

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang masalah**

Pada masa ini kebanyakan orang sangat mementingkan penampilan luar mereka agar sesuai dengan gambaran diri (*Body Image*) yang mereka inginkan. Gambaran diri (*Body Image*) itu sendiri mempunyai pengertian yaitu sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan pengalaman-pengalaman baru setiap individu (Stuart & Sundeen dalam Keliat, 1992).

Munculnya penilaian dikalangan wanita bahwa standart tubuh saat ini yang mementingkan penampilan fisik dengan bentuk tubuh yang kurus, telah membuat wanita saat ini memiliki kepercayaan diri yang kurang. Sebuah penelitian menjelaskan bahwa wanita menunjukkan kecemasan yang lebih tinggi terkait dengan berat badan, wanita dipengaruhi oleh penilaian estetika yang didapat saat berada dilingkungan sosial. Selain itu wanita usia muda sangat terpengaruh melalui perkataan maupun peniruan bentuk tubuh wanita lain (Vega et al., 2014)

Banyak penelitian menemukan bahwa remaja menentukan bentuk tubuhnya berdasarkan kehidupan seseorang pada zaman sekarang sehingga ketakutan yang dialaminya semakin meningkat sehingga dapat menimbulkan berbagai resiko gangguan seperti *Eating Disorder* (Kurniawan, 2015). Gangguan makan (*Eating Disorder*) adalah sebuah pikiran mengenai diet, yang merupakan suatu upaya untuk kurus dan obsesi terhadap makanan yang dapat menjadi ekstrem serta menimbulkan distress (Jones et al., 2001). Diantara gangguan makan yang banyak diderita oleh remaja wanita, salah satunya adalah *anorexia nervosa*.

Kecenderungan *anorexia nervosa* adalah gangguan pada seseorang yang mengalami ketakutan berlebih pada bertambahnya berat badan. Hal tersebut membuat seseorang cenderung menolak berat badan normal berdasarkan usia dan tinggi badan (American Psychiatric Association, 2000).

Seseorang yang mengalami kecenderungan *anorexia nervosa* mengalami kecemasan akan berat badannya naik, cara yang dilakukan untuk mempertahankan berat badannya yaitu dengan cara mengurangi makan makanan yang mengandung banyak kalori (Davidson Gearl et al., 2006). Orang yang mengalami kecenderungan *anorexia nervosa* membuat orang tersebut jadi salah faham dalam memandang berat badannya yang dapat dikatakan normal oleh orang lain (Nevid et al., 2005).

Fenomena tersebut dijumpai oleh peneliti pada mahasiswi Jurusan Managemen Universitas Prima Indonesia. Melalui wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap mahasiswi Jurusan Managemen Universitas Prima Indonesia yang berusia 20 tahun. Ia menyebutkan agar tubuhnya tetap langsing, ia rutin melakukan olahraga, menjaga porsi makan dan mengonsumsi obat diet. Adapun mahasiswi lain yang mengatakan bahwa ia tidak menggunakan baju-baju yang ketat dan terbuka karena takut terlihat gendut padahal tubuhnya tidak gemuk.

Orang yang mengalami kecenderungan *anorexia nervosa* merasakan ketakutan yang berlebihan apabila berat badannya naik. Ia mengkonsumsi makanan lebih sedikit serta tubuhnya kurus. Ketakutan mengenai bentuk tubuh yang dialami secara berlebihan mendorong mereka mengalami kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) (Timothy, 2012).

Kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan gangguan yang terjadi pada penampilan bentuk tubuh yang dirasa dapat mengubah penampilan. Seseorang yang memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* menganggap dirinya mempunyai kekurangan. Seseorang akan selalu merasa tidak pernah puas dengan bentuk tubuhnya dan selalu menganggap tubuhnya kurang sempurna (Phillips, K et al., 2008).

Dalam DSM IV, penderita *Body Dysmorphic Disorder* diikuti dengan perilaku obsesi mengenai kekurangan pada fisiknya yang dirasakan dan tidak bisa diamati yang akhirnya mengakibatkan seseorang melakukan perilaku seperti bercermin terus-menerus, perawatan yang berlebihan dan selalu menutupi yang dianggap dia cacat ketika sedang bersama orang lain (APA, 2000).

Gangguan BDD dapat diartikan sebagai kebiasaan yang terobsesi pada kekurangan yang ada ditubuhnya, sehingga selalu terpikirkan akan penampilannya

seperti ketika ada sedikit keanehan fisik, ataupun pada saat orang lain memperhatikan penampilannya secara berlebihan (Phillips, 2001). Kebiasaan terobsesi pada cacat fisik tersebut menyebabkan individu mengalami ketidak percayaan diri yang pada saat individu berada di kehidupan sosialnya, pekerjaan, atau pada kondisi tertentu. Rasa tidak puas pada tubuh mengakibatkan seseorang melakukan manipulasi atau disebut dengan modifikasi tubuh dengan cara pergi ke klinik kecantikan.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada beberapa mahasiswi Jurusan Managemen Universitas Prima Indonesia, diketahui mereka menggunakan skincare untuk merawat wajah dan makeup ketika berpergian agar terlihat cantik oleh orang-orang. Tak jarang mereka sering berkonsultasi mengenai kondisi wajahnya dan rela membeli skincare yang mahal agar wajah mereka menjadi cantik.

Perilaku mahasiswi yang pada masa perkembangannya mulai beranjak pada masa dewasa awal biasanya ditunjukkan dengan upaya memperindah penampilannya seperti, melakukan diet, membuat model rambut, dan upaya-upaya lainnya agar penampilannya lebih menarik. Karena diketahui bahwa individu berupaya merawat tubuhnya dengan pakaian, kosmetik, membentuk model rambut dan sebagainya sehingga dapat membuat dirinya senang dan bangga terhadap penampilan fisik yang dimiliki (Bell & Rushforth, 2008).

Obsesi seseorang untuk mendapatkan bentuk tubuh dan tampilan fisik yang ideal dapat dijadikan salah satu indikasi bahwa remaja tersebut memiliki karakteristik dari gejala BDD (Nourmalita, 2016).

Kecenderungan *anorexia nervosa* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan permasalahan yang terjadi pada penampilan fisik pada seseorang. Pada *anorexia nervosa* mereka khawatir bahwa mereka mengalami kelebihan berat badan, menganggap tubuh mereka gemuk. Dalam *body dysmorphic disorder* individu cemas dan merasakan ketidakpuasan terhadap beberapa bagian tubuh serta perasaan yang negatif mengenai tubuh (Murliana, 2019)

Pada penelitian yang dilakukan oleh Murliana (2019) terhadap 33 orang siswa SMAN 02 Sidoarjo yang mengikuti ekstrakurikuler dance. Dengan

menggunakan analisis *pearson product moment* didapatkan hasil dengan nilai signifikansi 0.479 dengan taraf signifikansi 0.005, artinya terdapat hubungan antara kecenderungan gangguan *anorexia nervosa* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Berdasarkan penelitian diatas, maka peneliti tertarik untuk mengamati perilaku kecenderungan *anorexia nervosa* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Hipotesis yang diajukan dari penelitian ini yaitu adanya hubungan positif antara kecenderungan *anorexia nervosa* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan asumsi apabila seseorang memiliki kecenderungan *anorexia nervosa*, maka dapat diketahui orang tersebut mengalami *body dysmorphic disorder*.

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara kecenderungan *anorexia nervosa* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecenderungan *anorexia nervosa* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja.

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah diharapkan nantinya dapat mempeluas wawasan yang lebih mendalam dalam bidang ilmu psikologi, terlebih dalam psikologi klinis mengenai pengaruh kecenderungan *anorexia nervosa* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada mahasiswa.

Manfaat praktis penelitian ini bagi mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Prima Indonesia Medan diharapkan penelitian ini nantinya dapat memberikan pengetahuan serta informasi kepada mahasiswa tentang pentingnya menjaga kesehatan tubuh sesuai dengan kebutuhan tubuh dan memberikan wawasan untuk bisa menerima bentuk tubuh dalam kondisi apapun serta merawat tubuh dengan apa adanya. Serta Bagi Universitas Prima Indonesia Fakultas Ekonomi Medan diharapkan penelitian ini nantinya dapat menjadi ilmu pengetahuan dan wawasan baru bagi tenaga pendidik dalam membimbing para mahasiswa terutama dalam aspek psikologis dan senantiasa mendukung mereka agar dapat mencintai diri sendiri dengan cara menerima bentuk tubuh dalam kondisi apapun.