

## BAB 5

### HASIL PENELITIAN

#### 5.1 Gambaran Umum SMA Negeri 70

SMA Negeri 70 terletak di jalan Bulungan I Blok C, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan. SMA Negeri 70 Jakarta merupakan gabungan dari dua SMA negeri, yaitu SMA Negeri 9 dan SMA Negeri 11 yang masing-masing berdiri tahun 1959 dan 1960. Kedua SMA negeri tersebut kemudian digabungkan melalui SK Menteri P dan K No.025/O/81 yang dikeluarkan pada tanggal 3 Oktober 1981. Setelah bergabung menjadi SMA Negeri 70, kegiatan belajar mengajar baru aktif pada tanggal 5 Oktober 1981 dan sekaligus diperingati sebagai hari ulang tahun SMA Negeri 70 Jakarta (SMAN 70, 2007).

Pada tahun ajaran 2007/2008, jumlah kelas yang ada di SMA Negeri 70 sebanyak 36 kelas dan jumlah siswa sebanyak 1322 orang dengan rincian sebagai berikut (SMAN 70, 2007):

1. Kelas X : 10 kelas reguler dan 1 kelas internasional. Jumlah siswa 398 orang dengan 126 orang laki-laki dan 272 orang perempuan.
2. Kelas XI : 9 kelas ilmu alam dan 2 kelas ilmu sosial reguler, 1 kelas ilmu alam akselerasi dan 1 kelas ilmu alam internasional. Jumlah siswa 457 orang dengan 160 orang laki-laki dan 297 orang perempuan.
3. Kelas XII : 8 kelas ilmu alam dan 2 kelas ilmu sosial reguler, 1 kelas ilmu alam dan 1 kelas ilmu sosial internasional. Jumlah siswa 467 orang dengan 167 orang laki-laki dan 300 orang perempuan.

## 5.2 Hasil Univariat

### 5.2.1 Kecenderungan Penyimpangan Perilaku Makan (PPM)

**Tabel 5.1** Distribusi Responden Berdasarkan Kecenderungan Tipe Penyimpangan Perilaku Makan pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

Kecenderungan tipe penyimpangan	n	%
Anoreksia Nervosa	31	11.8
Bulimia Nervosa	61	23.3
Binge Eating	13	5
EDNOS	127	48.5
Normal	30	11.5
<b>Total</b>	<b>262</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 5.1, terlihat bahwa lebih dari 80% responden memiliki kecenderungan penyimpangan perilaku makan dan hanya 11,5% responden yang tergolong normal. Kecenderungan tipe penyimpangan yang paling banyak dialami oleh responden yaitu *Eating Disorder Not Otherwise Specified/ EDNOS* (48,5%).

### 5.2.2 Persepsi Terhadap Berat Badan dan Bentuk Tubuh

**Tabel 5.2** Distribusi Responden Berdasarkan Persepsi Terhadap Berat Badan dan Bentuk Tubuh pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

Skala	Takut jika BB naik atau menjadi gemuk		Berat badan menjadi komponen utama evaluasi diri		Bentuk tubuh menjadi komponen utama evaluasi diri	
	n	%	n	%	n	%
0	33	12.6	37	14.1	27	10.3
1	11	4.2	60	11.5	32	12.2
2	62	23.7	65	24.8	56	21.4
3	24	9.2	23	8.8	32	12.2
4	52	19.8	65	24.8	71	27.1
5	38	18.3	25	9.5	28	10.7
6	32	12.2	17	6.5	16	6.1
<b>Total</b>	<b>262</b>	<b>100</b>	<b>262</b>	<b>100</b>	<b>262</b>	<b>100</b>

Keterangan:

- 0 : tidak sama sekali
- 1 : antara tidak sama sekali dengan sedikit
- 2 : sedikit
- 3 : antara sedikit dengan sedang
- 4 : sedang
- 5 : antara sedang dengan sangat
- 6 : sangat

Berdasarkan tabel 5.2, dapat dilihat bahwa responden paling banyak (23,7%) menjawab "sedikit" untuk variabel "takut jika berat badan naik/menjadi gemuk". Jawaban "sedikit" dan "sedang" untuk variabel "berat badan menjadi komponen evaluasi diri yang utama" masing-masing diberikan oleh 24,8% responden. Responden juga paling banyak (27,1%) menjawab "sedang" untuk variabel "bentuk tubuh menjadi komponen evaluasi diri yang utama".

### 5.2.3 *Binge-eating*

**Tabel 5.3** Distribusi Responden Berdasarkan Variabel *Binge-eating* pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

Variabel	n	%
Riwayat episode <i>binge-eating</i> (n = 262)		
Pernah	56	21.4
Tidak pernah	206	78.6
Perilaku <i>binge-eating</i> (n = 262)		
Makan hingga kekenyangan	158	60.3
Makan dalam porsi besar walaupun tidak lapar	63	24
Makan sendirian karena malu	9	3.4
Merasa muak/jijik pada diri sendiri setelah makan berlebihan	65	24.8
Banyaknya perilaku <i>binge-eating</i> yang dialami (n = 262)		
Tidak ada	61	23.3
1 perilaku	124	47.3
2 perilaku	62	23.7
3 perilaku	13	4.9
4 perilaku	2	0.8
Merasa sangat kecewa karena tidak mampu mengendalikan porsi makan/saat BB naik (n = 262)	128	48.9

Berdasarkan tabel 5.3, dapat dilihat bahwa sebanyak 21,4% responden pernah mengalami episode *binge-eating* (makan dengan porsi berlebihan dan tidak dapat mengendalikannya). Dari 4 perilaku yang biasanya terjadi pada orang yang mengalami episode *binge-eating*, perilaku yang paling banyak dialami adalah makan hingga kekenyangan, yaitu sebesar 60,3%. Sedangkan presentase terbesar untuk banyaknya perilaku *binge-eating* yang dialami oleh responden yang pernah mengalami episode *binge-eating*, yaitu sebanyak 1 perilaku (47,3%). Selain itu,

sebanyak 48,9% responden menyatakan sangat kecewa karena tidak mampu mengendalikan porsi makan atau saat berat badannya naik.

#### 5.2.4 Perilaku Kompensasi

**Tabel 5.4 Distribusi Responden Berdasarkan Variabel Perilaku Kompensasi dalam 3 bulan terakhir pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008**

Variabel	n	%
Jenis perilaku kompensasi yang dilakukan (n = 262)		
Memuntahkan isi perut dengan sengaja	7	2.7
Menggunakan obat pencahar atau diuresis	22	8.4
Melewatkan setidaknya 2 waktu makan berturut-turut	121	46.2
Melakukan olahraga secara berlebihan	119	45.4
Banyaknya perilaku kompensasi yang dilakukan (n = 262)		
Tidak melakukan	102	38.9
1 perilaku	67	25.6
2 perilaku	78	29.8
3 perilaku	14	5.3
4 perilaku	1	0.4

Berdasarkan tabel 5.4, dapat dilihat bahwa sebanyak 61,1% responden pernah melakukan perilaku kompensasi dalam 3 bulan terakhir sebelum penelitian berlangsung. Perilaku kompensasi yang paling banyak dilakukan oleh responden yaitu melewati setidaknya 2 waktu makan berturut-turut (46,6%). Diikuti oleh melakukan olahraga secara berlebihan sebanyak 45,8%. Sebanyak 29,8% responden yang pernah melakukan perilaku kompensasi melakukan 2 perilaku kompensasi. Tetapi ada sebanyak 1 responden (0,48%) yang melakukan keempat perilaku kompensasi.

**Tabel 5.5 Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Perilaku Kompensasi dalam Satu Minggu pada 3 bulan terakhir pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008**

Frekuensi (kali/minggu)	Memuntahkan isi perut		Menggunakan pencahar/diuresis		Melewatkan dua waktu makan		Olahraga berlebihan	
	n	%	n	%	n	%	n	%
0	255	97.3	240	91.6	141	53.8	143	54.6
1	1	0.4	5	1.9	28	10.7	46	17.6
2	2	0.8	5	1.9	32	12.2	30	11.5
3	1	0.4	4	1.5	21	8.0	22	8.4
4	3	1.1	2	0.8	12	4.6	6	2.3
5	-	-	2	0.8	13	5.0	4	1.5
6	-	-	1	0.4	7	2.7	3	1.1
7	-	-	2	0.8	3	1.1	2	0.8
8	-	-	-	-	2	0.8	3	1.1
9	-	-	-	-	-	-	1	0.4
10	-	-	-	-	2	0.8	1	0.4
11	-	-	-	-	-	-	-	-
12	-	-	1	0.4	-	-	-	-
13	-	-	-	-	-	-	-	-
14	-	-	-	-	1	0.4	1	0.4

Berdasarkan tabel 5.5, frekuensi terbanyak untuk perilaku kompensasi memuntahkan isi perut dengan sengaja sebanyak 3 kali/minggu dengan presentase sebesar 1,1%. Frekuensi terbanyak untuk perilaku kompensasi menggunakan pencahar/diuresis sebanyak 1 dan 2 kali/minggu, yaitu sebesar 1,9%. Frekuensi terbanyak untuk melewatkan setidaknya dua waktu makan berturut-turut sebanyak 2 kali/minggu, yaitu sebesar 12,2%. Frekuensi terbanyak untuk perilaku olahraga secara berlebihan sebanyak 1 kali/minggu dengan presentase sebesar 17,6%.

### 5.2.5 Perilaku Diet

**Tabel 5.6 Distribusi Responden Berdasarkan Variabel Perilaku Diet pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008**

Variabel	n	%
Riwayat berdiet dalam setahun terakhir (n = 262)		
Pernah	139	53.1
Tidak pernah	123	46.9
Alasan berdiet (n = 139)		
Agar lebih sehat	98	70.5
Menurunkan BB agar lebih menarik	107	77
Mencegah kenaikan BB	100	71.9
Saran dokter/konsultan kesehatan	11	7.9
Saran pelatih olahraga	20	14.4
Nasihat orang tua	43	30.9
Saran teman	21	15.1
Lainnya	11	7.9
Frekuensi berdiet dalam setahun terakhir (n = 139)		
1-4 kali	82	59
5-10 kali	25	18
> 10 kali	12	8.6
selalu berdiet	20	14.4
Pertama kali berdiet		
SD	2	1.4
SMP	70	50.4
SMA	64	46
lupa	3	2.2
Cara diet		
Mengurangi konsumsi KH	116	83.5
Menambah konsumsi sayur/buah	93	66.9
Mengurangi konsumsi lemak	103	74.1
Mengurangi konsumsi gula/makanan manis/cemilan	67	48.2
Mengurangi frekuensi makan	102	73.4
Merokok	4	2.9
Minum obat pencahar/diuresis	12	8.6
Memuntahkan makanan yg telah dimakan	3	2.2
Mengonsumsi obat pelangsing/teh/jamu	17	12.2
Minum obat penurun nafsu makan	8	3.1
Berolahraga/aktivitas fisik lebih berat/lebih sering/lebih lama dari biasanya	96	69.1

Berdasarkan tabel 5.6, dapat dilihat bahwa sebanyak 53,1% responden pernah berdiet dalam setahun terakhir. Alasan terbanyak yang menyebabkan mereka berdiet adalah untuk menurunkan berat badan agar tampil lebih menarik (77%). Frekuensi berdiet dalam setahun terakhir terbanyak, yaitu sebanyak 1-4 kali (59%). Waktu memulai diet pertama kali yang paling banyak disebutkan, yaitu pada tingkat SMP (50,4%). Tetapi terdapat 2 orang responden (1,4%) yang sudah mulai berdiet sejak

SD. Cara diet yang dilakukan terbanyak, yaitu mengurangi konsumsi karbohidrat (83,5%), mengurangi konsumsi lemak (74,1%) dan menambah konsumsi sayur/buah (66,9%). Walaupun demikian terdapat sejumlah responden yang melakukan diet dengan cara yang tidak sehat. Sebanyak 73,4% responden berdiet dengan mengurangi frekuensi makan dan 69,1% berdiet dengan berolahraga berlebih.

### 5.2.6 Citra Tubuh

**Tabel 5.7 Distribusi Responden Berdasarkan Variabel Citra Tubuh pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008**

Variabel	n	%
Merasa diri gemuk (n = 262)		
Ya	163	62.2
Tidak	99	37.8
Alasan merasa diri gemuk (n = 163)		
Berat badan saya di atas normal	82	50.3
Berat badan saya di atas rata-rata berat badan teman saya	78	47.9
Tubuh saya terlihat besar	117	71.8
Ukuran baju yang saya gunakan di atas rata-rata ukuran baju yang digunakan teman sebaya saya	38	23.3
Lainnya	23	14.1
Pertama kali merasa gemuk (n = 163)		
SD	41	25.2
SMP	71	43.6
SMA	34	20.9
Lupa	17	10.4
IMT (n = 262)		
< 17.5	7	2.7
17.5-18.5	38	17.2
>18.5-25.0	166	63.4
>25.0-27.0	24	9.2
>27.0	27	10.3
Rerata $\pm$ SD	21.93 $\pm$ 3.55	

Berdasarkan tabel 5.7, dapat dilihat bahwa sebanyak 62,2% responden merasa diri mereka gemuk. Alasan yang paling banyak disebutkan, yaitu tubuh saya terlihat besar (71,8%). SMP merupakan waktu yang disebutkan paling banyak saat mereka pertama kali merasa gemuk (43,6%). Beberapa alasan yang disebutkan oleh responden yang termasuk ke dalam alasan lainnya, yaitu saya lebih gemuk dari kakak

dan ibu saya, "ngerasa gemuk aja", baju lama saya sudah tidak muat lagi, mudah lelah, di perut ada lipatannya, ingin seperti idola dan lain sebagainya. Tingginya angka responden yang berdiet ternyata tidak sejalan dengan distribusi responden menurut IMT. Lebih dari separuh responden (63,4%) berada dalam kisaran normal berdasarkan IMT.

### 5.2.7 Rasa Percaya Diri

**Tabel 5.8 Distribusi Responden Berdasarkan Variabel Rasa Percaya Diri pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008**

Variabel	n	%
Merasa minder/rendah diri (n = 262)		
Ya	61	23.3
Tidak	201	76.7
Alasan merasa minder (n = 61)		
Berat badan	35	57.4
Bentuk tubuh	36	59
Kemampuan akademis	18	29.5
Kemampuan finansial	9	14.8
Lainnya	7	11.5

Berdasarkan tabel 5.8, dapat dilihat bahwa sebanyak 23,3% responden merasa minder/rendah diri ketika sedang bersama-sama dengan teman sebayanya. Alasan terbanyak yang menyebabkan mereka merasa minder, yaitu bentuk tubuh mereka (59%), diikuti oleh berat badan mereka (57,4%). Sebelas koma lima persen responden yang mengemukakan alasan lainnya, diantaranya beralasan kurang dapat mengikuti mode.



### 5.2.8 Kekerasan Fisik

**Tabel 5.9 Distribusi Responden Berdasarkan Variabel Kekerasan Fisik pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008**

Variabel	n	%
Riwayat kekerasan fisik (n = 262)		
Pernah	31	11.8
Tidak pernah	231	88.2
Jumlah kekerasan fisik yang pernah dialami (n = 31)		
1 kali	7	2.6
2 kali	8	25.8
3 kali	4	12.9
> 3 kali	12	38.7
Waktu mengalami kekerasan fisik (n = 31)		
< SD	5	16.1
SD	15	48.4
SMP	13	41.9
SMA	16	51.6
Akibat dari kekerasan yang pernah dialami (n = 31)		
Memar pada tubuh	20	64.5
Perdarahan/luka	6	19.4
Patah/retak/remuk tulang	2	6.5
Luka/memar pada muka/kepala	2	6.5
Trauma	11	35.5
Pelaku kekerasan (n = 31)		
Ayah/ibu/adik/kakak	20	64.5
Saudara/sepupu/om/tante	1	3.2
Tetangga/teman lingkungan rumah	4	12.9
Orang tidak dikenal	1	3.2
Lainnya (pacar, guru, teman sekolah, pembantu, senior)	9	29

Berdasarkan tabel 5.9, terlihat bahwa 11,8% responden pernah mengalami kekerasan fisik. Frekuensi kekerasan fisik terbanyak yang pernah dialami responden yaitu lebih dari 3 kali (38,7%). Waktu mengalami kekerasan fisik paling banyak, yaitu saat SMA (51,6%). Akibat dari kekerasan fisik tersebut yang paling banyak mereka alami, yaitu memar pada tubuh (64,5%) disusul oleh perasaan trauma (35,5%). Pelaku kekerasan terbanyak adalah keluarga terdekat responden seperti ayah/ibu/kakak/adik (64,5%). Sedangkan 29% responden menjawab kekerasan fisik yang pernah mereka alami dilakukan oleh pacar, guru, teman sekolah, pembantu dan senior di organisasi.

### 5.2.9 Pelecehan Seksual

**Tabel 5.10 Distribusi Responden Berdasarkan Variabel Pelecehan Seksual pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008**

Variabel	n	%
Riwayat pelecehan seksual (n = 262)		
Pernah	7	2.7
Tidak pernah	255	97.3
Jumlah pelecehan seksual yang pernah dialami (n = 7)		
1 kali	3	43
2 kali	2	28.5
3 kali	0	0
> 3 kali	2	28.5
Waktu mengalami pelecehan seksual (n = 7)		
SD	1	14.3
SMP	3	43
SMA	3	43
Bentuk pelecehan yang pernah dialami (n = 7)		
Ciuman	2	28.6
Sentuhan/gesekan tangan/jari pada organ intim	4	57.1
Sentuhan/gesekan organ intim pada organ intim	1	14.3
Pelaku pelecehan (n = 7)		
Orang tidak dikenal	3	43
Teman sekolah	2	28.5
Pacar	2	28.5

Berdasarkan tabel 5.10, dapat dilihat bahwa hanya 2,7% responden yang pernah mengalami pelecehan seksual. Frekuensi pelecehan terbanyak yang dialami responden yaitu hanya satu kali (43%). Waktu mengalami pelecehan berimbang antara SMP dengan SMA, yaitu sama-sama 43%. Sedangkan bentuk pelecehan seksual yang paling banyak dialami adalah sentuhan/gesekan tangan/jari pada organ intim (57,1%). Sementara itu, pelecehan paling banyak dilakukan oleh orang tidak dikenal yaitu sebanyak 43%.

### 5.2.10 Bullying

**Tabel 5.11** Distribusi Responden Berdasarkan Variabel *Bullying* pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

Variabel	n	%
Riwayat <i>bullying</i> oleh teman sebaya/kakak kelas/senior organisasi (n = 262)		
Pernah	161	61.5
Tidak pernah	101	38.5
Waktu mengalami <i>bullying</i> (n = 7)		
SD	13	8.1
SMP	31	19.3
SMA	149	92.5
Bentuk <i>bullying</i> yang pernah dialami (n = 7)		
Kekerasan fisik	12	7.5
Ancaman	77	47.8
Pengucilan	16	9.9
Pemalakan/kolekan	123	76.4
Pemaksaan melakukan sesuatu yang tidak diinginkan	79	49.1
Larangan melakukan sesuatu yang mengada-ada	106	65.8
Bentakan	6	2.3

Berdasarkan tabel 5.11, terlihat bahwa lebih dari separuh (61,5%) responden pernah mengalami *bullying* yang dilakukan oleh teman sebaya/kakak kelas atau senior organisasi. *Bullying* paling banyak dialami saat responden SMA (92,5%). Sedangkan tiga bentuk *bullying* yang paling banyak dialami, yaitu pemalakan/kolekan (76,4%), larangan melakukan sesuatu yang mengada-ada (65,8%) dan disusul oleh pemaksaan melakukan sesuatu yang tidak diinginkan (49,1%). Terdapat sejumlah kecil (7,5%) *bullying* yang berbentuk kekerasan fisik.

### 5.2.11 Ejekan Seputar Berat Badan atau Bentuk Tubuh

**Tabel 5.12** Distribusi Responden Berdasarkan Variabel Ejekan Seputar Berat Badan atau Bentuk Tubuh pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

Variabel	n	%
Riwayat ejekan seputar berat badan/bentuk tubuh (n = 262)		
Pernah	132	50.4
Tidak pernah	130	49.6
Jumlah ejekan yang pernah dialami (n = 132)		
1-2 kali	46	34.8
3-5 kali	35	26.5
> 5 kali	38	28.8
Selalu diejek	9	6.8
Tidak tentu	4	3
Waktu mengalami ejekan (n = 132)		
SD	55	41.7
SMP	69	52.3
SMA	89	67.4
Pelaku pengejekkan (n = 132)		
Orang tua	34	25.8
Kakak/adik	58	43.9
Saudara	36	27.3
Teman	113	85.6
Guru	4	3
Kakak kelas/senior organisasi	12	9.1

Berdasarkan tabel 5.12, dapat dilihat bahwa 50% responden pernah diejek seputar berat badan atau bentuk tubuh. Sebanyak 34,8% responden pernah diejek 1-2 kali dan 6,8% responden selalu diejek. Kebanyakan responden diejek pada saat mereka SMA (67,4%). Sedangkan pelaku pengejekkan terbanyak adalah teman (85,6%), diikuti kakak/adik (43,9%) lalu saudara (27,3%). Selain itu, sebanyak 3% responden pernah diejek oleh gurunya.

## 5.2.12 Media Massa

### 5.2.12.1 Keterpaparan Terhadap Media Massa

**Tabel 5.13** Distribusi Responden Berdasarkan Intensitas Keterpaparan Terhadap Media Massa yang Bertemakan Mode, Tren atau Gaya Hidup pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

Jenis media (n = 262)	Frekuensi keterpaparan					
	Tidak pernah		Jarang		Sering	
	n	%	n	%	n	%
Majalah/tabloid	5	1.9	210	80.2	47	17.9
Acara televisi	10	3.8	165	63	87	33.2
Situs internet	68	26	162	61.8	32	12.2

Ket:

- Tidak pernah : 0 kali  
 Jarang :  $\leq 1$  kali/bulan  
 Sering :  $\geq 1$  kali/minggu

Berdasarkan tabel 5.13, terlihat bahwa baik majalah (80,2%), acara televisi (63%) maupun situs internet (61,8%) yang membahas tentang mode, tren atau gaya hidup jarang diakses oleh responden.

### 5.2.12.2 Pengaruh Media Massa

**Tabel 5.14** Distribusi Responden Berdasarkan Pengaruh Media Massa Bertemakan Mode, Tren atau Gaya Hidup Terhadap Citra Tubuh pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

Citra tubuh (n = 262)	Pernyataan sikap			
	Ya		Tidak	
	n	%	n	%
Saya berpikir bahwa bentuk tubuh model pada gambar majalah/acara televisi atau situs tersebut merupakan bentuk tubuh yang ideal	189	73.5	68	26.5
Gambar model tersebut membuat saya ingin menurunkan berat badan saya.	126	49	131	51

Berdasarkan tabel 5.14, dapat dilihat bahwa paling banyak responden (73,5%) menyatakan setuju jika tubuh model pada berbagai media massa yang membahas tentang mode, tren atau gaya hidup merupakan bentuk tubuh yang ideal. Sementara itu, sebanyak 49% responden menyatakan bahwa gambar model pada

berbagai media massa tersebut membuat mereka ingin menurunkan berat badan mereka.

**Tabel 5.15** Distribusi Responden Berdasarkan Pengaruh Media Massa Bertemakan Mode, Tren atau Gaya Hidup Terhadap Perilaku Diet pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

Pengaruh media (n = 262)	Pernyataan sikap					
	Setuju		Tidak setuju		Ragu-ragu	
	n	%	n	%	n	%
Saya berdiet karena artikel tentang gaya hidup, mode atau tren yang ada di majalah/situs atau acara televisi.	23	8.9	173	67.3	61	23.7
Saya memulai program latihan fisik/olahraga karena artikel tentang gaya hidup, mode atau tren yang ada di majalah/situs atau acara televisi	46	17.9	148	57.6	63	24.5

Berdasarkan tabel 5.15, dapat dilihat bahwa paling banyak responden (63,7%) menyatakan tidak setuju jika kegiatan diet mereka disebabkan oleh pengaruh media massa. Responden juga paling banyak (57,6%) menyatakan tidak setuju jika dikatakan yang menginisiasi mereka untuk melakukan latihan fisik/olahraga adalah pengaruh media massa.

### 5.3 Hasil Bivariat

#### 5.3.1 Perilaku Diet

**Tabel 5.16** Tabulasi Silang antara Perilaku Diet dalam Setahun Terakhir dengan Kecenderungan PPM pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

Perilaku diet setahun terakhir	Kecenderungan PPM				Total		OR (95% CI)	P value
	Ya		Tidak		n	%		
	n	%	n	%				
Pernah	138	99.3	1	0.7	139	100	42.5	0.000*
Tidak pernah	94	76.4	29	23.6	123	100	5.7-317.9	
<b>Jumlah</b>	<b>232</b>	<b>88.5</b>	<b>30</b>	<b>11.5</b>	<b>262</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel 5.16, dapat dilihat bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang pernah berdiet dalam setahun terakhir, yaitu 99,3%. Sementara itu, kecenderungan penyimpangan perilaku makan hanya dialami oleh 76,4% responden yang tidak pernah berdiet dalam setahun terakhir. Hasil uji statistik memperlihatkan hubungan yang bermakna antara perilaku diet dalam setahun terakhir dengan kecenderungan PPM dengan *P-value* sebesar 0.000. *Odds ratio* untuk riwayat diet sebesar 42,5 dengan 95%CI antara 5,7-317,9.

### 5.3.2 Citra Tubuh

**Tabel 5.17** Tabulasi Silang antara Citra Tubuh dengan Kecenderungan PPM pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

Citra tubuh	Kecenderungan PPM				Total		OR (95% CI)	P value
	Ya		Tidak		n	%		
	n	%	n	%				
Merasa gemuk	156	95.7	7	4.3	163	100	6.7 2.7-16.4	0.000*
Tidak merasa gemuk	76	76.8	23	23.2	99	100		
<b>Jumlah</b>	<b>232</b>	<b>88.5</b>	<b>30</b>	<b>11.5</b>	<b>262</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel 5.17, dapat dilihat bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang merasa dirinya gemuk, yaitu 95,7%. Sementara itu, kecenderungan penyimpangan perilaku makan hanya dialami oleh 76,8% responden yang tidak merasa dirinya gemuk. Hasil uji statistik memperlihatkan adanya hubungan yang bermakna antara citra diri dengan kecenderungan PPM dengan *P-value* sebesar 0,000. *Odds ratio* untuk citra diri sebesar 6,7 dengan 95%CI antara 2,7-16,4.

### 5.3.3 Rasa Percaya Diri

**Tabel 5.18** Tabulasi Silang antara Rasa Percaya Diri dengan Kecenderungan PPM pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

Rasa percaya diri	Kecenderungan PPM				Total		OR (95% CI)	P value
	Ya		Tidak		n	%		
	n	%	n	%				
Merasa minder	56	91.8	5	8.2	61	100	1.5	0.495
Tidak merasa minder	176	87.6	25	12.4	201	100	0.5-4.3	
<b>Jumlah</b>	<b>232</b>	<b>88.5</b>	<b>30</b>	<b>11.5</b>	<b>262</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel 5.18, dapat dilihat bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang merasa minder/rendah diri, yaitu 91,8%. Sementara itu, kecenderungan penyimpangan perilaku makan hanya dialami oleh 87,6% responden yang tidak merasa minder/rendah diri. Hasil uji statistik memperlihatkan *P-value* sebesar 0,495, sehingga dikatakan tidak ada hubungan yang bermakna antara rasa percaya diri dengan kecenderungan PPM. *Odds ratio* untuk rasa percaya diri sebesar 1,5 dengan 95%CI antara 0,5-4,3.

### 5.3.4 Kekerasan Fisik

**Tabel 5.19** Tabulasi Silang antara Kekerasan Fisik dengan Kecenderungan PPM pada Siswi SMAN 70 Jakarta tahun 2008

Kekerasan fisik	Kecenderungan PPM				Total		OR (95% CI)	P value
	Ya		Tidak		n	%		
	n	%	n	%				
Pernah	30	96.8	1	3.2	31	100	4.3	0.224
Tidak pernah	202	87.4	29	12.6	231	100	0.5-32.7	
<b>Jumlah</b>	<b>232</b>	<b>88.5</b>	<b>30</b>	<b>11.5</b>	<b>262</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel 5.19, dapat dilihat bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang pernah mengalami kekerasan fisik, yaitu 96,8%. Sementara itu, kecenderungan penyimpangan perilaku makan hanya dialami oleh 87,4% responden yang tidak pernah mengalami kekerasan



fisik. Hasil uji statistik memperlihatkan *P-value* sebesar 0,224, sehingga dikatakan tidak ada hubungan yang bermakna antara riwayat kekerasan fisik dengan kecenderungan PPM. *Odds ratio* untuk riwayat kekerasan fisik sebesar 14,3 dengan 95%CI antara 0,5-32,7.

### 5.3.5 Pelecehan Seksual

**Tabel 5. 20** Tabulasi Silang antara Pelecehan Seksual dengan Kecenderungan PPM pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

Pelecehan seksual	Kecenderungan PPM				Total		OR (95% CI)	P value
	Ya		Tidak		n	%		
	n	%	n	%				
Pernah	6	85.7	1	14.3	7	100	0.77	0.578
Tidak pernah	226	88.6	29	11.4	255	100	0.9-6.6	
<b>Jumlah</b>	<b>232</b>	<b>88.5</b>	<b>30</b>	<b>11.5</b>	<b>262</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel 5.20, dapat dilihat bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang tidak pernah mengalami pelecehan seksual, yaitu 88,6%. Sementara itu, kecenderungan penyimpangan perilaku makan hanya dialami oleh 85,7% responden yang pernah mengalami pelecehan seksual. Hasil uji statistik memperlihatkan *P-value* sebesar 0,578, sehingga dikatakan tidak ada hubungan yang bermakna antara riwayat pelecehan seksual dengan kecenderungan PPM. *Odds ratio* untuk pelecehan seksual sebesar 0,77 dengan 95%CI antara 0,9-6,6.

### 5.3.6 Bullying

Tabel 5.21 Tabulasi Silang antara *Bullying* dengan Kecenderungan PPM pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

<i>Bullying</i>	Kecenderungan PPM				Total		OR (95% CI)	P value
	Ya		Tidak		n	%		
	n	%	n	%				
Pernah	144	89.4	17	10.6	161	100	1.2	0.709
Tidak pernah	88	87.1	13	12.9	101	100	0.5-2.7	
<b>Jumlah</b>	<b>232</b>	<b>88.5</b>	<b>30</b>	<b>11.5</b>	<b>262</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel 5.21, dapat dilihat bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang pernah mengalami *bullying*, yaitu 89,4%. Sementara itu, kecenderungan penyimpangan perilaku makan hanya dialami oleh 87,1% responden yang tidak pernah mengalami *bullying*. Hasil uji statistik memperlihatkan P-value sebesar 0,709, sehingga dikatakan tidak ada hubungan yang bermakna antara riwayat *bullying* dengan kecenderungan PPM. *Odds ratio* untuk riwayat *bullying* sebesar 1,2 dengan 95%CI antara 0,5-2,7.

### 5.3.7 Ejekan Seputar Bentuk Tubuh atau Berat Badan

Tabel 5.22 Tabulasi Silang antara Ejekan Seputar Berat Badan atau Bentuk Tubuh dengan Kecenderungan PPM pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

Ejekan	Kecenderungan PPM				Total		OR (95% CI)	P value
	Ya		Tidak		n	%		
	n	%	n	%				
Pernah	125	94.7	7	5.3	132	100	3.8	0.003*
Tidak pernah	107	82.3	23	17.7	130	100	1.5-9.2	
<b>Jumlah</b>	<b>232</b>	<b>88.5</b>	<b>30</b>	<b>11.5</b>	<b>262</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel 5.22, dapat dilihat bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang pernah diejek seputar berat badan atau bentuk tubuh, yaitu 94,7%. Sementara itu, kecenderungan penyimpangan perilaku makan hanya dialami oleh 82,3% responden yang tidak pernah diejek seputar berat badan atau bentuk tubuh. Hasil uji statistik

memperlihatkan adanya hubungan yang bermakna antara riwayat ejekan dengan kecenderungan PPM dengan *P-value* sebesar 0,003. *Odds ratio* untuk riwayat ejekan sebesar 3,8 dengan 95%CI antara 1,5-9,2

### 5.3.8 Media Massa

#### 5.3.8.1 Majalah

Tabel 5.23 Tabulasi Silang antara Keterpaparan dengan Majalah yang Bertemakan Tren, Mode atau Gaya Hidup dengan Kecenderungan PPM pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

Intensitas keterpaparan	Kecenderungan PPM				Total		OR (95% CI)	P value
	Ya		Tidak		n	%		
	n	%	n	%				
Sering	46	97.9	1	2.1	47	100	n/a	0.77
Jarang	182	86.7	28	13.3	210	100		
Tidak pernah	4	80	1	20	5	100		
<b>Jumlah</b>	<b>232</b>	<b>88.5</b>	<b>30</b>	<b>11.5</b>	<b>262</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel 5.23, dapat dilihat bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang sering terpapar dengan majalah yang bertemakan tren, mode atau gaya hidup, yaitu 97,9%. Kemudian turun menjadi 86,7% pada responden yang jarang membacanya. Lalu turun lagi menjadi 80% pada responden yang tidak pernah membacanya. Hasil uji statistik memperlihatkan hasil *P-value* sebesar 0,77. Sehingga dikatakan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara frekuensi keterpaparan dengan majalah yang bertemakan mode, tren atau gaya hidup dengan kecenderungan PPM.

### 5.3.8.2 Acara Televisi

**Tabel 5.24** Tabulasi Silang antara Keterpaparan dengan Acara Televisi yang Bertemakan Tren, Mode atau Gaya Hidup dengan Kecenderungan PPM pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

Intensitas keterpaparan	Kecenderungan PPM				Total		OR (95% CI)	P value
	Ya		Tidak		n	%		
	n	%	n	%				
Sering	81	93.1	6	6.9	87	100	n/a	0.246
Jarang	142	86.1	23	13.9	165	100		
Tidak pernah	9	90	1	10	10	100		
<b>Jumlah</b>	<b>232</b>	<b>88.5</b>	<b>30</b>	<b>11.5</b>	<b>262</b>	<b>100</b>		

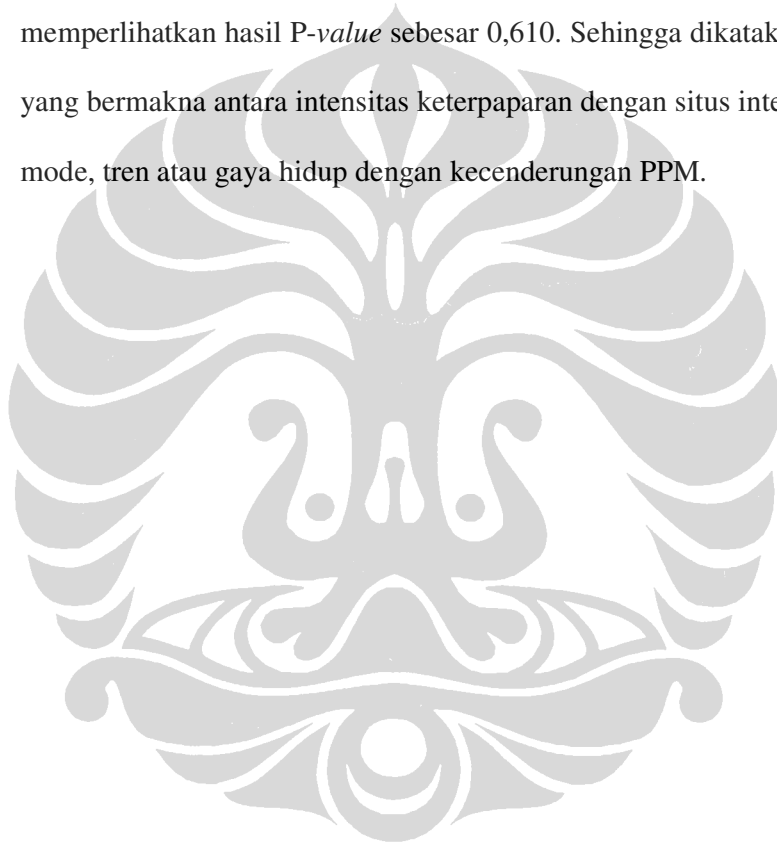
Berdasarkan tabel 5.24, dapat dilihat bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang sering terpapar dengan acara televisi yang bertemakan tren, mode atau gaya hidup, yaitu 93,1%. Kemudian turun menjadi 86,1% pada responden yang jarang menontonnya. Lalu naik lagi menjadi 90% pada responden yang tidak pernah menontonnya. Hasil uji statistik memperlihatkan hasil *P-value* sebesar 0,246. Sehingga dikatakan tidak ada hubungan yang bermakna antara intensitas keterpaparan dengan acara televisi yang bertemakan mode, tren atau gaya hidup dengan kecenderungan PPM.

### 5.2.8.3 Situs Internet

**Tabel 5.25** Tabulasi Silang antara Keterpaparan dengan Situs Internet yang Bertemakan Tren, Mode atau Gaya Hidup dengan Kecenderungan PPM pada Siswi SMAN 70 Jakarta Selatan tahun 2008

Intensitas keterpaparan	Kecenderungan PPM				Total		OR (95% CI)	P value
	Ya		Tidak		n	%		
	n	%	n	%				
Sering	30	93.8	2	6.3	32	100	n/a	0.610
Jarang	142	87.7	20	12.3	162	100		
Tidak pernah	60	88.2	8	11.8	68	100		
<b>Jumlah</b>	<b>232</b>	<b>88.5</b>	<b>30</b>	<b>11.5</b>	<b>262</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel 5.25, dapat dilihat bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang sering terpapar dengan situs internet yang bertemakan tren, mode atau gaya hidup, yaitu 91,8%. Kemudian turun menjadi 87,7% pada responden yang jarang membukanya. Lalu naik lagi menjadi 88,2% pada responden yang tidak pernah membukanya. Hasil uji statistik memperlihatkan hasil *P-value* sebesar 0,610. Sehingga dikatakan tidak ada hubungan yang bermakna antara intensitas keterpaparan dengan situs internet yang bertemakan mode, tren atau gaya hidup dengan kecenderungan PPM.



## BAB 6

### PEMBAHASAN

#### 6.1 Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan yang patut menjadi bahan pertimbangan. Keterbatasan-keterbatasan tersebut, yaitu:

1. Penelitian ini menggunakan disain *cross sectional*, sehingga hubungan antara variabel independen dan variabel dependen bukanlah suatu kausalitas.
2. Penelitian ini belum tentu menggambarkan keseluruhan populasi siswa SMAN 70 karena sampel yang diambil hanya murid perempuan kelas I dan II.
3. Pengukuran variabel perilaku diet, citra tubuh, rasa percaya diri, kekerasan fisik, pelecehan seksual, *bullying* serta ejekan seputar berat badan atau bentuk tubuh hanya sampai melihat pada status pernah atau tidak. Sedangkan pengukuran variabel media massa dilakukan secara terpisah untuk tiap jenis media massa.

#### 6.2 Kecenderungan Penyimpangan Perilaku Makan

Penelitian ini mengidentifikasi bahwa lebih dari 80% responden memiliki kecenderungan penyimpangan perilaku makan dan kecenderungan tipe penyimpangan yang paling banyak dialami oleh responden yaitu *Eating Disorder Not Otherwise Specified/ EDNOS* (48,5%). Mereka yang termasuk ke dalam kategori EDNOS memiliki kriteria untuk lebih dari satu tipe penyimpangan perilaku makan.

Sebagai contoh mereka pernah mengalami episode *binge-eating* (kriteria BED) tetapi juga memiliki ketakutan akan kenaikan berat badan (kriteria anoreksia nervosa). Hal ini sesuai dengan pernyataan Fairburn dan Hill dalam Geissler dan Powers (2005) bahwa separuh dari kasus penyimpangan perilaku makan di komunitas bukanlah anoreksia nervosa maupun bulimia nervosa. Orang-orang ini dikatakan mengalami penyimpangan perilaku makan yang atipikal. DSM-IV kemudian menggolongkannya ke dalam EDNOS.

Pertanyaan seputar bentuk tubuh dan berat badan mendapatkan presentase jawaban yang beragam. Namun dua hal yang perlu jadi perhatian adalah presentase jawaban yang tergolong ke dalam sebuah indikasi penyimpangan perilaku makan dan presentase jawaban yang berada pada garis batas indikasi penyimpangan. Sesuai dengan ketentuan yang dibuat oleh Stice dan rekan (2000), pertanyaan “apakah anda ketakutan jika berat badan anda naik atau anda menjadi gemuk” merupakan salah satu indikator spesifik untuk mendiagnosis anoreksia nervosa. Sedangkan pertanyaan ”apakah berat badan anda mempengaruhi penilaian anda terhadap diri anda sendiri sebagai seorang manusia” dan “apakah bentuk tubuh anda mempengaruhi penilaian anda terhadap diri anda sendiri sebagai seorang manusia” merupakan indikator untuk anoreksia dan bulimia. Responden dianggap memenuhi indikator tersebut jika memberikan jawaban  $\geq 4$  (sedang dan seterusnya).

Berdasarkan tabel 5.2 dapat dilihat bahwa sebanyak 50,3% responden pada pertanyaan “apakah anda ketakutan jika berat badan anda naik atau anda menjadi gemuk”, 40,8% responden pada pertanyaan ”apakah berat badan anda mempengaruhi penilaian anda terhadap diri anda sendiri sebagai seorang manusia” dan 43,9% responden pada pertanyaan “apakah bentuk tubuh anda mempengaruhi penilaian

anda terhadap diri anda sendiri sebagai seorang manusia” memberikan jawaban  $\geq 4$ . Dari kenyataan tersebut terlihat bahwa 50,3% responden memenuhi salah satu kriteria untuk dianggap mengalami anoreksia nervosa dan sekitar 40% responden memenuhi salah satu kriteria untuk dianggap mengalami anoreksia nervosa atau bulimia nervosa. Sedangkan sebanyak 9,2% responden untuk pertanyaan pertama, 8,8% responden untuk pertanyaan kedua dan 12,2% responden untuk pertanyaan ketiga berada pada garis batas indikasi penyimpangan.

Berdasarkan jawaban pada pertanyaan tentang *binge-eating*, ditemukan bahwa 21,4% responden pernah mengalami episode *binge-eating* dan sebanyak 76,7% responden pernah melakukan satu jenis atau lebih perilaku *binge-eating*. Melakukan tiga jenis atau lebih perilaku *binge-eating* merupakan salah satu kriteria diagnosis untuk BED. Pada penelitian ini, ditemukan bahwa 5,7% responden melakukan tiga atau lebih perilaku *binge-eating* dan 23,7% berada pada garis batas karena sudah melakukan dua jenis perilaku.

Berdasarkan tabel 5.4 terlihat bahwa perilaku kompensasi yang paling banyak dilakukan yaitu melewatkan waktu makan (46,2%). Seorang responden bisa saja melakukan lebih dari satu macam perilaku kompensasi dan ternyata 29,8% dari responden yang mengaku melakukan perilaku kompensasi, melakukan 2 macam perilaku kompensasi. Stice dan rekan (2000) membuat ketentuan bahwa jika frekuensi dari keempat perilaku kompensasi dijumlahkan dan bernilai 8 atau lebih, maka orang tersebut sudah memenuhi kriteria lainnya dari bulimia nervosa. Tetapi pada penelitian ini hal tersebut tidak tergambarkan karena peneliti membuatnya hanya menjadi pernah atau tidak melakukan perilaku kompensasi tanpa memperhitungkan frekuensinya.



### 6.3 Perilaku Diet

Pada penelitian ini ditemukan bahwa lebih dari separuh responden (53,1%) pernah berdiet dalam setahun terakhir. Sebanyak 77% responden menjawab berdiet untuk menurunkan berat badan agar lebih menarik dan 50,4% memulainya pertama kali ketika SMP. Dari tiga kenyataan di atas, peneliti menghasilkan beberapa pendapat. Pertama, peneliti berpendapat bahwa saat ini berdiet merupakan sesuatu yang wajar dan umum dilakukan di kalangan siswi SMA 70 di Jakarta. Hal ini didasarkan pada kenyataan bahwa lebih dari separuh responden pernah berdiet. Menurut peneliti, fakta bahwa sebagian besar (77%) dari para pendiet beralasan untuk menurunkan berat badan agar tampil lebih menarik juga mengindikasikan suatu pergeseran budaya. Hal ini seperti yang dinyatakan oleh Sarafino (1998:251) bahwa bertahun-tahun lalu, seorang perempuan yang cantik ideal adalah seorang perempuan yang lebih bulat dengan ukuran dada dan pinggul yang lebih besar. Setelah tahun 1960-an, figur ideal seorang perempuan menjadi lebih kurus dan tekanan sosial pada perempuan untuk menjadi langsing meningkat. Laura Hill dalam publikasinya juga menyatakan bahwa sebuah budaya yang menggariskan kurus sebagai sebuah jalan menuju sukses, seperti Amerika Serikat dan Eropa Barat makin kurus seseorang makin bernilai ia di mata masyarakat. Sehingga tidak heran jika orang akan berlomba-lomba menjadi kurus dengan berbagai cara (Wardlaw dan Kessel, 2002).

Selain itu peneliti menduga adanya suatu kepercayaan dalam diri siswi SMAN 70 bahwa berat badan yang sesuai dengan kebutuhan sosial merupakan sebuah tampilan fisik yang menarik. Dugaan ini timbul mengacu pada alasan berdiet yang paling banyak dijawab oleh responden adalah untuk menurunkan berat badan

agar lebih menarik dan pertama kali responden mulai berdiet yaitu pada waktu SMP. Usia SMP (11-13 tahun) merupakan usia awal masa remaja. Brown (2005) mengatakan bahwa pada fase remaja terjadi perubahan yang sangat besar pada aspek biologis, emosional, sosial dan kognitif dimana seorang anak berkembang menjadi dewasa. Sinclair (1985) juga menambahkan bahwa pada fase ini terjadi sebuah proses yang disebut dengan *growth spurt*. Dimana tinggi badan dan berat badan ikut mengalami perkembangan. Usia 12-14 merupakan rentang usia terjadinya PWV (*Peak Weight Velocity*) bagi perempuan dimana berat badan akan meningkat secara drastis untuk mengikuti pertambahan tinggi badan yang telah terjadi sebelumnya. Jadi sudah jelas dan sangat normal jika pada usia remaja berat badan bertambah. Tetapi tidak bagi 50,4% responden yang menjawab memulai diet pada saat SMP. Mereka tidak menganggapnya sebagai suatu fenomena yang wajar, lalu mencoba menekannya dengan melakukan diet.

Hal lain yang juga perlu diperhatikan terdapat kemungkinan adanya tekanan sosial yang membuat mereka melakukan diet. Peneliti mengatakan demikian karena ternyata 77% alasan para pendiet adalah untuk menurunkan berat badan agar lebih menarik. Mereka beranggapan bahwa jika mereka bisa menurunkan berat badan, maka mereka akan tampil lebih menarik. Mereka lebih memikirkan penilaian sekitar lalu melakukan diet ketimbang menganggap kenaikan berat badan mereka sebagai suatu fenomena yang normal. Hal ini sesuai dengan pernyataan Wardlaw dan Kessel (2002) bahwa periode remaja merupakan periode dimana terjadi pergolakan tekanan seksual dan sosial. Mereka berusaha diterima dan mendapatkan dukungan dari teman sebaya dan orang tua. Secara bersamaan tubuh mereka mengalami perubahan di luar kendali mereka. Sebagai respon atas tidak adanya kontrol dan mekanisme *coping*

yang dilakukan, berdiet mungkin saja menjadi pelarian. Read dalam Wahlqvist (1997) juga mengatakan seorang remaja yang menemukan bahwa dengan mengontrol atau memanipulasi berat badannya ia dapat memelihara hubungan pertemanannya, akan cenderung terus mengontrol atau memanipulasi berat badannya agar ia tetap dapat disukai/dihargai oleh lingkungan sekitarnya. Dalam hal ini, peneliti beranggapan adanya sebuah mekanisme tekanan sosial yang merupakan gabungan berbagai pihak seperti keluarga, teman sebaya dan media massa yang membuat mereka berpikir bahwa dengan berat badan saya yang sekarang, saya tidak menarik sehingga harus dikurangi beberapa kilogram. Oleh karena itu, peran keluarga, teman sebaya dan media juga perlu diperhitungkan.

Hal yang cukup menggembirakan adalah ternyata para pendiet masih cenderung lebih memilih cara-cara yang sehat dalam berdiet. Lebih dari 80% pendiet memilih berdiet dengan cara mengurangi konsumsi karbohidrat. Sebanyak 74,1% dengan cara mengurangi konsumsi lemak dan seterusnya. Namun kewaspadaan perlu ditingkatkan sehubungan dengan cara diet yang dijalankan. Mengurangi frekuensi makan dan latihan fisik secara berlebihan yang termasuk ke dalam cara diet yang tidak sehat. Sebanyak 73,4% pendiet memilih berdiet dengan mengurangi perilaku makan dan 69,1% dengan latihan fisik yang berlebihan. Tetapi sesuai dengan bentuk pertanyaan, para pendiet bisa saja menjawab melakukan lebih dari satu cara diet baik yang sehat maupun yang tidak sehat ataupun campuran dari keduanya.

Berdasarkan hasil tabulasi silang pada tabel 5.16, kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang pernah berdiet dalam setahun terakhir, yaitu 99,3%. Sementara itu, kecenderungan penyimpangan perilaku makan hanya dialami oleh 76,4% responden yang tidak

pernah berdiet dalam setahun terakhir. Hasil ini memperlihatkan bahwa proporsi kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak pada responden yang pernah berdiet dalam setahun terakhir. Hal ini kemudian terbukti berdasarkan hasil uji statistik yang dilakukan. Hasil uji statistik antara riwayat diet dalam setahun terakhir dengan kecenderungan perilaku makan memperlihatkan adanya hubungan yang bermakna antara keduanya (*P value* 0,000). Sesuai dengan perhitungan nilai OR pada 95%CI, maka dapat dikatakan bahwa orang yang pernah berdiet dalam setahun terakhir berisiko 42,5 kali lebih tinggi untuk memiliki kecenderungan penyimpangan perilaku makan. Temuan ini sesuai dengan berbagai penelitian lain yang meneliti hubungan berdiet dengan penyimpangan perilaku makan. Menurut Tiemeyer (2008), mereka yang berdiet secara moderat memiliki kemungkinan 5 kali lebih besar untuk mengalami penyimpangan perilaku makan dibandingkan dengan orang yang tidak berdiet. Mereka yang berdiet sangat ketat memiliki kemungkinan 18 kali lebih besar. Patton dan rekan dalam Brown (2005) menemukan bahwa *Relative Risk* dari orang yang berdiet untuk mengalami penyimpangan perilaku makan 8 kali lebih tinggi dibandingkan dengan orang yang tidak berdiet. Penelitian Krowchuk, et al (1998) menemukan hubungan yang signifikan secara statistik antara berdiet dengan perilaku muntah yang disengaja atau penggunaan laksatif untuk menurunkan berat badan. Penelitian Field, et al (1999) menemukan bahwa frekuensi diet merupakan faktor prediktor bagi dimulainya perilaku *purging* setidaknya dalam hitungan bulan pada tahun yang sama. *Odds Ratio* frekuensi diet terhadap perilaku *purging* sebesar 1,5 dengan nilai 95%CI berkisar antara 1,3-1,7.

#### 6.4 Citra Tubuh

Lebih dari separuh responden (62,2%) mengatakan bahwa mereka merasa dirinya gemuk. Mereka beralasan bahwa tubuh mereka terlihat besar (47,9%) dan beranggapan kalau mereka telah tergolong gemuk ketika duduk di bangku SMP (43,6%). Jika disilangkan dengan IMT mereka, ternyata hanya 31,3% responden yang merasa dirinya gemuk yang benar-benar tergolong gemuk menurut IMT. Sebaliknya, dari 37,8% responden yang merasa tidak gemuk, tidak ada (0%) yang tergolong gemuk, 57,6% tergolong normal dan 42,4% tergolong kurus. Temuan ini membuktikan bahwa ada sebuah kesenjangan antara apa yang dirasakan dengan yang sebenarnya. Terbukti dengan 66,9% responden yang menganggap dirinya gemuk sebenarnya mempunyai nilai IMT yang normal. Alasan yang mereka gunakan adalah tubuh mereka terlihat besar. Peneliti beranggapan bahwa bagi mereka gemuk atau tidaknya seseorang sangat dipengaruhi tampilan fisik. Memang menurut pengamatan peneliti, perhitungan IMT untuk mengetahui normal tidaknya perbandingan BB terhadap TB menurut usia belum banyak dikenal di kalangan remaja SMAN 70 . Tetapi hal ini seharusnya tidak membuat orang merasa gemuk hanya dari tampilan fisik saja.

Hal lain yang peneliti soroti adalah 43,6% responden yang merasa gemuk mengatakan bahwa mereka telah merasa gemuk ketika duduk di bangku SMP. Hal ini berarti sejalan dengan temuan sebelumnya bahwa 50,4% responden yang berdiet memulainya pertama kali ketika SMP. Peneliti menganggap bahwa mereka sadar kalau berat badan mereka bertambah dan dengan segera melakukan diet untuk menurunkannya. Seperti yang disebutkan sebelumnya bahwa kenaikan berat badan di awal masa remaja merupakan sebuah fenomena yang wajar (Brown, 2005; Sinclair,

1985). Tetapi bagi mereka hal tersebut tidaklah wajar dan menanggung berat badan mereka tidak normal. Jika melihat akan adanya kesenjangan antara citra tubuh dan IMT, maka bukan tidak mungkin dulu saat responden mulai merasa gemuk juga terjadi kesenjangan.

Kenyataan ini semakin memperlihatkan bahwa budaya "kurus" merupakan bentuk tubuh ideal atau jalan menuju sukses yang diperkenalkan di negara-negara Barat telah merambah ke berbagai belahan dunia, termasuk Indonesia. Studi oleh Stice (1994) dan Heinberg, et al (1999) melaporkan bahwa dua karakteristik psikologis individual yang mempunyai potensi kuat dalam membangun citra tubuh yang salah adalah internalisasi nilai "kurus adalah ideal" dan perbandingan bentuk tubuh. Beberapa studi eksperimental telah membuktikan bahwa internalisasi nilai "kurus adalah ideal" berhubungan dengan peningkatan ketidakpuasan penampilan dalam jangka pendek pada remaja putri dan mahasiswi terkait dengan media (Thompson, 2004).

Sesuai dengan penelitian Stice (1994) dan Heinberg (1999) yang menyatakan bahwa peningkatan ketidakpuasan penampilan dalam jangka pendek pada remaja putri dan mahasiswi terkait dengan media, peneliti berpendapat bahwa peran media massa dalam penyebarluasan tren bentuk tubuh yang kurus juga patut diperhitungkan. Penyebarluasan tren tersebut berpengaruh pada internalisasi nilai "kurus adalah ideal" dan akan membuat orang merasa dirinya gemuk karena bentuk tubuhnya tidak sesuai dengan model-model yang ditampilkan pada media. Selain itu, peran teman sebaya juga tidak bisa dihilangkan. Sebuah penelitian kualitatif memperlihatkan bahwa pembicaraan tentang "gemuk" oleh teman sebaya akan membawa perasaan ketidaknyamanan dan perhatian pada citra tubuh bagi orang yang

diajak bicara (Thompson, 2004). Berdasarkan penelitian tersebut, terlihat bahwa citra tubuh yang terbentuk dalam persepsi seorang individu juga dipengaruhi oleh teman sebaya, termasuk internalisasi anggapan bentuk tubuh kurus sebagai bentuk tubuh yang ideal.

Berdasarkan tabel 5.17 ditemukan bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang merasa dirinya gemuk, yaitu 95,7%. Sementara itu, kecenderungan penyimpangan perilaku makan hanya dialami oleh 76,8% responden yang tidak merasa dirinya gemuk. Presentase tersebut memperlihatkan bahwa proporsi kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak pada orang yang merasa dirinya gemuk. Hal ini didukung oleh hasil uji statistik yang memperlihatkan adanya hubungan yang bermakna antara citra diri dengan kecenderungan PPM dengan *P-value* sebesar 0,000 dan menghasilkan nilai OR sebesar 6,7. Hal ini berarti seorang remaja perempuan yang menganggap dirinya gemuk akan berisiko 6,7 kali lebih tinggi untuk memiliki kecenderungan penyimpangan perilaku makan dibandingkan dengan remaja perempuan yang tidak menganggap dirinya gemuk.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyebutkan bahwa orang dengan evaluasi diri yang negatif memiliki risiko 4,4 kali lebih besar untuk mengalami BED dan memiliki risiko 8,2 kali lebih besar untuk mengalami anoreksia nervosa (Fairburn, et al., 428: 1998; Fairburn, et al., 1999: 470). The McKnight Investigators (2003) menyebutkan dalam studinya tentang onset penyimpangan perilaku makan bahwa keinginan untuk memiliki tubuh kurus berhubungan signifikan dengan onset penyimpangan perilaku makan. Krowchuk dan rekan (1998) juga bahwa penggunaan

laksatif atau perilaku muntah yang disengaja pada remaja berhubungan secara signifikan dengan merasa diri *overweight*.

## 6.5 Rasa Percaya Diri

Sebanyak 23.3% responden merasa minder/rendah diri ketika sedang bersama-sama dengan teman sebayanya. Alasan terbanyak yang menyebabkan mereka merasa minder, yaitu bentuk tubuh mereka (59%), diikuti oleh berat badan mereka (57.4%). Menurut Eating Disorders Venture (2006) rasa percaya diri erat kaitannya dengan citra tubuh. Rasa percaya diri adalah persepsi seseorang tentang dirinya sebagai satu kesatuan yang utuh, perasaan seseorang tentang nilai dirinya sebagai seorang manusia. Jika dikaitkan dengan temuan pada variabel citra tubuh bahwa 62,2% responden merasa dirinya gemuk, maka dapat diduga bahwa bentuk tubuh yang menjadi alasan mereka merasa rendah diri adalah sebuah bentuk tubuh yang gemuk. Benang merah yang dapat ditarik dari temuan ini yaitu bahwa bentuk tubuh kurus sudah mulai menginternal di dalam diri remaja perempuan. Mereka yang merasa dirinya gemuk kemudian menjadi minder ketika sedang bersama dengan teman sebayanya mereka. Pendapat ini diperkuat ketika peneliti mencoba menyilangkan antara citra tubuh dengan rasa rendah diri. Terdapat hubungan yang bermakna antara keduanya dan responden yang merasa dirinya gemuk 1,9 kali lebih tinggi kemungkinannya untuk merasa rendah diri.

Bagi mereka yang rendah diri, secara tidak langsung teman sebayanya juga turut memberikan tekanan sosial. Tren kurus yang mungkin telah diadopsi oleh banyak dari teman mereka membuat mereka lebih minder karena belum mengadopsinya. Sementara sesuai dengan Wardlaw (2002) bahwa di usia remaja merupakan usia



dimana pengakuan sosial sangat dibutuhkan. Hal ini bisa memperburuk rasa minder mereka dan sebagai jalan pintas mereka bisa saja mengadopsi cara-cara yang ekstrim untuk dapat segera mengikuti tren yang ada. Penggunaan cara-cara ekstrim seperti diet ketat ataupun penggunaan pencakar atau penurun nafsu makan memperbesar kemungkinan mereka untuk mengalami penyimpangan perilaku makan.

Berdasarkan tabulasi silang antara rasa rendah diri dengan kecenderungan penyimpangan perilaku makan (tabel 5.18) dapat dilihat bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang merasa minder/rendah diri, yaitu 91,8%. Sementara itu, kecenderungan penyimpangan perilaku makan hanya dialami oleh 87,6% responden yang tidak merasa minder/rendah diri. Hasil uji statistik memperlihatkan *P-value* sebesar 0.495, sehingga dikatakan tidak ada hubungan yang bermakna antara rasa percaya diri dengan kecenderungan penyimpangan perilaku makan. Alasan yang peneliti ajukan adalah mereka yang merasa minder tidak sepenuhnya disebabkan oleh berat badan atau bentuk tubuh. Selain itu peneliti juga berpendapat bahwa rasa percaya diri mereka tidak sepenuhnya didasarkan pada tampilan fisik. Hal ini didasarkan pada pernyataan Herzog dan Bradburn dalam Cooper dan Stein (1992) yang mengatakan bahwa jika pada sebuah populasi remaja putri terdapat mereka yang sangat memperhatikan berat badan dan soal lainnya yang terkait dengan tubuh. Dimana rasa percaya diri mereka berkaitan dengan mencapai dan menjaga tampilan fisik tertentu. Remaja tersebut memiliki risiko tertentu untuk mengalami penyimpangan perilaku makan. Sehingga peneliti berpendapat ketika rasa percaya diri bukan hanya dipengaruhi oleh tampilan fisik, risiko mengalami penyimpangan perilaku makan juga menurun. Walaupun demikian, penelitian Neumark-Sztainer (2000)

menyebutkan bahwa tingkat percaya diri yang rendah memiliki hubungan yang signifikan dengan berdiet dan penyimpangan perilaku makan. Orang dengan rasa percaya diri yang rendah memiliki kemungkinan 3,74 kali lebih besar untuk berdiet dan 5,95 kali untuk mengalami penyimpangan perilaku makan.

## 6.6 Kekerasan Fisik

Pada penelitian ini, sebanyak 11,8% responden mengatakan pernah mengalami kekerasan fisik. Dimana 38,7% diantaranya mengalami lebih dari 3 kali dan 48,4% mengalaminya ketika masih SD. Kekerasan fisik disebut-sebut sebagai salah satu faktor penetus terjadinya penyimpangan perilaku makan. Penelitian Moore, et al (2002) melaporkan bahwa para perempuan kulit putih dan kulit hitam penderita BED mengalami kekerasan fisik lebih tinggi secara signifikan daripada objek pembanding yang sehat. Moore, et al juga mengindikasikan adanya hubungan antara kekerasan fisik pada berbagai tingkat keparahan dengan *binge-eating disorder*. Fairburn dan rekan (1999) menemukan bahwa perempuan yang pernah mengalami kekerasan fisik berisiko 4,9 kali lebih tinggi untuk menderita anoreksia nervosa. Risiko mengalami anoreksia nervosa meningkat menjadi 14,9 kali pada perempuan yang mengalami kekerasan fisik yang parah berulang kali. Dalam studi lainnya, Fairburn, et al menemukan (1998) bahwa perempuan yang mengalami kekerasan fisik yang parah berulang kali memiliki risiko 10 kali lebih tinggi untuk mengalami BED.

Berdasarkan tabel 5.19, dapat dilihat bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang pernah mengalami kekerasan fisik, yaitu 96,8%. Sementara itu, kecenderungan penyimpangan perilaku

makan hanya dialami oleh 87,4% responden yang tidak pernah mengalami kekerasan fisik. Terlihat bahwa proporsi penyimpangan perilaku makan pada responden yang pernah mengalami kekerasan fisik lebih besar dibandingkan dengan responden yang tidak pernah mengalami kekerasan fisik. Tetapi sayangnya pada penelitian ini tidak ditemukan adanya hubungan yang bermakna antara riwayat kekerasan fisik dengan kecenderungan penyimpangan perilaku makan ( $P$  value  $> 0,05$ ). Alasan yang peneliti ajukan adalah adanya perbedaan mekanisme *coping* pada populasi penelitian ini dengan penelitian-penelitian yang telah disebutkan di atas. Seperti pada pelecehan seksual, kekerasan fisik juga akan menciptakan sebuah mekanisme *coping* pada orang yang mengalaminya untuk mengatasi guncangan tersebut. Penyimpangan perilaku makan disebut-sebut sebagai salah satu mekanisme *coping* yang populer di kalangan orang yang memiliki riwayat kekerasan/pelecehan (NN H, 2008). Penulis berpendapat bahwa pada penelitian ini, mereka yang pernah mengalami kekerasan fisik tidak hanya memilih penyimpangan perilaku makan sebagai mekanisme *coping* untuknya. Walaupun proporsi kecenderungan penyimpangan perilaku makan pada responden yang pernah mengalami kekerasan fisik lebih besar, tetapi tidak didapatkan hubungan yang bermakna. Hal ini mengindikasikan bahwa ada mekanisme *coping* lain yang mungkin lebih utama daripada memilih menggunakan penyimpangan perilaku makan.

Hal yang menarik adalah menurut penelitian Kent dan rekan (1999) yang menginvestigasi pengalaman kekerasan/pelecehan masa kecil dengan kejadian penyimpangan perilaku makan ditemukan bahwa jika berbagai bentuk kekerasan dievaluasi secara simultan (menggunakan regresi), hanya kekerasan emosional yang secara signifikan berhubungan dengan penyimpangan perilaku makan walaupun

hanya dalam besaran yang kecil (Mazzeo dan Espelage, 2002). Pernyataan tersebut berkebalikan dengan hasil penelitian ini. Pada penelitian ini responden yang merasakan trauma akibat kekerasan fisik yang dialami cukup besar, yaitu sebanyak 35,5% dan juga pelaku kekerasan terbanyak adalah anggota keluarga terdekat (64,5%). Perbedaan tingkat kepedulian dan kekompakan antar anggota keluarga antara kultur Indonesia dengan kultur Barat mungkin menjadi salah satu penyebabnya.

#### **6.7 Pelecehan Seksual**

Pada penelitian ini ditemukan hanya 2,7% riwayat pelecehan seksual, dimana 43% diantaranya mengalami hanya 1 kali. Bentuk pelecehan yang paling banyak dilakukan adalah sentuhan/gesekan jari atau tangan pada organ intim (57,1%). Pelecehan seksual dianggap sebagai salah satu pemicu terkuat yang dapat menimbulkan penyimpangan perilaku makan (Tiemeyer, 2007). Penelitian Moore, et al (2002) melaporkan adanya hubungan antara pelecehan seksual dengan penyimpangan perilaku makan baik pada perempuan kulit putih maupun pada perempuan kulit hitam. Fairburn dan rekan (1998) juga melaporkan bahwa perempuan yang mengalami pelecehan seksual 5,7 kali lebih berisiko untuk mengalami BED. Fairburn dan rekan (1999) melaporkan bahwa perempuan yang pernah mengalami pelecehan seksual 3,4 kali lebih berisiko untuk mengalami anoreksia nervosa. Jika pelecehan yang dialaminya merupakan pelecehan seksual yang parah yang dilakukan berulang kali, risiko perempuan itu untuk mengalami anoreksia nervosa meningkat drastis menjadi 15,3 kali.

Sanci, et al (2008) juga menemukan hubungan yang bermakna pada studinya tentang pengalaman pelecehan seksual sebelum 16 tahun pada remaja putri dengan kasus baru bulimia nervosa dan anoreksia nervosa. Remaja putri yang pernah mengalami dua kali atau lebih pelecehan seksual tanpa kontak fisik sebelum usia 16 tahun memiliki risiko 4,6 kali lebih tinggi untuk menimbulkan kasus baru bulimia nervosa dan 2,4 kali lebih tinggi untuk menimbulkan kasus baru anoreksia nervosa. Remaja putri yang pernah mengalami dua kali atau lebih pelecehan seksual dengan kontak fisik sebelum usia 16 tahun memiliki risiko 5,3 kali lebih tinggi untuk menimbulkan kasus baru bulimia nervosa. Remaja putri yang pernah mengalami dua kali atau lebih pelecehan seksual dalam bentuk apapun sebelum usia 16 tahun memiliki risiko 5,7 kali lebih tinggi untuk menimbulkan kasus baru bulimia nervosa.

Tetapi pada penelitian ini tidak ditemukan adanya hubungan bermakna antara pelecehan seksual dengan kecenderungan perilaku makan. Hasil tabulasi silang antara keduanya (tabel 5.20) memperlihatkan bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang tidak pernah mengalami pelecehan seksual, yaitu 88,6%. Sementara itu, kecenderungan penyimpangan perilaku makan hanya dialami oleh 85,7% responden yang pernah mengalami pelecehan seksual. Hasil uji statistik memperlihatkan *P-value* sebesar 0,578, sehingga disimpulkan tidak ada hubungan yang signifikan antara riwayat pelecehan seksual dengan kecenderungan penyimpangan perilaku makan. Kinzl dan rekan (1994) juga tidak menemukan hubungan yang signifikan antara pelecehan seksual dengan penyimpangan perilaku makan pada penelitiannya. Tetapi mereka menemukan bahwa tingkat keparahan penyimpangan perilaku makan meningkat sejalan dengan semakin tingginya disfungsi keluarga. Penemuan ini menggariskan

perlu evaluasi lebih lanjut tentang pengaruh potensial dari fungsi keluarga terhadap hubungan pelecehan seksual dengan penyimpangan perilaku makan (Mazzeo dan Espelage, 2008). Berdasarkan penelitian tersebut, penulis beranggapan bahwa fungsi keluarga juga berpengaruh dalam penelitian ini. Menurut peneliti, fungsi keluarga juga memiliki peran penting sebagai salah satu faktor yang menentukan mekanisme *coping*. Seperti pada kekerasan fisik, penyimpangan perilaku makan disebut-sebut sebagai salah satu mekanisme *coping* yang populer di kalangan orang yang memiliki riwayat kekerasan/pelecehan (NN H, 2008). Merujuk pada hasil penelitian Kinzl dan rekan (1994), penulis berpendapat bahwa pada umumnya fungsi keluarga responden yang pernah mengalami pelecehan seksual masih berjalan dengan baik. Sehingga si anak merasa mendapatkan perlindungan dan kepedulian serta bisa menemukan mekanisme *coping* yang lebih baik selain dengan penyimpangan perilaku makan.

## 6.8 *Bullying*

Sebanyak 61,5% responden mengatakan pernah mengalami *bullying* dimana 92,5% mengalaminya saat SMA dan bentuk *bullying* yang paling banyak dialami adalah pemalakan atau kolekan (76,4%). Moore, et al (2002) melaporkan bahwa perempuan kulit putih yang pernah mengalami *bullying* oleh teman sebayanya berisiko 2,3 kali untuk mengalami BED. Sementara perempuan hitam yang pernah mengalami *bullying* oleh teman sebayanya berisiko 3,3 kali untuk menderita BED. Fairburn dan rekan (1998) juga menemukan bahwa remaja perempuan yang pernah mengalami *bullying* berisiko 5,5 kali untuk mengalami BED bila dibandingkan dengan remaja yang tidak pernah mengalaminya.

Dapat dilihat pada tabel 5.21 bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang pernah mengalami *bullying*, yaitu 89,4%. Sementara itu, kecenderungan penyimpangan perilaku makan hanya dialami oleh 87,1% responden yang tidak pernah mengalami *bullying*. Hasil uji statistik memperlihatkan P-value sebesar 0,709, sehingga tidak ditemukan adanya hubungan yang bermakna antara riwayat *bullying* dengan kecenderungan penyimpangan perilaku makan ( $P \text{ value} > 0,05$ ). Walaupun demikian, proporsi kecenderungan penyimpangan perilaku makan pada responden yang pernah mengalami *bullying* sedikit lebih besar bila dibandingkan dengan responden yang tidak pernah mengalaminya. Alasan yang diajukan pada hasil tersebut adalah penelitian Moore (2002) dan Fairburn (1998) sama-sama menunjukkan bahwa *bullying* merupakan faktor risiko bagi BED. Sedangkan pada penelitian ini *bullying* diuji coba sebagai faktor risiko dari seluruh tipe kecenderungan. Selain itu, proporsi kecenderungan tipe BED yang kecil (5%) juga berpengaruh pada hasil yang didapatkan. Menurut peneliti, tipe *bullying* yang dialami juga memiliki pengaruh. Pada penelitian ini, mayoritas *bullying* yang dialami berupa pemalakan/kolekan. Hal ini tidak memberikan dampak yang tidak membuat trauma atau menjadi suatu kejadian yang memberikan efek stress karena sesuai pengalaman peneliti, pemalakan dilakukan pada sekumpulan siswa secara bersamaan. Sehingga menurut peneliti, stress yang ditimbulkan tidak memerlukan mekanisme *coping* yang ekstrim seperti penyimpangan perilaku makan.

## 6.9 Ejekan Seputar Berat Badan dan Bentuk Tubuh

Sebanyak 50,4% responden mengatakan pernah diejek seputar berat badan dan bentuk tubuhnya dimana 85,6% pelaku pengejekan adalah teman. Saat peneliti mencoba menyalangkan antara riwayat ejekan dengan citra tubuh, ternyata didapatkan suatu hubungan yang bermakna ( $P \text{ value} < 0,05$ ). Dimana responden yang pernah diejek seputar berat badan dan bentuk tubuh memiliki kemungkinan 2,6 kali untuk menganggap bahwa dirinya gemuk. Sedangkan saat riwayat ejekan dengan riwayat diet, ternyata didapatkan suatu hubungan yang bermakna ( $P \text{ value} < 0,05$ ). Responden yang pernah diejek seputar berat badan atau bentuk tubuhnya memiliki kemungkinan 1,6 kali untuk melakukan diet. Melihat pada hasil tersebut, penulis menyimpulkan bahwa ejekan seputar berat badan dan bentuk tubuh bagi remaja perempuan memiliki dampak yang besar. Sesuai dengan pernyataan Tiemyer (2007) bahwa kata-kata nampaknya sangat sederhana, tetapi bagi remaja atau seseorang yang tidak menyukai dirinya, kata-kata memiliki kekuatan yang dahsyat.

Berdasarkan tabel 5.22, dapat dilihat bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang pernah diejek seputar berat badan atau bentuk tubuh, yaitu 94,7%. Sementara itu, kecenderungan penyimpangan perilaku makan hanya dialami oleh 82,3% responden yang tidak pernah diejek seputar berat badan atau bentuk tubuh. Dari hasil uji statistik ditemukan suatu hubungan yang bermakna antara riwayat ejekan dengan kecenderungan penyimpangan perilaku makan ( $P\text{-value} < 0,05$ ). Responden yang pernah diejek seputar berat badan dan bentuk tubuhnya berisiko 3,8 kali lebih tinggi untuk memiliki kecenderungan penyimpangan perilaku makan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Haines, et al (2006) yang menyebutkan bahwa ejekan tentang berat



badan merupakan prediktor terhadap timbulnya *binge eating* dengan hilang kendali di antara remaja perempuan dan laki-laki pada 5 tahun masa tindak lanjut setelah disesuaikan dengan umur, ras/etnis dan SES. Sedangkan Fairburn dan rekan (1998) menemukan adanya hubungan bermakna antara kritik dari anggota keluarga dan ejekan/hinaan tentang bentuk tubuh, berat badan atau perilaku makan dengan risiko BED. Perempuan yang pernah dikritik oleh anggota keluarganya tentang bentuk tubuh, berat badan atau perilaku makan berisiko 3,7 kali untuk mengalami BED. Sedangkan perempuan yang pernah diejek/dihina tentang bentuk tubuh, berat badan atau perilaku makan berisiko 2,4 kali untuk menderita BED.

Memang pada penelitian ini sekitar 70% responden mengatakan pernah diejek oleh anggota keluarga terdekat. Namun pelaku pengejekan terbanyak adalah teman (85,6%). Dalam sebuah penelitian kualitatif ditemukan bahwa pembicaraan tentang "gemuk" oleh teman sebaya akan membawa perasaan ketidaknyamanan dan perhatian pada citra tubuh bagi orang yang diajak bicara. Sebuah studi prospektif oleh Cattarin dan Thompson (1994), menemukan bahwa ejekan tentang berat badan dan bentuk tubuh merupakan prediktor timbulnya ketidakpuasan terhadap tubuh (Thompson, 2004). Berdasarkan data di atas peneliti berpendapat bahwa pelaku pengejekan memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap dampak dari ejekan itu sendiri. Ejekan yang dilakukan oleh teman memiliki pengaruh yang cukup kuat terutama dalam internalisasi persepsi citra tubuh.

## 6.10 Media Massa

Pada semua jenis media massa (majalah, acara televisi dan situs internet), lebih separuh responden menjawabnya dengan jarang. Dimana yang dimaksud sebagai jarang adalah frekuensi mengakses yang kurang dari atau sama dengan 1 kali/bulan. Miguel dan rekan (2003) menemukan bahwa insiden penyimpangan perilaku makan yang lebih tinggi terjadi pada remaja usia muda yang secara teratur membaca majalah remaja atau mendengarkan program radio. Miguel menambahkan, tidak ditemukan perbedaan bermakna antara insiden penyimpangan perilaku makan dengan jumlah jam menonton televisi. Namun terdapat hubungan signifikan antara peningkatan insiden penyimpangan perilaku makan dengan waktu yang dihabiskan untuk mendengarkan program radio dengan nilai OR 1,11 untuk tiap 1 jam penambahan waktu. Selain itu, juga ditemukan bahwa semakin sering membaca majalah tentang remaja (setidaknya seminggu sekali) juga berhubungan dengan penyimpangan perilaku makan dengan OR sebesar 1,55. Field dan rekan (1999) melaporkan dalam hasil studinya bahwa berusaha untuk tampil sama dengan model yang ada di televisi, film atau majalah merupakan faktor prediktor bagi onset perilaku *purging* bagi remaja putri dengan OR sebesar 1,9.

Hasil uji statistik antara intensitas keterpaparan baik majalah, acara televisi dan situs internet tidak memperlihatkan adanya hubungan yang bermakna antara intensitas keterpaparan dengan kecenderungan penyimpangan perilaku makan. Namun dari hasil tabulasi silang intensitas keterpaparan dengan majalah terhadap kecenderungan penyimpangan perilaku makan (tabel 5.23) dapat dilihat bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang sering terpapar dengan majalah yang bertemakan tren, mode atau gaya hidup,

yaitu 97,9%. Kemudian turun menjadi 86,7% pada responden yang jarang membacanya. Lalu turun lagi menjadi 80% pada responden yang tidak pernah membacanya. Berdasarkan tabel 5.24, dapat dilihat bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang sering terpapar dengan acara televisi yang bertemakan tren, mode atau gaya hidup, yaitu 93,1%. Kemudian turun menjadi 86,1% pada responden yang jarang menontonnya. Lalu naik lagi menjadi 90% pada responden yang tidak pernah. Berdasarkan tabel 5.25, dapat dilihat bahwa kecenderungan penyimpangan perilaku makan lebih banyak dialami oleh responden yang sering terpapar dengan situs internet yang bertemakan tren, mode atau gaya hidup, yaitu 91,8%. Kemudian turun menjadi 87,7% pada responden yang jarang membukanya. Lalu naik lagi menjadi 88,2% pada responden yang tidak pernah membukanya.

Hasil tersebut peneliti coba jelaskan dengan argumentasi bahwa pada penelitian ini pengukuran intensitas keterpaparan terhadap media dilakukan secara independen untuk tiap jenis media. Sehingga ketika mengukur hubungan antara intensitas keterpaparan dengan majalah terhadap kecenderungan penyimpangan perilaku makan menyimpang, intensitas terhadap media lain diabaikan. Padahal besar kemungkinan ditemukannya responden yang mengakses lebih dari satu jenis media dengan intensitas yang mungkin berbeda pula. Fenomena ini akan berpengaruh pada hasil pengukuran. Seperti penelitian Miguel dan rekan (2003) yang menemukan remaja yang masuk dalam kategori sering dalam penggunaan radio dan majalah berisiko 2,1 kali lebih tinggi untuk mengalami penyimpangan perilaku makan.

Walaupun pada penelitian ini tidak ditemukan hubungan yang bermakna antara intensitas keterpaparan dengan media massa terhadap kecenderungan penyimpangan perilaku makan, media massa tetap memiliki kontribusi yang penting dalam penyebarluasan persepsi kurus sebagai bentuk tubuh yang ideal. Field dan rekan (1999) mengatakan bahwa pihak media memegang peranan dalam perkembangan dari perhatian terhadap berat badan dan penyimpangan perilaku makan.

Menurut Fairburn dan Hill dalam Geissler dan Powers (2005), paparan pada citra tubuh kurus yang dibawa oleh media dapat memicu terjadinya ketidakpuasan terhadap tubuh terutama pada orang yang telah merasa tidak puas. Pada gilirannya, mereka akan mencari gambar tubuh kurus tersebut untuk perbandingan atau tujuan motivasional. Sementara proses penyingkiran citra tubuh gemuk dengan mengeklusinya atau dengan penghinaan terus berjalan seiring dengan proses idealisasi citra tubuh kurus menimbulkan ketidakpuasan pada berat atau bentuk tubuh. Ketidakpuasan inilah yang merupakan prokrusor yang umum dari penyimpangan perilaku makan. Peneliti berpendapat bahwa pernyataan tersebut di atas telah terbukti. Lebih dari separuh responden menjawab pernah terpapar dengan media massa seputar tren, mode atau gaya hidup. Sejalan dengan hal tersebut ternyata sebanyak 62,2% responden merasa dirinya gemuk padahal 33,1% yang tergolong *overweight* dan 53,1% responden pernah melakukan diet dalam setahun terakhir. Temuan ini mengindikasikan besar kemungkinannya bahwa tingginya presentase citra tubuh yang keliru dan menjamurnya perilaku diet salah satunya disebabkan oleh peran media massa. Hal yang juga perlu mendapat perhatian lebih lanjut adalah situs pro-anoreksia (pro-ana) ataupun pro-bulimia (pro-mia). Situs-situs

ini memiliki potensi bahaya yang besar karena bukannya menggambarkan penyimpangan perilaku makan sebagai sebuah penyakit, mereka malah mempopulerkannya sebagai gaya hidup. (Eating Disorder Venture, 2006). Menurut Tiemeyer (2007), beberapa situs pro-ana dan pro-mia memang menyediakan informasi tentang bahaya dari penyimpangan perilaku makan. Tetapi data itu digunakan untuk mendorong pembacanya mempelajari cara baru dalam menjalani penyimpangan perilaku makan untuk menghindari bahaya tersebut.

