

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Perilaku makan menyimpang merupakan bentuk gangguan kebiasaan makan tidak normal akibat adanya kekhawatiran terhadap bentuk tubuh. Perilaku makan menyimpang bukan hanya berkaitan dengan pola makanan, namun ekspresi dan perasaan seseorang (Noe dan Kusuma, 2019). Salah satu perilaku makan yang tidak normal adalah anoreksia nervosa dan bulimia nervosa, kedua kondisi tersebut sering ditemukan pada remaja. Menurut *Institute for Health Metrics and Evaluation* (HME) tahun 2017, perilaku makan menyimpang berada pada urutan delapan dari sepuluh besar penyakit mental disorders di Indonesia yang dialami remaja. Dalam 10 tahun terakhir, terjadi peningkatan prevalensi kejadian perilaku makan menyimpang di Asia Tenggara 0,46% menjadi 3,2% (Perloff dalam Syifa (2018)).

Di Indonesia data tertulis mengenai prevalensi kejadian gangguan makan masih belum banyak diketahui (Virgandiri *et al.*, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Syafiq dan Tantiani (2008) mengenai perilaku makan menyimpang, didapatkan sebanyak 148 remaja (37,3%) di Jakarta mengalami gangguan makan. Penelitian yang dilakukan oleh Rahmayanti *et al.* (2021) mengenai kecenderungan perilaku makan menyimpang pada siswa SMKS Nusantara 01 Ciputat didapatkan sebanyak 116 remaja (41,1%) memiliki kecenderungan perilaku makan menyimpang. Penelitian yang dilakukan Oktapianingsi dan Arindah (2022) pada remaja putri SMAN 4 Tambun Selatan didapatkan 65 siswi (44,2%) mengalami gangguan makan. Gangguan makan yang berlangsung terus menerus akan berdampak pada gangguan fisik maupun fungsi psikososial seperti timbulnya rasa malu, depresi, semakin kurangnya kepercayaan diri, dan malnutrisi (Mustelin *et al.*, 2016).

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Menurut WHO, remaja merupakan kelompok yang berada di usia berkisar antara 10 hingga 19 tahun. Perkembangan fisik remaja berlangsung secara terus menerus dan cepat, perubahan tersebut memberikan pengaruh yang besar pada tubuh dan kondisi psikologis remaja. Perubahan fisik selama masa pubertas dapat berdampak pada

psikologis remaja termasuk peningkatan kepedulian terhadap perubahan bentuk tubuh yang menyebabkan ketikpuasan dan kurang menerima perubahan tersebut. Psikososial Erik Erikson menyatakan bahwa remaja menghadapi krisis dan dilema dalam mencari identitas mereka dengan melihat penutan atau role model karena mereka sedang mencari jati diri (Virgandiri *et al.*, 2020). Perubahan pada masa remaja akan berdampak pada hilangnya kepercayaan diri, rendahnya tingkat kepercayaan diri dan merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya sendiri yang terjadi akan menimbulkan persepsi negatif yang berkelanjutan mengenai bentuk tubuhnya sendiri (Ifdil *et al.*, 2017).

Menurut Honigam dan Castle dalam Denich dan Ifdil (2015), *body image* merupakan representasi mental seseorang terhadap bentuk tubuhnya, termasuk cara mereka memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan maupun atas penilaian orang lain terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya. Namun, pemikiran tersebut belum tentu mencerminkan keadaan yang sesungguhnya dan merupakan penilaian diri yang bersifat subjektif. Jika hal tersebut berlangsung dalam waktu lama, maka akan menyebabkan seseorang merasa depresi dan putus asa sehingga mulai melakukan dan mendorong kejadian perilaku makan yang menyimpang. Tingkatan persepsi *body image* seseorang dapat tercermin dengan rasa puas mereka terhadap bentuk tubuh dan penampilan fisik, hal tersebut juga bergantung pada pengaruh sosial budaya (Cash dan Brown, 1989).

Perkembangan sosial budaya tidak lepas dari media sosial, media sosial telah membentuk salah satu dinamika budaya yang khas salah satunya adalah K-Pop. Menurut Ho *et al.*, (2016) faktor utama terjadinya fenomena *korean waves* adalah penampilan fisik yang dimiliki idol korea yang dijadikan standar kecantikan oleh banyak remaja putri yang berakhir menyebabkan dampak negatif karena para remaja tersebut mengikuti dan mengambil langkah ekstrim salah satunya dengan melakukan diet ekstrim untuk memiliki bentuk tubuh seperti idolanya. Rasa kekaguman dengan melibatkan obsesi yang tidak biasa karena kebiasaan yang berlebihan akan berujung pada perubahan sikap dan tingkah agar sesuai dengan selebriti yang mereka lihat tersebut disebut dengan *celebrity worship* (Griffith *et al.*, 2013). *Celebrity worship* dapat dialami oleh seluruh kalangan usia, namun menurut Ashe dan McCutcheon

dalam Savitri (2015) sikap memuja selebriti secara berlebihan sering ditemui pada remaja akhir dan akan berkurang dengan bertambahnya usia.

Kebutuhan para remaja untuk dapat diterima lingkungan mereka akan menimbulkan tekanan dalam berperilaku dan berpenampilan yang akan menimbulkan *body shaming* antar remaja (Ammar dan Nurmala, 2020). Menurut Isra (2017) terdapat hubungan antara teman sebaya dan gangguan makan. Dampak dari tekanan teman sebaya dapat berpengaruh pada perilaku makan yang akan mengarah pada kecenderungan gangguan makan (Sari dan Rosyidah, 2020). Sebuah penelitian yang dilakukan Kholifatul dan Ira (2022) didapatkan 80 remaja di Surabaya (28%) mendapatkan pengaruh teman yang negatif yaitu tekanan berpenampilan lebih baik dan mengubah bentuk tubuh.

SMA Yadika 12 Depok merupakan salah satu SMA yang berada di Kota Depok. Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan dengan pengisian kuesioner *Eating Attitude Test* (EAT-26) pada siswi SMA Yadika 12 Depok didapatkan hasil 1 dari 5 siswi (20%) mengalami adanya kecenderungan perilaku makan menyimpang. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui adanya hubungan *celebrity worship*, persepsi *body image*, dan teman sebaya dengan perilaku makan menyimpang remaja putri di SMA Yadika 12 Depok.

I.2 Rumusan Masalah

Dalam 10 tahun terakhir, terjadi peningkatan prevalensi kejadian perilaku makan menyimpang di Asia Tenggara 0,46% menjadi 3,2% (Perloff dalam Syifa (2018)). Data tertulis terkait prevalensi perilaku makan menyimpang di Indonesia belum diketahui, namun pada penelitian yang sudah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya didapatkan prevalensi kejadian perilaku makan menyimpang pada remaja sebesar 30-40%.

Terdapat beberapa faktor penyebab perilaku makan menyimpang pada remaja yaitu persepsi *body image*, *celebrity worship*, dan teman sebaya. Perubahan pada masa remaja akan berdampak pada hilangnya kepercayaan diri, rendahnya tingkat kepercayaan diri dan merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya sendiri yang terjadi akan menimbulkan persepsi negatif yang berkelanjutan mengenai bentuk tubuh hal tersebut akan mendorong remaja untuk melakukan perilaku makan menyimpang

untuk mendapatkan bentuk tubuh ideal. *Celebrity worship* yang tinggi akan mendorong remaja untuk menjadi seperti sosok idolanya, hal tersebut didorong dengan keterpaparan penampilan fisik yang menunjukkan kesan sempurna sehingga remaja akan mengubah perilaku makan mereka menjadi menyimpang untuk mendapatkan bentuk tubuh seperti idola. Lingkungan sekitar seperti teman sebaya juga dapat mendorong perilaku makan menyimpang pada remaja dikarenakan intensitas bertemu dan membicarakan asupan makan yang sering, serta remaja akan membandingkan bentuk tubuh dengan teman mereka sehingga menjadi tidak puas dan melakukan perilaku makan menyimpang untuk mendapatkan bentuk tubuh ideal. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melihat apakah terdapat hubungan *celebrity worship*, persepsi *body image*, dan teman sebaya dengan perilaku makan menyimpang pada remaja putri di SMA Yadika 12 Depok.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *celebrity worship*, persepsi *body image*, dan teman sebaya dengan perilaku makan menyimpang pada remaja putri di SMA Yadika 12 Depok.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran karakteristik siswi SMA Yadika 12 Depok.
- b. Mengetahui gambaran dan hubungan *celebrity worship* dengan perilaku makan menyimpang pada siswi SMA Yadika 12 Depok.
- c. Mengetahui gambaran dan hubungan persepsi *body image* dengan perilaku makan menyimpang pada siswi SMA Yadika 12 Depok.
- d. Mengetahui gambaran dan hubungan teman sebaya dengan perilaku makan menyimpang pada siswi SMA Yadika 12 Depok.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan responden mengenai perilaku makan menyimpang dan hubungannya dengan *celebrity worship*,

persepsi *body image*, dan teman sebaya, serta meningkatkan kepedulian siswi SMA Yadika 12 Depok untuk menjaga persepsi *body image* positif dan menerapkan kebiasaan makan sesuai dengan pedoman gizi seimbang.

I.4.2 Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan manfaat ilmu terutama pada bidang ilmu gizi sebagai bahan informasi untuk kepentingan pendidikan mengenai *celebrity worship*, persepsi *body image*, dan teman sebaya dengan perilaku makan menyimpang remaja putri di SMA Yadika 12 Depok.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan penelitian dan sumber referensi lebih lanjut yang dapat menambah wawasan dan membantu penelitian selanjutnya yang dipublikasikan dalam bentuk jurnal.