lanjut.

2. Manfaat Aplikatif

Dengan mengetahui adanya perbedaan derajat depresi antara siswi yang memiliki berat badan normal dengan berat badan berlebih di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta, diharapkan dapat membantu dan menentukan langkah-langkah dalam menangani kasus tersebut.