

LAPORAN PENELITIAN

Feeding Behavior - Disorders

GANGGUAN POLA MAKAN YANG SERING TERJADI PADA SISWI SMU



Tgl Menerima : 13 Januari 2003
Beli / Sumbangan : Penulis
Nomor Induk : 771
Klasifikasi : WM 175 Gan N03 6

Dibuat untuk memenuhi tugas akhir mata ajar
Riset Keperawatan pada
Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia

Oleh

DEWI PURIANI 1399000071
ELLA ANDALUSIA 1399000128
EMI SARA 1399000136
ERNI SETIANI 1399000152

Perpustakaan FIK



Program Reguler 1999

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS INDONESIA
2003

MILIK PERPUSTAKAAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS INDONESIA

LEMBAR PERSETUJUAN

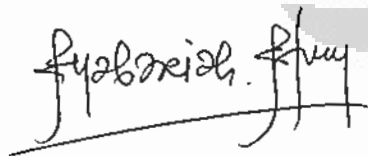
Laporan penelitian dengan judul :

Gangguan pola makan yang sering terjadi pada siswi SMU

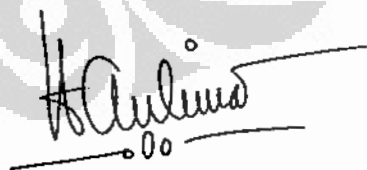
Telah mendapatkan persetujuan dari pembimbing
Jakarta, 10 Januari 2003

Mengetahui,
Koordinator Mata Ajar

Menyetujui,
Pembimbing Riset



(Sitti Syabariyah, SKp. MS)
NIP. 132 129 848



(Novy Helena C.D, SKp. MSc)
NIP. 132 053 488

KATA PENGANTAR

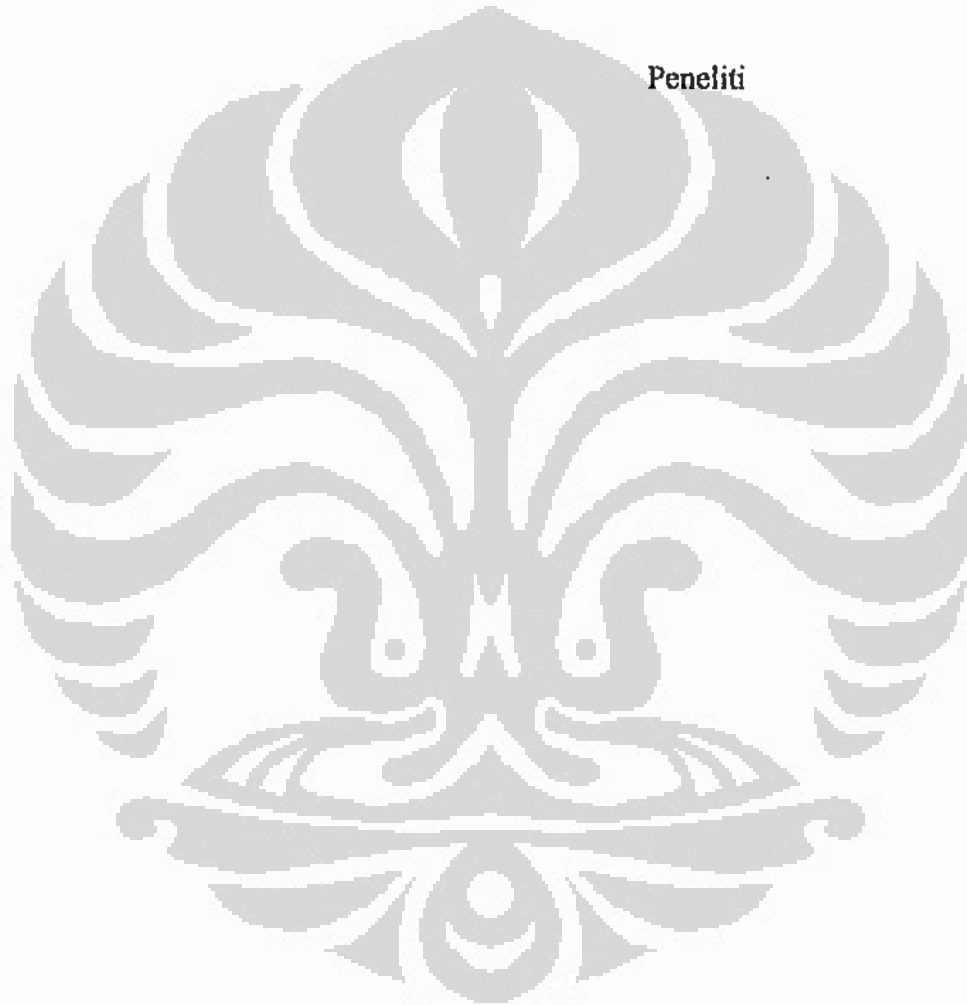
Puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT karena hanya atas karunia-Nya kami dapat menyelesaikan laporan penelitian ini. Di dalam penyusunan laporan penelitian ini, kami mendapat bimbingan dan arahan serta dukungan doa. Untuk itu kami mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dra. Elly Nurachmah, DNSc. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.
2. Ibu Sitti Syabariyah, SKp. MS. Biomed, selaku Koordinator Mata Ajar Riset Keperawatan.
3. Ibu Novy Helena CD, SKp. MSc, selaku pembimbing yang telah memberikan banyak dukungan dan bimbingan sehingga laporan penelitian ini dapat diselesaikan.
4. Bapak Kepala Sekolah SMUN 1 dan 3 Depok yang telah memberikan izin kepada kami untuk dapat melakukan penelitian di SMUN 1 dan 3 Depok.
5. Bapak Suhadi, selaku guru olahraga SMUN 1 Depok yang telah banyak membantu dan memberikan dukngan dalam pelaksanaan penelitian ini.
6. Kedua orangtua kami tersayang yang senantiasa mengirimkan doa dan memberikan semangat untuk terus berjuang.
7. Rekan-rekan mahasiswa program A'99 yang senantiasa membantu dan memberikan dukungan.
8. Semua pihak yang telah membantu kami dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.

Kami menyadari bahwa laporan penelitian ini masih jauh dari sempurna. Sehingga kritik dan saran kami harapkan demi perbaikan laporan ini. Semoga laporan penelitian ini dapat menghasilkan penelitian yang bermanfaat bagi perkembangan keperawatan.

Jakarta, Januari 2003

Peneliti



ABSTRAKSI

Remaja merupakan tahap penting dalam siklus kehidupan manusia, karena merupakan peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, dimana terjadi perubahan fisik, mental, dan psikososial. Di Indonesia, masa remaja akhir (usia 16-19 tahun) umumnya dikarakteristikan dengan individu memasuki pendidikan Sekolah Menengah Umum (SMU). Sejalan dengan perkembangan globalisasi, berkembang pula berbagai masalah menyangkut kesehatan remaja. Salah satunya adalah gangguan pola makan. Gangguan pola makan dapat berupa anoreksia nervosa, bulimia nervosa, dan *compulsive-overeating*. Gangguan pola makan merupakan masalah kesehatan yang sangat sering ditemukan pada remaja, terutama siswi SMU. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi jenis gangguan pola makan yang sering terjadi pada siswi SMU. Penelitian ini dilakukan pada 38 orang responden yang diambil dengan teknik *purposive-sampling* dan menggunakan desain deskriptif *cross-sectional*. Dari penelitian ini didapatkan hasil yaitu 63,16% responden mengalami anoreksia nervosa, 28,95% mengalami *compulsive-overeating*, dan 7,89% mengalami bulimia nervosa. Peneliti merekomendasikan untuk melakukan kembali penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya gangguan pola makan pada siswi SMU.



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
KATA PENGANTAR	ii
ABSTRAKSI	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GRAFIK	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan Penelitian	2
C. Guna Penelitian	2
D. Studi Kepustakaan.....	3
I. Teori dan Konsep Terkait.....	3
II. Pertanyaan Penelitian.....	8
E. Kerangka Konsep Terkait.....	8
F. Pertanyaan Penelitian	9
G. Variabel Penelitian.....	9
BAB II.....	10
METODE DAN PROSEDUR PENELITIAN.....	11

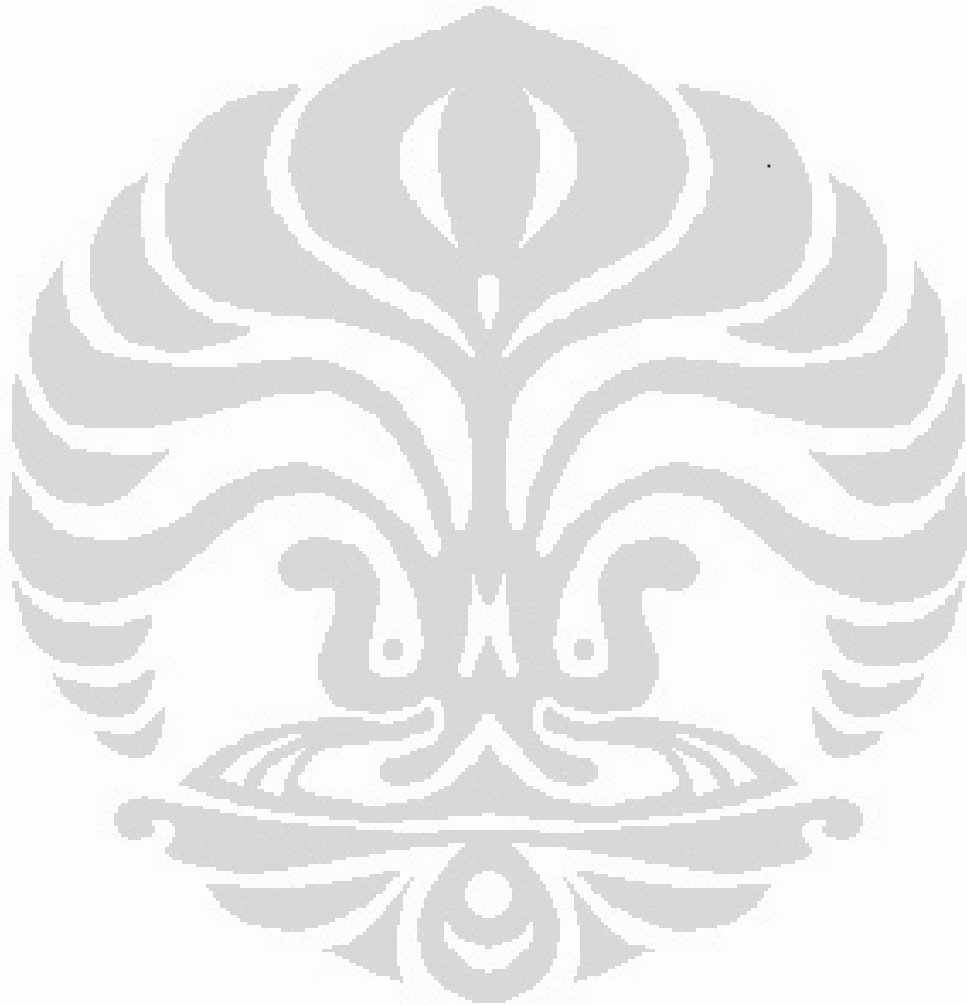
A. Desain Penelitian	11
B. Populasi dan Sampel	11
C. Tempat dan Waktu Penelitian	11
D. Etika Penelitian	12
E. Alat Pengumpul Data	13
F. Metode Pengumpul Data	14
G. Analisis Data	14
I. Jadwal Kegiatan	15
J. Sarana Penelitian	16
BAB III	17
HASIL PENELITIAN	17
A. Analisis Data	17
B. Hasil Penelitian	18
BAB IV	21
PEMBAHASAN	21
A. Pembahasan Hasil Penelitian	21
B. Keterbatasan Penelitian	22
C. Kesimpulan	23
D. Rekomendasi	24

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

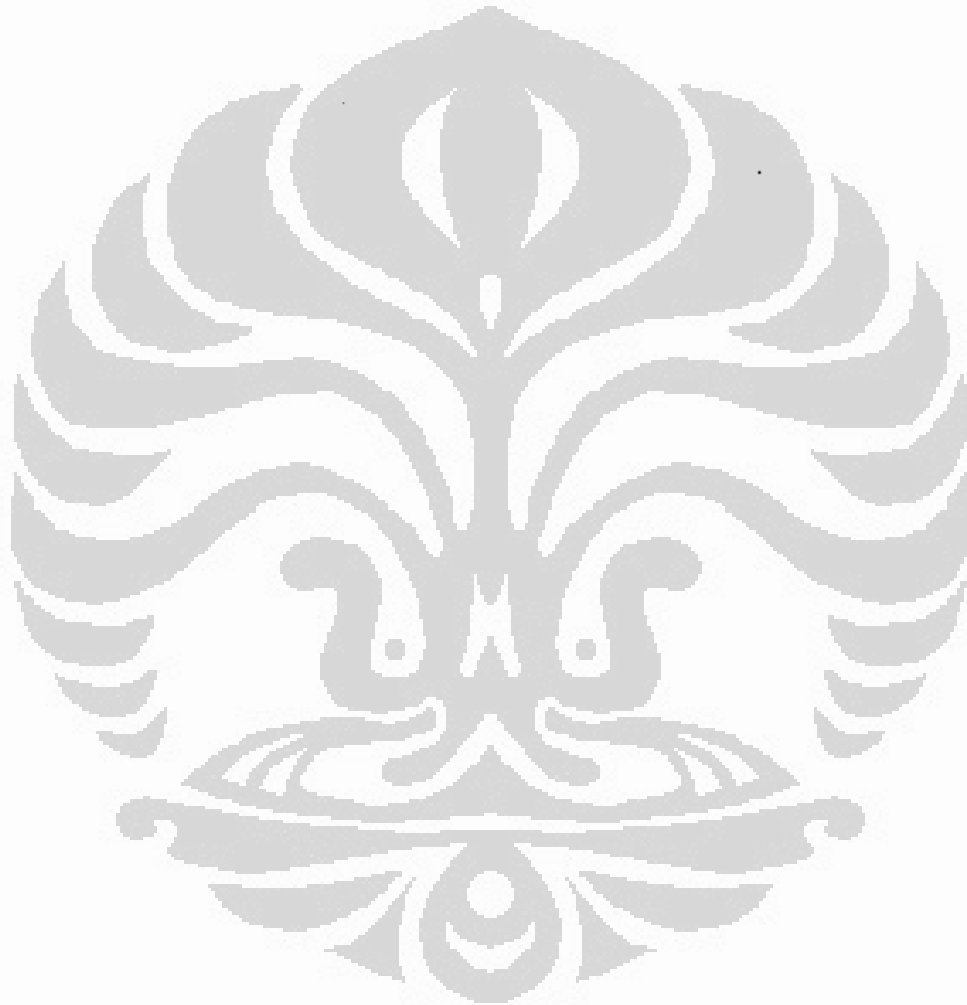
DAFTAR TABEL

Tabel 1 : Karakteristik responden



DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 : Distribusi gangguan pola makan pada siswi SMU



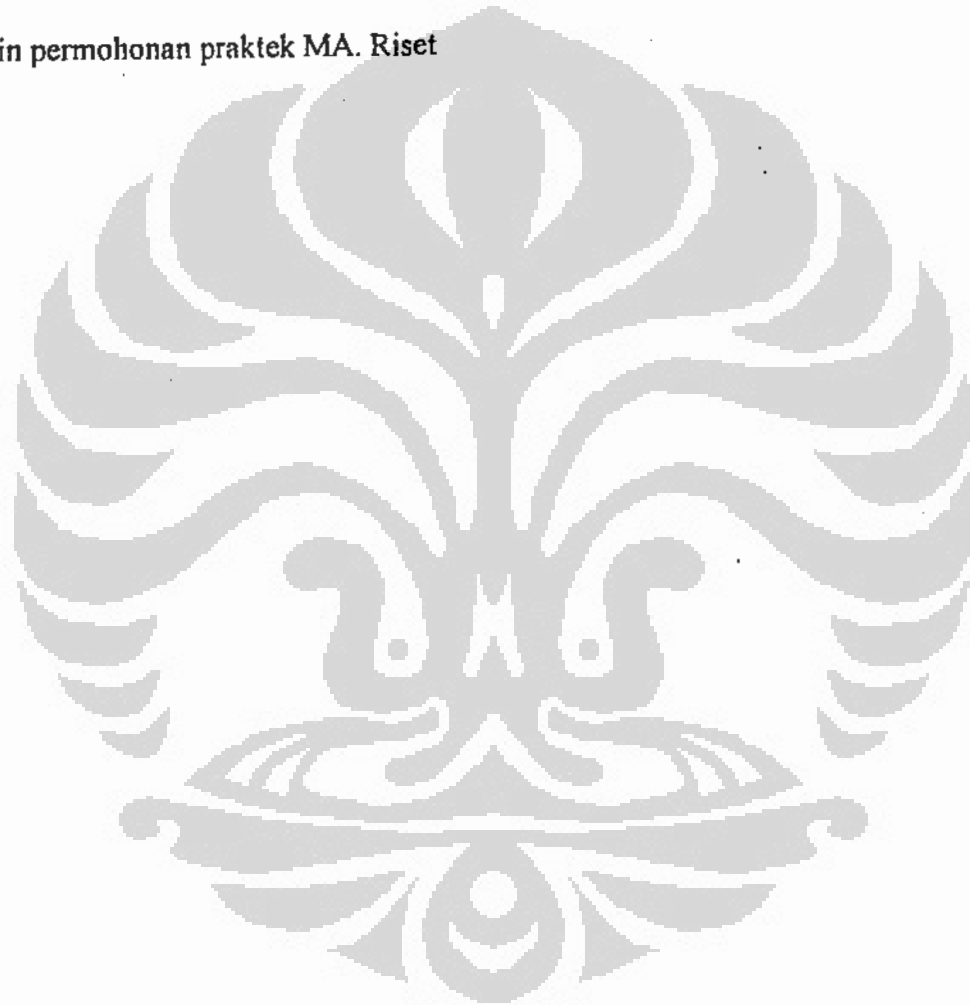
DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Lembar Informasi Untuk Responden

Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Penelitian

Lampiran 3 : Kuisisioner Penelitian

Lampiran 4 : Surat izin permohonan praktek MA. Riset



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan tahap penting dalam siklus kehidupan manusia, karena merupakan peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, dimana terjadi perubahan fisik, mental, dan psikososial. Marks (1998) menggolongkan individu dalam masa remaja pada rentang usia 13 sampai dengan 18 tahun. Di Indonesia, masa remaja akhir (usia 16-19 tahun) umumnya dikarakterisikkan dengan individu memasuki pendidikan di Sekolah Menengah Umum (SMU).

Sejalan dengan perkembangan globalisasi, berkembang pula berbagai masalah menyangkut kesehatan remaja. Salah satunya adalah gangguan pola makan. Seseorang dapat dikatakan mengalami gangguan pola makan apabila ia terobsesi dengan pengaturan makanan dan berat badannya. Mereka melakukan hal-hal yang ekstrem untuk menjaga berat badannya ("Anoreksia", 2001). Gangguan pola makan dapat berupa anoreksia nervosa, bulimia nervosa, dan *compulsive-overeating*. Gangguan pola makan merupakan masalah kesehatan yang sangat sering ditemukan pada remaja, terutama siswi SMU. Garner dan Garfinkel (1985) menyatakan bahwa satu dari dua ratus remaja mengalami anoreksia nervosa berat. McGilley dan Pryor (1998) dikutip dari Stuart dan Laraia (2001) menyatakan bahwa bulimia nervosa ditemukan sebesar 4% hingga 15% siswi sekolah lanjutan (SMU), dengan usia umumnya 15 sampai dengan 18 tahun. Sedangkan menurut Marks (1998), insiden anoreksia nervosa meningkat dari tahun ke tahun, dan diestimasikan menyerang sekitar 1% remaja wanita. Halmi (1981) menyatakan dalam sebuah penelitian, 13% murid sekolah lanjutan

dilaporkan mengalami pola makan berlebih, dan 10% mempunyai pola makan yang dimuntahkan kembali.

Keinginan untuk menjadi sosok yang sempurna, mengakibatkan banyak remaja wanita berupaya menekan nafsu makan dan mempertahankan berat badannya. Selain itu, kondisi psikologis serta perilaku (*behavior*) juga merupakan faktor-faktor yang memainkan peranan besar terhadap timbulnya gangguan pola makan (Towsend, 1994).

Dilain pihak, kebutuhan nutrisi sangat meningkat selama masa pertumbuhan remaja yang begitu cepat. Marks (1998) menyatakan bahwa pada masa remaja terjadi peningkatan nafsu makan, dan sebagian besar remaja makan dengan frekuensi lebih sering.

Tidak terpenuhinya kebutuhan nutrisi, atau sebaliknya, jumlah nutrisi/kalori berlebih yang dikonsumsi remaja, dalam hal ini siswi SMU akibat gangguan pola makan, dapat menyebabkan terjadinya perubahan biologis pada diri remaja, bahkan hal ini dapat mengarah pada kematian, sehingga peneliti menetapkan gangguan pola makan (*eating disorder*) yang sering terjadi pada siswi SMU sebagai masalah yang akan diangkat dalam penelitian.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi jenis gangguan pola makan yang sering terjadi pada siswi SMU.

C. Guna Penelitian

Aplikasi dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan dan masukkan dalam peningkatan mutu pelayanan keperawatan, yaitu:

1. Pada institusi pelayanan keperawatan dapat memberikan masukan-masukan yang bermakna dalam usaha meningkatkan asuhan keperawatan pada remaja
2. Pada institusi pendidikan keperawatan khususnya bagian keperawatan jiwa dan komunitas dapat meningkatkan upaya pengembangan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan teori gangguan pola makan.
3. Bagi peneliti selanjutnya khususnya pada bidang keperawatan jiwa dan komunitas diharapkan dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian lebih lanjut sebagai media pengembangan ilmu dan praktek keperawatan.

D. Studi Kepustakaan

I. Teori dan Konsep Terkait

1. Gangguan Pola Makan.

Gangguan pola makan terdiri dari anoreksia nervosa, bulimia nervosa, dan *compulsive-overeating*.

a. Anoreksia nervosa

Towsend (1996) menekankan anoreksia nervosa sebagai gangguan citra tubuh (*body image*) yang dimanifestasikan dengan persepsi individu menjadi gemuk saat individu tersebut sebenarnya mengalami berat badan rendah ataupun sangat kurus.

Secara medis, istilah anoreksia nervosa digunakan pada kondisi dimana terdapat ketiadaan nafsu makan, namun pada individu yang mengalami anoreksia, yang terjadi justru sebaliknya. Ia tidak kehilangan nafsu makan, tetapi melakukan penekanan terhadap nafsu makan untuk mengontrol pola makan, menghindari makan seakan

mengalami *phobia* terhadap makanan dan akan merasakan cemas apabila nafsu makannya tidak terkontrol.

Penelitian yang dilakukan oleh ANAD tahun 1999, terhadap 2000 murid di sekolah menengah atas di Amerika Serikat, ditemukan 11% remaja mengalami anoreksia. Mayoritasnya adalah wanita. (ANAD, 2002)

b. Bulimia Nervosa

Bulimia nervosa merupakan gangguan episodik, tidak terkontrol, kompulsif, pemasukan berlebih sejumlah besar makanan dalam waktu yang sangat singkat, namun diikuti dengan perilaku kompensasi untuk menghindari tubuh dari kalori berlebih (Towsend, 1996).

Upaya pengeluaran kembali tersebut dapat berupa memuntahkan kembali makanan, penggunaan laksatif berlebihan dengan maksud memperlancar proses defekasi, ataupun melakukan olahraga berlebihan dan berpuasa.

c. Compulsive-overeating

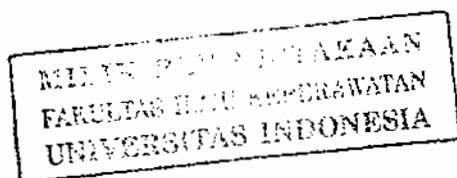
Compulsive-overeating merupakan gangguan yang dikarakteristikan secara utama dengan pola makan tidak terkontrol, impulsif, dan berkelanjutan. (ANAD, 2002).

Perilaku ini dikarakteristikan dengan mengkonsumsi sejumlah besar kalori, tetapi tidak melakukan upaya untuk mencegah terjadinya peningkatan berat badan. Individu yang mengalami *compulsive-overeating* umumnya sedang melakukan perlawanan terhadap rasa cemas, depresi, dan kesendirian. Perilaku ini dapat menjadi faktor predisposisi timbulnya obesitas.

2. Teori Gangguan Pola Makan (*Eating Disorder*)

Teori gangguan pola makan terdiri dari teori biologis, psikologis, sosial kultural, dan teori lingkungan.

- a. Teori biologis menekankan pada pusat pengaturan nafsu makan di hipotalamus, yang mengontrol mekanisme spesifik neurokimia terhadap makan. Hipotesa lain terhadap gangguan pola makan ini adalah kemungkinan merupakan gangguan mood atau gangguan lain yang disebabkan karena penurunan aktivitas opioid endogen. (Stuart & Laraia, 2001)
- b. Teori psikologis menyatakan bahwa konflik individu, kesulitan menginterpretasikan perasaan, dan ketakutan terhadap kedewasaan biologis dan psikologis dapat menjadi predisposisi dari gangguan pola makan. (Stuart & Laraia, 2001)
- c. Teori sosial kultural dilatarbelakangi dengan adanya fenomena dalam masyarakat yang menganggap bahwasanya memiliki tubuh yang ideal lebih diterima di masyarakat. Media memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap fenomena ini. Selain itu, pola makan juga dapat dibentuk melalui aktifitas ataupun tipe pekerjaan. Umumnya merupakan pekerjaan yang mengedepankan bentuk tubuh yang ideal, seperti atlet, dan model.
- d. Teori lingkungan menekankan pada faktor lingkungan yang dapat menjadi predisposisi timbulnya gangguan pola makan. Diantaranya kematian salah satu anggota keluarga, dan riwayat medis. Wonderlich et al, 1997 dikutip dari Stuart dan Laraia, 2001 menyatakan bahwa wanita dengan bulimia juga dideskripsikan tumbuh dan berkembang dalam lingkungan keluarga yang terpisah dan mengalami gangguan



perilaku lain seperti penyalahgunaan Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif lain (NAPZA).

3. Teori Tumbuh Kembang Remaja (khususnya siswi SMU, usia 16-19 tahun)

a. Definisi Remaja

Remaja adalah periode perkembangan dimana individu mengalami transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, umumnya berusia antara 13 sampai dengan 20 tahun (Potter & Perry, 1997). Sedangkan menurut WHO, remaja merupakan anak yang berusia 10 sampai dengan 19 tahun.

Istilah remaja umumnya menunjukkan kematangan psikologis seseorang, sementara istilah pubertas ditujukan pada kematangan organ reproduksinya (Potter & Perry, 1997)

Pada masa ini, remaja mengalami banyak perubahan. Secara biologis, mereka mengalami perubahan hormonal, yang dikarakteristikan dengan perubahan penampilan fisik, sedangkan perubahan mental ditandai dengan mulainya remaja berfikir abstrak, serta kemampuan menyampaikan hipotesa.

Remaja sangat sensitif terhadap perubahan fisik mereka. Sehingga perubahan fisik memberikan pengaruh pada interaksi remaja dalam kelompoknya (*peer group*).

b. Teori Perkembangan Psikososial

Erikson, 1968 dikutip dari Potter dan Perry, 1997 menyatakan bahwa tugas utama perkembangan psikososial remaja adalah pencarian identitas diri. Remaja harus mampu membina hubungan dengan sebayanya atau akan terisolasi secara sosial.

Bingung peran dianggap sebagai ancaman berbahaya pada tahapan ini sehingga kumpulan remaja maupun perbedaan yang terlihat dari perilaku remaja merupakan perilaku perlawanan remaja terhadap bingung peran tersebut.

c. Teori Perkembangan Kognitif

Teori ini menekankan bahwa perkembangan intelektual individu mencapai tingkat yang tertinggi pada masa remaja sebagai hasil dari perubahan pola pikir dan perluasan lingkungan sosialisasi. (Piaget, 1952 dikutip dari Potter dan Perry, 1997).

Remaja mulai mengembangkan kemampuan menyelesaikan masalah melalui tindakan yang logis, serta berfikir secara abstrak. Pada masa ini, remaja mulai memasuki pendidikan menengah atau lanjutan dari pendidikan dasar. Di Indonesia, remaja merupakan usia dimana seorang anak duduk sebagai siswa/siswi Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama (SLTP), maupun Sekolah Menengah Umum (SMU).

d. Citra Tubuh

Merupakan gambaran mental terhadap tubuh secara internal maupun eksternal (Potter & Perry, 1997). Citra tubuh tidak dapat dipisahkan dari perkembangan remaja. Marks (1998) menyatakan bahwa selama masa remaja, keinginan untuk tidak menjadi berbeda dengan teman sebayanya dapat menyebabkan remaja merasa tubuhnya tidak adekuat, meskipun pada kenyataannya ia berada dalam kondisi yang sehat dan atraktif. Remaja wanita sering merasakan dirinya terlalu gemuk, sehingga berupaya untuk menurunkan berat badannya melalui serangkaian diet. Beberapa dari mereka tetap memaksakan diri untuk lapar, meskipun pada dasarnya berat badan mereka telah ideal.

II. Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan penelitian ini adalah : “Gangguan pola makan manakah yang sering terjadi pada siswi SMU?”

E. Kerangka Konsep Terkait

Kerangka konsep yang digunakan dalam penelitian ini adalah model pendekatan sistem. Sistem adalah suatu tatanan yang terdiri dari komponen dan merupakan bagian dari lingkungan yang mempunyai makna dan tujuan (Clark, 1994). Dengan menggunakan pendekatan sistem yang terdiri dari input, proses, dan output, kerangka penelitian ini dapat digambarkan dalam bagan sebagai berikut :



Input dari kerangka konsep diatas adalah siswi SMU. Siswi SMU merupakan representasi dari remaja, yaitu individu berusia 16 sampai dengan 19 tahun, berjenis kelamin wanita. Sedangkan proses dari kerangka konsep penelitian ini adalah tugas perkembangan remaja, dalam hal ini spesifik pada siswi SMU. Tugas perkembangan remaja terdiri dari perkembangan fisik, kognitif, psikososial, dan citra tubuh.

Gangguan pola makan dalam kerangka konsep menjadi output dari ketidakmampuan remaja melengkapi tugas perkembangannya secara sukses.

F. Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan penelitian ini adalah : “Gangguan pola makan manakah yang sering terjadi pada siswi SMU?”

G. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah gangguan pola makan, dan siswi SMU. Berikut ini akan diuraikan definisi konseptual dan definisi operasional dari variabel-variabel tersebut:

1. Gangguan Pola Makan

Definisi konseptual :

Ketidakmampuan individu untuk mengatur pola dan kebiasaan makan dan kecenderungan untuk berlebihan dalam mengkonsumsi makanan maupun mengurangi makan dihubungkan dengan integritas biologis, psikologis, dan sosial kultural (Stuart & Laraia, 2001)

Definisi operasional :

Perilaku individu yang berlebihan dalam mengkonsumsi makanan maupun sebaliknya, terlalu membatasi jumlah makanan yang masuk kedalam tubuh. Kondisi psikologis dapat menyertai gangguan ini, antara lain stress, kecemasan, serta gangguan terhadap citra tubuh. Umumnya terjadi pada wanita, terutama remaja.

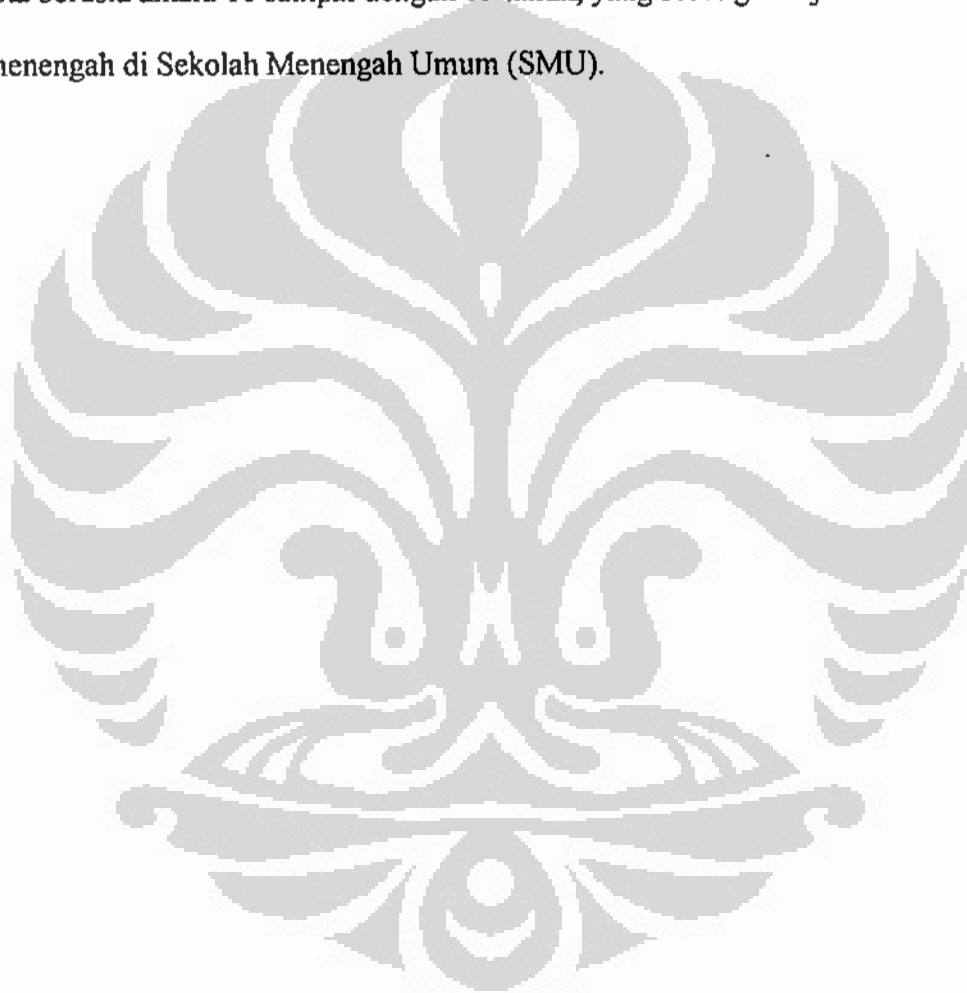
2. Siswi SMU

Definisi konseptual :

Pelajar sekolah menengah atas (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 1990). Berjenis kelamin wanita.

Definisi operasional :

Remaja wanita berusia antara 16 sampai dengan 19 tahun, yang sedang menjalankan pendidikan menengah di Sekolah Menengah Umum (SMU).



BAB II

METODE DAN PROSEDUR PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, yang bertujuan untuk menggambarkan secara akurat karakteristik individu, situasi, atau kelompok, dan atau frekwensi dimana fenomena terkait terjadi, dengan desain *Cross-Sectional* yaitu penelitian dengan mengikutsertakan pengumpulan data dalam satu waktu tertentu. (Polit Hungler, 1999).

B. Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah siswi SMU yang berusia antara 16 sampai dengan 19 tahun. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan dan tujuan peneliti sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan (Burns & Grove, 1993). Sampel yang diambil berjumlah 38 orang siswi SMU.

Sampel yang diambil memenuhi kriteria inklusi :

- Merupakan pelajar wanita (siswi) SMU dan atau sederajat
- Berusia antara 16 sampai dengan 19 tahun
- Bersedia untuk menjadi responden
- Sedang atau pernah mengalami gangguan pola makan

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian telah dilakukan pada tanggal 23 Desember 2002 di SMU Negeri 1 Depok. Setelah itu dilanjutkan kembali pada tanggal 6 – 7 Januari 2003 pada beberapa lokasi yang

berlainan, yaitu SMU Negeri 3 Depok, RW. 009 Kelurahan Warakas Jakarta Utara, RW. 01 Kelurahan Baru dan RW. 03 Kelurahan Cijantung Jakarta Timur. Penelitian dilakukan pada lokasi – lokasi tersebut karena sejak tanggal 4 Januari 2003 seluruh murid SMU di Jakarta mulai libur sekolah.

D. Etika Penelitian

Setelah proposal penelitian mendapat persetujuan dari pembimbing, peneliti mengajukan permohonan ijin penelitian kepada pihak fakultas. Setelah mendapatkan ijin penelitian, peneliti mengajukan permohonan ijin untuk melakukan penelitian di SMU Negeri 1 dan 3 Depok. Dari Kepala Sekolah SMU Negeri 1, peneliti mendapatkan ijin secara lisan dan tulisan untuk dapat melakukan penelitian dari tanggal 22 sampai dengan 23 Desember 2002, pada saat siswi SMU Negeri 1 Depok sedang menjalankan ujian praktikum olahraga. Pada SMU Negeri 3 Depok, peneliti hanya mendapatkan ijin secara lisan untuk dapat melakukan penelitian pada tanggal 7 Januari 2003.

Responden yang menjadi subjek penelitian dijamin tidak mendapatkan paksaan dan atas dasar sukarela, maka peneliti sebelumnya mempersiapkan surat persetujuan untuk ditandatangani responden. Sebelumnya peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan secara ringkas perihal penelitian yang akan dilakukan. Responden mendapatkan penjelasan tentang penelitian meliputi tujuan dan manfaat penelitian, dan bentuk partisipasi responden dalam penelitian tersebut. Dalam hal ini diharapkan responden benar-benar mengerti tentang apa yang akan dilaksanakan termasuk keuntungan dan kerugian, serta kerahasiaan data yang diberikan. Siswi SMU sebagai subjek penelitian berhak menolak menjadi responden dengan alasan apapun, bahkan mengundurkan diri.

Kerahasiaan data responden dijaga oleh peneliti dengan cara menyimpan lembar kuisisioner yang telah diisi oleh responden ditempat yang hanya diketahui oleh peneliti dan tidak membiarkan pihak lain yang tidak berkepentingan untuk membaca kuisisioner tersebut. Peneliti juga segera melakukan pemusnahan data responden setelah analisa data dilakukan.

E. Alat Pengumpul Data

Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini berupa kuisisioner untuk mengidentifikasi karakteristik siswi SMU yang mengalami gangguan pola makan. Kuisisioner bagian pertama meliputi data demografi yang berisi kode responden, tanggal pengisian, umur, agama, suku, pekerjaan orangtua, serta tinggi dan berat badan responden.

Kuisisioner bagian kedua berisi pernyataan yang menggambarkan gangguan pola makan yang terjadi pada siswi SMU, berjumlah 18 pernyataan, terdiri dari masing-masing 6 pernyataan mengenai gangguan pola makan anoreksia nervosa, yaitu nomor 2,6,8,9,15,18, bulimia nervosa, yaitu nomor 3,4,7,19,12,17, serta *compulsive-overeating*, nomor 1,5,11,13,14,16. Penempatan pernyataan dilakukan secara acak dalam kuisisioner.

Penilaian (*scoring*) berdasarkan pada skala Likert yaitu 1-5 untuk pernyataan terdiri dari : tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sering, selalu. Kemudian dilakukan penjumlahan pada masing-masing jawaban.

Sebelum dilakukan pada subjek, peneliti melakukan uji coba kuisisioner yang telah dibuat, dan selanjutnya peneliti melakukan uji coba yang dilakukan pada perwakilan sampel yang diambil secara acak yaitu 3 orang responden yang memiliki karakteristik yang sama

dengan responden penelitian. Hal tersebut dilakukan untuk mengetahui apakah pertanyaan-pertanyaan dalam daftar angket dapat dimengerti oleh responden atau tidak. Setelah uji coba kemudian peneliti melakukan revisi sesuai dengan kesalahan atau kekurangan yang diperoleh.

F. Metode Pengumpul Data

Pelaksanaan penelitian diawali dengan memberikan penjelasan kepada responden mengenai tata cara pengisian kuisisioner, dan responden diberikan kesempatan untuk bertanya bila ada hal yang kurang jelas. Kemudian peneliti memberikan waktu selama lebih kurang 10 menit kepada responden untuk mengisi kuisisioner. Setelah kuisisioner dijawab dengan lengkap, peneliti mengingatkan responden untuk memeriksa kembali kuisisionernya. Kuisisioner yang telah diisi segera dikumpulkan dan peneliti memeriksa kembali kelengkapannya. Bila masih ada yang belum terisi, responden diminta untuk melengkapinya.

G. Analisis Data

Dalam penelitian ini, analisa data yang digunakan melalui beberapa langkah. Yaitu setelah data dikumpulkan lalu ditabulasi, ditampilkan dalam tabel distribusi frekuensi antara pernyataan dan penilaian (*scoring*) tiap aspek yang diteliti. Distribusi frekuensi merupakan penyusunan sistemik nilai dari yang terendah hingga tertinggi, bersama dengan penjumlahan frekuensi tiap nilai yang didapatkan (Polit & Hungler, 1999).

H. Jadwal Kegiatan

No	Kegiatan	Desember 2002										Januari 2003										
		20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Izin penelitian di SMU Negeri 1 Depok																					
2	Izin penelitian di SMU Negeri 3 Depok																					
3	Penelitian																					
4	Pengolahan data																					
5	Pembuatan laporan penelitian																					
6	Konsultasi dengan pembimbing																					
7	Desiminasi hasil penelitian																					

MILIKI HAK KELEMBAGAAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS INDONESIA

I. Sarana Penelitian

Sarana yang digunakan selama penelitian meliputi :

1. Tenaga Peneliti
2. Literatur dari perpustakaan, internet dan media informasi lainnya
3. Transportasi dan akomodasi
4. Dana
5. Komputer dan printer
6. Kalkulator
7. Foto Kopi



BAB III

HASIL PENELITIAN

A. Analisa Data

Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 23 Desember 2002 serta tanggal 6 dan 7 Januari 2003. Sebelum membagi kuisisioner, peneliti menanyakan kepada calon responden untuk memastikan bahwa mereka pernah atau sedang mengalami gangguan pola makan sehingga memenuhi kriteria inklusi yang telah ditentukan. Dari hasil tabulasi kuisisioner yang terkumpul didapatkan 38 responden yang memenuhi persyaratan untuk dianalisa.

Analisa data dimulai dengan mengklasifikasi dan mentabulasi data menurut variabelnya. Pada kuisisioner bagian A tentang data demografi dilakukan pengelompokan data berdasarkan usia, agama, suku bangsa, pekerjaan orang tua, tinggi badan dan berat badan responden. Kemudian data ditabulasi menggunakan distribusi frekuensi dan persentase dari tiap komponen tersebut.

Kuisisioner bagian B terdiri dari 18 pernyataan yang mengarah pada adanya gangguan pola makan: anoreksia nervosa, bulimia, dan *compulsive-overeating*. Tiap jenis gangguan pola makan diwakili oleh enam pernyataan yang diacak susunannya, dan dinilai dari skala satu (tidak pernah) sampai skala lima (selalu). Kecenderungan responden terhadap salah satu jenis gangguan pola makan ditentukan oleh banyaknya nilai pada skala empat dan lima di tiap jenis gangguan. Satu responden akan ditetapkan pada satu jenis gangguan jika mempunyai nilai lebih dari delapan. Berdasarkan ketentuan tersebut, seluruh data diklasifikasi, kemudian ditabulasi dalam distribusi frekuensi dan persentase.

B. Hasil Penelitian

Berdasarkan analisa data pada kuisisioner bagian A tentang data demografi, diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 1: Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
• < 16 th	15	39,47
• 16-17 th	21	55,26
• 18-19 th	2	5,26
• 20-21 th	-	-
Agama		
• Islam	31	81,58
• Kristen	4	10,53
• Katholik	3	7,89
• Budha	-	-
• Hindu	-	-
Suku Bangsa		
• Jawa	20	52,63
• Sunda	5	13,16
• Batak	5	13,16
• Lain-lain*	8	21,05

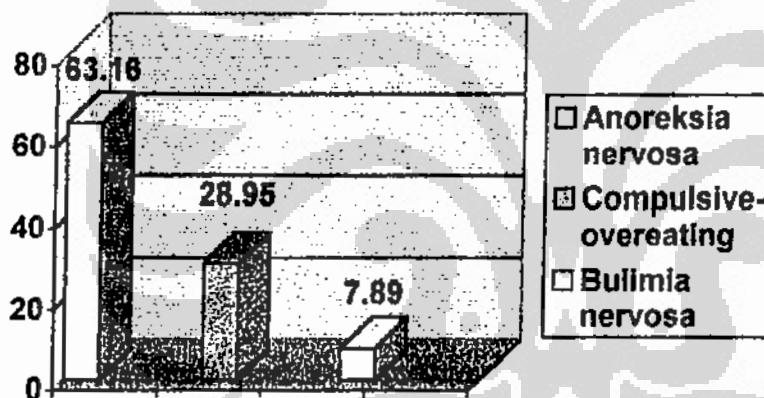
Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Pekerjaan Orang Tua		
• PNS	6	15,79
• Pegawai swasta	16	42,11
• Wiraswasta	10	26,32
• Pensiun	5	13,16
• Lain (ibu rumah tangga)	1	2,63
Tinggi Badan (cm)		
• 150-153	4	10,53
• 154-157	13	34,21
• 158-161	8	21,05
• 162-165	5	13,16
• 166-169	5	13,16
• 170-173	3	7,89
Berat Badan (kg)		
• 38-47	9	23,68
• 48-56	18	47,37
• 57-65	8	21,05
• 66-74	2	5,06
• 75-83	-	-
• 84-92	1	2,63

* (Padang, Ambon, Manado, Betawi, Jepang)

Tabel karakteristik responden di atas menunjukkan bahwa 55,26% responden berusia 16-17 tahun. Terdapat 81,58% responden yang menganut agama Islam, 52,38% responden bersuku Jawa, dan 42,11% responden yang orang tuanya bekerja sebagai pegawai swasta. Di samping itu 34,21% responden mempunyai tinggi badan pada rentang 154-157 cm, dan 47,37% responden mempunyai berat badan pada rentang 48-56 kg.

Distribusi frekuensi gangguan pola makan yang diperoleh dari analisa data pada kuisisioner bagian B adalah sebagai berikut:

Grafik 1: Distribusi gangguan pola makan pada siswi SMU



Grafik di atas menggambarkan bahwa terdapat 63,16% responden yang mengalami anoreksia nervosa, 28,95% *compulsive-overeating*, dan responden yang mengalami bulimia nervosa 7,89%. Dari persentase tiap gangguan tersebut terdapat perbedaan yang signifikan, dimana gangguan pola makan yang paling sering terjadi pada siswi SMU adalah anoreksia nervosa.

BAB IV

PEMBAHASAN

A. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada tanggal 23 Desember 2002, serta tanggal 6 dan 7 Januari 2003, diperoleh bahwa gangguan pola makan yang sering terjadi pada siswi SMU adalah anoreksia nervosa, yaitu 63,16%. Townsend (1996) menekankan anoreksia nervosa sebagai gangguan citra tubuh (*body image*) yang dimanifestasikan dengan persepsi individu menjadi gemuk saat individu tersebut sebenarnya mengalami berat badan rendah ataupun sangat kurus. Data demografi menunjukkan 55,26% dari responden berusia remaja, yaitu 16 sampai dengan 17 tahun. Sesuai dengan teori tumbuh kembang remaja, bahwa pada usia ini, remaja mengalami banyak perubahan secara biologis dan psikologis, serta sangat sensitif terhadap perubahan fisik yang menyertai perubahan biologis tersebut. Remaja memiliki kecenderungan untuk tidak menjadi berbeda dengan teman sebayanya, sehingga dapat menyebabkan remaja merasa tubuhnya tidak adekuat, meskipun pada kenyataannya ia berada dalam kondisi yang sehat. Media massa memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap timbulnya fenomena dalam masyarakat yang menganggap bahwasannya memiliki tubuh yang ideal lebih diterima di masyarakat. Serta adanya norma sosial di masyarakat yang menilai seseorang berdasarkan penampilan fisiknya

Compulsive-overeating menempati peringkat kedua dalam gangguan pola makan yang sering terjadi pada siswi SMU, yaitu 28,95%. Individu yang mengalami *compulsive-overeating* umumnya sedang melakukan perlawanan terhadap rasa cemas, depresi, dan kesendirian. Mereka merupakan kelompok individu yang mengkonsumsi makanan dalam jumlah besar, ditambah dengan makanan ringan, tetapi tidak berupaya untuk mengeluarkan kembali semua yang telah

dimakannya, sehingga cenderung mengalami kelebihan berat badan (*overweight*). Sedangkan untuk gangguan pola makan bulimia nervosa didapatkan hasil 7,89%. Bulimia nervosa merupakan gangguan episodik, tidak terkontrol, kompulsif, pemasukan berlebih sejumlah besar makanan dalam waktu yang sangat singkat, namun diikuti dengan perilaku kompensasi untuk menghindari tubuh dari kalori berlebih (Towsend, 1996). Kompensasi tersebut dapat berupa memuntahkan kembali makanan, penggunaan laksatif berlebihan dengan maksud memperlancar proses defekasi, ataupun melakukan olahraga berlebihan dan berpuasa. Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa bulimia menempati urutan terakhir pada gangguan pola makan yang sering terjadi pada siswi SMU. Dickstein (1985) dalam Varcarolis (1990) menyatakan bahwa terdapat karakteristik kontras yang membedakan anoreksia dengan bulimia nervosa, salah satunya adalah usia. Anoreksia ditemukan umumnya pada rentang usia 13 sampai dengan 22 tahun, sedangkan bulimia dalam rentang usia 20 hingga 30 tahun. Penelitian yang telah peneliti lakukan terhadap siswa SMU, didapatkan rentang usia terbesar yang mengalami anoreksia nervosa adalah 16 sampai 17 tahun, yaitu 55,26%, hal ini sesuai dengan teori tersebut.

B. Keterbatasan Penelitian

Dari awal penyusunan, peneliti telah menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna dan perlu banyak perbaikan. Penelitian yang dilakukan pada tahap pelaksanaannya pun mengalami kendala-kendala dan keterbatasan. Responden direncanakan diambil dari dua tempat saja yaitu di SMU Negeri 1 dan 3 Depok, namun karena jumlah responden yang sesuai dengan kriteria belum memenuhi target dan bersamaan pula dengan waktu ujian dan liburan semester, maka peneliti akhirnya mencari responden di beberapa tempat lain.

MILIA PURIANI
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS INDONESIA

Metode pengumpulan data yang digunakan untuk penelitian yaitu kuisioner yang dibuat sendiri oleh peneliti masih belum sesuai dengan harapan peneliti. Pernyataan-pernyataan yang ditampilkan belum mampu menyentuh secara spesifik ke jenis gangguan pola makan responden, sehingga menimbulkan kesulitan pada saat pengolahan dan analisa data. Berbagai keterbatasan ini merupakan tantangan bagi peneliti untuk terus memperbaiki hasil penelitian di masa mendatang.

C. Kesimpulan

Gangguan pola makan terjadi apabila seseorang terobsesi dengan pengaturan makan dan berat badannya. Penelitian yang telah dilakukan tentang gangguan pola makan yang sering terjadi pada siswi SMU didapatkan hasil yaitu jenis gangguan pola makan yang sering terjadi adalah anoreksia nervosa 63,16%. Gangguan pola makan yang lain adalah *compulsive-overeating* 28,95 % dan bulimia nervosa 7,89%.

Anoreksia nervosa, sebagai gangguan pola makan yang paling sering terjadi pada siswi SMU merupakan gangguan pola makan dimana terjadi penekanan terhadap nafsu makan untuk mengontrol pola makan. Anoreksia nervosa pada remaja diakibatkan karena kuatnya keinginan untuk menjadi sosok yang sempurna secara fisik, sesuai dengan tahap perkembangan remaja yang sangat sensitif terhadap perubahan tubuh mereka. Hal ini juga diperkuat oleh adanya fenomena dalam masyarakat yang menganggap bahwasanya memiliki tubuh yang ideal lebih diterima dimasyarakat.

D. Rekomendasi

Dari hasil penelitian ini peneliti merekomendasikan untuk melakukan kembali penelitian ini dengan jumlah responden yang lebih besar dan tempat pengambilan responden di beberapa tempat berbeda. Selain itu dapat pula diteliti lebih lanjut mengenai faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi terjadinya gangguan pola makan pada siswi SMU.



DAFTAR PUSTAKA

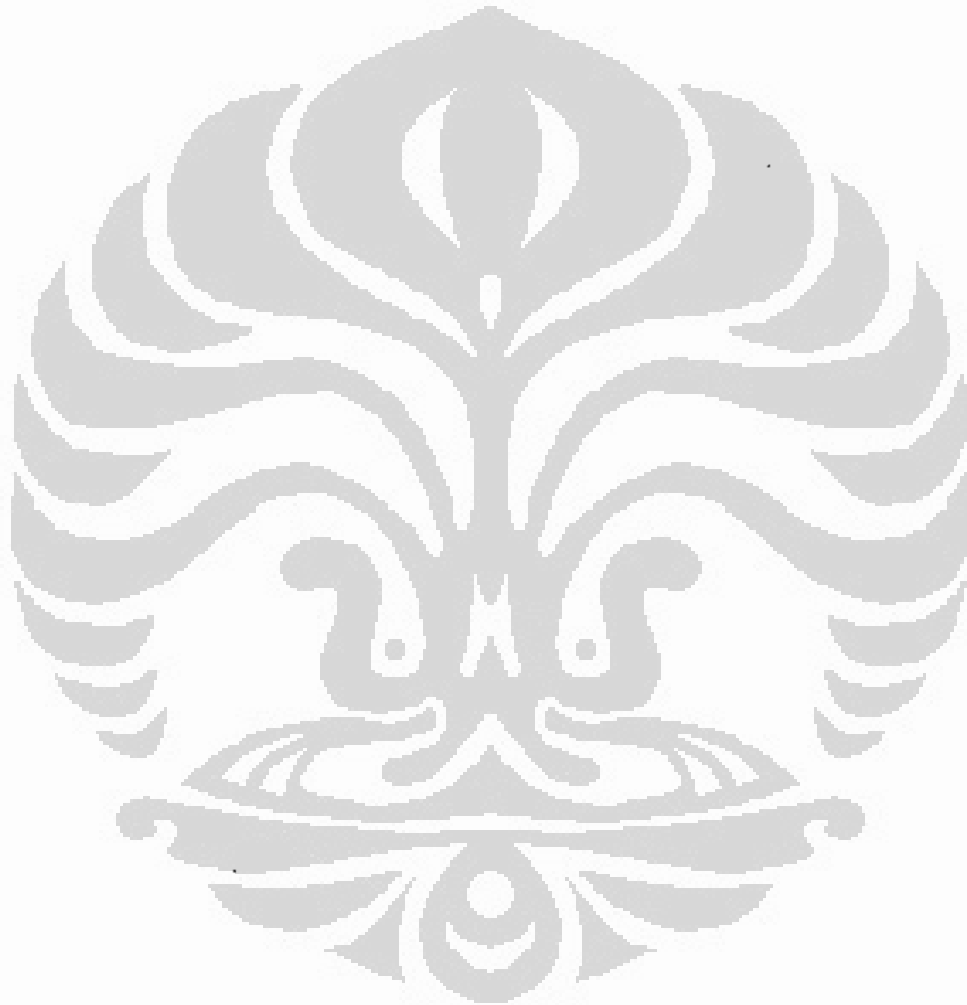
- ANAD (2002). *High school study on eating disorder*. Diambil pada 02 Desember 2002 dari <http://www.fda.gov.fdac.eatdis.html>.
- ANAD (2002). *What causes eating disorder?*. Diambil pada 02 Desember 2002 dari <http://www.nationaleatingdisorder.org>
- Burn's & Grove. (1993). *The practice of nursing research, conduct, critical, and utilization* (1st ed). Philadelphia: WB. Saunders Company.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (1990). *Kamus besar bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Hastono, S.P. (2001). *Manajemen dan analisa data penelitian kesehatan. Pelatihan manajemen dan analisa data penelitian kesehatan*. FIK UI Jakarta, Indonesia.
- Kompas (2001). *Anoreksia*. Diambil pada 02 Desember 2002 dari <http://www.kompas.com/dikbud/anor.htm>
- Marks, MG (1998). *Broadribb's introductory pediatric nursing* (5th ed). Philadelphia: Lippincott-Raven Publishers.
- Polit, DF. & Hungler, BP. (1999). *Nursing research; Principles and method*. (6th ed). Philadelphia: JB. Lippincott
- Potter, PA & Perry, AG. (1997). *Fundamentals of nursing; concepts, process, and practice*. (4th ed). St. Louis: Mosby Year Book
- Stuart & Laraia. (2001). *Principles and practice of psychiatric nursing* (7th ed). St. Louis: Mosby Year Book

Towsend, MC. (1996). *Psychiatric mental health nursing; Concepts of care* (2nd ed).

Philadelphia: Davis Company

Varcarolis, E.,M. (1990). *Foundations of psychiatric mental health nursing.*

Philadelphia: WB. Saunders Company



LEMBAR INFORMASI UNTUK RESPONDEN

Responden yang kami hormati,

Kami adalah mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia, akan melaksanakan penelitian tentang “Gangguan Pola Makan Yang Sering Terjadi Pada Siswi SMU” :

Nama	NPM
Dewi Puriani	1399000071
Ella Andalusia	1399000128
Emi Sara	1399000136
Erni Setiani	1399000152

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi jenis gangguan pola makan yang sering terjadi pada siswi SMU.

Penelitian ini tidak akan menimbulkan kerugian bagi saudara sebagai responden, jawaban yang saudara berikan akan kami jaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Segera setelah penelitian, data akan dimusnahkan.

Bersama ini kami mohon kesediaan saudara menandatangani lembar persetujuan dan menjawab pertanyaan dalam lembar pertanyaan sesuai dengan petunjuk yang ada. Atas bantuan dan partisipasi yang baik dari saudara, kami mengucapkan terimakasih.

Jakarta, Desember 2002

Peneliti

LEMBAR PERSETUJUAN PENELITIAN

Judul Penelitian : Gangguan Pola Makan Yang Sering Terjadi Pada Siswi SMU

Peneliti : Dewi Puriani, Ella Andalusia, Emi Sara, Emi Setiani

Pembimbing : Novy Helena CD., S.Kp.M.Sc.

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bersedia untuk turut berpartisipasi sebagai responden penelitian. Saya mengerti bahwa saya menjadi bagian dari penelitian ini yang bertujuan untuk mengetahui gangguan pola makan yang sering terjadi pada siswi SMU.

Sebelum menjawab kuisisioner, saya telah diberitahu oleh peneliti bahwa jawaban kuisisioner bersifat suka rela dan identitas saya sebagai pemberi jawaban kuisisioner akan dirahasiakan. Semua berkas yang mencantumkan identitas subyek penelitian hanya akan digunakan untuk keperluan pengolahan data dan setelah itu akan dimusnahkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sukarela dan tanpa ada unsur paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, Desember 2002

Responden

KUISIONER PENELITIAN

Kode Responden

Tanggal

A. DATA DEMOGRAFI

Petunjuk pengisian :

Beri jawaban terhadap pertanyaan yang paling sesuai, dengan cara memberi nomor pada kolom yang tersedia untuk jawaban yang sesuai

1. Usia

(1) < 16 tahun

(2) 16-17 tahun

(3) 18-19 tahun

(4) 20-21 tahun

2. Agama

(1) Islam

(2) Kristen

(3) Katolik

(4) Hindu

(5) Budha

3. Suku

(1) Jawa

(2) Sunda

(3) Batak

(4) Lainnya, sebutkan....

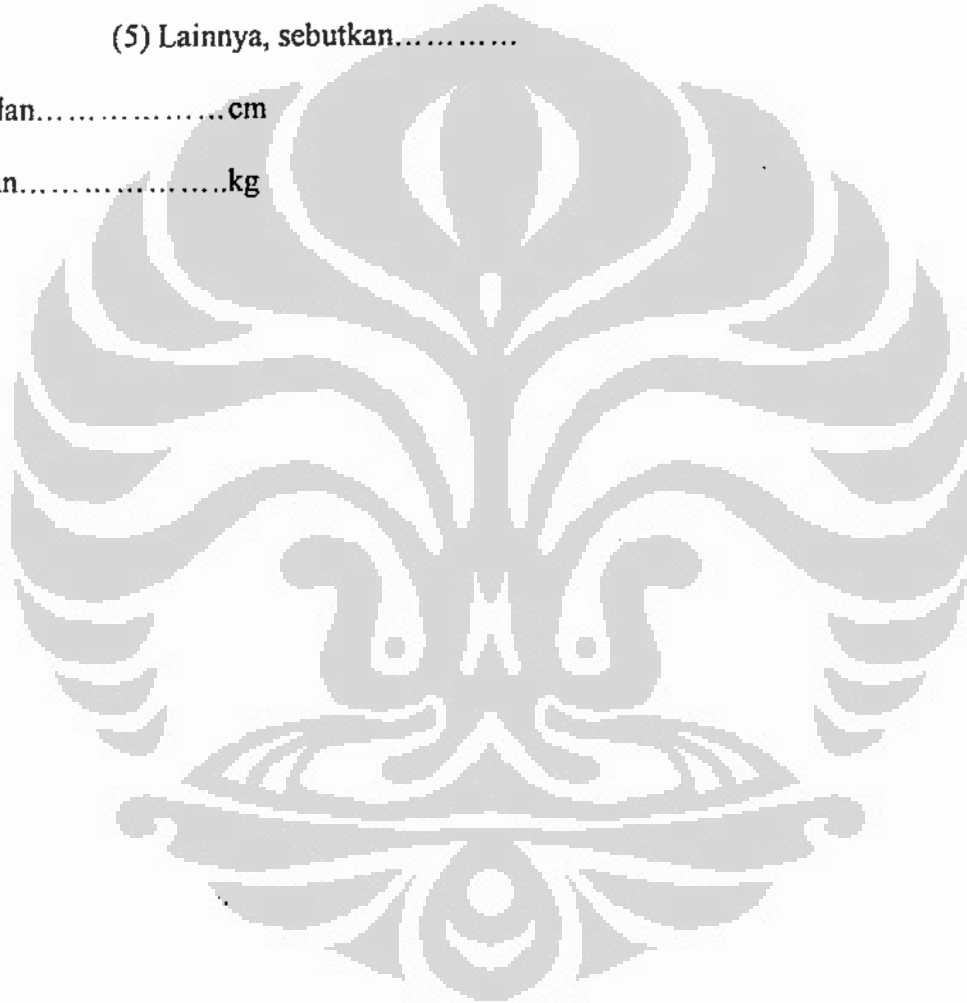
4. Pekerjaan orangtua



- (1) PNS
- (2) Pegawai swasta
- (3) Wiraswasta
- (4) Pensiunan
- (5) Lainnya, sebutkan.....

5. Tinggi Badan..... cm

6. Berat Badan..... kg



B. KUISIONER

Petunjuk Pengisian :

1. Bacalah pernyataan yang ada dengan teliti
2. Beri tanda cek (✓) pada kolom yang disediakan untuk pengisian
3. Bila saudara ingin memperbaiki jawaban pertama yang salah, saudara tidak perlu menggunakan penghapus, tetapi cukup dengan memberikan tanda ✗ pada tanda cek yang salah, kemudian tuliskan kembali
4. Saudari dapat bertanya langsung pada peneliti jika ada kesulitan dalam mengisi pernyataan dalam kuisisioner.

Keterangan skala

1 = Tidak Pernah

4 = Sering

2 = Jarang

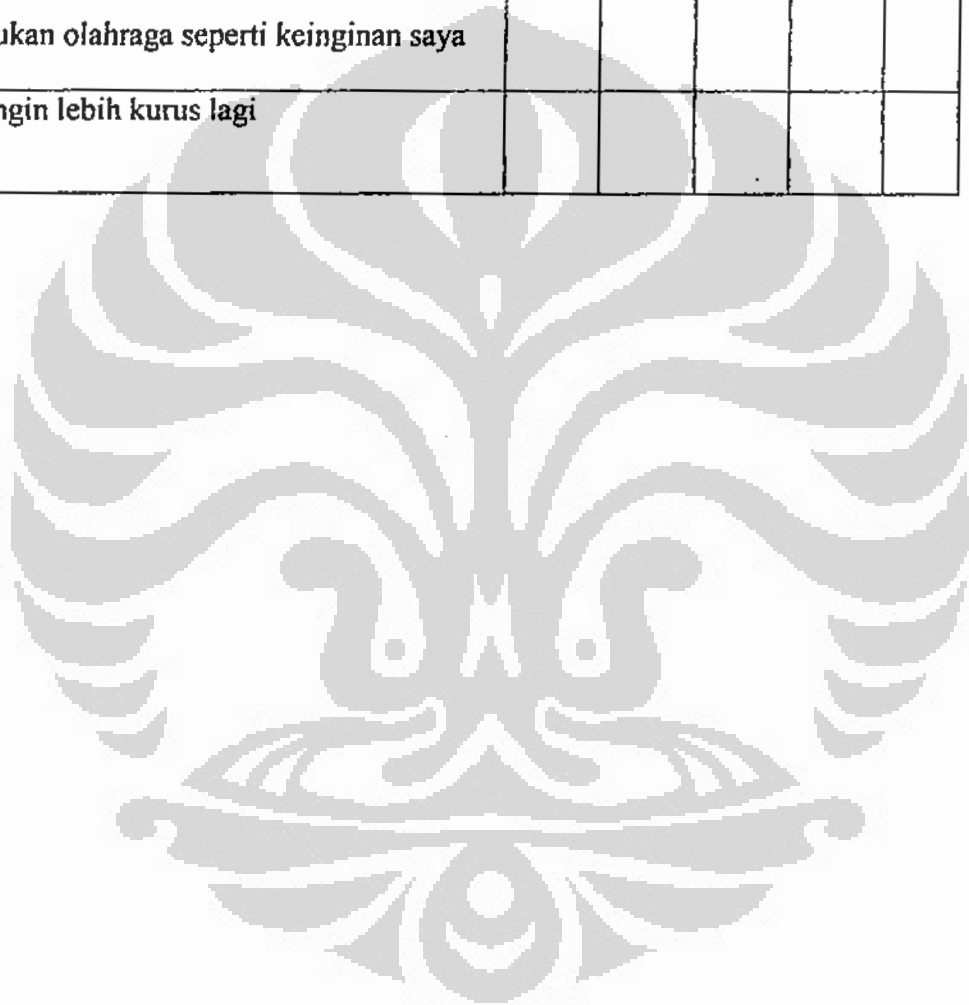
5 = Selalu

3 = Kadang-kadang

No	PERNYATAAN	SKALA				
		1	2	3	4	5
1.	Saya mengalami peningkatan nafsu makan meskipun tanpa rasa lapar					
2.	Saya selalu merasa kegemukan					
3.	Saya mengalami penurunan berat badan secara drastis					

4	Saya memuntahkan kembali makanan yang telah saya makan					
5.	Saya mengkonsumsi banyak makanan disaat stress					
6.	Saya akan merasa bersalah setelah makan					
7.	Saya akan berusaha untuk memuntahkan makanan yang telah saya makan					
8.	Saya kehilangan nafsu makan disaat stress					
9.	Saya tidak ingin orang lain tahu berat badan saya					
10.	Saya mengalami keterlambatan siklus menstruasi					
11.	Saya merasakan tidak mampu mengontrol jumlah makanan yang saya makan					
12.	Saya menggunakan pencahar untuk memudahkan buang air besar					
13.	Pola makan saya lebih cepat dan dan lebih lahap dari orang lain					
14.	Saya mengalami peningkatan berat badan secara drastis					

15.	Jadwal olahraga saya sangat ketat					
16.	Saya menghabiskan waktu untuk berpikir tentang makanan					
17.	Saya akan panik apabila tidak dapat melakukan olahraga seperti keinginan saya					
18.	Saya ingin lebih kurus lagi					





UNIVERSITAS INDONESIA
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

Jalan Salumbu Raya 4, Telp. 3100752, 330325 Fax. 3154091
JAKARTA 10430

Nomor : 2864 /PT02.HH.FIK/2002
Lampiran : --
Perihal : Permohonan Praktek M.A. Riset

17 Desember 2002

Yth. Kepala Sekolah
SMU 1 Depok
Di
Depok

Dalam rangka mengimplementasikan mata ajar "Riset Keperawatan" mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia (FIK-UI) :

No	Nama mahasiswa	NPM
1	Ella Andalusia	1399000128
2	Dewi Puriani	1399000071
3	Emi Sara	1399000136
4	Erni Setiani	1399000152

akan mengadakan praktek riset dengan judul : "Gangguan Pola Makan Yang Banyak Terjadi Pada Siswi SMU".

Sehubungan dengan hal tersebut, bersama ini kami mohon dengan hormat kesediaan Saudara mengizinkan mahasiswa tersebut untuk mengadakan praktek riset di SMU 1 Depok.

Atas perhatian Saudara dan kerjasama yang baik, disampaikan terima kasih.

Dekan.

Dra. Elly Nurachmah, D.N.Sc
NIP. 140'053 336

Tembusan Yth. :

1. Wakil Dekan I FIK-UI
2. Koord. M.A. "Riset Keperawatan"
3. Kabag. Tata Usaha FIK-UI
4. Kasubbag. Pendidikan FIK-UI