

**HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN  
KEPERCAYAAN DIRI ANAK OBESITAS DI  
SD MUHAMMADIYAH WIROBRAJAN 3  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun Oleh:  
ALPIANTI SUCIRAHAYU  
201010201068**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2014**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN  
KEPERCAYAAN DIRI ANAK OBESITAS DI  
SD MUHAMMADIYAH WIROBRAJAN 3  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

Disusun oleh:  
**ALPIANTI SUCIRAHAYU**  
**201010201068**

Telah Disetujui Oleh Pembimbing  
Pada Tanggal:  
10 Agustus 2014

Pembimbing



Falasifah Ani Yuniarti, S.Kep., Ns., MAN., HNC.

# HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN KEPERCAYAAN DIRI ANAK OBESITAS DI SD MUHAMMADIYAH WIROBRAJAN 3 YOGYAKARTA<sup>1</sup>

Alpianti Sucirahayu<sup>2</sup>, Falasifah Ani Yuniarti<sup>3</sup>

## INTISARI

**Latar Belakang** : Menurut WHO anak obesitas merupakan salah satu tantangan kesehatan masyarakat di abad 21. Pengaruh obesitas terhadap psikologis merupakan suatu lingkaran yang tidak terputus. Seorang penderita sering terasing dalam pergaulan dan mengalami depresi. Obesitas akan membuat orang merasa tersisih, yang selanjutnya akan memperburuk keadaan apabila ia mengalami kegagalan dalam penatalaksanaan obesitas tersebut sehingga akan memperburuk keadaan psikologisnya dan meningkatkan resiko untuk bunuh diri. Faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri anak obesitas adalah salah satunya dukungan teman sebaya yang diterima.

**Tujuan penelitian** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri anak obesitas di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta.

**Metode Penelitian** : Penelitian ini merupakan penelitian *kuantitatif* menggunakan metode analitik korelasi dengan menggunakan rancangan *cross sectional*, terdiri dari 24 responden. Analisa data yang digunakan adalah uji statistik Korelasi *Spearman Rank*.

**Hasil** : Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar dukungan teman sebaya anak dalam kategori sedang yaitu 13 responden (54,2%), dan kepercayaan diri anak obesitas dalam kategori sedang sebanyak 14 responden (58,3%). Hasil analisis *Spearman Rank* diperoleh nilai signifikan 0,047 (<0,05).

**Kesimpulan** : Ada hubungan yang positif dan signifikan antara hubungan dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri anak obesitas di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta.

**Saran** : Diharapkan bagi anak obesitas untuk meningkatkan aktivitasnya dan mengurangi makanan dan minuman siap saji.

Kata Kunci : Dukungan Teman Sebaya, Kepercayaan Diri Anak Obesitas, Anak Usia Sekolah  
Daftar Pustaka : 19 buku (2001-2013), 7 penelitian, 11 internet, 3 jurnal  
Jumlah Halaman : xiii, 69 halaman, 13 lampiran, 10 tabel, 2 gambar.

---

<sup>1</sup>. Judul Skripsi

<sup>2</sup>. Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup>. Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

# **CORRELATION BETWEEN PEER SUPPORT AND SELF ESTEEM AMONG THE OBESE CHILDREN IN SD MUHAMMADIYAH WIROBRAJAN 3 YOGYAKARTA<sup>1</sup>**

Alpianti Sucirahayu<sup>2</sup>, Falasifah Ani Yuniarti<sup>3</sup>

## **ABSTRACT**

**Background:** According to WHO obesity children is one of the big challenges of the public health area in 21 century. Th effect of obesity on psychology is a never ending circle of the problem. The obese children will withdraw themselves from their peers, and sometime end up in depression. The obesity will put children as the outsiders, and it will get worst if they are failing managing the obesity. This situation will affect their psychology statements, even it will attempt to suicide. One of the affecting factors related to the self esteem of obese children is peer support.

**Ojective :** This research was to determine the correlation between the peer support and the self esteem of obese children in SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 yogyakarta.

**Research Method:** This research is quantitative analytic correlation study with cross sectional time approach. This study had 24 obese children as the respondents, and use Spearman Rank Test as the statistical data analysis.

**Result :** This study showed that 13 respondents ( 54.2 %) were in medium category related to peer support, and 14 respondents ( 58.3 % ) were in medium category for the self esteem variable. There was significant correlation between two variables with p-value 0,047 ( $p < 0,05$ ).

**Conclusion:** There was a positive correlation between the peer support and the self esteem of obese children in SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 yogyakarta

**Suggestion:** The obese children should increase their exercise activities and decrease the intake of the junk food.

Keywords : Peer support, self esteem of obese children, student  
Bibliography : 19 books ( 2001-2013), 11 internet articles, 7 theses, 7 journals  
Number of Pages : xiii, 69 pages, 10 tables, 2 figures, 13 appendices

---

<sup>1</sup>Title of the Thesis

<sup>2</sup> Student Of School Of Nursing, 'Aisyiyah Health Sciences College Of Yogyakarta

<sup>3</sup>Lecture Of School Of Nursing, Faculty of Medicine and Health Sciences Muhammadiyah University Yogyakarta

## LATAR BELAKANG

Beberapa masalah kesehatan pada masa kanak-kanak dan remaja tampak sangat jelas bagi orang lain, sangat sulit diatasi, dan memiliki efek jangka panjang terhadap status kesehatan psikologis dan fisik anak, masalah tersebut diantaranya adalah obesitas<sup>1</sup>. Obesitas adalah salah satu penyakit gaya hidup masa kini. Obesitas merupakan istilah yang digunakan untuk menyebut kelebihan lemak dalam tubuh. Obesitas merupakan akibat langsung dari kebiasaan makan yang tidak sehat dan gaya hidup yang santai<sup>2</sup>.

Allah berfirman dalam Al-Qur'an surat Al-A'raf ayat 31

يٰۤاَيُّهَاۤ اٰدَمُ خُذْ وَاٰزِيۤنَتَكَرَّ عِنۡدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوۤا وَاَشْرَبُوۤا وَلَا

تُسْرِفُوۤا اِنَّهٗ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيۤنَ ﴿٣١﴾

“ Wahai anak cucu adam pakailah pakainmu yang bagus pada setiap (memasuki) masjid dan makanlah serta minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan, sesungguhnya Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan”.

Penggalan akhir ayat ini merupakan salah satu prinsip yang diletakkan agama menyangkut kesehatan dan diakui pula oleh para ilmuwan terlepas apapun pandangan hidup atau agama mereka. Perintah makan dan minum, lagi tidak berlebih-lebihan yakni tidak melampau batas, merupakan tuntutan yang harus disesuaikan dengan kondisi setiap orang, kita dapat berkata bahwa penggalan ayat tersebut mengajarkan sikap proporsional dalam makan dan minum.

Anak obesitas merupakan salah satu tantangan kesehatan masyarakat paling serius di abad 21. Lebih dari 30 juta anak-anak kelebihan berat badan hidup di negara-negara berkembang dan 10 juta di negara-negara maju. Tahun 2008, lebih dari 1,4 miliar orang dewasa, kelebihan berat badan. Jumlah tersebut lebih dari 200 juta orang dan hampir 300 juta wanita mengalami obesitas, 35% dari orang dewasa berusia 20 tahun mengalami kelebihan berat badan pada tahun 2008, dan 11% mengalami obesitas. 65% dari populasi dunia tinggal di negara-negara di mana kelebihan berat badan dan obesitas membunuh lebih banyak orang daripada kekurangan berat badan<sup>3</sup>.

Persentase anak dan remaja yang menderita kelebihan berat badan ini cukup mengkhawatirkan selama 2 dekade terakhir, lebih dari 50% jumlah anak “luar biasa” kelebihan berat badan hampir 2 kali lipat (Datasantyo & Robertus, 2009). Darmayanti bersama koleganya melakukan penelitian pada anak-anak sekolah dasar di 10 kota besar Indonesia periode 2002-2005. Hasil yang didapat ternyata prevalensi kegemukan pada anak usia sekolah dasar tertinggi di Jakarta (25%), Semarang (24,3%), Medang (17,75%), Denpasar (11,7%), Surabaya (11,4%), Padang (7,1%), Manado (5,3%), Yogyakarta (4%), Solo (2,1%). Rata-rata prevalensi kegemukan di 10 kota besar tersebut mencapai 12,2% (2,1-25%), bandingkan dengan yang terjadi di Inggris dengan prevalensi 10-17% dan Amerika Serikat 10-12%. Jelas kegemukan tak baik bagi siapa saja, termasuk anak-anak<sup>4</sup>.

Pemerintah dalam Rencana Pembangunan Nasional ini telah menetapkan 3 strategi dasar perbaikan gizi masyarakat, yaitu menekankan upaya pemberdayaan dan pendidikan gizi. Mendorong meningkatkan mutu

konsumsi pangan, baik melalui pendekatan penganekaragaman pangan atau maupun melalui pendekatan fortifikasi pangan dan suplementasi gizi. Meningkatkan cakupan dan mutu pelayanan kesehatan. Bertepatan dengan Hari Gizi Nasional, diluncurkan produk anak bangsa mulai dari Rencana Aksi Nasional Pangan dan Gizi 2011-2015, Buku Panduan Kader Posyandu, Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak, Buku Sehat dan Bugar Berkat Gizi Seimbang, Buku Penuntun Konseling Gizi, Kegiatan Rintisan Fortifikasi Vit A dalam Minyak Goreng, dan Penggunaan Taburia (sejenis multi vitamin yang ditaburkan dalam makanan anak)<sup>5</sup>.

Dampak buruk obesitas terhadap kesehatan, sangat berhubungan dengan berbagai macam penyakit yang serius, seperti tekanan darah tinggi, jantung, diabetes melitus, dan penyakit pernapasan. Dampak lain yang sering diabaikan adalah perasaan merasa dirinya berbeda atau diabaikan dari kelompoknya akan membuat individu dengan obesitas rentan terhadap berbagai masalah psikologis (Indika, 2010). Dampak psikologis, seperti diskriminasi dari teman-temannya, harga diri rendah, depresi, dan penurunan dalam sosialisasi Grew<sup>6</sup>.

Pengaruh obesitas terhadap psikologis merupakan suatu lingkaran yang tidak terputus. Seorang remaja yang menderita obesitas sering terasing dalam pergaulan dan mengalami depresi. Obesitas akan membuat seseorang merasa tersisih, yang selanjutnya akan memperburuk keadaan apabila ia mengalami kegagalan dalam penatalaksanaan obesitas tersebut sehingga akan memperburuk keadaan psikologisnya dan meningkatkan resiko untuk bunuh diri (Murniati dkk.,2007). Depresi terjadi sebagai akibat gangguan citra tubuh. Penelitian Mustillo, dkk (2003) pada anak berusia 9-16 tahun didapatkan bahwa obesitas kronik berhubungan dengan berbagai gejala psikopatologi. Obesitas dihubungkan dengan kecenderungan tidak puas pada diri sendiri, kehidupan terisolasi, depresi, dan rasa percaya diri yang kurang<sup>7</sup>.

Rasa percaya diri (*self confidence*) adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk menampilkan perilaku tertentu atau untuk mencapai target tertentu. Dengan kata lain, kepercayaan diri adalah bagaimana kita merasakan tentang diri kita sendiri, dan perilaku kita akan merefleksikannya tanpa kita sadari. Kepercayaan diri bukan merupakan bakat (bawaan), melainkan kualitas mental, artinya: kepercayaan diri merupakan pencapaian yang dihasilkan dari proses pendidikan atau pemberdayaan. Faktor lingkungan, terutama orang tua dan guru berperan sangat besar. Anak yang penuh percaya diri akan memiliki sifat-sifat antara lain: lebih independen, tidak terlalu tergantung orang, mampu memikul tanggung jawab yang diberikan, bisa menghargai diri dan usahanya sendiri, tidak mudah mengalami rasa frustrasi, mampu menerima tantangan atau tugas baru, memiliki emosi yang lebih hidup tetapi tetap stabil, mudah berkomunikasi dan membantu orang lain (Adwybowo, 2010).

*Self esteem* salah satu bagian dari *Self Confidence*. *Self esteem* itu sendiri adalah salah satu komponen penting dari kesehatan mental dan pengembangan keperibadian. Harga diri yang rendah dapat menghambat perkembangan sosial dan kognitif pada anak-anak dan dapat menyebabkan kesehatan yang buruk di usia dewasa. perkembangan kognitif yang rendah dapat menyebabkan tingkat pendidikan yang terbatas, peluang untuk berkarir juga sedikit dan dalam jangka panjang status sosial ekonomi rendah dengan kesehatan yang buruk<sup>8</sup>.

Faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah dukungan sosial yang diberikan oleh teman, keluarga ataupun orang-orang terdekatnya sangat berpengaruh bagi kepercayaan diri mereka. Pengaruh dari dukungan yang diberikan oleh seorang teman bisa memberikan dampak yang positif bagi kepercayaan diri remaja obesitas. Anak-anak yang kurang percaya diri juga akan membuat mereka lebih suka menyendiri daripada bermain bersama teman-teman mereka. Anak-anak dalam usia ini juga masih mudah terpengaruh oleh teman seusianya, pengaruh teman sebaya ini sangat penting, karena dalam hal apapun anak-anak akan meniru banyak pola aktivitas fisik dari teman sebayanya, sehingga apabila teman sebayanya menolak kehadirannya karena kondisi fisik yang diderita maka sang anak tidak lagi percaya diri terhadap dirinya sendiri dan akan menghindari dari lingkungan sosial terutama dari teman-temannya<sup>9</sup>.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan di sekolah dasar X Wirobrajan kelas IV, V, dan VI di dapatkan 24 anak yang mengalami obesitas, dan didapatkan juga 7 dari 10 orang anak mengatakan sering ditertawakan oleh teman-temannya karena gemuk dan merasa minder atau malu kalo disuruh maju di depan kelas oleh gurunya. Guru kelas mereka juga mengatakan anak yang gemuk lebih pendiam dari teman-teman lainnya yg memiliki berat badan normal dan kelihatan lebih murung dari yang lainnya. Anak-anak dengan usia 10 – 13 tahun sudah mulai tertarik dengan lawan jenisnya dan mulai mengikuti apa yang dilakukan oleh teman sebayanya.

Dari fenomena di atas dapat disimpulkan bahwa sesungguhnya dukungan teman sebaya sangat diperlukan oleh anak yang memiliki berat badan berlebih untuk membentuk kepercayaan diri anak dalam berinteraksi dalam lingkungannya. Dari paparan di atas peneliti merasa tertarik untuk meneliti lebih mendalam tentang “Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Kepercayaan Diri Anak Obesitas di Sekolah Dasar Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta”.

## **TUJUAN PENELITIAN**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri anak obesitas di Sekolah Dasar X Wirobrajan Yogyakarta.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui tentang kepercayaan diri pada anak obesitas usia sekolah di Sekolah Dasar X Wirobrajan Yogyakarta.
- b. Mengetahui tentang dukungan teman sebaya yang diberikan kepada anak obesitas.
- c. Mengetahui tentang obesitas pada anak usia sekolah dasar X Wirobrajan , Yogyakarta.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian analitik korelasi yaitu penelitian yang bertujuan untuk menemukan adanya hubungan antara 2 variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan teman sebaya dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* yang pengamatan atau pengumpulan data hanya dilakukan pada satu waktu<sup>10</sup>.

Populasi dalam penelitian adalah siswa-siswi Sekolah Dasar X Wirobrajan total 9 kelas, yang terdiri dari 3 kelas di masing-masing tingkatan. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan tehnik *total sampling* sebanyak 24 siswa yang memenuhi kriteria duduk di kelas IV, V, dan VI di SD X Wirobrajan Yogyakarta, dan termasuk dalam kategori obesitas ( $IMT \geq 25$ ), dan berusia 10-13 tahun. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang telah di uji validitas dan reliabilitas dengan hasil diperoleh dukungan teman sebaya 0,920 dan reliabilitas kepercayaan diri didapatkan 0,874. Data yang telah diperoleh diolah menggunakan *Spearman Rank*, apabila hasil perhitungan koefisien korelasi *Rank Spearman*  $r_s < 0,05$  maka hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima dan hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Karakteristik Responden

- a. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Kelas, dan Jenis Kelamin.

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Kelas, dan Jenis Kelamin Siswa Kelas IV, V, dan VI SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta 2014.

Karakteristik Responden		Frekuensi	Persentase (%)
Umur			
	10	9	37,5
	11	4	16,7
	12	10	41,7
	13	1	4,1
	Total	24	100
Kelas			
	IV	9	37,5
	V	4	16,7
	VI	11	45,8
	Total	24	100
Jenis Kelamin			
	Laki-Laki	18	75
	Perempuan	6	25
	Total	24	100

- b. Karakteristik Responden Berdasarkan IMT (Indeks Massa Tubuh)

Tabel 4.6 Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Indeks Massa Tubuh Siswa Kelas IV, V, dan VI SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta 2014.

No	IMT	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
1	25,0-29,9	Obesitas I	19	79,2
2	$\geq 30$	Obesitas II	5	20,8
	Jumlah		24	100



## 2. Deskripsi Data Penelitian

### a. Dukungan Teman Sebaya

Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Dukungan Teman Sebaya Anak Obesitas Kelas IV, V, dan VI di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta 2014

Dukungan Teman Sebaya	Jumlah	Persentase
Tinggi	11	45,8 %
Sedang	13	54,2 %
Rendah	0	0 %
Sangat Rendah	0	0 %
Jumlah	24	100 %

### b. Kepercayaan Diri Anak Obesitas

Data kepercayaan diri anak obesitas dikategorikan dalam skala ordinal dalam 4 kategori yaitu tinggi, sedang, rendah, sangat rendah. Tabulasi data kepercayaan diri anak obesitas disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Kepercayaan Diri Anak Obesitas Kelas IV, V, dan VI di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta 2014

Kepercayaan Diri	Jumlah	Persentase
Tinggi	10	41,7 %
Sedang	14	58,3 %
Rendah	0	0 %
Sangat Rendah	0	0 %

## 3. Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Kepercayaan Diri Anak Obesitas Kelas IV, V, dan VI di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta

Tabel 4.9 Tabulasi Silang Dukungan Teman Sebaya Dengan Kepercayaan Diri Anak Obesitas Kelas IV, V, dan VI Di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta 2014

Kepercayaan Diri	Dukungan Teman Sebaya					
	Tinggi		Sedang		Jumlah	
	F	%	F	%	F	%
Tinggi	7	29,2	4	16,7	11	45,8
Sedang	3	12,5	10	41,7	13	54,2
Rendah	0	0	0	0	0	0
Sangat Rendah	0	0	0	0	0	0
Jumlah	10	41,7	14	58,3	24	100

Berdasarkan tabel 4.9 di atas, dapat disimpulkan bahwa responden paling banyak adalah responden dengan kepercayaan diri sedang dan dukungan teman sebaya yang sedang juga sebanyak 10 responden (41,7%), dan responden yang paling sedikit adalah responden dengan kepercayaan diri sedang dan dukungan teman sebaya yang tinggi sebanyak 3 responden (12,5%).

Tabel 4.10 Hasil Analisis *Spearman Rank*

Variabel	Signifikan	Keeratan hubungan	Keterangan
dukungan teman sebaya terhadap kepercayaan diri anak obesitas	0.047	0,410	Ada hubungan sedang

Tabel 4.10 di atas menggambarkan hasil sebagai berikut dengan menetapkan derajat kebebasan ( $\alpha = 0,05$ ) yang menunjukkan nilai rho hitung sebesar 0,410 dan rho tabel dengan jumlah responden 24 orang dan tingkat kesalahan 5 % adalah 0,409. Dari angka tersebut dapat diketahui rho hitung (0,410) > daripada rho tabel (0,409) yang memiliki arti bahwa kekuatan hubungan antar variabel adalah sedang. Hal ini berarti ada hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri anak obesitas di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta (sig.0,047) = Signifikan karena lebih kecil dari 0,05 ( $p < \alpha$ ). Jika p lebih kecil atau sama dengan 0,05 maka hipotesis diterima. Dan hasil penelitian ini didapatkan nilai p lebih kecil dari  $\alpha$  (0,047 < 0,05) sehingga menunjukkan ada hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri anak obesitas kelas IV, V, dan di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta tahun 2014.

## PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik responden

Berdasarkan tabel 4.5 distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan umur siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta 2014, maka diketahui bahwa responden dalam penelitian ini menggunakan anak-anak yang obesitas dengan usia 10-13 tahun, yang terdiri dari anak umur 10 tahun yaitu 9 orang anak (37,5%), umur 11 tahun yaitu 4 orang anak (16,7%), umur 12 tahun yaitu 10 orang anak (41,7%), dan umur 13 tahun yaitu 1 orang anak (4,1%). Penelitian dilakukan pada anak dengan usia 10-13 tahun dikarenakan, anak usia ini sudah mulai mengenal lingkungan lain selain keluarga terutama lingkungan sekolah, anak juga banyak mengembangkan kemampuan interaksi sosial. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan bahwa di dalam tahap psikososial menurut Erikson anak mampu melakukan atau menguasai keterampilan yang bersifat teknologi dan sosial, memiliki keinginan untuk mandiri, menyelesaikan tugas-tugas. Tahap ini sangat dipengaruhi faktor intrinsik (motivasi, kemampuan, tanggung jawab yang dimiliki, kebebasan yang dimiliki, interaksi dengan lingkungan, dan teman sebaya) dan faktor ekstrinsik (penghargaan yang didapat, stimulus, dan keterlibatan orang lain)<sup>1</sup>.

Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan kelas, maka diketahui bahwa responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV, V, dan VI. yang terdiri kelas IV sebanyak 9 orang anak (37,5%), kelas V sebanyak 4 orang anak (16,7%), dan kelas VI sebanyak 11 orang anak (45,8%). Pemilihan responden kelas IV, V, dan VI dikarenakan anak kelas IV, V, VI mereka lebih mengerti dan paham

maksud dari kuesioner tersebut, selain itu mereka juga sudah dapat membaca dan menulis dengan lancar dibandingkan kelas lainnya.

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, maka dapat diketahui bahwa responden dalam penelitian ini terdiri dari laki-laki 18 orang anak (75%) dan perempuan 6 orang anak (25%). Responden yang didapatkan peneliti mayoritas laki-laki yaitu sebanyak 18 orang anak (75%). Sesuai dengan teori perkembangan anak yang mengatakan bahwa anak laki-laki sekitar umur 10 tahun akan mengalami kenaikan berat badan sekitar 3-3,5 kg/tahun dibandingkan perempuan yang mengalami kenaikan berat badan sekitar umur 8 tahun, dan pertambahan jaringan lemak juga terjadi pada laki-laki yang menyebabkan laki-laki lebih gemuk daripada perempuan, itu terjadi pada umur 10 tahun untuk laki-laki dan perempuan<sup>11</sup>. Teori yang mendukung lainnya adalah bahwa anak usia sekolah membangun pola makan yang terlepas dari pengawasan orang tua. Kehadiran cemilan dan restoran cepat saji membuat anak sulit memutuskan pilihan makanan yang sulit, oleh sebab itu obesitas anak menjadi masalah kesehatan yang besar.

Berdasarkan tabel 4.6 distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT), maka diketahui bahwa Indeks Massa Tubuh (IMT) pada anak kelas IV, V, VI di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta diketahui bahwa responden dalam penelitian ini mempunyai IMT tertinggi adalah  $\geq 30$  sebanyak 5 orang (20,8%) dan IMT terendah yaitu 25,0 – 29,0 sebanyak 19 orang (79,2%). Berdasarkan ketentuan medis, obesitas dapat ditentukan dengan cara yang relatif mudah yaitu dengan menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT) dan interpretasi indeks Massa Tubuh yang digunakan merujuk pada klasifikasi yang sudah ditentukan oleh *World Health Organization* (WHO) yaitu IMT 25,0 – 29,0 masuk dalam kategori obesitas I dan IMT  $\geq 30$  masuk dalam kategori Obesitas II<sup>12</sup>.

## 2. Dukungan Teman Sebaya

Berdasarkan tabel 4.7 memperlihatkan bahwa hubungan teman sebaya dengan kepercayaan diri anak obesitas kelas IV, V, dan VI di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta dalam kategori sedang yaitu 13 orang anak (54,2%). Maka hasil tersebut menyatakan bahwa hubungan dukungan teman sebaya dalam penelitian ini adalah termasuk dalam kategori sedang. Ini mengindikasikan bahwa, ketika anak di sekolah mereka banyak berinteraksi dengan teman sebayanya, oleh sebab itu interaksi yang dilakukan oleh anak dengan teman sebayanya sedikit tidak akan mempengaruhi rasa percaya diri anak terutama anak yang mengalami obesitas.

Dukungan sosial teman sebaya yang dikaitkan dengan harga diri atau kepercayaan diri pada remaja dengan berat badan berlebih. Anak yang memiliki berat badan berlebih sering diberi komentar negatif oleh teman-temannya tentang penampilan mereka daripada teman-temannya yang tidak memiliki berat badan berlebih atau obesitas ( Hayden - Wade *et al.*,2005.,Thompson et al, 2007). Temannya lebih menutup diri darinya atau menjauh, seperti Strauss dan Pollack ( 2003 ) mengatakan bahwa anak yang obesitas cenderung terisolasi secara sosial oleh teman-temannya dibandingkan dengan teman yang tidak obesitas. Oleh sebab itu

di sini sangat dibutuhkan peran teman sebaya dalam meningkatkan kepercayaan diri maupun harga diri anak yang obesitas agar anak yang obesitas tidak merasa terisolasi atau merasa dijauhi<sup>13</sup>.

Bagi anak, kelompok teman sebaya ialah kelompok anak-anak tertentu yang saling berinteraksi. Setiap kelompok memiliki peraturan-peraturannya sendiri, tersurat maupun tersirat, memiliki tata sosialnya sendiri, mempunyai harapan-harapannya sendiri bagi para anggotanya. Setiap kelompok sebaya juga mempunyai kebiasaan-kebiasaan, tradisi-tradisi, perilaku, bahkan bahasa sendiri<sup>14</sup>.

### **3. Kepercayaan Diri Anak Obesitas**

Dari tabel 4.10 dapat dilihat hasil penelitian diketahui bahwa kepercayaan diri anak obesitas di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta paling tinggi pada kategori sedang yaitu sebanyak 14 orang anak (58,3%). Maka hasil tersebut menyatakan bahwa hubungan kepercayaan diri anak obesitas dalam penelitian ini adalah termasuk dalam kategori sedang. Ini mengidentifikasikan bahwa anak mampu untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun lingkungan atau situasi yang dihadapinya saat ini.

Anak yang direspon secara positif akan merasakan adanya harga diri. Mereka yang memperoleh kegagalan sering merasa rendah diri atau tidak berharga sehingga dapat mengakibatkan penarikan diri dari sekolah maupun kelompok temannya (Potter dan Perry, 2009). Rasa percaya diri anak dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah faktor eksternal. Faktor eksternal disini adalah lingkungan keluarga sebagai awal pembentukan kepercayaan diri seseorang, yang kedua adalah lingkungan formal atau sekolah adanya penguatan dari proses belajar dan bergaul dengan teman-teman di sekolah membuat perkembangan kepercayaan diri semakin baik<sup>15</sup>.

Menurut karakteristik responden ada beberapa aspek yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Menurut Lauster, aspek itu diantaranya adalah keyakinan atau kemampuan diri seseorang, yang di dalamnya terdapat indikator kemauan dan usaha, dan terahir optimis. Aspek ini tercantum dalam kuesioner yang yang dijawab oleh responden. Selanjutnya adalah aspek bersikap positif, yang di dalamnya terdapat beberapa indikator yang mendukung yaitu mandiri, tidak mudah menyerah dan terahir mampu menyesuaikan diri. Aspek ini tercantum dalam kuesioner yang dijawab oleh responden. Aspek yang terahir adalah memanfaatkan kelebihan<sup>16</sup>.

### **4. Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Kepercayaan Diri Anak Obesitas di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta.**

Dari tabel 4.12 dapat dilihat bahwa hubungan dukungan teman sebaya dapat mempengaruhi kepercayaan diri anak obesitas. Berdasarkan uji statistik dengan tehnik *Spearman Rank* untuk menguji hipotesis ada tidaknya hubungan antara variabel hubungan dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri anak obesitas di dapatkan nilai taraf signifikan 0,047 ( $p < 0,05$ ). Hasil tersebut dapat dinyatakan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri anak obesitas kelas IV, V, dan VI. Dengan demikian semakin tinggi dukungan teman sebaya yang diberikan maka semakin tinggi kepercayaan

diri anak obesitas tersebut. Untuk kepercayaan diri anak obesitas kelas IV, V, dan VI dalam kategori tinggi dan hubungannya dengan dukungan teman sebaya kategori sedang sebanyak 3 orang anak (12,5%). Pada masa usia sekolah, identitas, dan konsep diri menjadi semakin kuat dan lebih terindividualisasi.

Hasil penelitian ini di dukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Yuliani (2012), dengan metode kuantitatif bahwa adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri remaja obesitas. Hasil ini sesuai yang didapatkan oleh penulis yaitu ada hubungan dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri anak obesitas, karena dukungan teman sebaya adalah salah satu faktor dalam mempengaruhi kepercayaan diri anak obesitas<sup>9</sup>.

Berdasarkan hasil yang didapatkan bahwa kepercayaan diri anak obesitas kelas IV, V, dan VI dalam kategori sedang dan hubungannya dengan dukungan teman sebaya dalam kategori sedang sebanyak 10 orang anak (41,7%). Dapat dilihat dari karakteristik responden hubungan dukungan teman sebayanya sedang dan kepercayaan diri anak obesitas juga sedang. Sehingga dalam penelitian ini didapatkan hubungan dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri anak obesitas adalah sedang. Penelitian yang dilakukan oleh Halfizh, metode penelitian yang dilakukan kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil penelitian ini menunjukkan remaja putri yang mengalami obesitas memiliki kepercayaan diri dan pandangan yang cukup baik terhadap bentuk fisiknya<sup>15</sup>.

Dukungan berupa perhatian, kasih sayang, nasehat, kepedulian membuat anak obesitas merasa diterima oleh lingkungan sosialnya terutama kelompok teman sebaya, hal ini menumbuhkan perasaan berharga pada anak obesitas, dari perasaan berharga ini maka muncul sikap percaya diri yang dicerminkan dalam perilaku mempunyai kemauan dan usaha, bersikap optimis, mandiri, tidak mudah menyerah, mampu menyesuaikan diri, memanfaatkan kelebihan yang dimiliki, dan terahir memiliki fisik yang menunjang.

Dalam penelitian ini juga menunjukkan anak obesitas yang memiliki dukungan sosial teman sebaya tinggi memiliki kepercayaan diri. Dalam hal ini dukungan berupa saran, perhatian, umpan balik dan dukungan berupa materi dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Hal ini tampak pada perilaku anak yang bersifat optimis, percaya pada diri sendiri, mandiri, dan tidak bergantung dengan orang lain, dan bertanggung jawab atas semua perbuatannya, perasaan tidak takut saat berada di lingkungan baru dan sikap yang mudah menyesuaikan diri.

Mereka mulai mendefinisikan konsep diri dan membangun kepercayaan diri yang merupakan suatu evaluasi diri. Interaksi dengan kelompok akan menyebabkan mereka mendefinisikan pencapaian diri berdasarkan perbandingan dengan pencapaian orang lain. Hal ini dilakukan saat mereka berusaha membangun citra diri yang positif<sup>17</sup>.

Mayoritas anak sangat senang bergaul bersama-sama teman-teman sebayanya. Melalui pergaulan akan terbentuk sebuah dukungan yang akan diberikan satu sama lain, terutama anak yang obesitas dan dukungan teman sebaya juga mempunyai dampak yang positif bagi kepercayaan diri

anak obesitas karena anak usia sekolah memperoleh rasa keberhasilan melalui bekerja dan bermain bersama kelompoknya. Anak juga mulai membangun hubungan dengan kelompok untuk mengatasi ketidakstabilan yang ditimbulkan oleh perubahan tubuh yang cepat. Peningkatan hubungan persahabatan dengan teman sesama jenis. Keseragaman tampak jelas pada tingkah laku, gaya berpakaian, dan pola bicara yang semakin dipengaruhi oleh kontak kelompok. Pada masa ini, klub dan kelompok menjadi semakin menonjol<sup>18</sup>.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di SD X Wirobrajan Yogyakarta, dapat ditarik kesimpulan, penelitian yang dilakukan pada 24 responden didapatkan hasil bahwa hubungan dengan dukungan teman sebaya dalam kategori sedang yaitu 13 responden (54,2%) Sebagian besar kepercayaan diri anak obesitas kelas IV, V, dan VI rendah yang ditunjukkan dengan 14 responden (56,2%) Ada hubungan yang positif dan signifikan antara hubungan dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri pada anak obesitas kelas IV, V, dan VI, dimana didapatkan nilai taraf signifikan 0,047 ( $p < 0,05$ ).

## **SARAN**

Untuk anak obesitas lebih banyak bergaul dengan teman sebayanya dan mulailah mengikuti ekstrakurikuler yang ada di sekolah karena dapat membantu dalam meningkatkan kepercayaan diri, dan banyak-banyak melakukan aktivitas dengan teman sebaya.

Bagi Peneliti selanjutnya, supaya menambah jumlah responden. Peneliti selanjutnya dapat melakukan metode wawancara lebih mendalam kepada responden maupun teman sebayanya dan guru.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Hockenbery, M.E., Wilson. D., (2007). *Wong's Nursing Care of Infants and Children*, Eight Edition. Canada, MOSBY Company.
2. Arora, A. (2008). *5 Langkah Mengendalikan Obesitas*. Bhuana Ilmu Populer, Jakarta.
3. WHO. (2013). *Childhood Overweight and Obesity*. Dalam <http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/en/> diakses tanggal 6 November 2013.  
———. (2013). *Obesity and Overweight*. Dalam <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/> diakses tanggal 6 November 2013
4. Irfan, A. (2008). *Kegemukan pada Anak* dalam <http://www.pjnhk.go.id>, diakses tanggal 6 November 2013.
5. DEPKES RI. (2011). *Gizi Lebih Merupakan Ancaman Masa Depan Anak* dalam <http://www.depkes.go.id/index.php?vw=2&id=1385>, diakses tanggal 7 November 2013.
6. Rahayuningsih, W.S. (2010). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pola Aktivitas Fisik Pada Anak Kegemukan Usia Sekolah Di Kecamatan Bambanglipuro Bantul Yogyakarta*. Skripsi Tidak Dipublikasikan. Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.
7. Elvina. (2011) *Hubungan Obesitas dengan Konsep Diri Remaja SMP Kartika 1-7 Padang*. Program Studi S-1 Keperawatan, Fakultas Keperawatan. Universitas Andalas. Padang.
8. Wang, T.C. Wild, W. Kipp, S. Kuhle and P.J. Veugelers. (2009). *The influence of childhood obesity on the development of self-esteem*. Research Article.
9. Yuliani, F. (2012). *Kepercayaan Diri Pada Remaja Obesitas Di Tinjau Dari Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Jenis Kelamin*. Skripsi Dipublikasikan. Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
10. Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta.
11. Soetjningsih. (1995). *Tumbuh Kembang Anak*. EGC, Jakarta
12. Suiroaka, I.P. (2012) *Penyakit Degeneratif, Mencegah dan Mengurangi Faktor Resiko 9 Penyakit*. Nuha Medika Press, Yogyakarta.
13. Lowry, K.W. Sallinen, B.J and Janicke, D.M. (2007). The Effect of Weight Management Programs on Self-Esteem in Pediatric Overweight populations. *Journal of Pediatric Psychology* 32: 1179–95.
14. Siti. (2010). *Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Perkembangan Anak* dalam <http://edukasi.kompasiana.com>, diakses tanggal 27 November 2013.
15. Halfizh, A. (2011). *Dinamika Kepercayaan Diri Remaja Putri Yang Mengalami obesitas*. Skripsi Tidak Dipublikasikan. Program Studi Psikologi, UIN Yogyakarta.
16. Ghufroon, M. Riswasita, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-ruzz Media, Yogyakarta.
17. Santrock, J.W. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Edisi Kedua. Prenada Media Group, Jakarta.

18. Potter & Perry. (2009). *Fundamental Keperawatan Buku 1 Edisi7*. Salemba Media, Jakarta.

