

Perbedaan tingkat Inferiority Feeling pada Remaja yang Mengalami Obesitas dengan Status Bekerja dan Tidak Bekerja

Merlina Nourmalita
Universitas Muhammadiyah Malang
Nourmalita_merlina@yahoo.com

ABSTRACT. Obesity is a condition where there is accumulation of excess body fat, so that a person's weight is well above one's normal and can be harmful to health. Obesity can have a negative impact on adolescent psychology is concerned, things are always hand in hand with obesity is a disorder of self-image and self-esteem associated with inferiority feeling adolescents who are obese. The purpose of this study to find out how inferiority feeling in adolescents who are obese. The subjects of this study amounted to 50 teenagers, with the status of the work and do not work that obese by using purposive sampling technique. Retrieving data using the scale feeling of inadequacy scale.

Keywords : obesity, inferiority feeling, self esteem

Pendahuluan

Obesitas atau yang dikenal dengan gemukan merupakan suatu masalah yang cukup merisaukan dikalangan remaja, karena keinginan untuk tampil sempurna dalam arti bahwa tubuh yang ramping/ langsing. Hal ini semakin diperparah dengan iklan di televisi atau media masa mengenai figur wanita yang langsing dan iklan berbagai macam ramuan obat, makanan dan minuman untuk merampingkan badan.

Obesitas adalah suatu keadaan dimana terjadi penumpukan lemak tubuh yang berlebih, sehingga berat badan seseorang jauh di atas normal dan dapat membahayakan kesehatan. Obesitas terjadi karena ketidakseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang keluar (Wirakusumah, 1994). Obesitas atau disebut juga kegemukan, merupakan suatu masalah yang cukup merisaukan dikalangan remaja. Obesitas terjadi saat badan menjadi gemuk yang disebabkan oleh penumpukan jaringan adipose secara berlebihan (Atikah, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh The World Health Organization(WHO) memperkirakan sekitar 300 juta individu mengalami obesitas (Kompas, 02.11.2010). Menurut data riset kesehatan dasar (Rikesdas) tahun 2010, secara nasional berdasarkan IMT (Indeks Masa Tubuh) dan jenis kelamin menyebutkan bahwa angka obesitas pada laki-laki sebesar 7,8% dan pada perempuan sebesar 15,5%.

Remaja akan lebih sadar diri dan memberikan perhatian yang lebih pada citra tubuhnya dan perhatian terhadap citra tubuh tersebut akan lebih terlihat besar pada remaja putri (Hurlock, 2003). Secara psikologis keadaan yang sering muncul beriringan dengan obesitas adalah gangguan konsep diri, seperti gangguan body image (citra diri), dan gangguan harga diri. Citra diri (self-image, body image, citra tubuh, gambaran tubuh) adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran dan bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu (Widiyatun, 1999).

Kelebihan berat badan atau obesitas sering kali dihubungkan dengan sejumlah resiko dan konsekuensi kesehatan dan permasalahan yang dihadapi dari segi psikologis seperti depresi, rendah diri atau inferior, citra diri yang rendah dan serta adanya prasangka dan diskriminasi dari individu lainnya. Permasalahan tersebut akan mengakibatkan timbulnya perasaan ketidakpuasan pada bentuk tubuh yang dimiliki, rendahnya harga diri, terbatasnya interaksi sosial, serta adanya perasaan rendah diri atau inferioritas (Hudson, 2002).

Penelitian Martin (1998) menyatakan bahwa pada usia remaja banyak pemberontakan, ketidakpuasan, dan permusuhan yang luar biasa, inferiority feeling serta perasaan tidak mampu yang tak terkendali, hal ini jarang menemukan ekspresi verbal sehingga mereka mengekspresikannya dengan cara yang tak lazim. Inferiority feeling merupakan sesuatu yang harus bisa dikendalikan karena jika tidak bisa dikendalikan atau di kompensasikan akan membentuk suatu gangguan yaitu inferiority complex yang merupakan salah satu gangguan neurotik

Inferiority feeling adalah bentuk perasaan negatif terhadap dirinya sendiri (Jalaludin, 1977). konsep populer dari Alfred Adler dan menjadi dasar dalam psikologi individu, Inferiority feeling ada pada diri setiap individu tanpa terkecuali karena setiap manusia terlahir dengan inferiority feeling (merasa kurang mampu dan kurang kompeten) jika dibandingkan dengan orang dewasa Adler (Boeree, 2010) menyatakan bahwa setiap orang menderita inferioritas dalam bentuk yang berbeda-beda. Inferiority feeling ditandai dengan adanya perasaan tidak kompeten atau kekurangmampuan diri. Faktor-faktor yang menyebabkan Inferiority feeling menurut Paponoe (Lin, 1997) ialah: sikap orangtua (parental attitude), kekurangan fisik (physical defects), keterbatasan mental (mental limitations), dan kekurangan secara sosial (social disadvantage).

Disempurnakan lebih lanjut oleh Adler bahwa inferiority feeling merupakan suatu perasaan diri kurang atau rendah diri yang ada pada setiap diri individu karena pada dasarnya manusia diciptakan atau dilahirkan dengan keadaan lemah tak berdaya. Rendahnya perasaan diri pada individu yang mengalami obesitas disebabkan individu tersebut merasa tidak puas akan bentuk tubuhnya. Hal ini terutama dialami oleh perempuan yang menginginkan penampilan tubuhnya yang indah. Jadi inferioritas ini merupakan perasaan yang muncul dan menyebabkan perasaan kurang berharga yang diakibatkan adanya ketidakmampuan atau kekurangan dari psikologis dan sosial yang dirasakan subyektif.

Hipotesis

Ada perbedaan tingkat inferiority feeling remaja putri dengan status bekerja dan remaja putri yang tidak bekerja yang mengalami obesitas.

Metode Penelitian

Populasi penelitian ini menggunakan remaja yang mengalami obesitas dengan subyek berjumlah 50 orang, dengan status 25 orang dengan status bekerja dan 25 orang tidak bekerja. Penelitian ini menggunakan teknik Purposive sampling (sampling bertujuan), yaitu penetapan sampel didasarkan pertimbangan-pertimbangan, ciri-ciri, sifat-sifat dan karakteristik populasi. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini yaitu skala psikologi. Instrumen yang dipakai ialah skala inferiority feeling yang diadaptasi dari alat ukur the feeling of inadequacy scale karya Field dan Courtney yang terdiri dari 33 item dan disusun berdasarkan beberapa aspek yaitu aspek self regard (7 item), social confidence (12 item), school abilities (7 item), physical appearance (6 item), dan physical abilities (4 item) dengan perubahan seperlunya berdasarkan keperluan peneliti dan disusun menjadi skala yang terdiri dari tujuh pilihan jawaban yaitu 1 (tidak pernah) sampai 7 (selalu). Nilai terendah (1) menandakan adanya inferiority feeling yang tinggi, dan nilai yang tinggi (7) menandakan adanya inferiority feeling yang rendah.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis independent sample t-test, dimana uji t-test tergolong dalam uji perbandingan (komparatif yang bertujuan untuk membandingkan apakah rata-rata kelompok yang diuji berbeda secara signifikan. (Nanang, 2010).

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Perbedaan total berdasarkan status remaja putri yang bekerja dengan remaja putri yang tidak bekerja. Untuk mengetahui perbedaan total berdasarkan status remaja putri yang bekerja dengan tidak bekerja maka dilakukan analisis perbedaan dengan menggunakan independent sample t-test diperoleh hasil $t = 0,495$ dengan probabilitas sig. (2-tailed) = 0,001 dan probabilitas kesalahan ($> 0,05$). Artinya, terdapat perbedaan antara total subjek dengan remaja putri yang obesitas dengan status bekerja dengan total subyek remaja putri yang mengalami obesitas dengan status yang tidak bekerja dalam memandang inferiority feeling. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 diterima. Artinya, hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis dalam penelitian.

Hasil interview yang dilakukan pada beberapa sampel pada remaja putri yang mengalami obesitas dengan status yang bekerja dan tidak bekerja terlihat bahwa inferiority feeling yang lebih menonjol di tunjukan pada remaja putri dengan status belum bekerja karena merasa bahwa penampilan akan sangat mendukung karir dan beberapa remaja putri yang belum bekerja merasa bahwa percaya dirinya akan

tinggi lebih tinggi jika penampilan badannya mendukung. Dibandingkan hasil interview pada remaja yang berstatus bekerja hasil interview yang didapat bahwa mereka tidak memperlakukan meskipun sering merasa bahwa penampilan juga mendukung akan tetapi tidak begitu mengganggu buat subyek.

Kesimpulan

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada subyek yang telah di tentukan terdapat perbedaan tingkat inferiority feeling pada remaja putri yang mengalami obesitas dengan status belum bekerja dengan remaja putri yang mengalami obesitas dengan status sudah bekerja.

Daftar Pustaka

- Boeree, C George. 2010. Personality theories melacak kepribadian anda bersama psikolog dunia. Jogjakarta: Prismsophie.
- Hurlock, E. B. (2003). Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, edisi kelima. Terjemahan Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Hudson, T. (2002). Obesity in women- women's update. Townsend letter for doctors and patients Journal Agustus-september.
- Jalaludin. 1997. Kamus Ilmu Jiwa dan pendidikan. Jakarta. CV Majasari Indah.
- Lin, Timothy. 1997. Inferiority Complex: "Prevention in Children and Relief from It in Adults". [Online]. Tersedia: [Http://www.bsmi.org](http://www.bsmi.org)
- Martin and Deidre Bodgan. 1998. James Dobson's Commitment to Psychology. California: East Gate Publishers.
- Widiyatun, R, T. (1999). Ilmu Perilaku. Jakarta: CV Infomedia.