

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat - zat gizi di dalam tubuh (Almatsier, 2010). Adapun faktor internal yang mempengaruhi gangguan makan adalah faktor fisik dan faktor psikologis. Faktor psikologis yang mempengaruhi gangguan makan pada remaja adalah persepsi terhadap tubuh (Barasi, 2007).

Remaja merupakan periode transisi dari masa anak-anak menjadi dewasa yang ditandai dengan terjadinya perubahan biologis, intelektual, psikososial dan ekonomi. Pada masa remaja akhir, individu ini cenderung mulai memisahkan diri dari keluarga, bersifat keras tetapi tidak berontak, teman sebaya tidak begitu penting karena lebih penting berteman dengan lawan jenis serta lebih fokus pada rencana karir masa depan (Brown, 2005). Perkembangan remaja akhir tidak lagi berfokus pada proses perkembangan fisik, namun pada kenyataannya masih banyak yang belum puas akan tampilan fisiknya. Ketidakpuasan akan tampilan fisik dipengaruhi oleh tampilan ideal tubuh yang dipersepsikan oleh individu (Brown, 2005).

Deskripsi tentang bentuk dan ukuran tubuh disebut persepsi yang dapat dipengaruhi dari ukuran, dan penilaian dari bentuk tubuhnya yang di impikan seseorang (Germove & Williams, 2004). Hasil penelitian Moore dan Franko (2005) mengatakan bahwa persepsi tubuh adalah komponen penting dalam hidup manusia, jika terjadi gangguan persepsi tubuh maka akan

berdampak pada banyak hal seperti tidak percaya diri, rasa minder, gangguan makan (*eating disorder*), melakukan diet yang tidak sehat, bahkan depresi. Persepsi tubuh sangat berpengaruh besar terhadap pola seseorang termasuk dalam memilih makanan dan frekuensi makan (Sulistyoningsih,2012). Seseorang yang mempunyai persepsi tubuh negatif cenderung akan berdampak negatif pada status gizi kurang. Kecemasan remaja akan bentuk tubuh membuat remaja sengaja tidak makan yang berujung pada *eating disorder* (Kusumawijaya, 2008).

Almeida (2008) mengungkapkan bahwa wanita cenderung terlalu melebih-lebihkan ukuran tubuhnya dibandingkan pria. Menurut penelitian Kurniawan (2015), laki-laki cenderung merasa puas terhadap tampilan ototnya (41,2%) dibandingkan dengan perempuan (14,6%). Keseluruhan penampilan menunjukkan 42,5% total subjek yang terdiri dari 52,9% subjek laki-laki merasa biasa saja terhadap keseluruhan penampilannya dibandingkan dengan subjek perempuan (40,8%) dan presentase tidak puas mencapai hampir setengah total subjek (45,8%).

Subskala orientasi penampilan menunjukkan bahwa seluruh subjek perempuan (100%) lebih banyak memiliki persepsi yang negatif terhadap orientasi penampilan dibandingkan laki-laki, artinya lebih banyak subjek yang bersifat apatis/ tidak memperhatikan penampilannya karena menganggap penampilan bukanlah prioritas. Demikian juga subskala kepuasan terhadap bagian tubuh yang menunjukkan subjek perempuan (78,6%) lebih banyak yang memiliki persepsi negatif terhadap kepuasan bagian tubuh dibandingkan subjek laki-laki (Kurniawan,2015).

Ketidakpuasaan berfokus pada jaringan adipose substansial dalam tubuh bagian tengah atau bawah, seperti pinggul perut dan paha. Sebagian besar remaja putri menginginkan tubuh yang lebih tinggi dan langsing. Sementara itu, bagi remaja pria, penampilan fisik yang kekar dan berotot menjadi daya tarik tersendiri bagi lawan jenis (Hurlock, 2006). Hal ini terkadang dapat membawa pengaruh negatif, sehingga remaja akan menerapkan perilaku tidak tepat dalam mencapai bentuk tubuh yang ideal. Salah satunya dengan melakukan perubahan perilaku makan atau dengan melakukan diet yang terlalu ketat. Diet ketat pada remaja akan meningkatkan risiko status gizi buruk sebesar 18,6% dan *eating disorder* / gangguan makan 60,5% (Kusumajaya, 2008). Gangguan makan ditandai dengan perubahan perilaku makan menjadi kurang baik, persepsi negatif tentang bentuk tubuh dan pengaturan berat badan yang kurang tepat (Kurniawan dkk, 2015). Gangguan makan yang paling menonjol adalah anoreksia nervosa dan bulimia (Santrock, 2003).

Menurut penelitian Kurniawan (2015), sebesar 44,7% subjek tidak berisiko mengalami gangguan makan (*eating disorders*) dan sebesar 3,9% subjek memiliki resiko lebih gangguan makan. Menurut Reyes (2010), sebesar 36,4% dari 2163 mahasiswa Universitas Freshman di Amerika Serikat, mengalami gangguan makan. Hal ini sesuai dengan penelitian Austin & Brian (2008), di Amerika dari 35.000 siswa SMA yang menjadi subjek penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 15% siswa perempuan dan 4% siswa laki-laki mengalami gangguan makan serta 5,0% perempuan mengalami *anorexia nervosa*. Hal senada juga diungkapkan oleh Swanson *et al.* (2011) yang melakukan penelitian terhadap 10.123 remaja berusia 13-18

tahun di United States. Terdapat 0.3% remaja mengalami *anorexia nervosa*, 0.9% *bulimia nervosa* dan 1.6% *binge-eating*. Pada mahasiswa FIK UMS, peneliti mengobservasi dan menemukan bahwa perempuan lebih besar mempunyai persepsi tubuh negatif 63,34% dibandingkan laki – laki 53,34%. Perempuan yang mempunyai resiko gangguan makan lebih besar 80% dibandingkan laki – laki 20%

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penelitian ini ingin mengetahui “ Perbedaan persepsi tubuh dan resiko gangguan makan pada mahasiswa di FIK UMS.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada perbedaan persepsi tubuh dan resiko gangguan makan pada mahasiswa di FIK UMS “

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui perbedaan persepsi tubuh dan resiko gangguan makan pada mahasiswa di FIK UMS

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan persepsi tubuh pada mahasiswa di FIK UMS.
- b. Mendeskripsikan resiko gangguan makan pada mahasiswa di FIK UMS.
- c. Menganalisis perbedaan persepsi tubuh pada mahasiswa di FIK UMS.

- d. Menganalisis perbedaan resiko gangguan makan pada mahasiswa di FIK UMS.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran dan memberikan informasi akan pentingnya persepsi tubuh dan gangguan makan.

2. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan pada pihak dosen pentingnya manfaat persepsi tubuh dan gangguan makan

3. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengalaman yang berhubungan dengan persepsi tubuh dan gangguan makan. Serta bisa digunakan sebagai gambaran bagi penelitian selanjutnya.