

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Eating disorders (gangguan makan) adalah suatu sindrom yang ditandai oleh pola makan yang menyimpang terkait dengan karakteristik psikologi yang berhubungan dengan makan, bentuk tubuh, dan berat badan. Gangguan makan hadir ketika seseorang mengalami gangguan parah dalam perilaku makan, seperti mengurangi kadar makanan dengan ekstrem atau makan terlalu banyak yang ekstrem, perasaan menderita atau keprihatinan tentang berat atau bentuk tubuh yang ekstrem. Seseorang dengan gangguan makan mungkin berawal dari mengonsumsi makanan yang lebih sedikit atau lebih banyak dari biasanya, tetapi pada tahap tertentu, keinginan untuk makan lebih sedikit atau lebih banyak terus menerus di luar kendali.¹

Klasifikasi gangguan makan dan perkembangannya terlihat pada *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM). Klasifikasi gangguan makan pertama kali berdasarkan deskripsi klinis, dan kemudian lebih lanjut disempurnakan melalui pendapat ahli dan kajian literatur. Saat ini ada dua gangguan makan yang diakui yaitu *anorexia nervosa* dan *bulimia nervosa*. *Anorexia nervosa* dijelaskan dalam DSM-III, dan *bulimia nervosa* dijelaskan pada DSM-III-R.² *Bulimia nervosa* digambarkan dengan episode berulang makan berlebihan (*binge eating*) dan kemudian dengan perlakuan

¹American Psychiatric Association, *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*, Washington (DC): APA; 2000.

²Wilfley Denise E., Monica E. Bishop, G. Terence Wilson, W. Stewart Agras, "Classification of Eating Disorders" *Toward DSM-V*. *Int J Eat Disord* 2007; 40: 123–129.

kompensatori (muntah, berpuasa, berolahraga, atau kombinasinya). Makan berlebihan disertai dengan perasaan subjektif kehilangan kawalan ketika makan. Muntah yang dilakukan secara sengaja atau berolahraga secara berlebihan, serta bisa juga penyalahgunaan pencahar, diuretik, amfetamin dan tiroksin.

DSM-IV membagi *bulimia nervosa* dalam dua bentuk yaitu purging dan nonpurging. Pada tipe purging, individu tersebut memuntahkan kembali makanan secara sengaja atau menyalahgunakan obat pencahar, diuretik atau enema. Pada tipe nonpurging, individu tersebut menggunakan cara lain selain cara yang digunakan pada tipe purging, seperti berpuasa atau berolahraga secara berlebihan.³ Kebanyakan pasien dengan *bulimia nervosa* mengalami depresi ringan dan setengah mengalami gangguan mood dan perilaku yang serius seperti percobaan bunuh diri dan penyalahgunaan alkohol dan obat-obatan terlarang. Biasanya, pasien dengan *bulimia nervosa* merasa malu dengan perbuatannya sendiri dan cenderung untuk merahasiakannya dari keluarga dan teman-teman.⁴

Kesehatan sangatlah penting dalam kehidupan manusia. Selain kesehatan lingkungan sekitar, kesehatan badan juga harus diutamakan. Pada umumnya tubuh yang sehat dapat mempermudah aktivitas sehari-hari, sehingga setiap individu ingin menjaga tubuhnya agar tetap sehat. Namun, bukan hanya tubuh yang sehat, memiliki bentuk tubuh yang ideal juga menjadi impian banyak

³Chavez, M., Insel, T.R. "Eating Disorders: National Institute of Mental Health's Perspective", *American Psychology*, 62(3) (2007), 159-166.

⁴Walsh, B. T., *Eating Disorders*, in: Fauci, A. S., Kasper, D. L., Longo, D. L., Braunwald, E., Hauser, S. L., Jameson, J. L., Loscalzo, J., ed. *Harrison's Principles of Internal Medicine* (USA: McGraw-Hill Companies, 2008), 477.

orang.⁵ Orang dengan bentuk tubuh ideal biasanya akan mendapatkan respon yang lebih baik.⁶ Penampilan yang menarik dengan fisik ideal identik dengan berat dan bentuk tubuh yang ramping, sehingga menjadi sebuah tolak ukur bagi keberhasilan serta kebahagiaan seseorang.⁷

Kerap kali didapati remaja yang merasa kurang puas dan tidak yakin dengan penampilan mereka. Penilaian diri menjadi negatif ketika remaja menemukan penampilan mereka kurang ideal atau tidak menarik, berdasarkan persepsi umum masyarakat. Inilah mengapa kecantikan fisik menjadi prioritas.⁸ Fase remaja (*adolescence*) merupakan fase peralihan antara fase kanak-kanak menjadi dewasa. Selama fase ini terjadi berbagai perubahan, antara lain perubahan fisik, psikis, hormonal dan sosial. Perubahan tersebut terjadi secara cepat dan biasanya tidak disadari. Perubahan fisik yang paling terlihat yaitu seperti perkembangan karakteristik seksual sekunder, terjadinya pacu tumbuh, juga berubahnya perilaku dan hubungan sosial dengan lingkungan. Segala bentuk perubahan tersebut bisa menjadi kelainan ataupun penyakit tertentu jika tidak ditangani dengan benar.⁹ Perkembangan fisik pada masa remaja akan terjadi dengan cepat dan terus-menerus. Pada masa remaja, perubahan kondisi

⁵Nur Lailatul Husna, "Hubungan Antara Body Image Dengan Perilaku Diet (Penelitian Pada Wanita Di Sanggar Senam Rita Pati)", *Developmental and Clinical Psychology*, 2 (2) (2013), 45.

⁶ Huda Maria, F. X. Sutyas Prihanto, Monique Elizabeth Sukamto, "Hubungan Antara Ketidakpuasan Terhadap Sosok Tubuh (Body Dissatisfaction) dan Kepribadian Narsistik Dengan Gangguan Makan (Kecenderungan Anorexia Nervosa dan Bulimia Nervosa)", *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 16 (3) (2001), 274-275.

⁷ Naily Zainab, "Peranan Self Esteem dan Body Dissatisfaction dalam Memprediksikan Kecenderungan Eating Disorder pada Penari Balet", *Thesis* (diterbitkan), (Jakarta: Binus Jakarta, 2013), 1.

⁸ Siti Mutia Anindita, "Model Remaja Putri: Body Image dan Bulimia Nervosa", *Muqoddima Jurnal Pemikiran dan Riset Sosiologi*, 2 (1) (2021), 20.

⁹ Jose RL Batubara, "Adolescent Development (Perkembangan Remaja)", *Sari Pediatri*, 12 (1) (2010), 21.

fisik dan perkembangan seksual sekunder akan berdampak secara signifikan terhadap bentuk tubuh remaja. Salah satu aspek psikologis dari perkembangan fisik remaja adalah ia menjadi sangat tertarik dengan tubuhnya dan mulai membentuk citra tubuhnya.¹⁰

Menurut Hoyt *body image* atau citra tubuh didefinisikan sebagai sikap seseorang terhadap tubuh dalam hal bentuk, ukuran serta keindahannya berdasarkan penilaian individu juga pengalaman aktual dari karakteristik fisiknya. *Body image* tidak statis, dan terus berubah. Hal yang mempengaruhi *body image* antara lain yaitu persepsi, emosi, imajinasi, lingkungan, suasana hati, serta pengalaman fisik. Maka dari itu, proses perbandingan sosial sudah tentu terjadi dalam pembentukan *body image* pada remaja.¹¹ Dengan pengukuran pada kalkulator BMI (*Body Mass Index*), mengungkapkan bahwa wanita yang memiliki tinggi antara 160-165 cm akan disebut ideal jika mempunyai berat badan antara 50-57 kg, dan wanita dengan tinggi antara 166-170 cm akan disebut ideal dengan berat badan antara 58-63 kg. Sedangkan pria yang memiliki tinggi antara 165-170 cm bisa disebut ideal jika mempunyai berat badan antara 58-66 kg dan apabila memiliki tinggi antara 171-175 cm akan disebut ideal jika mempunyai berat badan 67-71 kg.¹²

¹⁰ Senna Virgandiri, Dhian Ririn Lestari, Rika Vera Zwagery, "Relationship Of Body Image With Eating Disorder In Female Adolescent", *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8 (1) (2020), 54.

¹¹ Tri Na'imah dan Pambudi Rahardjo, "Pengaruh Komparasi Sosial Pada Public Figure Di Media Massa Terhadap Body Image Remaja Di Kecamatan Patikraja, Kabupaten Banyumas", *Jurnal Psikologi Penelitian Humaniora*, 9 (2) (2008), 166.

¹² Kartika Wahyu Hidayah Putri, "Hubungan Antara Body Image Dengan Kecenderungan Bulimia Nervosa Pada Penari" Skripsi (diterbitkan), (Surabaya: Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, 2016), 2.

Remaja pada umumnya berkeinginan memiliki bentuk tubuh serta berat badan ideal juga sempurna, hal itu yang menjadi tuntutan agar selalu menjaga bentuk tubuh tetap ramping. Inilah yang dapat menyebabkan risiko adanya kecenderungan gangguan makan.¹³ Dilansir dari sebuah artikel pada laman web kesehatan Halodoc.com, bahwa salah satu gangguan kesehatan akibat *body image* adalah *bulimia nervosa*.¹⁴ Selain itu, dalam laman web Kompasiana juga menjelaskan bahwa menurut Treasure, Duarte, dan Schmidt kasus terjadinya gangguan makan (*eating disorder*) pada tahun 2020 telah meningkat selama 50 tahun terakhir. Hal ini menjelaskan bahwa gangguan makan (*eating disorder*) sangat berbahaya, akan tetapi sering kali diremehkan dan tidak disadari.¹⁵

Remaja yang juga sebagai siswa/peserta didik memiliki impian agar mempunyai karier yang bagus, termasuk siswa SMK. Karena kehidupan masa depan adalah era globalisasi dengan banyak persaingan yang ketat dan berat sehingga hidup akan penuh dengan perjuangan. Karier merupakan pekerjaan dan profesi, atau serangkain kegiatan yang saling terkait. Siswa merencanakan karier mereka dengan melibatkan banyak aspek seperti perilaku, keterampilan, kebutuhan, sikap, aspirasi, dan cita-cita. Siswa dipengaruhi oleh dua faktor dalam memilih karier, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal seperti nilai kehidupan, tingkat kecerdasan, minat, bakat khusus, sifat-sifat,

¹³ Ibid, 3.

¹⁴ Redaksi Halodoc, “3 Gangguan Kesehatan Gara-gara Body Image”, *Halodoc.com*, (2018), <https://www.halodoc.com/artikel/gangguan-kesehatan-gara-gara-body-image> (diakses pada 23 Maret 2022 pukul 20.40).

¹⁵ Erlintang Az Zahra dan Salsabil Ath-Thayyiba Utomo, “Pentingnya Kesadaran Terkait Gangguan Makan (Eating Disorder) pada Remaja Perempuan”, *Kompasiana.com*, (2021), <https://www.kompasiana.com/salsabilutomo/61b0299e62a7040c186a5db2/pentingnya-kesadaran-terkait-gangguan-makan-eating-disorder-pada-remaja-perempuan> (diakses pada 22 Maret 2022 pukul 20.00).

pengetahuan, serta kondisi fisik. Sedangkan faktor eksternal antara lain yaitu kemampuan orang tua atau keluarga dalam hal ekonomi, promosi, dan dunia kerja.¹⁶

Bagi pelajar SMK pada jurusan yang nantinya adalah sebuah pekerjaan dengan salah satu aspek terpentingnya adalah penampilan yang menarik, seperti halnya jurusan perhotelan. Maka bukan tidak mungkin jika sejak mereka masih duduk di bangku sekolah telah memikirkan dan mementingkan penampilan serta bentuk tubuh yang ideal sebagai penunjang keberhasilan karier di masa depan. Seperti halnya dengan SMKN 2 Kediri yang mana di sekolah tersebut terdapat jurusan perhotelan. Dikutip dari ungkapan salah satu subjek setelah diadakan wawancara tidak terstruktur yaitu bahwa “*Grooming* itu paling utama, karena kita akan berkomunikasi langsung dengan tamu”. Subjek juga menuturkan bahwa “Meskipun tidak terdapat mata pelajaran khusus tentang penampilan dan kecantikan, akan tetapi para guru selalu menyisipkan pesan agar selalu menjaga penampilan”. Maka dapat disimpulkan bahwa penampilan merupakan hal yang sangat penting bagi siswa jurusan perhotelan.

Jika dilihat dari salah satu teori dalam psikologi yaitu behaviorisme, Behaviorisme adalah suatu studi tentang perilaku manusia. Timbulnya aliran ini disebabkan oleh adanya rasa tidak puas terhadap teori psikologi daya dan teori mental state. Behaviorisme merupakan aliran psikologi yang memandang individu lebih kepada sisi fenomena jasmaniah dan mengabaikan aspek-aspek mental seperti kecerdasan, bakat, minat, dan perasaan individu.

¹⁶ Jarkawi, Akhmad Rizki Ridhani, Didi Susanto, “Strategi Bimbingan dan Konseling Karier Bermutu pada Sekolah Menengah Kejuruan Syuhada Banjarmasin”, *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2 (3) (2017), 124.

Salah satu tokoh behaviorisme adalah Burrhus Frederick Skinner (1904-1990), dengan teorinya yaitu *operant conditioning*. Prinsip utamanya adalah respon yang diikuti *reward* (hadiah) akan cenderung diulangi, sedangkan respon yang diikuti oleh *punishment* (hukuman) akan cenderung dihindari.¹⁷ Maka dari itu gangguan perilaku makan karena adanya *body image* yang negatif bisa muncul karena adanya stimulus ketika individu dengan penampilan yang menarik serta bentuk tubuh yang ideal dan ramping akan diperlakukan lebih baik oleh lingkungan dan orang sekitar daripada individu dengan penampilan yang kurang menarik. Sehingga setiap orang berlomba untuk memiliki penampilan yang menarik dengan bentuk tubuh ideal dan ramping.

Berdasarkan paparan di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara *body image* dengan kecenderungan *bulimia nervosa* pada remaja, yang mana akan dilakukan oleh peneliti pada siswa kelas XII jurusan perhotelan di SMKN 2 Kediri.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana konsep *body image* dan kecenderungan *bulimia nervosa* pada remaja kelas XII jurusan perhotelan SMKN 2 Kediri?
2. Apakah terdapat hubungan antara *body image* dengan kecenderungan *bulimia nervosa* pada remaja kelas XII jurusan perhotelan SMKN 2 Kediri dan bagaimanakah bentuk hubungan tersebut?

¹⁷Novi Irwan Nahar, "Penerapan Teori Behavioristik dalam Proses Pembelajaran", *Nusantara (Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial)*, 1 (2016), 66-67.

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui bagaimana konsep *body image* dan kecenderungan *bulimia nervosa* pada remaja kelas XII jurusan perhotelan SMKN 2 Kediri.
2. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *body image* dengan kecenderungan *bulimia nervosa* pada remaja kelas XII jurusan perhotelan SMKN 2 Kediri dan untuk mengetahui bagaimana bentuk hubungan tersebut.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi pembaca, diharapkan agar penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan rujukan dan menambah wawasan terkait dengan hubungan antara *body image* dengan kecenderungan *bulimia nervosa* pada remaja.
2. Bagi peneliti, agar dapat menambah pengalaman penelitian dan mengembangkan keilmuan sekaligus penerapan ilmu psikologi yang telah diperoleh selama masa perkuliahan sehingga dapat menjadi akademisi yang lebih berkualitas lagi.
3. Bagi institusi tempat penelitian, jika nanti terbukti bahwa terdapat subjek yang mengalami *body image* dan atau kecenderungan *bulimia nervosa*, agar dapat segera ditangani.
4. Bagi institusi kampus IAIN Kediri, agar dapat membawa nama baik almamater serta menjalin relasi dengan baik kepada masyarakat dan lingkungan setempat.

E. Penelitian Terdahulu

Telaah penelitian terdahulu ini digunakan sebagai referensi dan perbandingan antara penelitian yang telah dilakukan dengan penelitian yang sedang dirancang oleh peneliti. Hasil telaah penelitian terdahulu yang ditemukan oleh peneliti antara lain yaitu:

1. Ifdil, Amandha Unzilla Denich, dan Asmidir Ilyas pada tahun 2017 yang berjudul “Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri” dalam *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kondisi kepercayaan diri dan *bodyimage* remaja putri serta mengidentifikasi hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri remaja putri. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dan korelasional dengan sampel 77 remaja putri. Teknik sampling menggunakan *stratified random sampling technique*. Penelitian ini menggunakan instrument Kepercayaan Diri Inventori dan *Body Images* Inventori. Data dianalisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif dan analisis korelasional. Penelitian ini mengungkapkan bahwa kondisi kepercayaan diri remaja putri pada umumnya berada pada kategori sedang, kondisi *body image* remaja putri pada umumnya berada pada kategori netral, dan terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri remaja putri.¹⁸

Selain berbeda dalam variabel terikatnya, penelitian tersebut juga berbeda dalam hal metode penelitian. Penelitian terdahulu tersebut

¹⁸ Ifdil, Amandha Unzilla Denich, dan Asmiir Ilyas, “Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri”, *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2 (3) (2017), 107.

merupakan penelitian deskriptif dan korelasional. Sedangkan penelitian yang sedang dirancang ini adalah penelitian kuantitatif. Sehingga cara untuk menganalisis datanya pun akan berbeda. Akan tetapi terdapat kesamaan dalam pemilihan subjek, yaitu remaja.

2. Zia Mu'tazzah Shabah dan Devieka Rhama Dhanny pada tahun 2020 yang berjudul "Persepsi Tubuh dan Bulimia Nervosa pada Remaja Putri" dalam jurnal *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science*. Dalam artikel ini memiliki tujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara persepsi tubuh dengan gangguan makan *bulimia nervosa*. Artikel ini menggunakan tinjauan pustaka antara tahun 2010 sampai 2020. Referensi merujuk pada *google scholar* menggunakan kata kunci persepsi tubuh, gangguan makan, *bulimia nervosa*, dan perempuan. Hasil yang didapat yaitu adanya hubungan antara persepsi tubuh dengan *bulimia nervosa*. Disimpulkan bahwa aspek perilaku yang mempengaruhi terjadinya gangguan makan *bulimia nervosa* meliputi penampilan fisik, orientasi pada penampilan, keinginan memiliki tubuh yang ideal, kecemasan menjadi gemuk, kepuasan terhadap area tubuh, pengkategorian ukuran tubuh, perilaku gangguan makan.¹⁹

Persamaan artikel di atas dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu sama-sama meneliti terkait *body image* atau persepsi tubuh dengan adanya *bulimia nervosa* pada remaja. Sedangkan untuk perbedaannya adalah dalam artikel tersebut dikhususkan hanya meneliti remaja putri

¹⁹ Zia Mu'tazzah Shabah dan Dhevieka Rhama Dhany, "Persepsi Tubuh dan Bulimia Nervosa pada Remaja Putri", *Muhammadiyah Journal Of Nutrition and Food Science*, 1 (2) (2020), 60.

serta menggunakan metode studi literatur. Akan tetapi pada penelitian yang telah dirancang nanti akan dilakukan pada subjek remaja kelas XII jurusan perhotelan di SMKN 2 Kediri yang mana juga berarti akan dilakukan pada remaja putra serta menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode pengumpulan data berdasarkan kuesioner dari studi lapangan.

3. Merita, Nurainun Hamzah, dan Djayusmantoko pada tahun 2020 yang berjudul “Persepsi Citra Tubuh, Kecenderungan Gangguan Makan dan Status Gizi pada Remaja Putri di Kota Jambi” dalam *Journal Of Nutrition Collage*. Tujuan dari penelitian tersebut adalah untuk mengetahui hubungan antara persepsi citra tubuh dan kecenderungan gangguan makan dengan status gizi pada siswi SMA di Kota Jambi pada tahun 2019. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional study* yang dilakukan pada bulan Maret-Mei tahun 2019 pada 10 SMA di Kota Jambi. Untuk pengumpulan data terkait persepsi citra tubuh menggunakan kuesioner BSQ-16, untuk kecenderungan gangguan makan menggunakan Eat-26, serta untuk mengukur indikator status gizi IMT/U menggunakan timbangan berat badan dan *microtoice*. Analisis dilakukan dengan analisis univariat dan analisis bivariat (*spearman correlation test*). Kemudian hasil survei menunjukkan bahwa sebagian besar subjek (64,6%) memiliki citra tubuh positif, sebanyak (82,8%) siswi tidak memiliki gejala gangguan makan dan (83,1%) berstatus gizi normal. Sedangkan pada analisis korelasi terdapat hubungan antara persepsi citra tubuh dengan status gizi indikator IMT/U

($p=0,000$; $r=0,443$), tetapi tidak terdapat hubungan antara kecenderungan gangguan makan dengan status gizi indikator IMT/U (p -value 0,657). Kesimpulannya bahwa sebagian besar siswi memiliki citra tubuh yang positif dan tidak adakecenderungan gangguan makan serta status gizi yang termasuk normal.²⁰

Dalam artikel jurnal tersebut variabel penelitian menggunakan tiga variabel yaitu citra tubuh (*body image*), kecenderungan gangguan makan, dan status gizi. Berbeda dengan penelitian yang sedang direncanakan yaitu menggunakan dua variabel, *body image* dan kecenderungan *bulimia nervosa*. Sehingga juga berbeda dalam hal fokus yang akan diteliti seperti halnya dengan metode pengumpulan data dan analisis datanya. Dijelaskan dalam penelitian tersebut metode pengumpulan data menggunakan alat ukur BSQ-16, EAT-26, serta timbangan berat badan dan *microtoice*. Sedangkan dalam penelitian yang sedang dirancang akan menggunakan MBSRQ-AS dan EAT-40.

4. Mohamad Yulianto Kurniawan, Dodik Briawan, dan Rezzy Eko Caraka pada tahun 2015 yang berjudul “Persepsi Tubuh dan Gangguan Makan pada Remaja” dalam *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional study* dengan subjek 120 mahasiswa baru Institut Pertanian Bogor (IPB) Program Studi Ilmu Gizi. Untuk mengukur persepsi tubuh digunakan alat ukur *Multidimensional Body Self-Relations Questionnaire Appearance Scale* (MBSRQ-AS) dan untuk

²⁰Merita, Nurainun Hamzah, Djayusmantoko, “Persepsi Citra Tubuh, Kecenderungan Gangguan Makan dan Status Gizi pada Remaja Putri di Kota Jambi”, *Journal of Nutrition College*, 9 (2) (2020), 81.

mengukur gangguan makan menggunakan alat ukur *Eating Attitude Test* 40 (EAT-40). Analisis deskriptif menunjukkan bahwa (2,5%) subjek kurus, (10,0%) overweight, (4,2%) obesitas, dan (83,3%) berstatus gizi normal. Dengan menggunakan metode MBSRQ-AS sebagian besar remaja mempunyai nilai evaluasi penampilan (80,0%), orientasi penampilan (99,2%), kepuasan terhadap bagian tubuh (80,8%), dan kecemasan menjadi gemuk (57,5%) tergolong positif sedangkan pengkategorian ukuran tubuh (71,7%) tergolong negatif. Sebanyak (7,8%) responden wanita berisiko tinggi mengalami gangguan makan karena ia merasa ingin makan terus menerus dan tidak bisa berhenti. Secara statistik dengan taraf signifikansi ($\alpha=5\%$) terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi tubuh terhadap subskala kecemasan menjadi gemuk dengan gangguan makan. Akan tetapi tidak ada hubungan yang signifikan pada subskala lainnya.²¹

Perbedaan antara penelitian terdahulu dalam artikel jurnal tersebut dengan penelitian yang sedang direncanakan salah satunya yaitu dari variabel penelitian, dalam artikel tersebut variabel terikat (y) yaitu gangguan makan, sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan nanti memakai variabel *bulimia nervosa* meskipun sama-sama merupakan gangguan makan, tapi dalam kecenderungan gangguan *bulimia nervosa* memiliki spesifikasi yang lebih khusus lagi. Selain itu juga terdapat

²¹ Mohamad Yulianto Kurniawan, Dodik Briawan, Rezzy Eko Caraka, "Persepsi Tubuh dan Gangguan Makan pada Remaja", *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11 (3) (2015), 105.

perbedaan dalam hal pemilihan subjek dengan menggunakan desain *cross sectional study*.

5. Devi Anis Ramonda, Yunita Galih Yudanari, dan Zumrotul Choiriyah pada tahun 2019 yang berjudul “Hubungan antara *Body Image* dan Jenis Kelamin terhadap Pola Makan pada Remaja” dalam *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dan jenis kelamin terhadap pola makan pada remaja di SMA Negeri 1 Ungaran. Jenis penelitian ini adalah *Diskriptive Korelasional* dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Proportinate Random Sampling* dengan total populasi 1212 siswa dan jumlah sampel 92 siswa. Analisis data menggunakan Uji *Chi Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *body image* pada siswa SMA N 1 Ungaran dalam kategori positif 60 responden (65,2 %). Hasil penelitian didapatkan 56 orang berjenis kelamin perempuan (60,9%). Pola makan siswa dalam kategori kurang baik 61 responden (66,3%). Hasil uji *chi square* tentang hubungan *body image* terhadap pola makan didapatkan p value sebesar $0,047 < \alpha (0,05)$. Hasil uji *chi square* tentang hubungan jenis kelamin terhadap pola makan didapatkan p value sebesar $0,048 < \alpha (0,05)$. Terdapat hubungan yang bermakna antara *body image* dan jenis kelamin terhadap pola makan pada remaja di SMA N 1 Ungaran.²²

²² Devi Anis Ramonda, Yunita Galih Yudanari, dan Zumrotul Choiriyah, “Hubungan antara *Body Image* dan Jenis Kelamin terhadap Pola Makan pada Remaja”, *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2 (2) (2019), 109.

Penelitian pada jurnal tersebut membahas tiga variabel yaitu *body image*, jenis kelamin, dan pola makan. Memang berbeda dengan penelitian yang sedang dirancang nanti, dimana akan membahas masalah *body image* dengan kecenderungan *bulimia nervosa*. Selain itu juga terdapat perbedaan dalam teknik analisis data, dalam penelitian tersebut menggunakan uji *chi square*, sedangkan untuk penelitian yang sedang dirancang nanti akan menggunakan uji *Pearson Product Moment Correlation*.

6. Katrim Alifa Putrikita pada tahun 2021 yang berjudul “*Cognitive Behavioral Therapy (CBT) untuk Mengatasi Bulimia Nervosa*” dalam *Jurnal Ilmiah Psikologi*. *Bulimia Nervosa* merupakan salah satu gangguan makan yang ditandai dengan makan secara berlebihan, berulang, diikuti dengan keinginan untuk mengeluarkan makanan dengan cara tidak tepat sebagai kompensasi, dan perhatian yang berlebihan mengenai berat badan dan bentuk tubuh. *Bulimia nervosa* disebabkan oleh distorsi kognitif pada penderitanya yang muncul akibat evaluasi berlebihan terhadap bentuk tubuh. Penelitian *single case study* dilakukan terhadap seorang penderita *bulimia nervosa* berinisial B. B memenuhi tiga karakteristik *bulimia nervosa* di dalam PPDGJ-III, sehingga diagnosis *bulimia nervosa* bisa ditegakkan. *Bulimia nervosa* pada B disebabkan oleh distorsi kognitif jenis *dichotomous thinking*. Hal tersebut memunculkan perilaku maladaptif yaitu mengonsumsi makanan secara berlebihan kemudian memuntahkannya. *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* merupakan terapi yang berfokus pada perubahan kognitif untuk menghasilkan perubahan

perilaku positif yang menjadi tujuan dari terapi itu sendiri. CBT dilakukan untuk merekonstruksi kognitif B yang kemudian menurunkan perilaku maladaptif B. Penelitian ini dilakukan untuk memaparkan penggunaan CBT pada B dalam enam kali pertemuan. Berdasarkan hasil pengukuran menggunakan lembar *self-monitoring*, menunjukkan adanya perubahan positif pada pola pikir B, serta terjadi penurunan perilaku makan berlebihan dan memuntahkan makanan.²³

Dalam jurnal tersebut membahas tentang sebuah penelitian mengenai penanganan kasus *bulimia nervosa* dengan menggunakan *cognitive behavioral therapy* (CBT). Sehingga telah dilakukan diagnosa pasti dari profesional ahli mengenai gangguan tersebut. Dalam penelitian tersebut menggunakan metode *single case study*. Sedangkan penelitian yang sedang direncanakan nanti hanya untuk mendeskripsikan konsep dan mengetahui apakah terdapat hubungan antara *body image* dengan kecenderungan *bulimia nervosa* dan menggunakan metode kuantitatif.

F. Definisi Operasional

Menurut Sugiyono, definisi operasional merupakan gambaran tentang suatu variabel penelitian termasuk atribut, sifat, atau nilai dari suatu objek atau fenomena yang telah ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya.²⁴ Definisi operasional variabel dalam penelitian ini yaitu

²³ Katrim Alifa Putrikita, “*Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) untuk Mengatasi *Bulimia Nervosa*”, *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 23 (1) (2021), 1.

²⁴ Sugiyono, *Statistika untuk Penelitian* (Bandung: CV Alfa Beta, 2014), 3.

body image dan kecenderungan *bulimia nervosa*.

Body image yaitu persepsi atau cara pandang seseorang terhadap tubuhnya. Terutama terkait penilaian orang lain pada tubuh dan penampilannya mulai dari bentuk, gerak, hingga keberfungsian organ pada tubuh. Sedangkan *bulimia nervosa* adalah salah satu jenis gangguan makan, yang dimana biasanya penderita akan berusaha untuk mengeluarkan kembali makanannya dengan berbagai cara.