

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan garda terdepan dalam inovasi dan agen perubahan. Masa remaja merupakan masa *windows of opportunity* kedua dalam memperbaiki status gizi, terkhusus remaja putri dalam mempersiapkan diri sebagai calon ibu (Mitra dkk, 2020). Salah satu tahap tumbuh kembang yang dialami masa remaja adalah pubertas, pubertas merupakan salah satu faktor kerentanan dalam tahap awal remaja. Pubertas dapat menyebabkan perubahan bentuk tubuh serta perkembangan karakteristik seksual lainnya (Kemenkes, 2023). Perubahan bentuk tubuh yang dialami remaja membuat remaja lebih sadar akan bagaimana orang lain melihat dirinya (Santrock, 2016).

Dikarenakan perubahan bentuk tubuh akibat pubertas, remaja sering kali merasa bentuk tubuhnya kurang menarik. Hal ini dapat menyebabkan remaja berdiri lama di depan cermin untuk melihat bagaimana perubahan tubuhnya, dan seringkali merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya (Santrock, 2019). Bentuk ketidakpuasan tersebut menyebabkan remaja menginginkan penampilan ideal seperti tubuh kurus bagi perempuan dan otot yang besar bagi laki-laki. Kecemasan tentang bentuk tubuh juga membuat remaja sengaja tidak mengonsumsi makanan pada waktu makan yang berujung pada *eating disorder* (Marlina & Ernalina, 2020). Remaja dengan *eating disorder* cenderung mengurangi jumlah makanan yang mereka konsumsi dan mengonsumsi jumlah kalori yang lebih sedikit (Walsh, 2011).

Tentunya hal seperti mengurangi jumlah makanan yang dikonsumsi dengan jumlah kalori yang sedikit akan berdampak pada status gizi remaja. Hal ini dapat dilihat pada prevalensi nasional remaja umur 16-18 tahun berdasarkan Riset Kesehatan Dasar 2018 di Indonesia sebanyak sangat kurus 1.6%, kurus 3%, normal 81%, gemuk 11.6%, obesitas 2.8% (Kemenkes, 2018). Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 prevalensi status gizi remaja umur 13-15 tahun berdasarkan IMT/U di Sumatera Utara sangat kurus sebanyak 0.5%, kurus sebanyak 4%, normal sebanyak 84.7%, gemuk sebanyak 8.6%, dan obesitas sebanyak 2.2%. Prevalensi status gizi IMT/U pada remaja usia 16-18 tahun di provinsi Sumatera Utara dengan sangat kurus sebanyak 1,4%, kurus sebanyak 6,7%, normal sebanyak 78,3%, gemuk sebanyak 9,5%, obesitas sebanyak 4% (Kemenkes, 2023). Berdasarkan data di atas dapat dilihat bahwa masih tingginya persentase masalah status gizi remaja yang salah satunya disebabkan oleh *eating disorder* dan tingkat pengetahuan diet yang kurang.

Gangguan makan atau *eating disorder*, adalah kondisi yang ditandai oleh pola makan yang tidak teratur, yang berkaitan dengan faktor psikologis terkait makanan, bentuk tubuh, dan berat badan (Febrina, 2011). Dalam buku *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* edisi ke-5 TR (DSM 5 TR), terdapat beberapa jenis gangguan makan, diantaranya *anorexia nervosa*, *bulimia nervosa*, dan *binge eating disorder* (American Psychiatric Association, 2022).

Prevalensi *eating disorder* di seluruh dunia tergolong tinggi. Sebuah studi yang menganalisis 94 literatur global antara tahun 2000-2018 menunjukkan peningkatan prevalensi *eating disorder* dari rata-rata 3,5% pada tahun 2000-2006

menjadi 7,8% pada tahun 2013-2018 (Galmiche dkk, 2019). Di Amerika Serikat, dua studi epidemiologi yang melibatkan sampel komunitas menemukan bahwa prevalensi *anorexia nervosa* selama 12 bulan berkisar antara 0,0%-0,05% dengan tingkat yang jauh lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki (American Psychiatric Association, 2022)

Penelitian yang melibatkan 3.148 mahasiswa di lima negara ASEAN, menemukan bahwa 11,5% mahasiswa mengalami kondisi *eating disorder*. Dalam penelitian tersebut pula, Indonesia memiliki prevalensi *eating disorder* sebesar 7,4% (Pengpid & Peltzer, 2018). Dalam penelitian Fitriana, (2022) menemukan sebanyak 28,2% remaja yang berisiko mengalami *eating disorder* di SMA Negeri 1 Demak. Rares, dkk (2022) menemukan 38.1% mahasiswa memiliki perilaku makan berisiko. Didapatkan pada penelitian Syarafina (2014) di *agency model* Semarang didapatkan 67,8 % model remaja putri mengalami *eating disorder* dengan klasifikasi kecenderungan *anorexia nervosa* (8,5%), *bulimia nervosa* (23,7%) dan *binge eating* (3,1%) serta dalam penelitiannya terdapat hubungan yang bermakna antara *eating disorder* dengan status gizi pada remaja putri di *Modelling Agency* Semarang. Pada penelitian di *Modelling School* Semarang, didapatkan juga sebanyak 52.7% model remaja putri di *modelling school* yang ditemukan mengalami *eating disorder* dengan 11 orang mengalami *bulimia nervosa* (Bintang dkk, 2019).

*Agency modelling* merupakan sarana untuk menyalurkan minat dan bakat untuk menciptakan model yang mampu bersaing di dunia *entertainment*. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, model adalah orang yang menjadi contoh untuk

dilukis atau difoto, serta orang yang pekerjaannya memperagakan pakaian yang akan dipasarkan (Kemendikbudristek, 2016). Disebabkan aktivitas yang padat pada fashion show, para model menghadapi banyak tantangan dalam menjalani profesinya, hal ini karena mereka membutuhkan asupan makanan dan gizi yang tepat untuk tampil dengan baik di setiap kegiatan model, di sisi lain menjaga pola makan agar tubuh tetap ideal adalah suatu tantangan besar untuk para model (Rosi & Hamidah, 2017).

Model dituntut untuk memiliki tubuh yang langsing dan memenuhi standar pengukuran tertentu, yang berpotensi menyebabkan berkembangnya gejala *eating disorder* (Bogár & Túry, 2019). Ada sekitar 2/3 model melaporkan bahwa mereka sengaja menggunakan metode pengendalian berat badan untuk mendapatkan bentuk tubuh (Rodgers dkk, 2017). Hal ini juga diperkuat bahwa lingkungan dengan pekerjaan dan hobi yang menuntut seseorang untuk menjadi kurus seperti modelling dan atletik memiliki kaitan dengan peningkatan risiko *eating disorder* (American Psychiatric Association, 2022). Salah satu upaya model untuk menjadi langsing adalah perilaku makan yang salah, termasuk diet untuk mengurangi berat badan berlebih dan diet ketat yang akan menghambat pertumbuhan, selain itu banyak model remaja putri juga melakukan puasa, memuntahkan makanan yang telah dikonsumsi, dan tidak teratur pada waktu makan (Pace dkk, 2018). Salah satu faktor dalam terbentuknya perilaku makan adalah pengetahuan. Faktanya diet yang salah adalah tahap awal yang berbahaya dari *anorexia* dan *bulimia* (Barlow dkk, 2018).

Pengetahuan diet merujuk pada kemampuan individu untuk mengenali makanan yang mengandung sumber gizi dalam memilih makanan yang sehat. Rendahnya pengetahuan diet dapat menjadi salah satu penyebab munculnya masalah gizi dan perubahan pola makan pada remaja. Tingkat pengetahuan ini memengaruhi sikap, perilaku dan kebiasaan makan yang berkaitan dengan status gizi seseorang (Jauhari, 2020). Penelitian menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan gizi, semakin rendah pengetahuan tentang gizi, semakin besar kemungkinan seseorang mengalami status gizi kurang (Kanah, 2020). Sebuah penelitian oleh Fitriana (2022) menemukan bahwa 59.7% remaja di SMA Negeri 1 Demak memiliki tingkat pengetahuan diet yang rendah. Penelitian lainnya oleh Baja (2019) menunjukkan bahwa 44.4% remaja siswa memiliki pengetahuan diet sedang, sementara 31.1% remaja siswa berada pada tingkat pengetahuan diet yang rendah.

*Eating disorder* dan pengetahuan diet memiliki korelasi dalam penentuan status gizi, keadaan dimana seorang remaja model dengan status gizi kurang sering terjadi disebabkan adanya pembatasan konsumsi makanan yang dilakukan remaja model dengan tidak memperhatikan kandungan gizi dan kesehatan. Pembatasan konsumsi makanan yang didasari oleh kecemasan serta tuntutan dari pekerjaan model terhadap bentuk tubuh, membuat remaja model dengan sengaja tidak makan yang berujung pada *eating disorder* (Syarafina, 2014). Dalam mempertimbangkan kebutuhan gizi tubuh, remaja model membutuhkan pengetahuan yang baik dalam menentukan pembatasan konsumsi makanan atau diet. Hal ini dapat dijelaskan dengan perilaku dan sikap seseorang terhadap makanan yang dikonsumsi

berhubungan dengan tingkat pengetahuan yang menentukan seberapa mudah seseorang memahami manfaat kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi, kesalahan dalam memilih makanan dan kurangnya pengetahuan tentang diet dapat menyebabkan timbulnya masalah gizi yang mempengaruhi status gizi remaja (Lestari dkk., 2022)

*Eating disorder* tentunya memiliki dampak negatif bagi kesehatan salah satu diantaranya adalah anemia yang dapat menyebabkan letih, lemas, lesu yang dapat menurunkan performa model pada saat tampil, dehidrasi, sakit perut, intoleransi dingin serta permasalahan status gizi yang tidak normal (American Psychiatric Association, 2022). Selain masalah status gizi, angka kematian akibat gangguan makan di dunia diperkirakan mencapai 3,3 juta per tahun. Pasien yang menderita *anoreksia* memiliki risiko kematian 2.3 kali lebih tinggi, sementara pasien *bulimia* memiliki risiko 1,4 kali lipat dibandingkan dengan pasien gangguan psikiatrik lainnya (Van Hoeken & Hoek, 2020)

Berdasarkan hasil observasi awal pada 2 *agency modelling* kota Medan yaitu Andika Production dan Gaia Models Medan yang dilaksanakan bulan Oktober, dari 17 model remaja putri di *Agency modelling* Medan didapatkan 58.8% model remaja putri memiliki status gizi *underweight*, 52.9% memiliki risiko *eating disorder* dan 70.5% memiliki tingkat pengetahuan diet yang rendah. Dilihat dari aspek geografi, lokasi *agency* model tersebut berada dekat dari pusat kota, dimana para model remaja putri lebih banyak mendapatkan akses *tren fashion*. Hal ini dapat membuat remaja model lebih rentan mengalami *eating disorder*. Berdasarkan latar belakang tersebut perlu dilakukan penelitian untuk menganalisis hubungan *eating*

*disorder* dan tingkat pengetahuan diet dengan status gizi pada remaja putri di *Modelling Agency* Medan.

### 1.2. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah pada penelitian ini diantaranya:

1. Remaja putri lebih berisiko terkena *eating disorder*.
2. Peningkatan risiko *eating disorder* pada lingkungan *modelling*
3. Rendahnya pengetahuan remaja putri tentang diet.
4. Prevalensi status gizi *underweight* pada remaja putri yang tinggi.

### 1.3. Pembatasan Masalah

1. Subjek penelitian dibatasi pada remaja putri usia 10-18 tahun pada *modelling agency* Medan.
2. Pengukuran status gizi hanya pada tinggi badan dan berat badan.
3. Status gizi dibatasi pada status gizi *underweight* dan normal dengan kategori IMT/U.
4. Tingkat pengetahuan diet dibatasi pada kategori kurang, sedang dan baik.
5. Kategori *eating disorder* hanya dibatasi pada berisiko atau tidak berisiko.

### 1.4. Perumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini diantaranya:

1. Bagaimana karakteristik responden (usia, lama belajar *modelling*, pendidikan saat ini)?
2. Bagaimana *eating disorder* remaja putri pada *modelling agency* Medan?
3. Bagaimana tingkat pengetahuan diet remaja putri pada *modelling agency* Medan?

4. Bagaimana status gizi remaja putri pada *modelling agency* Medan?
5. Bagaimana hubungan *eating disorder* dengan status gizi remaja putri pada *modelling agency* Medan?
6. Bagaimana hubungan tingkat pengetahuan diet dengan status gizi remaja putri pada *modelling agency* Medan?
7. Bagaimana hubungan *eating disorder* dan tingkat pengetahuan diet dengan status gizi remaja putri pada *modelling agency* Medan?

### 1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini diantaranya untuk mengetahui:

1. Karakteristik responden (usia, lama belajar *modelling*, pendidikan saat ini)
2. *Eating disorder* remaja putri pada *modelling agency* Medan
3. Tingkat pengetahuan diet remaja putri pada *modelling agency* Medan
4. Status gizi remaja putri pada *modelling agency* Medan
5. Hubungan *eating disorder* dengan status gizi remaja putri pada *modelling agency* Medan
6. Hubungan tingkat pengetahuan diet dengan status gizi remaja putri pada *modelling agency* Medan
7. Hubungan *eating disorder* dan tingkat pengetahuan diet dengan status gizi remaja putri pada *modelling agency* Medan

### 1.6. Manfaat Penelitian

#### 1.6.1 Manfaat Teoritis

1. Menggambarkan status gizi remaja putri pada *agency modelling* Medan

2. Menggambarkan kejadian *eating disorder* remaja putri pada *agency modelling* Medan
3. Menggambarkan tingkat pengetahuan remaja putri pada *agency modelling* Medan
4. Mengetahui hubungan *eating disorder* dan tingkat pengetahuan diet dengan status gizi remaja putri pada *agency modelling* Medan.

#### 1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi akademik, penelitian ini dapat menjadi referensi dan bahan bacaan untuk pengembangan penelitian selanjutnya
2. Bagi masyarakat, penelitian ini dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai *eating disorder*, pengetahuan diet dan hubungannya terhadap status gizi.
3. Bagi *agency modelling*, penelitian ini dapat memberikan informasi terkait hubungan *eating disorder*, pengetahuan diet dan status gizi pada model yang mana akan menjadi evaluasi untuk dapat meningkatkan performa model dalam melaksanakan kegiatan *modelling*.