

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Gangguan makan merupakan salah satu gangguan mental dan medis pada remaja yang dapat memicu kelainan serius dalam gangguan makan yang ditujukan untuk mengatur berat badan (Oktapianingsi & Sartika, 2022). Beberapa jenis gangguan makan yang sering terjadi pada remaja putri yaitu *Anorexia Nervosa (AN)*, *Bulimia Nervosa (BN)*, *Binge Eating Disorder (BED)*, dan *Eating Disorder not Otherwise Specified (EDNOS)*. Kondisi gangguan makan pada remaja berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan remaja, salah satunya adalah terhambatnya pengembangan kemampuan untuk melakukan interaksi interpersonal dikarenakan pola kebiasaan keluarga, penegakan disiplin, konflik dalam keluarga, ketidakpuasan terhadap citra tubuh, dan merasa kurang percaya diri. Pada penderita gangguan makan dapat menyebabkan terjadinya kemunduran sistem imunitas karena kekurangan gizi, gangguan lambung, penyakit jantung koroner (PJK), kerusakan hati dan yang terburuk adalah kematian (Melani et al., 2021). Efek jangka panjang yang terjadi ketika seseorang mengalami gangguan makan antara lain malnutrisi, gangguan mental, peningkatan risiko diabetes, stroke, hipertensi dan penyakit jantung bahkan yang lebih fatal yaitu berujung kematian (Lestari, 2022).

Prevalensi gangguan makan di negara Barat, 5,5-17,9 persen remaja putri dan 0,6-2,4 persen remaja putra pernah mengalami gangguan makan (Silen & Rahkonen, 2022). Prevalensi gangguan makan menurut Fairburn (1999) dalam H.O

2006, Di Singapura, prevalensi wanita muda yang beresiko untuk gangguan makan sebanyak 7.4 persen. (Ho et al., 2006). Di ASEAN sendiri menunjukkan ‘ memiliki prevalensi 11,5 persen, Indonesia memiliki prevalensi eating disorder sebesar 7,4 persen (Pengpid & Peltzer, 2018). Penelitian oleh Kurnia (2008) di salah satu SMA di Jakarta juga menyebutkan sebanyak 88,5 persen remaja memiliki kecenderungan gangguan makan dengan spesifikasi 11.8 persen cenderung *anorexia nervosa*, 23,3 persen cenderung pada *bulimia nervosa*, 5 persen pada *binge eating disorder* dan 48,5 persen pada EDNOS (Melani et al., 2021).

Bentuk tubuh yang proposional merupakan idaman bagi setiap individu terutama remaja. Penampilan fisik dengan bentuk yang proporsional dianggap sangat penting dikalangan remaja putri saat ini. Hal ini berdampak bagi remaja putri sehingga mengakibatkan rasa kurang percaya diri. Kurangnya hubungan antara realitas dengan persepsi ideal terhadap tubuh menjadi penyebab utama remaja mengalami masalah pada citra tubuh (Ariani et al., 2021).

Persepsi citra tubuh merupakan konsep tubuh seseorang yang meliputi persepsi, pikiran, dan perasaan. Persepsi citra tubuh termasuk tentang kepuasan berat badan, kepuasan penampilan, kepuasan tubuh, evaluasi penampilan, orientasi penampilan dan perhatian tubuh, adanya gangguan terhadap persepsi citra tubuh dapat menyebabkan seseorang mengalami permasalahan gizi (Ma'sunnah et al., 2021). Remaja putri yang mengalami kecemasan berlebihan terhadap bentuk tubuhnya mungkin mencoba berbagai hal, seperti melakukan diet atau bahkan memuntahkan makanan, yang dapat mengakibatkan gangguan makan (Ariani et al., 2021). Persepsi citra tubuh dikategorikan menjadi dua yaitu persepsi citra tubuh

positif dan persepsi citra tubuh negatif. Dikatakan persepsi citra tubuh positif adalah pandangan positif seseorang terhadap tubuhnya dan menerima bentuk tubuh yang dimiliki, sementara itu persepsi citra tubuh negatif adalah pandangan negatif seseorang terhadap bentuk tubuh dan tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki. (Bimantara et al., 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Helsa Chintya (2023) hasil penelitian, hanya 20,8 persen responden yang memiliki citra tubuh positif dan 79,2 persen responden memiliki citra tubuh negatif, remaja putri yang memiliki risiko gangguan makan tinggi memiliki citra tubuh yang negatif. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Oktapianingsih (2022), remaja putri yang memiliki citra tubuh negatif, yang artinya responden menginginkan bentuk tubuh yang proporsional dan tidak puas akan bentuk tubuh yang dimiliki, Hal ini yang membuat para remaja putri mengalami resiko gangguan makan.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 16 November 2023 di SMA Dharmawangsa Kota Medan pada Remaja Putri berusia 15 – 18 tahun, didapatkan bahwa sebanyak 22 siswi dari 30 siswi (73,3 persen) mengalami gangguan makan dengan rincian *Anorexia Nervosa* sebanyak 5 orang (16,6 persen), *Bulimia Nervosa* sebanyak 4 orang (13,3 persen), *Binge Eating Disorder* sebanyak 5 orang (16,6 persen), *EDNOS* sebanyak 10 orang (33,3 persen), dan tidak mengalami gangguan makan sebanyak 6 orang (20 persen). Tingginya presentasi gangguan makan pada remaja putri ini berkaitan dengan persepsi citra tubuh negatif yang dialami Remaja Putri. Hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 16 November 2023 yang dilakukan terhadap 30 siswi menunjukan sebanyak 20 siswi

(66,6 persen) mengalami persepsi citra tubuh negatif dan 10 orang siswa mengalami persepsi citra tubuh positive (33,3 persen). Dikarenakan banyak nya siswi yang mengalami persepsi citra tubuh negatif mengakibatkan adanya gangguan makan pada Remaja Putri di SMA. Berdasarkan uraian diatas maka perlu dilakukan penelitian dengan judul “Hubungan Persepsi Citra Tubuh dengan Gangguan Makan pada Remaja Putri di SMA Dharmawangsa Kota Medan”.

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Tingginya gangguan makan pada remaja putri
2. Tingginya persepsi citra tubuh negatif pada remaja putri
3. Tingginya kecemasan terhadap bentuk tubuh pada remaja putri
4. Tingginya ketidakpuasan remaja putri terhadap bentuk tubuh yang dimiliki.

1.3 Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Persepsi citra tubuh dibatasi pada persepsi citra tubuh positif dan persepsi citra tubuh negatif.
2. Gangguan makan dibatasi pada *Anorexia Nervosa*, *Bulimia Nervosa*, *Binge Eating Disorder*, *Eating Disorder Not Otherwise* dan Normal.
3. Subjek penelitian dibatasi pada Remaja Putri usia 15 – 18 tahun.

1.4 Perumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut

1. Bagaimana karakteristik remaja putri yaitu pendidikan Ayah, pendidikan Ibu, pekerjaan Ayah, pekerjaan Ibu, pendapatan Ayah, pendapatann Ibu, dan besar keluarga ?
2. Bagaimana persepsi citra tubuh remaja putri ?
3. Bagaimana gangguan makan remaja putri ?
4. Bagaimana hubungan antara persepsi citra tubuh dengan gangguan makan pada remaja putri ?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Karakteristik responden remaja putri yaitu, pendidikan Ayah, pendidikan Ibu, pekerjaan Ayah, pekerjaan Ibu, pendapatan Ayah, pendapatan Ibu dan besar keluarga
2. Persepsi citra tubuh remaja putri
3. Gangguan makan remaja putri
4. Hubungan persepsi citra tubuh dengan gangguan makan pada remaja putri

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini ialah dapat menjadi informasi baru bagi remaja putri terkait pentingnya untuk makan tepat waktu, makan tidak berlebihan, tidak menahan rasa lapar, agar tidak terjadi gangguan makan pada

remaja putri. Penelitian ini juga diharapkan bermanfaat bagi pihak sekolah untuk memberi masukan dan menyampaikan informasi kepada para remaja putri untuk meningkatkan edukasi terkait bahaya dari gangguan makan yang terjadi. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi sumber referensi dan bahan pertimbangan terkait kelebihan dan kekurangan metode penelitian ini.

