

HUBUNGAN TINGKAT STRES, CITRA TUBUH, PENGARUH KELUARGA DAN TEMAN SEBAYA DENGAN RISIKO EATING DISORDER PADA SISWI SMA IT AL-MADINAH CIBINONG KABUPATEN BOGOR

Isnaeni Marhaliyanda^{1*}
¹Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka, Jakarta

ABSTRAK: Remaja merupakan tahapan beralihnya fase anak-anak menuju dewasa. Berbagai perubahan dari segi fisik, psikis, maupun sosial terjadi pada masa ini. Remaja berusaha tampil menarik dan seringkali merasa khawatir berlebihan mengenai penampilannya. Hal ini membuat remaja berisiko lebih tinggi untuk mengalami *eating disorder* dan sebagian besar terjadi pada remaja perempuan. *Eating disorder* muncul ketika seseorang mengalami gangguan parah dalam perilaku makan, seperti pengurangan asupan makanan atau makan berlebihan, perasaan tertekan, dan kekhawatiran tentang berat atau bentuk tubuh yang ekstrem. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan tingkat stres, citra tubuh, pengaruh keluarga dan teman sebaya dengan risiko *eating disorder* pada siswi SMA. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 99 siswi SMA IT Al-Madinah tahun akademik 2021/2022. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif observasional dengan desain penelitian *cross sectional*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 14,1% siswi berisiko *eating disorder*, 67,7% siswi mengalami stress, 33,3% siswi tidak puas terhadap citra tubuh, 53,5% siswi dipengaruhi oleh keluarga dan 58,6% siswi dipengaruhi oleh teman sebayanya. Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan terdapat hubungan antara citra tubuh ($P < 0,001$), pengaruh keluarga ($P = 0,021$), dan pengaruh teman sebaya ($P = 0,053$) dengan risiko *eating disorder*.

Kata kunci : gangguan makan, stress, citra tubuh, keluarga, teman sebaya

ABSTRACT: Adolescence is the stage of transition from childhood to adulthood. Various changes in terms of physical, psychological, and social occurred during this period. Teenagers try to look attractive and often worry too much about their appearance. This makes teenagers at higher risk for eating disorders and mostly occurs in teenage girls. An eating disorder occurs when a person experiences severe disturbances in eating behavior, such as eating less or overeating, feeling depressed, and worrying about extreme weight or body shape. The purpose of this study was to determine the relationship between stress levels, body image, influence of family and peers on the risk of eating disorders in high school students. The sample in this study was 99 students of SMA IT Al-Madinah in the 2021/2022 academic year. This study uses an observational quantitative method with a cross-sectional research design. The results showed that as many as 14.1% of students were at risk of eating disorders, 67.7% of students experienced stress, 33.3% of students were dissatisfied with body image, 53.5% of students were influenced by family and 58.6% of students were influenced by friends. his age. Based on the results of data analysis showed that there was a relationship between body image ($P < 0.001$), family influence ($P = 0.021$), and peer influence ($P = 0.053$) with the risk of eating disorders.

Keywords: eating disorder, stress, body image, family, peers

PENDAHULUAN

Rentang usia remaja dimulai dari 10 sampai 24 tahun dan belum menikah menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) (Kemenkes RI, 2015). Perubahan dari berbagai segi baik fisik, psikis, maupun sosial terjadi pada masa remaja (Batista *et al.*, 2018). Hal ini membuat remaja perempuan berisiko lebih tinggi untuk mengalami *eating disorder* (Solstice East, 2021). *Eating disorder* adalah perilaku makan dengan kondisi gangguan yang

parah baik pikiran maupun emosi (Guarda, 2021).

Menurut Tsuboi dalam (Krisnani, Santoso and Putri, 2017), dampak buruk dari *eating disorder* yang berkepanjangan, yaitu hipotensi kronis, gangguan jantung, hipotermia, dehidrasi, anemia, alkalosis, hipokloremia dan perobekan lambung. Pada dasarnya Indonesia masih belum memiliki data berskala nasional yang berhubungan dengan perilaku makan ataupun *eating disorder* (Siregar, 2016).

* Email korespondensi: imarhaliyanda@gmail.com

Penelitian (Ulfa, 2018) juga yang menyatakan laki-laki berisiko *eating disorder* lebih rendah dibanding perempuan yaitu 80%. Berdasarkan *National Institute of Mental Health*, dikarenakan remaja perempuan cenderung lebih memperhatikan bentuk tubuh (Laila, 2013). *Eating disorder* juga sering terjadi bersamaan dengan depresi dan stres (Guarda, 2021). Penelitian Unver et.al tahun 2020 menyatakan adanya hubungan antara isolasi sosial saat pandemi Covid-19 dengan kondisi psikologis remaja yang dapat menyebabkan *eating disorder* (Sempaga, 2021).

Hal ini diumumkan secara global oleh *World Health Organization* bahwa COVID-19 menjadi pandemi (PDPI et al., 2020). Penelitian (Czeczor-Bernat et al., 2021) menyatakan bahwa stres yang berat terkait COVID-19 berpengaruh pada *eating disorder* lebih tinggi. Aktivitas fisik yang berkurang akibat kebijakan berdiam di rumah dapat memicu kenaikan berat badan dan menyebabkan ketidakpuasan citra tubuh. Seseorang cenderung mengalami *eating disorder* bila memiliki citra tubuh yang negatif (Gimon, Malonda and Punuh, 2020).

Selain faktor diatas, pengaruh keluarga dan teman sebaya juga memiliki hubungan dengan Risiko *eating disorder* (Laila, 2013). Hasil penelitian (Azmi, Ayu and Sartika, 2014) menyatakan ada hubungan bermakna antara pengaruh teman dengan risiko *eating disorder*. Beberapa penelitian juga menyatakan, masalah dalam keluarga berperan paling penting dalam perkembangan gangguan makan (Healthtalk, 2018a).

Berdasarkan uraian tersebut diketahui bahwa pandemi COVID-19 memicu peningkatan stres terutama pada remaja yang mana akan mengganggu pola makan dan dapat menyebabkan *eating disorder*. Selain tingkat stres selama pandemi, beberapa faktor yang berhubungan dengan Risiko *eating disorder* pada remaja yaitu citra tubuh yang negatif, pengaruh dari keluarga dan teman sebaya. Hal ini membuat penulis tertarik untuk mengetahui hubungan antara *stress level* atau tingkat stres selama pandemi, citra tubuh, pengaruh keluarga dan teman sebaya dengan Risiko *eating disorder* pada remaja perempuan.

METODE

Rancangan, Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif observasional, yaitu saat mengamati

suatu fenomena, kita dapat melihat variabel risiko dan faktor efek untuk melihat bagaimana kontribusi pada peristiwa tersebut. Desain penelitian berupa *cross sectional* yang merupakan metode pengumpulan data baik variabel bebas maupun variabel terikat dilakukan sekaligus. Penelitian dilakukan di SMA IT Al-Madinah Cibinong, Kabupaten Bogor pada bulan Juni tahun 2022.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas X, XI, dan XII di SMA IT Al-Madinah tahun ajaran 2021/2022 sejumlah 115 siswi. Ukuran sampel menggunakan rumus Slovin. Hasil yang didapatkan yaitu sebanyak 89,32 kemudian ditambahkan 10% jumlah sampel menjadi 98 responden. untuk mengantisipasi bila didapatkan ketidaksesuaian atau kekurangan data. Teknik penentuan sampel yang diambil adalah *Statified Random Sampling* sehingga didapatkan lah hasil akhir sebanyak 99 responden

Pengumpulan Data

Pengumpulan data menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer didapatkan langsung dari responden melalui penggunaan kuesioner baku dan tidak dilakukan modifikasi. Data primer yang diambil antara lain karakteristik responden, risiko *eating disorder* dengan kuesioner *Eating Attitudes Test-26* (EAT-26), tingkat stres dengan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS-10), citra tubuh dengan kuesioner *Body Shape Questionnaire* (BSQ-34), pengaruh keluarga dan teman sebaya dengan kuesioner yang di adaptasi dari skripsi Nur Najmi Laila tahun 2013.

Pengolahan Data

Pengolahan data dimulai dari (1) Menyunting data untuk menghindari kesalahan yang terjadi atau memastikan bahwa tidak ada data yang belum lengkap. (2) Mengkode data dengan mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan menggunakan aplikasi *SPSS*. (3) Memasukkan data berupa jawaban-jawaban responden dari hasil wawancara. (4) Pembersihan data untuk memeriksa kesalahan kode atau data yang tidak lengkap

Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan 2 jenis analisis. Pertama, analisis univariat bertujuan untuk melihat distribusi frekuensi dan presentase dari tiap variable. Kedua, analisis

Bivariat yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi antara variabel independen dengan variabel dependen. Variabel independen meliputi tingkat Stres, citra tubuh, pengaruh keluarga dan pengaruh teman sebaya. Sedangkan variabel dependen yaitu *eating disorder* dengan menggunakan rumus *Chi-square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Analisis univariat pada penelitian ini terdiri dari karakteristik responden yaitu usia dan kelas, risiko *eating disorder*, tingkat stres, citra tubuh, pengaruh keluarga dan teman sebaya. Hasil analisis data tersebut disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Analisis Univariat

Usia	Jumlah	%
15	1	1,0
16	29	29,3
17	43	43,4
18	22	22,2
19	4	4,0
Kelas		
X-1	8	8,1
X-2	8	8,1
X-3	9	9,1
X-4	10	10,1
XI IPA-1	14	14,1
XI IPA-2	13	13,1
XI IPS	17	17,2
XII IPA	10	10,1
XII IPS	10	10,1
<i>Eating disorder</i>		
Berisiko	14	14,1
Tidak Berisiko	85	85,9
Tingkat stres		
Stres	67	67,7
Tidak Stres	32	32,3
Citra Tubuh		
Tidak Puas	33	33,3
Puas	66	66,7
Pengaruh Keluarga		
Dipengaruhi	53	53,5
Tidak Dipengaruhi	46	46,5
Pengaruh Teman Sebaya		
Dipengaruhi	58	58,6
Tidak Dipengaruhi	41	41,4
Total	99	100

Dari data di atas dapat dikatakan bahwa responden paling banyak berusia 17 tahun sebanyak 43,4% (43 siswi) yang sebagian besar dari kelas XI. Sedangkan responden paling sedikit berusia 15 tahun yaitu sebanyak 1% (1 siswi) dan

usia 19 tahun sebanyak 4% (4 Siswi). Seluruh siswi kelas XI IPA-1 dan XI IPS menjadi responden dalam penelitian ini. Jumlah responden yang sesuai dengan perencanaan yaitu responden dari kelas X-2, X-3 dan XI IPA-2.

Sebanyak 14,1% siswi SMA IT Al-Madinah berisiko *eating disorder*. Sebagian besar responden merasa takut gemuk dan berusaha membakar kalori ketika berolahraga. Pada umumnya seseorang yang termasuk dalam penderita *eating disorder* adalah orang-orang yang memiliki kepercayaan diri yang rendah dan perasaan tidak sebanding dengan orang lain bahwa menganggap dirinya memiliki tubuh yang gemuk sedangkan orang lain yang memiliki tubuh ideal (Ananda, 2016). Jumlah siswi yang mengalami stres lebih banyak yaitu 67,7% atau 67 siswi. Responden merasa kecewa dan marah dengan keadaan yang terjadi diluar kendali mereka.

Pada penelitian ini, siswi merasa tidak puas dengan citra tubuhnya sebanyak 33,3% atau 33 siswi. Sering kali memperhatikan dan membandingkannya dengan tubuh perempuan lain sehingga merasa bentuk tubuhnya tidak sebaik perempuan lain. Keinginan untuk memiliki bentuk tubuh yang ideal banyak dipengaruhi dari keluarga dirasakan oleh 53,5% atau 53 siswi sedangkan yang dipengaruhi dari teman sebaya dirasakan 58,6% atau 58 siswi. Responden merasa, bila terdapat teman yang memiliki tubuh ideal, hal tersebut akan membuat responden ingin menurunkan berat badan karena merasa takut berbeda dengan teman sebaya lainnya.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel independent dengan variabel dependent yaitu hubungan antara tingkat stres, citra tubuh, pengaruh keluarga dan teman sebaya dengan risiko *eating disorder*.

Hubungan Tingkat Stres dengan Risiko *Eating Disorder*

Hasil analisis hubungan tingkat stres dengan risiko *eating disorder* yang didapatkan pada penelitian ini disajikan pada tabel 2.

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat 16,4% (11 orang) siswi yang berisiko *eating disorder* mengalami stress dan 9,4% (3 orang) siswi diantaranya yang berisiko *eating disorder* tidak mengalami stres. Faktor eksternal seperti lingkungan dapat menyebabkan stres, atau dapat juga disebabkan oleh persepsi pribadi. Tingkat

stres cenderung meningkat ketika seseorang tidak mampu secara efektif mengatasi suatu masalah. (Hidayati and Harsono, 2021).

Hasil tinjauan pustaka dari beberapa jurnal nasional dan internasional oleh (Fauziyyah, Awinda and Besral, 2021) menyatakan ada peningkatan tingkat stres dan kecemasan di kalangan siswa yang mengalami perubahan metode belajar selama pandemi COVID-19. Tingkat keparahan stres dapat menyebabkan pola makan yang tidak normal dan gangguan makan (*eating disorder*) (Noe, Kusuma and H., 2019).

Sedangkan hasil analisis uji statistik didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat stres dengan *eating disorder*, dimana nilai P adalah 0,539. Namun diperoleh

juga nilai PR sebesar 1,778 atau 1,8, artinya siswi yang mengalami stres memiliki risiko 1,8 kali lebih besar untuk mengalami risiko *eating disorder* dibanding dengan siswi yang tidak stres. Sebagian responden yang mengalami stres menjawab jarang dan tidak pernah menghindari makan saat lapar, tidak makan terlalu banyak hingga sulit berhenti dan tidak memuntahkan makanan.

Hal ini sejalan dengan penelitian lain yang menunjukkan hasil tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat stress dengan *eating disorder* dimana nilai P berada pada 0,420. Peneliti menyimpulkan pada penelitiannya bahwa remaja masih bisa mengontrol pola makan (Qalbya *et al.*, 2022).

Tabel 2. Hubungan Tingkat Stres dengan Risiko Eating Disorder

Citra Tubuh	<i>Eating Disorder</i> n(%)		Total	PR (95% CI)	P Value
	Berisiko	Tidak Berisiko			
Tidak Puas	11(33,3)	22 (66,7)	33 (100)		
Puas	3(4,5)	63 (95,5)	66 (100)	7,333	<0,001
Total	14 (14,1)	85(85,9)	99 (100)		

Hubungan Citra Tubuh dengan Risiko *Eating Disorder*

Hasil analisis hubungan citra tubuh dengan risiko *eating disorder* yang didapatkan pada penelitian ini disajikan pada tabel 3.

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai P <0,001 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara citra tubuh dengan risiko *eating disorder* (P <0,05). Hasil ini sejalan dengan penelitian di SMA kota Gorontalo yang menyatakan terdapat hubungan bermakna antara citra tubuh dengan kejadian *eating disorder*. Nilai OR menunjukkan bahwa siswa yang memiliki citra tubuh tidak baik berisiko 6,4 kali mengalami *eating disorder* (Tumenggung and Talibo, 2018).

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa siswi yang berisiko *eating disorder* memiliki persentase lebih besar pada siswi yang tidak puas terhadap citra tubuhnya sebesar

33,3% (11 orang) dibandingkan dengan siswi yang puas terhadap citra tubuhnya sebesar 4,5% (3 orang). Dari hasil analisis diperoleh juga nilai PR sebesar 7,333 atau 7,3, artinya siswi yang tidak puas terhadap citra tubuhnya memiliki risiko 7,3 kali lebih besar mengalami risiko *eating disorder* dibanding dengan siswi yang puas terhadap citra tubuhnya.

Sebanyak 7 orang siswi dengan risiko *eating disorder* dan tidak puas terhadap citra tubuhnya menjawab selalu merasa risau tentang bentuk tubuh dan ingin berdiet. Pada pernyataan lainnya, terdapat 8 orang siswi yang selalu merasa bentuk tubuhnya tidak sebaik perempuan lainnya dan takut bertambah gemuk. Sedangkan pada pernyataan mengenai risiko *eating disorder*, 8 orang siswi tersebut menjawab selalu memikirkan keinginan untuk menjadi kurus.

Tabel 3. Hubungan Citra Tubuh dengan Risiko Eating Disorder

Citra Tubuh	<i>Eating Disorder</i> n(%)		Total	PR (95% CI)	P Value
	Berisiko	Tidak Berisiko			
Tidak Puas	11(33,3)	22 (66,7)	33 (100)		
Puas	3(4,5)	63 (95,5)	66 (100)	7,333	<0,001
Total	14 (14,1)	85(85,9)	99 (100)		

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai $P < 0,001$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara citra tubuh dengan risiko *eating disorder* ($P < 0,05$). Hasil ini sejalan dengan penelitian di SMA kota Gorontalo yang menyatakan terdapat hubungan bermakna antara citra tubuh dengan kejadian *eating disorder*. Nilai OR menunjukkan bahwa siswa yang memiliki citra tubuh tidak baik berisiko 6,4 kali mengalami *eating disorder* (Tumenggung and Talibo, 2018).

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa siswi yang berisiko *eating disorder* memiliki persentase lebih besar pada siswi yang tidak puas terhadap citra tubuhnya sebesar 33,3% (11 orang) dibandingkan dengan siswi yang puas terhadap citra tubuhnya sebesar 4,5% (3 orang). Dari hasil analisis diperoleh juga nilai PR sebesar 7,333 atau 7,3, artinya siswi yang tidak puas terhadap citra tubuhnya memiliki risiko 7,3 kali lebih besar mengalami risiko *eating disorder* dibanding dengan siswi yang puas terhadap citra tubuhnya.

Sebanyak 7 orang siswi dengan risiko *eating disorder* dan tidak puas terhadap citra tubuhnya menjawab selalu merasa risau tentang bentuk tubuh dan ingin berdiet. Pada

pernyataan lainnya, terdapat 8 orang siswi yang selalu merasa bentuk tubuhnya tidak sebaik perempuan lainnya dan takut bertambah gemuk. Sedangkan pada pernyataan mengenai risiko *eating disorder*, 8 orang siswi tersebut menjawab selalu memikirkan keinginan untuk menjadi kurus.

Seseorang dengan citra tubuh negatif cenderung tidak puas dengan bentuk tubuhnya sehingga akan memiliki pola makan atau diet yang tidak tepat untuk mendapatkan bentuk tubuh yang dianggapnya ideal. (Azmi, Ayu and Sartika, 2014). Timbulnya persepsi citra tubuh yang buruk atau negatif akan mempengaruhi kepercayaan diri (Kurniawan, Briawan and Caraka, 2015). Kecemasan terhadap bentuk tubuh dapat menyebabkan remaja dengan sengaja tidak makan, yang dapat menyebabkan gangguan makan. (Syarafina and Probosari, 2014).

Hubungan Pengaruh Keluarga dengan Risiko *Eating Disorder*

Hasil analisis hubungan pengaruh keluarga dengan risiko *eating disorder* yang didapatkan pada penelitian ini disajikan pada tabel 4.

Tabel 4. Hubungan Pengaruh Keluarga dengan Risiko *Eating Disorder*

Pengaruh Keluarga	<i>Eating Disorder</i> n(%)		Total	PR (95% CI)	P Value
	Berisiko	Tidak Berisiko			
Dipengaruhi	12(22,6)	41 (77,4)	53 (100)		
Tidak Dipengaruhi	2(4,3)	44 (95,7)	46 (100)	5,217	0,021
Total	14 (14,1)	85(85,9)	99 (100)		

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai P sebesar 0,021 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengaruh keluarga dengan risiko *eating disorder* ($P < 0,05$). Hasil ini sejalan dengan penelitian pada remaja di Madrasah Aliyah Pembangunan UIN Jakarta yang menunjukkan ada hubungan antara pengaruh keluarga dengan gangguan makan dengan nilai $P = 0,000$ (Laila, 2013).

Penelitian lainnya juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengaruh keluarga dengan perilaku makan menyimpang dengan nilai P sebesar 0,025. Seseorang yang memiliki risiko gangguan makan akan semakin parah ketika orang tua

dan keluarga memberikan pengaruh kebiasaan makan, gaya hidup, dan citra tubuh yang negatif (F.E.A.S.T., 2019). Para peneliti menemukan beberapa kasus gangguan makan, memiliki keluarga yang terlalu terlibat dan mengikat. Beberapa keluarga cenderung terlalu protektif, perfeksionis, kaku, dan fokus pada kesuksesan. Beberapa orang dengan gangguan makan memiliki keluarga yang menunjukkan perilaku mengganggu atau negatif (Guarda, 2021).

Hasil dari penelitian ini menunjukkan terdapat 22,6% (12 orang) siswi yang berisiko *eating disorder* dipengaruhi oleh keluarga dan 4,3% (2 orang) siswi yang berisiko *eating disorder* tidak dipengaruhi oleh keluarganya.

Nilai PR didapatkan bahwa siswi yang dipengaruhi oleh keluarganya memiliki risiko 5,2 kali lebih besar untuk mengalami risiko *eating disorder* dibandingkan dengan siswi yang tidak dipengaruhi oleh keluarga.

Semua responden menjawab bahwa keluarga mempengaruhi mereka untuk memiliki bentuk tubuh yang ideal. Pada pernyataan lainnya didapatkan 11 dari 12 responden merasa keluarga sering mengkritik

bentuk tubuhnya dan 10 dari 12 responden merasa ingin menurunkan berat badan karena kritikan keluarga.

Hubungan Pengaruh Teman Sebaya dengan Risiko *Eating Disorder*

Hasil analisis hubungan pengaruh teman sebaya dengan risiko *eating disorder* yang didapatkan pada penelitian ini disajikan pada tabel 5.

Tabel 5. Hubungan Pengaruh Teman Sebaya dengan Risiko *Eating Disorder*

Pengaruh Teman Sebaya	<i>Eating Disorder</i> n(%)		Total	PR (95% CI)	P Value
	Berisiko	Tidak Berisiko			
Dipengaruhi	12(20,7)	46 (79,3)	58 (100)		
Tidak Dipengaruhi	2(4,9)	39 (95,1)	41 (100)	4,239	0,053
Total	14 (14,1)	85(85,9)	99 (100)		

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai P sebesar 0,053 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengaruh teman sebaya dengan risiko *eating disorder* ($P=0,05$). Hasil ini sejalan dengan penelitian pada siswi SMAN 6 Jakarta Selatan yang menyatakan nilai P sebesar 0,000, artinya menunjukkan adanya hubungan antara pengaruh teman sebaya dengan *eating disorder* (Laila, 2013). Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ratnasari, 2012), menunjukkan adanya hubungan dengan nilai P sebesar 0,032.

Lingkungan teman sebaya yang buruk juga dapat berdampak pada perilaku diet yang tidak tepat hingga mempengaruhi citra tubuh. *Bullying* antar teman sebaya sangat berkaitan dengan risiko perkembangan *eating disorder* pada remaja (Westwood *et al.*, 2016). Beberapa remaja ingin mengubah diri menjadi lebih menarik dengan mulai membatasi asupan makanannya. Mereka berpikir dengan begitu akan mudah diterima kedalam kelompok teman sebayanya (Healthtalk, 2018b). Ada sejumlah hal yang dapat mempengaruhi perkembangan *eating disorder*, termasuk kepercayaan diri, citra tubuh yang terdistorsi, kritik dari teman sebaya, dan kebiasaan diet. (Melani, Hasanuddin and Siregar, 2021).

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa siswi yang berisiko *eating disorder* memiliki persentase lebih besar pada siswi yang dipengaruhi oleh teman sebaya sebesar 20,7% (12 orang) dibandingkan dengan siswi yang tidak dipengaruhi oleh teman sebaya sebesar 4,9% (2 orang). Dari hasil analisis diperoleh juga nilai PR

sebesar 4,239 atau 4,2, artinya siswi yang dipengaruhi oleh teman sebaya memiliki risiko 4,2 kali lebih besar untuk mengalami risiko *eating disorder* dibanding dengan siswi yang tidak dipengaruhi oleh teman sebayanya.

Terdapat banyak responden yang dipengaruhi oleh teman sebayanya namun tidak berisiko *eating disorder* sebesar 79,3% atau 46 responden. Hal tersebut dikarenakan responden mendapatkan dampak lain atau hal positif dari pengaruh teman sebaya tersebut. Responden yang merasa ingin menurunkan berat badannya akibat pengaruh teman bisa memilih untuk berolah raga dan menjaga makan dengan baik sehingga tidak berujung pada pengaturan pola makan yang salah atau tidak tepat yang memicu tingginya risiko *eating disorder*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, sebanyak 14,1% atau 14 siswi SMA IT Al-Madinah Cibinong Kabupaten Bogor tahun 2022 yang berisiko *eating disorder*. Terdapat hubungan antara citra tubuh ($P<0,001$), pengaruh keluarga ($P=0,021$), dan pengaruh teman sebaya ($P=0,053$) dengan risiko *eating disorder*, namun tidak terdapat hubungan antara tingkat stres dengan risiko *eating disorder* dengan nilai $P= 0,539$.

Pihak sekolah dapat memberikan penyuluhan, sosialisasi, promosi kesehatan, dan konseling kesehatan bagi para muridnya khususnya mengenai *eating disorder* pada remaja. Masyarakat pun perlu mencari tahu dan

mempelajari informasi dari berbagai sumber mengenai *eating disorder* dan faktor-faktor pemicunya serta dapat mengikuti berbagai penyuluhan yang diberikan oleh institusi kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengapresiasi dan sangat berterimakasih kepada siswi SMA IT Al-Madinah yang telah bersedia menjadi responden pada penelitian ini. Selain itu, peneliti juga mengucapkan banyak terimakasih kepada kepala sekolah SMA IT Al-Madinah yang telah memberikan izin dan juga kepada wakil kepala sekolah bidang kurikulum yang membantu segala proses pengambilan data pada siswinya hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, R. (2016) *Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Kejadian Eating Disorder Dan Status Gizi Pada Remaja Laki-Laki di Rw 01 Desa Tegowanu Kulon Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan*. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Azmi, N., Ayu, R. and Sartika, D. (2014) 'Keterpaparan Media Massa Terhadap Kecenderungan Perilaku Makan Menyimpang Pada Mahasiswi RIK UI Angkatan 2013 Tahun 2014', pp. 1-20.
- Batista, M. *et al.* (2018) 'Predictors of eating disorder risk in anorexia nervosa adolescents', *Acta Clinica Croatica*, 57(3), pp. 399-410. doi: 10.20471/acc.2018.57.03.01.
- Czepczor-Bernat, K. *et al.* (2021) 'Covid-19-related stress and anxiety, body mass index, eating disorder symptomatology, and body image in women from poland: A cluster analysis approach', *Nutrients*, 13(4), pp. 1-12. doi: 10.3390/nu13041384.
- F.E.A.S.T. (2019) *WHAT ABOUT ABUSIVE PARENTS?* Available at: <https://www.feasted.org/parents-do-not-cause-eating-disorders/> (Accessed: 28 July 2022).
- Fauziyyah, R., Awinda, R. C. and Besral (2021) 'Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa selama Pandemi COVID-19', *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, dan Informatika Kesehatan*, 1(2), p. 113. doi: 10.51181/bikfokes.v1i2.4656.
- Gimon, N. K., Malonda, N. S. H. and Punuh, M. I. (2020) 'Gambaran Stres Dan Body Image Pada Mahasiswa Semester VI Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas SAM Ratulangi Selama Masa Pandemi Covid-19', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (online)*, Volume 9(Nomor 6), p. Hlm. 17-26. Available at: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ke-smas/article/viewFile/30885/29654>.
- Guarda, A. (2021) *Eating Disorder*, *American Psychiatric Association*. Available at: <https://www.psychiatry.org/patients-families/eating-disorders/what-are-eating-disorders>.
- Healthtalk (2018a) *Eating disorders (young people) Parents and family*, *Healthtalk.org*.
- Healthtalk (2018b) *Eating disorders (young people) Social life and public places*, *Healthtalk.org*.
- Hidayati, L. N. and Harsono, M. (2021) 'Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi', *Ilmu Manajemen*, 18(1), pp. 20-30.
- Kemendes RI (2015) 'Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI'.
- Krisnani, H., Santoso, M. B. and Putri, D. (2017) 'Gangguan Makan Anorexia Nervosa Dan Bulimia Nervosa Pada Remaja', *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(3), pp. 390-447. doi: 10.24198/jppm.v4i3.18618.
- Kurniawan, M. Y., Briawan, D. and Caraka, R. E. (2015) 'Persepsi Tubuh dan Gangguan Makan pada Remaja (Body Image Perception and Eating Disorders in Adolescents)', *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11(3), pp. 105-114.
- Laila, N. N. (2013) *Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Gangguan Makan Pada Remaja Di Madrasah Aliyah Pembangunan UIN Jakarta Tahun 2013*, *Skripsi Kesehatan Masyarakat*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Melani, S. A., Hasanuddin, H. and Siregar, N. S. S. (2021) 'Hubungan kepercayaan diri dengan gangguan makan anorexia nervosa pada remaja di SMAN 4 Kota Langsa', *Jurnal SAGO*

- Gizi dan Kesehatan*, 2(2), p. 170. doi: 10.30867/gikes.v2i2.665.
- Noe, F., Kusuma, F. H. D. and H., W. R. (2019) 'Hubungan Tingkat Stres Dengan Eating Disorder Pada Mahasiswa Yang Tinggal Di Asrama Putri Universitas Tribhuwana Tunggaladewi (UNITRI)', *Journal Nursing News*, 4(1), pp. 159-170.
- PDPI et al. (2020) *Pedoman Tatalaksana COVID-19 Edisi 3, Pedoman Tatalaksana COVID-19*. Jakarta. Available at: <https://www.papdi.or.id/download/983-pedoman-tatalaksana-covid-19-edisi-3-desember-2020>.
- Qalbya, Y. A. et al. (2022) 'HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN EATING DISORDER DENGAN The Relationship of Stress Level and Eating Disorder with Nutritional Status', *Jurnal Gizi dan Dietetik*, 1(1), pp. 1-10. Available at: <https://doi.org/10.34011/jgd.v1i1.946>.
- Ratnasari, D. (2012) *Hubungan Faktor Individu dan Faktor Lingkungan dengan Perilaku Makan Menyimpang Pada Remaja Putri di SMAN 6 Jakarta Selatan*. Universitas Indonesia.
- Sempaga, C. A. P. M. (2021) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Gangguan Makan Pada Remaja', *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(November), pp. 661-668. Available at: <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/download/83/65>.
- Siregar, R. U. P. (2016) 'Hubungan Citra Tubuh Dengan Gangguan Makan Pada Remaja Putri Masa Pubertas', *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(1), pp. 1-7.
- Solstice East (2021) *A Dangerous Situation: Consequences of Eating Disorders in Teen Girls*, Solstice East. Available at: <https://solsticeeast.com/eating-disorders-in-teen-girls/> (Accessed: 17 January 2022).
- Syarafina, A. and Probosari, E. (2014) 'Hubungan Eating Disorder Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Modeling Agency Semarang', *Journal of Nutrition College*, 3(2), pp. 48-53.
- Tumenggung, I. and Talibo, S. D. (2018) 'Eating Disorders Pada Siswa Sma Di Kota Gorontalo', *Health and Nutritions Journal*, 4(1), pp. 26-35.
- Ulfa, U. S. L. (2018) *Perbedaan Persepsi Tubuh Dan Resiko Gangguan Makan Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*, Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Available at: <https://doi.org/10.1103/PhysRevB.101.089902%0A>.
- Westwood, H. et al. (2016) 'Exploration of friendship experiences, before and after illness onset in females with anorexia nervosa: A qualitative study', *PLOS ONE*, 11(9), pp. 1-16. doi: 10.1371/journal.pone.0163528.