

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN
KECENDERUNGAN ANOREKSIA NERVOSA
PADA MODEL**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mencapai Derajat
Sarjana-S1 Bidang Psikologi dan Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta



Oleh:

PINTARAWAN EKO PRAPTOMO
F100 040 127

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2009**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tubuh sehat ideal secara fisik dapat dilihat dan dinilai dari penampilan luar. Penilaian setiap orang tentunya berbeda, antara orang awam dengan orang yang mempunyai latar belakang medis sangat berbeda. Namun secara umum orang biasanya menilai tubuh sehat ideal, dilihat dari postur tubuh, sikap dan tutur kata serta interaksi orang tersebut dengan orang lain.

Kaki jenjang dan tubuh langsing yang dimiliki seorang model merupakan anugerah yang tidak terkira. Bukanlah hal yang aneh bila para gadis remaja menginginkan bentuk tubuh sempurna seperti Naomi Campbell. Hampir tidak ada gadis remaja yang terobsesi untuk mempunyai bentuk tubuh yang gemuk, bahkan remaja rela untuk menahan lapar melakukan diet yang ketat demi tercapainya cita-cita mendapatkan 'tubuh yang ideal'. Obsesi media massa terhadap para model bertubuh kurus telah memberikan kontribusi bagi perkembangan gangguan makan pada gadis-gadis remaja. Penyakit gangguan makan disebut *anoreksia nervosa* (Pratama, 2008).

Anoreksia nervosa merupakan salah satu gangguan makan (*eating disorder*) yang banyak diderita wanita, khususnya model. Orang yang mengidap anoreksia memiliki ketakutan yang berlebih jika berat badannya naik (Sindo, 2008). Ann Wintour (Pratama, 2008) kepala *British Medical Association* (BMA) memberikan laporan tentang identifikasi hubungan antara citra model "bertubuh langsing tidak normal" yang mendominasi TV dan majalah-majalah, dengan peningkatan kondisi

seperti anoreksia nervosa dan bulimia. Ini merupakan kala pertama kalinya BMA mengakui hubungan semacam ini. Di Inggris diperkirakan terdapat 60.000 orang yang mengalami gangguan makan. Sembilan di antara sepuluh penderita tersebut adalah wanita.

Gangguan makan pada wanita terjadi juga pada remaja putri. Remaja putri yang terjun dalam dunia model dan berusaha menguruskan badan tidak menyadari bahwa tindakan dapat menimbulkan kecenderungan *anoreksia nervosa* dan berujung pada kematian. *Anoreksia nervosa* yang berujung pada kematian, dicontohkan oleh Insan (2008) seperti yang dialami oleh model cantik asal Brasil Ana Caroline Reston. Model berusia 22 tahun itu meninggal dengan berat badan hanya 40 kilogram dan tinggi badan 172 sentimeter. Ana Caroline Reston meninggal dunia karena infeksi usus yang disebabkan anoreksia. Pada tahun 2006, Ana mengalami serangan jantung setelah menjalani diet hanya dengan makan daun selada dan minuman bersoda selama tiga bulan. Menyusul kematian seorang model lain asal Uruguay, Eliana Ramos, yang masih berusia 18 tahun. Eliana ditemukan sudah tak bernyawa di kamar apartemennya. Diagnosis utama, Eliana meninggal karena malnutrisi.

Tubuh yang terlalu kurus di dunia mode, sekarang ini memang sedang banyak disenangi oleh sebageian besar model. Kebanyakan model yang bertubuh terlalu kurus ini memang mengidap anoreksia. Bahkan, model yang mengalami anoreksia ramai-ramai bergabung dalam sebuah wadah bernama klub Ana. Mereka sangat terinspirasi akan model-model langsing. Ukuran pakaian yang mereka dambakan adalah XXS atau di dalam dunia mode dikenal dengan ukuran zero. Bagi mereka yang mempunyai tinggi badan 170 centimeter diwajibkan mempunyai berat

badan tidak boleh melampaui 45 kilogram. Pertama kali gerakan klub Ana dikenal di Amerika dan dimulai sejak 2001. Peminatnya remaja, khususnya wanita, berusia 14-35 tahun. Bagi mereka, anoreksia bukanlah penyakit, melainkan gaya hidup (*lifestyle*). Akibat buruk gerakan klub Ana itu, mereka lebih ikhlas memilih kematian daripada memiliki berat tubuh normal. Parahnya, sebanyak 15 % dari pengidap penyakit anoreksia berakhir dengan kematian. Hal itu semakin memprihatinkan karena angka kematian mereka jauh lebih tinggi daripada pengidap depresi (Sindo, 2008).

Kecenderungan perilaku anoreksia nervosa ada kemungkinan bertambah seiring dengan majalah-majalah, kontes dan iklan-iklan kecantikan yang menampilkan model-model bertubuh langsing yang menyebabkan perempuan mengalami ketidakpuasan terhadap tubuh mereka sendiri. Kecenderungan perilaku anoreksia nervosa ini sering terjadi pada remaja yang terjun dalam bidang modeling. Seperti yang diungkapkan oleh Wawan (Ketua Modeling Agency di Surakarta, hasil wawancara pra penelitian) bahwa perilaku anoreksia nervosa sering terjadi karena dalam diri remaja ada perasaan takut menjadi gemuk. Tubuh langsing dan ideal merupakan syarat utama untuk menjadi model perempuan.

Anoreksia *nervosa* merupakan salah satu gangguan makan yang banyak diderita wanita, khususnya remaja. Orang yang mengidap anoreksia memiliki ketakutan yang berlebih jika berat badannya naik. Sebisa mungkin penderita anoreksia mengonsumsi sedikit makanan, dan memiliki tubuh yang sangat kurus. Penyakit ini berefek pada tubuh dan pikiran. Awalnya mungkin diet, tapi kemudian jadi di luar kontrol. Pikiran orang penderita anoreksia tidak jauh dari masalah makanan, berat badan, dan diet. Banyak orang yang mengatakan bahwa dirinya

sudah sangat kurus, tapi ketika dia melihat dirinya sendiri di kaca, dia mendapati dirinya bertubuh sangat gemuk. Anoreksia biasanya menimpa remaja berusia belasan tahun hingga 20 tahunan. Hal ini dapat terjadi karena remaja pada usia 20 tahun ingin tampil menarik (Rahardian, 2008).

Penelitian tentang perilaku kecenderungan anoreksia nervosa yang dilakukan oleh Prihanto dan Sukamto dari Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya (Amalia, 2005), dengan subjek penelitian pada remaja putri di SMA Santo Paulus, Surabaya. Dari penelitian ini mengungkapkan hubungan antara ketidakpuasan terhadap tubuh dengan kecenderungan anoreksia nervosa. Hasil penelitian tersebut terungkap bahwa dari 120 sampel 48,33% sampel memiliki kecenderungan anoreksia nervosa sedang, 10% sampel memiliki kecenderungan anoreksia nervosa yang tinggi, dan 5% sampel memiliki kecenderungan anoreksia nervosa sangat tinggi, sedangkan 36,67% sampel memiliki kecenderungan anoreksia nervosa yang rendah.

Okky (2008) berpendapat bahwa para model yang berusaha menguruskan badan secara berlebihan disebabkan oleh keadaan model tersebut kurang dapat menerima kondisi tubuh bagus yang sudah dimiliki. Penerimaan diri memegang peranan penting dalam kehidupan manusia. Individu yang dapat menerima dirinya sendiri berarti individu mampu menerima keberadaannya diri apa adanya, menerima semua kelebihan dan kekurangan diri. Penerimaan diri dalam kehidupan merupakan proses untuk mencari titik temu antara kondisi diri dan tuntutan lingkungan. Seseorang yang mampu menerima keberadaan dirinya sendiri memiliki kemampuan untuk berinteraksi dan mampu menyesuaikan dengan masyarakat. Individu tidak mempunyai rasa iri terhadap orang lain yang kondisinya lebih. Akan tetapi, dalam kenyataan masih ada individu yang belum dapat menerima keadaan dirinya. Ada

keinginan-keinginan dalam diri individu untuk menyamai orang lain. Keinginan untuk menyamai atau ingin lebih dari orang lain membuat kehidupan individu tidak tenang sehingga menghambat perkembangan kepribadiannya. Masalah kepribadian inilah yang perlu mendapatkan perhatian yaitu kondisi penerimaan diri pada individu.

Gejala lain yang muncul yaitu remaja (model) memiliki perhatian intensif terhadap makanan, perasaan tidak berharga, keinginan terus untuk mengontrol dirinya, berpikir keras, canggung berhadapan dengan lingkungan sosial, dan mudah marah. Keadaan tersebut menunjukkan remaja belum dapat menerima kondisi dirinya (Rahardian, 2008).

Penerimaan diri mempunyai pengertian yang sama dengan persepsi diri, Dayakisni dan Hudaniah (2003) menjelaskan persepsi diri atau persepsi terhadap diri sendiri adalah proses memberi makna pada sensasi sehingga manusia memperoleh pengetahuan baru. Persepsi mengubah sensasi menjadi informasi. Persepsi adalah pengalaman tentang obyek, peristiwa atau hubungan yang diperoleh dengan menyimpulkan informasi dan menafsirkan pesan atau memberikan makna pada stimuli inderawi tentang dirinya sendiri agar dapat melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan.

Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa permasalahan model melakukan perilaku negatif yaitu kecenderungan anoreksia nervosa. Di sisi lain, model belum dapat menerima keadaan fisik dirinya, model menginginkan tubuh langsing yang ideal. Atas dasar permasalahan tersebut maka timbul runusan masalah dalam penelitian, yaitu: apakah ada hubungan antara penerimaan diri dengan kecenderungan *anoreksia nervosa* pada siswi model? Oleh sebab itu, dalam

penelitian ini dipilih judul: "Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Kecenderungan *Anoreksia Nervosa* Pada Siswi Model".

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini, yaitu ingin mengetahui:

1. Hubungan antara penerimaan diri dengan kecenderungan *anoreksia nervosa* pada siswi *modeling school*.
2. Tingkat penerimaan diri pada siswi *modeling school*.
3. Tingkat kecenderungan *anoreksia nervosa* pada siswi *modeling school*.

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

1. Subjek penelitian (siswi model)

Dapat memberikan informasi tentang penerimaan terhadap keadaan fisik dan kecenderungan *anoreksia nervosa* pada siswi model. Sehingga mampu memandang penerimaan diri secara positif serta dapat meningkatkan sikap kehati-hatian dalam bertindak untuk memperoleh keadaan fisik yang diinginkan dan dapat menjaga kesehatan tubuh.

2. Pendidik di sekolah model

Bagi pendidik di sekolah modeling, penelitian ini diharapkan dijadikan tambahan informasi tentang penerimaan diri dengan kecenderungan *anoreksia nervosa* pada remaja putri sebagai model sehingga pendidik lebih memahami dalam memberikan program – program bimbingan untuk peningkatan kualitas penerimaan diri.

3. Orang tua

Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan gambaran kepada orang tua tentang penerimaan diri dan kecenderungan anoreksia nervosa pada remaja putri sebagai model, dengan adanya informasi yang diberikan guru kepada orang tua. Sehingga orang tua yang mempunyai anak remaja putri dan menyukai bidang modeling lebih memberikan perhatian pada remaja untuk mencegah remaja tidak melakukan perilaku negatif seperti makan terlalu sedikit atau melakukan diet berlebihan.

4. Bagi peneliti

Bagi peneliti lain, penelitian ini dapat di gunakan sebagai informasi dan bahan acuan untuk meneliti lebih lanjut dalam penelitian yang sejenis.