

Pengaruh Tempat Tinggal dan Indeks Massa Tubuh Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja di Era Pandemi COVID-19

Bachuroh Fasda^{1*}, Yusuf Alam Romadhon², Anika Candrasari², Erna Herawati²

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Dosen Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Surakarta

*Email: j500270076@student.ums.ac.id

Abstrak

Keywords:

Tempat tinggal;
indeks massa tubuh;
kecemasan; remaja;
pandemic COVID-19.

Pendahuluan: Dalam menghadapi kondisi menegangkan seperti pandemi COVID-19, timbul rasa cemas. Kecemasan atau kecemasan adalah kondisi emosi seseorang yang tidak stabil. Timbulnya meleset merupakan respon psikofisiologis yang terjadi akibat pertahanan diri dari bahaya khayalan atau tidak nyata dan tidak disadari secara langsung. Kecemasan yang dirasakan individu dapat diandalkan oleh beberapa faktor di antaranya tempat tinggal dan pola makan. Tempat tinggal di kota memiliki tekanan sosial yang lebih tinggi dibanding bertempat tinggal di desa. Pola makan yang buruk dapat meningkatkan indeks massa tubuh. Kedua hal tersebut dapat mengakibatkan timbulnya kecemasan pada individu.

Tujuan: Untuk Menganalisis pengaruh tempat tinggal dan tingkat indeks massa tubuh terhadap kecemasan remaja di era pandemi COVID-19.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Subjek penelitian adalah remaja yang tinggal di beberapa wilayah di Indonesia, yang terjangkau dalam jejaring sosial secara online dengan memenuhi kriteria restriksi dan dilaksanakan pada Desember 2020. Teknik pengambilan sampel dengan purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah data identitas responden, kuesioner skala L-MMPI, angket penelitian, dan kuesioner DASS-21. Data yang terkumpul akan diolah dan dianalisis menggunakan uji chi square

Hasil: Hasil uji chi square menunjukkan hasil yang signifikan dengan OR = 2,625 dan nilai p = 0,039 untuk tempat tinggal serta didapatkan hasil OR = 0,168 nilai p = 0,003 untuk indeks massa tubuh.

Kesimpulan: Terdapat pengaruh tempat tinggal dan indeks massa tubuh terhadap kecemasan remaja.

1. PENDAHULUAN

Pengertian remaja menurut peraturan Kementerian Kesehatan RI tahun 2014 adalah penduduk dengan rentang usia antara 10-18 tahun. Sedangkan remaja

menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) adalah penduduk yang berusia 10-24 tahun dan belum menikah. Berdasarkan Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) tahun

2015, jumlah remaja di Indonesia dengan rentang usia 10-24 tahun menunjukkan angka 66.000.000 jiwa atau sekitar 25% dari jumlah penduduk Indonesia. Hal ini menunjukkan bahwa 1 diantara 4 penduduk Indonesia merupakan remaja [1].

Dalam menghadapi kondisi menegangkan seperti pandemi COVID-19 dimana masyarakat diharuskan untuk karantina mandiri di rumah, timbul rasa cemas, insomnia, dan depresi [2]. Kecemasan atau *anxiety* adalah kondisi emosi seseorang yang tidak stabil. Timbulnya kecemasan merupakan respon psikofisiologis yang terjadi akibat pertahanan diri dari bahaya khayalan atau tidak nyata dan tidak disadari secara langsung [3]. Kecemasan yang dirasakan individu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya tempat tinggal dan pola makan [4].

Tempat tinggal atau rumah adalah kebutuhan dasar manusia di mana berdampak pada kesejahteraan anggotanya. Kesejahteraan tersebut bisa dalam bentuk keadaan makmur ataupun keadaan sehat bagi fisik ataupun psikis [5]. Tempat tinggal dibedakan menjadi desa dan kota. Tempat tinggal mempengaruhi sedikit banyak terhadap gaya hidup penduduknya. Pemenuhan gaya hidup tersebut guna memenuhi kepuasan bagi diri sendiri yang dipengaruhi oleh lingkungan sosial sekitar. Gaya hidup masyarakat kota cenderung lebih tinggi dibanding desa. Pada wilayah kota, fasilitas untuk memenuhi gaya hidup sangatlah terjangkau sehingga masyarakat kota memiliki gaya hidup yang lebih tinggi dibanding pedesaan [6]. Sedangkan masyarakat pedesaan gaya hidupnya sedikit banyak dipengaruhi dengan kondisi alam, seperti bekerja sebagai petani dan hubungan sosial masyarakat yang lebih menerapkan prinsip kekeluargaan dengan tetangga, sehingga tekanan sosial seperti yang dialami lebih sedikit dibanding masyarakat kota. Apabila tekanan sosial yang tinggi berlangsung dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan kecemasan bagi individu tersebut [7].

Pola makan yang diterapkan oleh individu dapat mempengaruhi indeks

massa tubuh. Indeks massa tubuh dan kesehatan mental seseorang sering dikaitkan, di mana pada individu yang memiliki berat badan berlebih ataupun obesitas cenderung mengalami kondisi mental yang buruk [8]. Remaja kota yang memiliki pola makan buruk (konsumsi camilan dan *fast food* yang berlebih) ditambah dengan kurangnya aktivitas fisik (seperti bermain *video game*) akan meningkatkan indeks massa tubuh. Pada remaja yang memiliki berat badan berlebih dapat menimbulkan citra diri yang buruk yang berakibat pada gangguan kesehatan mental yaitu kecemasan. Kecemasan yang dialami merupakan kecemasan sosial yaitu seperti perasaan dikucilkan, tidak punya teman, dan memalukan diri sendiri [9].

Indeks masa tubuh atau IMT adalah berat badan dalam kilogram dibagi dengan tinggi badan dikuadratkan dalam meter. Ada 6 kategori dari IMT yaitu: kurus (<18,5), normal (18,5-24,9), pre-obesitas (25,0-29,9), obesitas I (30,0-34,9), obesitas II (35,0-39,9), dan obesitas III (>40). Data global menunjukkan bahwa 9,1% mengalami kelebihan IMT. Sedangkan di Indonesia menunjukkan sebanyak 28,5% remaja memiliki IMT berlebih (WHO, 2020). IMT yang tinggi pada obesitas dapat menyebabkan terjadinya penyakit jantung, osteoarthritis, stroke, hipertensi, bahkan kematian [10].

2. METODE

Penelitian ini bersifat observasional analitik dengan penelitian desain penelitian *Cross Sectional*. Penelitian ini telah mendapat persetujuan oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) FK UMS dengan No. 3168/B.1/KEPK-FKUMS/1/2021. Penelitian ini dilaksanakan di beberapa wilayah Indonesia yang terjangkau dalam jejaring sosial secara *online* dengan *google* formulir melalui media sosial oleh peneliti dalam kurun bulan November-Desember 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja usia 17-24 tahun yang telah memiliki KTP atau SIM dan tinggal di beberapa pulau di Indonesia mencakup Pulau Jawa, Sumatera, dan Kalimantan.

Teknik yang digunakan adalah metode *purposive sampling* terjangkau yang sesuai dengan kriteria inklusi dan tidak memenuhi kriteria eksklusi. Besar sampel minimal yang diambil adalah 76 orang, dan dalam penelitian ini sebanyak 100 sampel. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah tempat tinggal dan indeks massa tubuh dengan skala kategorik, dan variabel terikat yaitu tingkat kecemasan diukur dalam skala nominal. Data dianalisa menggunakan *software Statistical Product and Service Solutions (SPSS) version 26* dengan uji bivariat *chi square* dan uji multivariat regresi logistik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan menggunakan kuesioner yang disajikan

dalam bentuk *google* formulir dan dibagikan di beberapa pulau di Indonesia yaitu Pulau Sumatera, Jawa, Kalimantan melalui jejaring sosial yang terjangkau

peneliti pada bulan Desember 2020. Sampel yang memenuhi kriteria inklusi didapatkan sebanyak 100 sampel. Data primer didapatkan dari data kuesioner demografi responden dan tingkat kecemasan (*DASS 21*).

3.1. Karakteristik Responden

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 100 responden didapatkan sebagian besar responden adalah perempuan dengan jumlah 76 orang (76%), bertempat tinggal kota (76%), memiliki indeks massa tubuh berlebihan (67%), dan mengalami kecemasan (72%).

Tabel 1. Distribusi responden

Variabel	Frekuensi	Presentasi (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	76	76%
Laki-laki	24	24%
Tempat Tinggal		
Desa	28	28%
Kota	72	72%
Indeks Massa Tubuh		
Normal	33	33%
Obesitas	67	67%
Tingkat Kecemasan		
Tidak Cemas	28	28%
Cemas	72	72%

Sumber: Data primer (2020)

3.2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dengan *chi square* tentang pengaruh tempat tinggal terhadap kecemasan ditunjukkan pada tabel 2. Didapatkan responden yang bertempat tinggal desa dan tidak cemas berjumlah 12 orang (42,9%), sedangkan yang mengalami cemas berjumlah 16 orang (57,1%). Responden yang bertempat tinggal kota dengan keadaan tidak mengalami mengalami kecemasan berjumlah 16 orang (22,2%) dan yang mengalami kecemasan berjumlah 56 orang (77,8%). Dari hasil analisa menunjukkan bahwa nilai $OR = 2,625$ dan nilai $p = 0,039$. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh

yang bermakna antara tempat tinggal dengan kecemasan remaja. Remaja yang bertempat tinggal kota lebih berpeluang untuk mengalami kecemasan 2,625 kali lebih banyak dengan nilai $p = 0,039$ dibandingkan dengan remaja bertempat tinggal desa.

Hasil penelitian menggunakan analisis bivariat uji *chi square* didapatkan hasil nilai $p = 0,039$ ($p < 0,05$) dan nilai $OR = 2,625$ yang berarti pada penelitian ini H_0 ditolak dan H_1 diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna antara tempat tinggal terhadap kecemasan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Kota Visakhapatnam,

Andhra Pradesh, India yang meneliti tentang kecemasan dilihat dari hasil belajar dari pelajar yang bertempat tinggal kota dan desa. Jumlah responden sebanyak 368 remaja yang terdiri dari pelajar SMA dan mahasiswa. Diperoleh hasil yang signifikan dengan nilai $p = 0,027$ ($p < 0,005$) dan dapat disimpulkan bahwa kecemasan lebih sering terjadi pada remaja yang tinggal dikota dibanding desa [11]. Hasil yang sama juga didapat dari penelitian di Kota Newcastle, Inggris tentang perbedaan status mental (kecemasan dan depresi) pada wanita hamil penduduk kota dan desa. Dari 295 responden wanita yang berusia diatas 16 tahun, didapatkan nilai $p = 0,038$ dengan ditemukannya kecemasan lebih tinggi pada wanita penduduk kota yang sedikit banyak

dipegaruhi lingkungan kota yang selalu dimanis [12].

Hasil penelitian ini membenarkan teori bahwa seorang yang bertempat tinggal di kota memiliki risiko mengalami gangguan kecemasan. Hal ini disebabkan karena karakteristik dari perkotaan yang memiliki tekanan sosial. Masyarakat kota dituntut untuk mengikuti tren sehingga beban hidup menjadi lebih banyak [7]. Masyarakat kota dinilai memiliki hubungan sosial bertetangga yang tidak lebih baik dibandingkan dengan masyarakat desa sehingga bisa menimbulkan kecemasan. Selain itu masyarakat kota dinilai tinggal di daerah yang memiliki polusi tinggi dan tidak sebanding dengan ruang terbuka hijau yang dapat mempengaruhi kecemasan seseorang [13].

Tabel 2. Hasil analisis bivariat pengaruh tempat tinggal terhadap kecemasan

Tempat Tinggal	Tingkat Kecemasan		Total	OR	P
	Tidak cemas	Cemas			
Desa	12 42,9 %	16 57,1 %	28 100 %	2,625	0,039
Kota	16 22,2 %	56 77,8 %	72 100 %		

Sumber: Data primer (2020)

Analisis bivariat dengan *chi square* tentang pengaruh indeks massa tubuh terhadap kecemasan terdapat pada tabel 3. Diketahui responden yang memiliki indeks massa tubuh normal dan tidak cemas berjumlah 3 orang (9,1%), sedangkan yang mengalami cemas berjumlah 30 orang (90,9%). Responden yang mengalami indeks massa tubuh berlebih atau obsitas dengan keadaan tidak mengalami mengalami kecemasan berjumlah 25 orang (37,3%) dan yang mengalami kecemasan berjumlah 42 orang (62,7%). Dari hasil analisa menunjukkan bahwa nilai $OR = 0,168$ dan nilai $p = 0,003$. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna antara indeks massa tubuh dengan kecemasan remaja. Remaja yang mengalami obesitas lebih berpeluang untuk mengalami kecemasan 0,168 kali lebih banyak dengan nilai $p =$

0,003 dibandingkan dengan remaja yang memiliki indeks massa tubuh normal.

Hasil penelitian menggunakan analisis bivariat uji *chi square* didapatkan hasil nilai $p = 0,003$ ($p < 0,05$) dan nilai $OR = 0,168$ yang berarti pada penelitian ini H_0 ditolak dan H_1 diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna antara indeks massa tubuh terhadap kecemasan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Kota Dhaka, India yang terdiri dari 100 responden dengan usia antara 17-55 tahun. Terdiri dari 50 orang dengan IMT normal, dan 50 orang lainnya dengan IMT berlebih. Penelitian dilakukan dengan melakukan wawancara dengan dokter dan didapatkan hasil yang signifikan nilai $p = 0,01$ ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh indeks massa tubuh yang berlebih atau obesitas terhadap

kecemasan [14]. Hasil yang sama juga didapat dari penelitian nasional di Negara Swedia dengan responden anak-anak dan remaja dengan sampel sebanyak 72.570 orang. Anak-anak obesitas yang berusia 6-17 tahun diikuti perkembangannya selama 10 tahun oleh tim peneliti dan didapatkan hasil uji signifikan dengan nilai $p = 0,0001$ untuk anak laki-laki dan perempuan yang memiliki obesitas dan mengalami gangguan kecemasan [15].

Hasil penelitian ini membertarkan teori bahwa seseorang dengan indeks massa tubuh yang berlebihan atau obesitas memiliki risiko mengalami

gangguan kecemasan. Obesitas meningkatkan kecemasan melalui faktor lingkungan sosial. Dimana perasaan dikucilkan seperti dijauhi teman dan merasa rendah diri merupakan factor utama dalam mempengaruhi kecemasan [16]. Selain itu pola makan yang tidak sehat akan memperburuk tingkat kecemasan dimana orang yang berusaha untuk menurunkan berat badan dengan mengurangi porsi makan secara tiba-tiba akan merasa semakin cemas karena mengalami gangguan psikofisiologis [17].

Tabel 3. Pengaruh Indeks Massa Tubuh Terhadap Kecemasan

IMT	Tingkat Kecemasan		Total	OR	P
	Tidak cemas	Cemas			
Normal	3	30	33	0,168	0,003
	9,1 %	90,9 %	100 %		
Obesitas	25	42	67	0,168	0,003
	37,3 %	62,7 %	100 %		

Sumber: Data primer (2020)

3.3. Analisis Multivariat

Pada **tabel 4** menampilkan hasil penelitian yang signifikan dengan nilai $p < 0,05$ pada variabel tempat tinggal memiliki nilai $p = 0,017$ dan variabel IMT memiliki nilai $p = 0,003$. Nilai Exp (B) / OR di tabel menunjukkan kekuatan pengaruh pada penelitian, dimana tempat tinggal di kota memiliki pengaruh terhadap kecemasan yaitu sebanyak 3,535 kali dibanding tempat tinggal di kota. Selanjutnya pada indeks massa tubuh (IMT) memiliki pengaruh terhadap kecemasan yaitu sebanyak 0,134 kali dibanding indeks massa tubuh normal. Dilihat dari besarnya koefisien yang mempengaruhi tingkat kecemasan,

tempat tinggal sebesar 1,263 dan indeks massa tubuh (IMT) sebesar -2,013.

Berdasarkan nilai Exp (B) / OR menunjukkan bahwa seseorang dengan tempat tinggal di kota mempunyai risiko mengalami gangguan kecemasan sebesar 3,535 kali lebih banyak dibanding tempat tinggal di desa dan seseorang dengan indeks massa tubuh yang berlebih memiliki risiko untuk mengalami gangguan kecemasan sebesar 0,003 kali dibanding indeks massa tubuh normal. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tempat tinggal mempunyai kekuatan pengaruh yang lebih besar terhadap kecemasan sebanyak 3,535 kali dibandingkan dengan indeks massa tubuh dimana nilainya hanya sebanyak 0,134 kali.

Tabel 4. Hasil Analisis Multivariat

Variabel	Koefisien	Nilai p	Exp (B) / OR	95% C.I for EXP (B)	
				Minimal	Maximal
Tempat tinggal	1,263	0,017	3,535	1,254	9,964
IMT	-2,013	0,003	0,134	0,035	0,515
Konstanta	1,614	0,014	5,022		

Sumber: Data primer (2020)

4. KESIMPULAN

Hasil analisa uji bivariat yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan tempat tinggal terhadap tingkat kecemasan serta terdapat pengaruh yang signifikan indeks maas tubuh terhadap tingkat kecemasan.

Hasil analisa uji multivariat yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara tempat tinggal dan indeks massa tubuh terhadap tingkat kecemasan pada remaja di era pandemi COVID-19.

REFERENSI

- [1] Badan Pusat Statistik. *Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2015*. Jakarta: Badan Pusat Statistik (BPS); 2015.
- [2] Lee, J.Q., Loke, W., and Ng, Q.X. The Role of Family Physicians in a Pandemic: A Blueprint. *Healthcare*. 2020; 8 (3): 198.
- [3] Dorland. *Kamus Saku Kedokteran Dorland 29th Edition*. Singapura: Elsevier; 2015.
- [4] Di Renzo, L., Gualtieri, P., Pivari, F., Soldati, L., Attinà, A., Cinelli, G., Cinelli, G., Leggeri, C., Caparello, G., Barrea, L., Scerbo, F., Esposito, E., and De Lorenzo, A. Eating habits and lifestyle changes during COVID-19 lockdown: An Italian survey. *Journal of Translational Medicine* 2020; 18(1): 1–15
- [5] Ma, L.-L. A Brief Analysis of the Relationship between Housing, Mental Health and Wellbeing under the Eco-City Context. 2018; 60: 930–935.
- [6] Pisman, A., Allaert, G., and Lombaerde, P. Urban and suburban lifestyles and residential preferences in a highly urbanized society experiences from a case study in Ghent (Flanders, Belgium). *Belgeo*. 2011; 1 (2): 89–104.
- [7] Jamaludin, A.N. *Sosiologi Perkotaan Second Edition*. Bandung: CV Pustaka Setia; 2015.
- [8] Jones, Rebecca A., Lawlor, Emma R., Griffin, Simon J., Van Sluijs, Esther M.F., Ahern, Amy L. Impact of adult weight management interventions on mental health: a systematic review and meta-analysis protocol. *BMJ Open*. 2020; 10(1): 1–6. doi: 10.1136/bmjopen-2019-031857.
- [9] Kurniawati, N. W. W., and Suarya, L. M. K. S. Gambaran Kecemasan Remaja Perempuan Dengan Berat Badan Berlebih. *Jurnal Psikologi Udayana*. 2019; 6(02): 280.
- [10] Centers for Disease Control and Prevention. Defining Adult Overweight and Obesity. 2020. [cited 2020 Aug 12]
- [11] V Surya, P., VB, R., and GVVS, K. A comparative study of anxiety and depression among adolescents from rural and urban areas. *Journal of Medical and Scientific Research*. 2017; 5 (1): 29–32.
- [12] Ginja, S., Jackson, K., Newham, J.J., Henderson, E.J., Smart, D., and Lingam, R. Rural-urban differences in the mental health of perinatal women: a UK-based cross-sectional study. *BMC Pregnancy and Childbirth*. 2020; 20 (1): 1–11.
- [13] McKenzie, K., Murray, A., and Booth, T. Do urban environments increase the risk of anxiety, depression and psychosis An epidemiological study. *Journal of Affective Disorders*. 2013; 150 (3): 1019–1024.
- [14] Uzzaman, M.A. Depression and Anxiety: A Study on Obesity. *Jagannath University Journal of Psychology*. 2012; 2(September): 59–68.
- [15] Lindberg, L., Hagman, E., Danielsson, P., Marcus, C., and Persson, M. Anxiety and depression in children and adolescents with obesity: A nationwide study in Sweden. *BMC Medicine*. 2020; 18 (1): 1–9.
- [16] Agatha Pribadi, R. Hubungan antara Citra Diri Negatif dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Putri Perkotaan. *Calyptra*. 2019; 2: 1–12.
- [17] Raza, I., Qayyum, N., Chaudhry, A.R., Sami, R.A., and Khan, M. Obesity, Anxiety and Psychological Distress: A Case Study. *International Journal of Academic Research in Psychology*. 2016; 2: (2).