

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kementerian Kesehatan Indonesia dalam mewujudkan tata kelola program kesehatan yang profesional, transparan, efektif dan efisien memiliki visi “Menciptakan Manusia Sehat, Produktif, Mandiri, dan Berkeadilan”. Untuk mewujudkan visi tersebut, salah satu misi yang dicanangkan adalah menguatkan regulasi pembangunan kesehatan. Pembangunan kesehatan merupakan bagian dari pembangunan nasional yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan masyarakat untuk hidup sehat guna mencapai derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya (Primadi, 2020).

Derajat kesehatan diharapkan dapat tercapai di semua lapisan masyarakat, termasuk remaja. Seperti yang kita ketahui bersama, masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa dan dalam perjalanannya banyak macam perubahan akan berlangsung dengan cepat bahkan tanpa disadari, diantaranya; perubahan hormonal, fisik, psikologis dan sosial (Batubara, 2016).

Perubahan yang muncul pada remaja disebut pubertas. Secara keseluruhan, perubahan fisik pada masa pubertas berkaitan erat dengan perubahan psikososial pada masa remaja. Adapun tiga tahap perubahan psikososial pada masa remaja menurut (Batubara, 2016) sebagai berikut : tahap

remaja awal (*early adolescent*), ditandai dengan muncul perubahan psikologis seperti krisis identitas dan pengaruh teman sebaya pada preferensi berpakaian, remaja pertengahan (*middle adolescent*) ditandai dengan perubahan seperti perhatian pada penampilan dan kelompok bermain secara selektif dan kompetitif, dan remaja akhir (*late adolescent*) ditandai dengan perubahan psikososial seperti stabilitas emosi yang lebih besar dan kebanggaan dalam pencapaian.

Perubahan psikososial membuat remaja lebih peka untuk mengenali perubahan yang terjadi pada dirinya, terutama remaja putri yang cenderung merasa cemas jika terjadi perubahan yang tidak berjalan dengan baik, sehingga sering membandingkan dirinya dengan teman sebayanya (Batubara, 2016). Menurut hasil survei terbaru terhadap anak usia 13 hingga 17 tahun di Indonesia, kesehatan mental merupakan masalah utama yang dihadapi oleh remaja. Lebih dari 5% siswa yang disurvei mengatakan mereka serius mempertimbangkan bunuh diri dalam 12 bulan terakhir, dengan lebih banyak anak perempuan daripada anak laki-laki (United Nations Children's Fund, 2020).

Perubahan psikososial pada remaja yang mementingkan penampilan salah satunya adalah gangguan makan. Gangguan makan atau *eating disorder* adalah suatu perilaku makan tidak sehat dan kebiasaan yang dilakukan untuk mempertahankan berat badan dengan melakukan diet ketat serta kegagalan dalam mempertahankan perilaku makan yang tepat. Gangguan makan saat ini telah menjadi masalah kesehatan di seluruh dunia, terutama di kalangan remaja, terkhusus lagi pada remaja perempuan. Hal tersebut terjadi seiring dengan

transisi gaya hidup yang semakin berkembang dimana definisi menarik tertuju pada individu yang memiliki postur tubuh yang langsing dan tinggi. Untuk mendapatkan validasi tersebut, muncul pemikiran pada individu yang menginginkannya dengan berupaya melakukan berbagai cara, salah satunya dengan berdiet. Individu yang gagal dalam upaya yang dilakukan cenderung akan merasa putus asa sehingga terus melakukan perilaku makan yang menyimpang.

Gangguan makan ini dapat terjadi pada remaja pria maupun wanita, dengan bermacam postur tubuh, suku bangsa, dan kelas sosial ekonomi dan telah ditemui pada 54,9 % remaja di Norwegia, 26,4 % remaja di Turki, 14,4 % remaja di Amerika Serikat, 23,4 % remaja di Emirets, dan 31,6 % remaja di Jordan (Al-Sheyab et al., 2018; Peebles & Sieke, 2019). Gangguan makan pada remaja cukup serius karena memiliki konsekuensi emosional/psikologis dan medis/fisik yang signifikan bagi mereka yang menderitanya, dengan tingkat kematian hingga 10%. Sebagai gangguan psikologis, gangguan makan terkait erat dengan sejumlah masalah medis maupun non-medis dan akan meluas ke neuropsikiatri, depresi, gangguan kecemasan, penyalahgunaan zat, upaya bunuh diri, dan beberapa gangguan kepribadian. (Chairani, 2018).

Dalam perkembangannya, masa remaja merupakan masa rawan gizi akibat proses pertumbuhan & perkembangan yang sangat pesat sebagai akibatnya membutuhkan tenaga dan gizi yang lebih. Selain itu, perkembangan fisik dan kognitif juga terjadi pada masa remaja, sehingga nutrisi yang cukup sangat penting untuk perkembangan yang optimal. Namun kenyataannya, ada

tiga beban gizi buruk yang harus ditanggung remaja Indonesia, yaitu gizi kurang, obesitas, dan kekurangan zat gizi mikro.

Di Indonesia, sekitar 12% remaja laki-laki bertubuh kurus dan 29% bertubuh pendek. Sedangkan pada perempuan, 4,3% bertubuh kurus dan 25% dengan postur tubuh yang pendek. Adapun prevalensi kekurusan pada remaja tahun 2010 sebesar 8,9% dan mengalami peningkatan menjadi 9,4% pada tahun 2013. Kemudian, prevalensi berat badan lebih dan obesitas sebesar 16,0% pada remaja usia 13-15 tahun dan 13,5% pada remaja usia 16-18 tahun. Keadaan remaja di atas dipengaruhi oleh pertumbuhan dan perkembangan yang tidak diimbangi dengan pola makan yang baik sehingga menyebabkan anak menjadi stunting serta tidak mencapai potensi fisik dan kognitifnya secara optimal (United Nations Children's Fund, 2020; Merita et al., 2020).

Gangguan makan ini tentu tidak muncul cuma-cuma, terdapat faktor lain yang berperan atas munculnya perilaku makan menyimpang ini. Berdasarkan studi Levine (dalam Field *et al.*, 2001), terdapat hubungan yang signifikan antara tekanan yang diberikan oleh kelompok sebaya (*peer group*) dengan perilaku makan. Sriutari, (2002) dalam studinya juga menemukan bahwa kelompok sebaya memberikan pengaruh yang cukup kuat terhadap kebiasaan makan remaja putri (Isra, 2017). Hal tersebut terjadi karena pada masa ini, remaja lebih memilih untuk bermain dan menghabiskan waktu dengan teman-temannya dibanding keluarga.

Pergaulan antar teman sebaya tersebut menimbulkan generalisasi mulai dari pola pikir, pola aktivitas, dan lain sebagainya yang mempengaruhi satu sama

lain anggota dalam kelompok. Pola pikir remaja yang masih labil serta ketidakmampuan remaja dalam memilih dan memilah informasi yang tepat juga menghantarkan remaja pada pengambilan keputusan yang salah. Hal tersebut selaras dengan pernyataan dr. Pattiselano Robert Johan, MARS, Staff Ahli Bidang Desentralisasi Kesehatan tahun 2018, pada Seminar Kesehatan dan Gizi Remaja yang mengatakan bahwa remaja mudah terpengaruh oleh teman dan media sosial, sehingga mereka lebih rentan terpengaruh oleh perilaku tidak sehat atau menerima informasi kesehatan dan gizi yang tidak akurat. Seperti contoh mengikuti diet selebriti, makan camilan populer tapi bergizi rendah, dan tidak aktif bergerak.

Dewasa ini, ilmu teknologi berkembang sangat pesat. Teknologi seperti media sosial semakin populer saat ini dan penggunaannya juga sangat umum di semua kalangan termasuk remaja. Berdasarkan penelitian Pew Research Center tahun 2015, 61% remaja perempuan menggunakan aplikasi media sosial yang berorientasi visual, seperti *Instagram*.

Media sosial *Instagram* memiliki fitur unik yang mempengaruhi citra tubuh karena pada umumnya media sosial digunakan untuk berbagi aktivitas dan menampilkan foto-foto penggunanya. Pada remaja, unggahan foto di *Instagram* dapat menimbulkan ketidakpuasan dan pikiran negatif terhadap dirinya, terlebih fakta bahwa yang ditampilkan pada media sosial *Instagram* tersebut adalah wanita yang ramping sehingga membuat para remaja mengalami masalah dalam menerima bentuk tubuh dan kecantikan alami mereka.

Ketidakpuasan terhadap postur tubuh membuat banyak orang terutama wanita sering salah menilai tubuhnya. Oleh karena itu tidak mengherankan jika ketidakpuasan tubuh lebih sering terjadi pada wanita daripada pria, walaupun sebenarnya ketidakpuasan tersebut dapat terjadi pada pria maupun wanita (Chairani, 2018). Pernyataan tersebut selaras dengan tulisan Anisa Widiarini yang diunggah pada [viva.co.id](http://viva.co.id) dengan judul “Tak Pede Bentuk Tubuh Picu Gangguan Pola Makan Remaja” yang menyatakan bahwa terdapat sebuah penelitian oleh mahasiswa IPB pada 103 remaja perempuan menunjukkan hasil bahwa adanya paparan tentang gambaran tubuh yang kurus dan ideal (*thin-ideal images*) akan meningkatkan ketidakpuasan terhadap tubuh.

Di Indonesia, tidak ada data terdokumentasi yang dapat menunjukkan proporsi orang dengan perilaku makan menyimpang (*anorexia nervosa*, *bulimia nervosa*, dsb) padahal perilaku makan remaja perkotaan semakin mengarah pada kebiasaan makan yang tidak sehat (*anorexia nervosa*, *bulimia nervosa*, dsb). Faktor-faktor yang memungkinkan munculnya perilaku makan menyimpang juga semakin meningkat, sehingga tidak menutup kemungkinan masalah kebiasaan makan ini telah hadir di Indonesia (Tantiani & Syafiq, 2008).

Berdasarkan data Sensus Penduduk 2020, jumlah remaja usia 10-14 tahun di Indonesia berjumlah 22,1 juta jiwa dan remaja usia 15-19 tahun berjumlah 22,3 juta jiwa. Adapun data sensus penduduk pada kelompok remaja usia 10-14 tahun di Kalimantan Barat berjumlah 473,9 ribu jiwa dan pada remaja usia 15-19 tahun berjumlah 475,5 ribu jiwa. Data jumlah remaja tersebut termasuk cukup banyak namun sangat disayangkan belum terlihat data tertulis yang dapat

menunjukkan prevalensi gangguan makan pada remaja di Indonesia dan di Kalimantan Barat.

Faktanya, berdasarkan pengamatan peneliti, perilaku makan pada remaja di Kalimantan Barat, khususnya Kota Singkawang semakin mengarah kepada pola makan yang tidak sehat diantaranya melakukan diet ketat, banyak konsumsi *junk food/fast food*, makanan tinggi lemak dan minim serat. Faktor teman sebaya dan media sosial yang sudah dipaparkan di atas pun semakin berpengaruh sehingga tidak menutup kemungkinan bahwa gangguan makan sebenarnya sudah dialami oleh para remaja di Kota Singkawang.

Pernyataan tersebut didukung dengan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di salah satu Sekolah Menengah Pertama di Kota Singkawang dengan total siswa tiga angkatan berjumlah 593 orang, yaitu SMP Pengabdi Singkawang. SMP Pengabdi Singkawang merupakan sekolah dengan siswa terbanyak di Kecamatan Singkawang Barat, sehingga harapannya dengan menggunakan SMP Pengabdi Singkawang sebagai lokasi penelitian dapat menjadi gambaran fenomena gangguan makan pada remaja di Kecamatan Singkawang Barat. Adapun hasil dari studi pendahuluan tersebut mendapatkan data bahwa 15 dari 20 siswa mengatakan pernah merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya. 10 dari 20 siswa mengatakan pernah dan sedang menjalani diet, 5 dari 20 siswa mengatakan menjalani diet karena diajak temannya. 20 siswa mengatakan setuju bahwa media sosial berpengaruh terhadap bagaimana mereka memandang bentuk tubuh yang dimiliki.

SMP Pengabdi Singkawang merupakan salah satu sekolah yang masuk dalam naungan wilayah kerja Puskesmas Singkawang Barat II. Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan Kepala Puskesmas Singkawang Barat II dan tenaga kesehatan yang bertugas, implementasi yang telah diberikan di SMP Pengabdi adalah pengadaan obat untuk kelengkapan UKS dan *monitoring* makanan serta minuman yang dijual di kantin sekolah. Sejauh ini, belum pernah diadakan sosialisasi terkait gangguan makan pada remaja.

Wawancara juga peneliti lakukan bersama Kepala Sekolah SMP Pengabdi Singkawang pada bulan awal bulan Desember 2021. Beliau mengatakan selama ini belum pernah dilakukan sosialisasi tentang gangguan makan pada remaja di SMP Pengabdi Singkawang serta tidak ada pemberian materi khusus tentang gangguan makan pada jam pelajaran dan bimbingan konseling. Kepala Sekolah juga mengatakan, belum pernah ada penelitian kesehatan yang dilaksanakan di SMP Pengabdi Singkawang.

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan pada studi pendahuluan tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut terkait hubungan tekanan teman sebaya dan intensitas penggunaan media sosial *Instagram* dengan gangguan makan pada remaja di SMP Pengabdi Singkawang.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut :

1. Adakah hubungan antara tekanan teman sebaya dengan gangguan makan pada remaja di SMP Pengabdi Singkawang?
2. Adakah hubungan antara intensitas penggunaan media sosial *instagram* dengan gangguan makan pada remaja di SMP Pengabdi Singkawang?
3. Adakah hubungan antara tekanan teman sebaya dan intensitas penggunaan media sosial *instagram* dengan gangguan makan pada remaja di SMP Pengabdi Singkawang?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tekanan teman sebaya dan intensitas penggunaan media sosial *instagram* dengan gangguan makan pada remaja di SMP Pengabdi Singkawang Tahun Akademik 2021/2022.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui :

- a. Diketuinya hubungan antara tekanan teman sebaya dengan gangguan makan pada remaja di SMP Pengabdi Singkawang.

- b. Diketuinya hubungan antara intensitas penggunaan media sosial *instagram* dengan gangguan makan pada remaja di SMP Pengabdi Singkawang.

#### **D. Ruang Lingkup**

Penelitian ini dalam ruang lingkup mata ajar keperawatan anak dan keperawatan komunitas (komunitas remaja), untuk mengetahui hubungan tekanan teman sebaya dan intensitas penggunaan media sosial *instagram* dengan gangguan makan pada remaja di SMP Pengabdi Singkawang.

#### **E. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi dan bermanfaat sebagai bahan pengembangan ilmu keperawatan anak dan komunitas serta dapat memberikan studi kepustakaan yang dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pertimbangan tambahan materi bahan ajar bimbingan konseling yang diberikan pada kurikulum pelajar tingkat sekolah menengah pertama.

- b. Bagi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dan sumber bacaan mengenai Hubungan Tekanan Teman Sebaya dan Intesitas Penggunaan Media Sosial *Instagram* dengan Gangguan Makan pada Remaja di SMP Pengabdi Singkawang.

c. Bagi siswa dan SMP Pengabdi Singkawang

Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai pertimbangan sekolah dalam memberikan pengetahuan dan informasi mengenai gangguan makan pada remaja secara komprehensif. Siswa mengetahui macam dan ciri gangguan makan.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dan referensi dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan tentang gangguan makan pada remaja.

## **F. Keaslian Penelitian**

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti, penelitian mengenai Pengaruh Tekanan Teman Sebaya dan Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Remaja di SMP Pengabdi Singkawang belum pernah dilakukan. Berikut ini adalah penelitian terkait dan serupa, yaitu:

1. Pada penelitian oleh (Jahrami et al., 2021) dengan judul *The risk of eating disorders among children and adolescents with attention deficit hyperactivity disorder: Results of a matched cohort study*. Subjek pada penelitian ini adalah anak/remaja usia 8 – 19 tahun di Unit Psikiatri

Anak/Remaja di Bahrain. Penelitian ini menggunakan metode *cohort study* dengan analisa data menggunakan *cohort analysis*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi perempuan dengan gangguan makan lebih tinggi daripada laki-laki (33,33% dan 30,77%). Persamaan dengan penelitian ini terletak pada variabel gangguan makan beserta instrumen penelitian, EAT-26. Sedangkan perbedaan terletak pada subjek, metode penelitian, variabel bebas, dan tempat penelitian.

2. Pada penelitian oleh (Nugroho, 2018) tentang Hubungan Stress Psikososial, Persepsi Bentuk Tubuh, *Eating Disorder*, dan Pola Makan dengan Status Gizi pada Remaja Putri. Subjek dalam penelitian ini adalah siswi yang berasal dari dua SMP di Surakarta. Jenis penelitian ini merupakan observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Data dianalisis menggunakan uji *chi square* dan regresi logistik. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara stres psikososial ( $p = 0.005$ ), persepsi bentuk tubuh ( $p = 0.026$ ), *eating disorder* ( $p = 0.025$ ) dan pola makan ( $p = 0.005$ ) dengan status gizi. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada metode penelitian, variabel gangguan makan beserta instrumen penilaiannya, EAT-26. Sedangkan perbedaan terletak pada variabel tetap beserta tiga variabel bebas lainnya, subjek, dan tempat penelitian.
3. Pada penelitian oleh (Sukmaraga, 2018) tentang Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dan Materialisme pada Remaja. Subjek dalam penelitian ini adalah remaja yang berusia 14 – 24 tahun. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan teknik analisis uji

korelasi *Spearman's rho*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara intensitas penggunaan media sosial Instagram dengan materialisme pada remaja ( $r = 0.546$  dan nilai signifikansi  $p = 0.00 < 0.05$ ). Persamaan dengan penelitian ini terletak pada variabel intensitas penggunaan media sosial Instagram beserta instrumen penilaian menggunakan Skala Penggunaan Media Sosial. Sedangkan perbedaan pada penelitian ini terletak pada metode penelitian, variabel tetap, subjek, dan tempat penelitian.

4. Pada penelitian oleh (Handayani, 2016) tentang Hubungan *Peer Pressure* dengan *Misbehavior* Siswa Sekolah Menengah Pertama di Pondok Pesantren. Subjek dalam penelitian ini adalah pelajar SMP di Pondok Pesantren. Jenis penelitian ini adalah non-eksperimental kuantitatif korelasional dengan teknik *disproportional stratified random sampling*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *peer pressure* dan *misbehavior* dengan nilai  $p = 0.000$ , nilai  $r$  sebesar  $0.479$  dan sumbangan efektif sebesar  $22.9\%$ . Persamaan dengan penelitian ini terletak pada variabel *peer pressure* beserta instrumen penilaiannya, *peer pressure inventory*. Sedangkan perbedaan terletak pada metode penelitian, subjek, dan tempat penelitian.
5. Pada penelitian oleh (Oktavia, Jumaini, 2021) tentang Hubungan Interaksi Teman Sebaya dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Gangguan Mental Emosional Remaja. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMKN 2 Pekanbaru. Pengumpulan data dilakukan dengan mengisi kuesioner. Hasil

penelitian menunjukkan interaksi teman sebaya dan intensitas penggunaan media sosial mempunyai hubungan yang bermakna terhadap gangguan mental emosional remaja. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada variabel bebas kedua, yaitu intensitas penggunaan media sosial. Sedangkan perbedaan terdapat pada konsep variabel bebas 1 yaitu terkait **interaksi** teman sebaya dan **tekanan** teman sebaya. Selain itu perbedaan juga terletak pada variabel tetap, waktu, subjek, dan tempat penelitian.

6. Pada penelitian oleh (Assyifa Murdiana Dwintasari, 2018) tentang Hubungan Persepsi Tubuh (*Body Image*) dengan Gangguan Makan (*Eating Disorder*) pada Mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Subjek penelitian ini adalah Mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi tubuh dengan gangguan makan pada mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada variabel tetap gangguan makan. Sedangkan perbedaan terdapat pada variabel bebas yaitu persepsi tubuh, waktu, subjek, dan tempat penelitian.