

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa remaja adalah masa peralihan antara masa anak-anak dan dewasa, dimana terjadi pertumbuhan timbulnya ciri seks sekunder yaitu pada laki-laki mengalami mimpi basah dan perempuan mengalami menstruasi (Soetjiningsih, 2004). Remaja juga mengalami perubahan fisik diantaranya pertumbuhan tinggi badan dan berat badan lebih cepat, sehingga kebutuhan konsumsi makan dan waktu tidur lebih banyak (Mansur,2009) terutama pada remaja perempuan mengalami peningkatan lemak dalam tubuhnya, oleh sebab itu remaja perempuan lebih banyak memiliki penilaian negatif terhadap bentuk tubuhnya (Dacey dan Kenny,2001).

Remaja akan melewati beberapa tahapan dalam tumbuh kembangnya menuju dewasa berdasarkan kematangan seksual dan psikososial. Tahapan tersebut diantara masa remaja awal umur 11-13 tahun masa dimana remaja merasa lebih dekat dengan teman sebaya, masa remaja pertengahan umur 14-16 tahun, remaja mulai mencari identitas diri dan masa remaja akhir umur 17-20 tahun remaja memiliki kebebasan diri, lebih selektif dalam memilih teman dan memiliki citra atau gambaran terhadap dirinya (Soetjiningsih, 2004).

Remaja merupakan golongan individu yang sedang mencari identitas diri. Mulai merasa dekat dengan teman sebaya dan tertarik kepada lawan jenis, menyebabkan remaja sangat menjaga penampilan. Tubuh yang gemuk membuat remaja merasa terganggu. Hal tersebut mengakibatkan remaja lebih membatasi dalam memilih makanan (Sulistyoningsih, 2012). Dampak negatif dari masalah ini

salah satunya adalah timbulnya gangguan makan pada remaja (Hunna *et al*, 2010)

Gangguan makan (*eating disorder*) yaitu penyakit kejiwaan yang ditandai adanya gangguan dalam tingkah laku/ kebiasaan makan, seperti mengurangi atau mengkonsumsi makanan dengan ekstrim dan perasaan menderita keprihatinan tentang berat badan yang terlalu ekstrim. Gangguan makan (*eating disorder*) terdapat beberapa tipe yaitu anoreksia nervosa, bulimia dan *binge eating*. Anoreksia adalah ketakutan berlebih akan peningkatan berat badan/lemak sedangkan bulimia merupakan keadaan dimana seseorang makan secara berlebihan dan kemudian kembali mengeluarkannya atau dimuntahkan dan *binge eating* adalah keadaan dimana seseorang kehilangan kontrol dan makan dalam jumlah sangat banyak (*American Psychiatric Association, 2005*). Menurut penelitian (Astuti, 2014) sebanyak 43 subjek (72,8%) memiliki perilaku makan tidak teratur pada remaja putri di *modeling agency* Semarang.

Efek berkepanjangan yang muncul apabila seseorang mengalami gangguan makan yaitu terjadi status gizi kurang (Tsuboi,2005). Status gizi merupakan suatu kondisi yang menggambarkan adanya keseimbangan antara konsumsi dan penyerapan zat gizi (Supariasa *et al*, 2002) apabila zat gizi dalam tubuh tidak seimbang akan terjadi malnutrisi. Malnutrisi merupakan keadaan tubuh tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup atau asupan makan terlalu sedikit sehingga menyebabkan kesulitan menyerap nutrisi makanan (Burton *et al*, 2007).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti (13 Oktober 2017) pada 3 mahasiswi diperoleh informasi bahwa terdapat gangguan makan seperti mengurangi konsumsi nasi kemudian pada malam hari konsumsi buah saja, ada

juga yang membeli suplemen makanan untuk membuat tubuh kurus. Faktor-faktor yang mempengaruhi gangguan makan pada remaja yaitu keluarga, teman sebaya, media massa dan persepsi tubuh (Hogan & Strasburger, 2008).

Persepsi tubuh merupakan pandangan atau penilaian individu terhadap bentuk tubuhnya yang mengarah pada penampilan fisiknya (Cash, 2012 dalam Nurvita, 2015). Persepsi tubuh dibedakan menjadi dua macam yaitu persepsi tubuh positif dan persepsi tubuh negatif. Persepsi tubuh positif merupakan suatu pandangan tentang bentuk tubuh yang sesuai dengan kondisi sebenarnya. Persepsi tubuh negatif merupakan suatu pandangan yang salah mengenai bentuk tubuh individu, mempunyai perasaan yang bertentangan dengan kondisi tubuh yang sebenarnya (Cash & Pruzinsky, 2002). Menurut penelitian Ntim & Sarfo (2014) terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi tubuh dengan gangguan makan dikalangan mahasiswa di Ghana.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan Agustus 2017 di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta dari 30 responden, didapatkan 15 responden (50%) memiliki persepsi tubuh negatif. Berdasarkan pemaparan diatas peneliti ingin melakukan penelitian lebih lanjut untuk melihat apakah ada hubungan persepsi tubuh dengan gangguan makan pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

## **B. Rumusan Masalah**

“Apakah ada hubungan persepsi tubuh dengan gangguan makan pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan persepsi tubuh dengan gangguan makan pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan persepsi tubuh pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- b. Mendeskripsikan gangguan makan pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- c. Menganalisis hubungan persepsi tubuh dengan gangguan makan Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Mahasiswa**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan motivasi kepada mahasiswa akibat dari gangguan makan.

### **2. Bagi Institusi**

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi Universitas sebagai informasi tentang mahasiswa yang mengalami gangguan makan.

### **3. Bagi Penelitian Lanjutan**

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan untuk melakukan penelitian lanjutan yang berhubungan dengan persepsi tubuh dengan gangguan makan pada remaja serta sebagai acuan dalam pembuatan program kesehatan yang akan datang.