

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Fase remaja adalah fase yang dapat menentukan baik buruknya tumbuh kembang anak menjadi dewasa. Fase ini juga merupakan tingkat dimana seseorang mengalami masa transisi dari anak-anak menuju ke dewasa. Kehidupan remaja mempunyai banyak faktor yang berperan dalam membentuk kepribadian dan perilaku diri seseorang, sehingga dapat terjadi perubahan pada diri seorang remaja. Biasanya perubahan yang terjadi pada masa ini dapat berpengaruh terhadap kebiasaan makan. Rasa kurang nyaman yang dialami oleh sebagian remaja karena pertumbuhan yang sangat pesat ini membuat mereka ingin berpenampilan seperti pada umumnya teman sebaya (Sudarma, 2008 dalam Santi, 2012). Sehingga muncul perhatian yang terlalu berlebihan terhadap bentuk tubuh dan berat badan yang mendorong sebagian para remaja untuk berperilaku makan menyimpang.

Perilaku makan menyimpang yaitu sebuah gangguan perilaku makan terkait kejiwaan seseorang dengan ketidakpuasan bentuk tubuh dan berat badan sehingga secara berkelanjutan dapat berdampak pada kesehatan fisik ataupun mental (*National Eating Disorder Association*, 2014). Anoreksia nervosa dan bulimia nervosa merupakan salah satu perilaku makan menyimpang yang diderita oleh kebanyakan perempuan, di kalangan usia remaja maupun dewasa, yang dapat mempengaruhi secara fisik, mental, emosional dan spiritual (NEDA, 2014). Dampak dari anoreksia nervosa mengakibatkan komplikasi medis pada sistem organ seperti gangguan ginjal, jantung, dan yang terburuk adalah kematian karena kelaparan yang berkepanjangan. Sedangkan dampak dari bulimia nervosa dapat mengakibatkan dehidrasi, karies gigi, dan gangguan pencernaan karena seseorang yang menderita bulimia nervosa akan memiliki perasaan selalu takut pada kenaikan berat badannya, tetapi ia makan dalam jumlah yang banyak (*binge*), kemudian mencoba untuk mengeluarkan makanan dari dalam tubuh dengan cara memuntahkan atau menggunakan obat pencahar (Andriani & Wirjatmadi 2012,

hlm.328-331). Perilaku makan menyimpang lain yaitu *Binge Eating Disorder* (BED) dimana seseorang yang mengalami BED ditandai oleh makan dengan porsi yang besar dan tidak dapat berhenti makan atau mengontrol seberapa banyak makanan yang dikonsumsi. Dampak yang timbul dari BED biasanya memiliki kelebihan berat badan atau obesitas yang nantinya berisiko tinggi mengalami hipertensi, diabetes melitus, dan penyakit jantung koroner (*National Institute of Health*, 2011).

Hasil penelitian Di Minnesota, Amerika Serikat, mengemukakan data pasien yang menderita *eating disorder* antara tahun 1979 sampai dengan 1997, ditemukan bahwa penderita anoreksia nervosa yaitu sebesar 4,0%, sedangkan bulimia nervosa sebesar 3,9% dan *eating disorder not otherwise specified* (EDNOS) sebesar 5,2% (Crow 2009, hlm.1342-1346). Kemudian sebuah studi longitudinal di Helsinki, Finlandia telah ditemukan kasus perilaku makan menyimpang semakin meningkat dan menjadi masalah besar terhadap kesehatan. Insiden kasus anoreksia nervosa pada wanita yang berusia 15-19 tahun yaitu sebesar 270 per 100.000 orang/tahun (Rahkonen 2007, hlm.1259-1265).

Penelitian mengenai perilaku makan menyimpang di Indonesia telah ada beberapa diantaranya adalah yang dilakukan oleh Putra (2008, hlm.125) pada siswi SMAN 70 Jakarta Selatan ditemukan bahwa 88,5% responden memiliki kecenderungan perilaku makan menyimpang. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Erdiantono (2009, hlm.61) pada mahasiswi di FISIP-UI bahwa sebanyak 35,9% memiliki kecenderungan penyimpangan perilaku makan dengan tipe penyimpangan EDNOS sebesar 19,4%, bulimia nervosa 9%, dan BED 7,5%. Selain itu menurut penelitian oleh Santi (2012, hlm.84) pada mahasiswa di FKIK UIN Jakarta menunjukkan bahwa 54,6% mahasiswa mengalami kecenderungan perilaku makan menyimpang dengan spesifikasi 56,8% anoreksia nervosa, 69,9% bulimia nervosa, 66,1% *binge eating disorder*, dan 45,9% *nocturnal eating syndrome*.

Kasus perilaku makan menyimpang di Asia dan Indonesia semakin meningkat. Di Depok, mahasiswi FISIP-UI mengalami kecenderungan perilaku makan menyimpang sebanyak 35,9% (Erdiantono 2009, hlm.61). Hal ini menunjukkan bahwa tingginya prevalensi perilaku makan menyimpang yang

terjadi khususnya di kalangan remaja putri. Apabila kecenderungan tersebut tidak teratasi maka dapat berkembang menjadi perilaku makan menyimpang yang dapat menimbulkan gangguan pada berbagai organ dalam tubuh.

Penelitian diatas telah mengemukakan berbagai macam faktor yang diidentifikasi untuk mengetahui faktor resiko pada remaja yang menderita perilaku makan menyimpang yaitu faktor individu, faktor biologis, faktor sosialkultural, faktor budaya atau lingkungan. Faktor yang termasuk didalamnya adalah kepercayaan diri, perilaku diet dan perhatian terhadap citra tubuh juga termasuk sebagai faktor resiko terjadinya penyimpangan perilaku makan. Selain itu media cetak ataupun elektronik juga merupakan salah satu faktor yang memberikan dampak nyata terhadap timbulnya penyimpangan perilaku makan pada remaja.

Mengingat dampak yang ditimbulkan sangatlah berbahaya maka peneliti melakukan studi pendahuluan terhadap mahasiswi di FISIP-UPNVJ karena belum ada penelitian mengenai perilaku makan menyimpang. Peneliti juga melihat dikalangan mahasiswi fisip mereka cenderung lebih memperhatikan penampilan dan masih banyak diantara mereka belum memahami secara betul teori mengenai perilaku makan menyimpang. Sehingga tidak menutup kemungkinan juga mahasiswi di FISIP-UPNVJ dapat mengalami hal tersebut. Pada kenyataannya di FIKES-UPNVJ juga belum pernah ada penelitian mengenai hal tersebut, meskipun mahasiswi di jurusan kesehatan setiap harinya mempelajari materi tentang kesehatan dan mengetahui lebih lanjut bahaya yang ditimbulkan oleh perilaku makan menyimpang. Tetapi tidak menutup kemungkinan untuk mahasiswi FIKES-UPNVJ mempunyai perilaku yang mengarah pada kecenderungan perilaku makan menyimpang. Oleh sebab itu peneliti juga ingin membandingkan seberapa banyak tingkat kasus perilaku makan menyimpang pada mahasiswi FISIP dan FIKES UPN "Veteran" Jakarta.

Dilihat dari temuan sebelumnya perilaku makan menyimpang dikalangan remaja putri timbul karena disebabkan oleh beberapa faktor yang salah satunya adalah banyak remaja putri yang beranggapan bahwa tubuh yang ideal yaitu tubuh yang kurus dan langsing. Bila semakin banyak remaja putri yang beranggapan seperti itu maka akan mengakibatkan dampak yang buruk bagi kesehatannya. Dari

dampak yang timbul akibat perilaku makan menyimpang sangat berbahaya sehingga peneliti tertarik untuk melihat kecenderungan perilaku makan menyimpang yang terjadi di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) dan Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan (FIKES) UPNVJ. Sejauh ini di FISIP maupun di FIKES UPNVJ belum ada penelitian mengenai hal tersebut, tetapi pada dasarnya semua orang baik remaja ataupun dewasa sekalipun bisa berperilaku makan menyimpang yang jika dibiarkan bisa menyebabkan dampak buruk pada kesehatan seseorang tersebut.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan didapat hasil sebanyak 60% mahasiswa mengalami kecenderungan perilaku makan menyimpang, dan sebanyak 23,3% beranggapan memiliki tubuh gemuk. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya kecenderungan perilaku makan menyimpang pada mahasiswa FISIP dan FIKES di UPNVJ tahun 2015.

## **I.2 Rumusan Masalah**

Setelah dilakukan studi pendahuluan terhadap 30 mahasiswa Program Studi Komunikasi di FISIP dan FIKES UPNVJ maka telah didapat hasil sebanyak 60% mahasiswa mengalami kecenderungan perilaku makan menyimpang, dan sebanyak 23,3% beranggapan memiliki tubuh gemuk. Maka peneliti menetapkan masalah yaitu apakah ada hubungan antara faktor individu dan sosial lingkungan dengan kecenderungan perilaku makan menyimpang pada mahasiswa FISIP dan FIKES di UPN "Veteran" Jakarta tahun 2015.

## **I.3 Tujuan Penelitian**

### **I.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan antara faktor individu dan faktor lingkungan terhadap perilaku makan menyimpang pada mahasiswa FISIP Program Studi Komunikasi dan FIKES di UPNVJ tahun 2015.

### **I.3.2 Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui gambaran kecenderungan perilaku makan menyimpang pada mahasiswi FISIP Program Studi Komunikasi dan FIKES di UPNVJ tahun 2015.
- b. Untuk mengetahui gambaran faktor individu (riwayat diet, citra tubuh, pengetahuan, aktifitas fisik dan status gizi) pada mahasiswi FISIP Program Studi Komunikasi dan FIKES di UPNVJ tahun 2015.
- c. Untuk mengetahui gambaran faktor lingkungan (pengaruh keluarga dan keterpaparan terhadap media) pada mahasiswi FISIP Program Studi Komunikasi dan FIKES di UPNVJ tahun 2015.
- d. Untuk mengetahui hubungan antara faktor individu (riwayat diet, citra tubuh, pengetahuan, aktifitas fisik dan status gizi) dengan kecenderungan perilaku makan menyimpang pada mahasiswi FISIP dan FIKES di UPNVJ tahun 2015
- e. Untuk mengetahui hubungan antara faktor sosial lingkungan (pengaruh keluarga, dan keterpaparan terhadap media) dengan kecenderungan perilaku makan menyimpang pada mahasiswi FISIP dan FIKES di UPNVJ tahun 2015

### **I.4 Manfaat Penelitian**

#### **I.4.1 Bagi peneliti**

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan penulis dan sebagai sarana untuk mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh.

#### **I.4.2 Bagi Kampus UPN “Veteran” Jakarta**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang gambaran penyimpangan perilaku makan serta faktor-faktor yang mempengaruhinya dikalangan mahasiswi.

### **I.4.3 Bagi Masyarakat**

Penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi tentang perilaku makan menyimpang agar masyarakat lebih waspada terhadap perilaku tersebut. Selain itu penelitian ini juga dapat digunakan sebagai informasi tambahan untuk penelitian selanjutnya.

