

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Remaja merupakan individu yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan dalam berbagai aspek, seperti aspek fisik, kognitif, dan sosio-emosional (Tenza, 2022). Masalah gizi pada remaja muncul dikarenakan asupan gizi yang belum baik, yaitu ketidakseimbangan antara asupan gizi dengan kecukupan gizi yang dianjurkan (Hafiza et al., 2020). Masalah gizi yang dapat terjadi pada remaja adalah gizi kurang (*underweight*), obesitas (*overweight*) dan anemia. Indonesia memiliki prevalensi status gizi kurang pada remaja usia 13-15 tahun sebesar 8,7% (sangat kurus 1,9% dan kurus 6,8%), gizi lebih 16% (gemuk 11,2% dan obesitas 4,8%) (Kemenkes RI, 2018). Hasil pemantauan status gizi remaja putri dengan kelompok remaja usia 12-18 tahun di Banten pada tahun 2017, yaitu sangat kurus 1,2%, kurus 3,7%, normal 70,9%, gemuk 20,9%, dan obesitas 4,3% (Kemenkes RI, 2017).

Model merupakan salah satu profesi yang sangat memperhatikan penampilan fisik dan harus selalu tampil menarik dan postur tubuh yang profesional serta memiliki berat badan yang ideal (Yasina & Yulianti, 2018). Bagi remaja yang sudah memiliki profesi sebagai model rentan mengalami gangguan makan (*eating disorder*) karena seorang model perlu menjaga bentuk tubuhnya agar terlihat menarik dihadapan orang lain (Syarafina & Probosari, 2014). Hal ini dipengaruhi oleh tuntutan profesi yang mengharuskan memiliki tubuh langsing untuk tampil menarik, agar berat badan dan bentuk tubuhnya tetap terlihat ideal. Model memiliki aktivitas yang sangat padat sehingga cenderung melewatkan waktu makan sehingga memiliki gangguan makan (Putri & Hamidah, 2017). Berdasarkan penelitian Sri Ayu Melani (2021) skor gangguan makan pada remaja putri sebesar 28,42% memiliki hubungan yang signifikan dengan gangguan makan *anorexia nervosa* (AN) pada remaja.

Tekanan untuk menjadi lebih kurus dalam pikiran remaja menyebabkan adanya ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (*body dissatisfaction*) yang mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang (Ma'sunnah et al., 2021a). *Body image* merupakan

persepsi, pikiran, dan perasaan seseorang terhadap bentuk tubuhnya. *Body image* dikategorikan menjadi positif dan negatif. Seseorang yang memiliki *body image* positif merasa puas terhadap bentuk tubuhnya dan penampilannya, merasa percaya diri, dan menerima segala perubahan bentuk tubuhnya (Nisa & Rakhma, 2019). Berbeda dengan seseorang dengan *body image* negatif, yang merasa bentuk tubuhnya ideal yang diharapkan dan yang ada di media maupun lingkungan sosialnya sehingga orang tersebut merasa tidak puas dengan bentuk tubuh serta penampilannya. Remaja putri yang berprofesi sebagai model berisiko mengalami *body image* negatif karena dituntut untuk memiliki penampilan menarik dan tubuh ideal (Nurjannah & Muniroh, 2019). Menurut penelitian (Nurjannah & Muniroh, 2019) dari total responden yang mengalami *body image*, sebanyak 58,3% model remaja putri mengalami *body image* negatif. Berdasarkan hasil penelitian (Lumele et al., 2021) dengan jumlah responden sebanyak 395 mahasiswa, ditemukan hasil 345 mahasiswa (82,9%) memiliki persepsi *body image* yang positif, sedangkan 67 mahasiswa lainnya (17,1%) memiliki persepsi *body image* negatif.

Persepsi tubuh negatif dapat mendorong seseorang melakukan perilaku kontrol berat badan yang tidak sehat dan gangguan makan. Gangguan terhadap persepsi tubuh dapat mempengaruhi seseorang mengalami status gizi (Melani et al., 2021). Hal ini dikarenakan kebiasaan makan yang dilakukan untuk menjaga bentuk tubuh sesuai dengan *body image* yang diharapkan. Kecemasan akan bentuk tubuh menyebabkan remaja sengaja tidak makan sehingga menyebabkan gangguan makan (*eating disorder*) (Merita et al., 2020). Adanya berbagai pengaruh dari luar yang rentan dengan mudah diikuti oleh golongan remaja termasuk bagi para remaja putri yang berkecimpung dalam dunia *modeling* merupakan salah satu populasi yang rentan terhadap terjadinya gangguan makan.

Gangguan makan yang paling sering terjadi pada remaja adalah *anoreksia nervosa* (AN), *bulimia nervosa* (BN), dan *binge eating disorder* (BED) dan *eating disorders not otherwise specified* (EDNOS) (Chairani, 2018). Berdasarkan penelitian Naomi (2018) sebanyak (59,38%) dari 64 responden mengalami *eating disorder*. Selain itu, berdasarkan penelitian lain Irman dan Sofyawati (2018) sebanyak 32

responden atau 9,1% memiliki gejala *eating disorder*, terdiri dari *anoreksia nervosa* sebanyak 11 orang atau 3,1%, *bulimia nervosa* sebanyak 7 orang (2,0%) dan *binge eating disorder* sebanyak 14 orang (4,0%).

Salah satu yang juga mempengaruhi status gizi adalah aktivitas fisik. Asupan energi berlebih dan tidak diimbangi dengan kurangnya melakukan aktivitas fisik akan menyebabkan penambahan berat badan (Roring et al., 2020). Aktivitas fisik merupakan gerakan tubuh yang dihasilkan dari otot rangka yang membutuhkan pengeluaran energi (WHO,2016). Aktivitas fisik dapat mempengaruhi status gizi karena status gizi seseorang juga bergantung pada penggunaan zat-zat gizi yang dikonsumsi dengan cara beraktivitas dimana aktivitas fisik dengan berolahraga dapat meningkatkan jumlah kebutuhan energi sehingga akan menjaga status gizi dalam keadaan normal (Said, 2020). Kurang aktivitas fisik tiga kali lebih mungkin menyebabkan gizi lebih daripada aktivitas fisik berat (Damayanti & Sufyan, 2022). Ketidakseimbangan antara asupan energi berlebih dibandingkan pengeluaran energi yang dihasilkan dari kurang aktivitas fisik (Putra, 2017). Kemudian sisa kalori yang tersimpan di dalam tubuh seperti 50% di jaringan subkutan, 5% di rongga perut, dan 5% di otot. Dengan demikian, kemungkinan obesitas lebih tinggi. Pada penelitian (Mulyati et al., 2019) pada siswi salah satu SMA Negeri 1 Tinangkung, menunjukkan bahwa responden yang memiliki aktivitas fisik sedang (39,4%), dan aktivitas fisik berat (60,6%). Dari hasil penelitian tersebut, aktivitas remaja atau usia sekolah cenderung memiliki tingkat aktivitas fisik ringan, sebab kegiatan yang sering dilakukan adalah kegiatan belajar mengajar di sekolah.

Kecemasan akan bentuk tubuh membuat remaja sengaja tidak makan atau memilih makan di luar. Kebiasaan ini dapat mengakibatkan remaja mengalami kerawanan pangan yang berhubungan dengan asupan zat gizi yang rendah dan berisiko pada kesehatannya termasuk anemia (Siti, 2018). Penentuan status besi individual atau populasi dapat dinilai dengan mengukur jumlah besi dalam setiap kompartemen besi tubuh. Penentuan status besi individu atau populasi dapat dinilai dengan mengukur jumlah besi dalam setiap kompartemen besi tubuh. Salah satu penilaian status besi yang sering digunakan yaitu dengan cara mengukur kadar

hemoglobin di dalam tubuh (Ayu, 2022). Hemoglobin adalah senyawa protein yang berfungsi untuk membawa oksigen pada sel-sel darah merah di dalam tubuh. Kandungan hemoglobin yang rendah dapat mengindikasikan anemia. Anemia adalah suatu kondisi secara karakteristik terjadinya penurunan konsentrasi dari hemoglobin di dalam darah (Yuniarti & Zakiah, 2021). Hemoglobin dibutuhkan untuk membawa oksigen ke dalam jaringan dan organ di dalam tubuh. Penurunan ketersediaan oksigen di dalam jaringan dan organ terjadi ketika tingkat hemoglobin yang rendah sehingga menyebabkan timbulnya beberapa gejala terjadi pada seseorang yang menderita anemia (Adriani & Fadilah, 2023). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan (Fadila, 2019) di SMP Negeri 3 Lubuk Pakam bahwa sebanyak 16 orang (59,3%) mengalami anemia, sedangkan sebanyak 11 orang (40,7%) tidak mengalami anemia.

Status gizi adalah suatu ukuran mengenai kondisi tubuh seseorang yang dapat dilihat dari makanan yang dikonsumsi dan penggunaan zat-zat gizi di dalam tubuh. Status gizi terbagi menjadi tiga yaitu, gizi kurang, gizi baik dan gizi lebih (Said, 2020). Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk mengetahui dampak dari persepsi tubuh, gangguan makan, aktivitas fisik dan kadar hemoglobin terhadap status gizi pada remaja putri di Azzura Models Tangerang karena masih terbatas penelitian di Indonesia yang menggunakan remaja putri pada sekolah model sebagai subjek penelitiannya.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan di atas bahwa status gizi remaja mengalami masalah gizi yang berkaitan erat dengan *body image*. Indonesia memiliki prevalensi status gizi kurang pada remaja usia 13-15 tahun sebesar 8.7% dan gizi lebih 16% (gemuk 11,2% dan obesitas 4,8%) (Kemenkes RI, 2018). Model merupakan salah satu profesi yang sangat memperhatikan penampilan fisik dan harus selalu tampil menarik dan postur tubuh yang proporsional serta memiliki berat badan yang ideal. Remaja putri yang berprofesi sebagai model berisiko mengalami *body image* negatif karena dituntut untuk memiliki penampilan menarik dan tubuh ideal.

Persepsi tubuh negatif dapat mendorong seseorang melakukan perilaku kontrol berat badan yang tidak sehat dan gangguan makan. Kebiasaan makan yang dilakukan

untuk menjaga bentuk tubuh sesuai dengan citra tubuh yang diharapkan. Aktivitas fisik mempengaruhi status gizi adalah gerakan tubuh yang dihasilkan dari otot rangka yang membutuhkan pengeluaran energi. Dalam penelitian ini variabel dependen adalah status gizi pada remaja putri Azzura Models Tangerang, sedangkan variabel independennya adalah persepsi tubuh, gangguan makan, aktivitas fisik, kadar hemoglobin.

1.3. Pembatasan Masalah

Penelitian ini hanya melakukan penelitian pada hubungan persepsi tubuh, gangguan makan, aktivitas fisik dan kadar hemoglobin terhadap status gizi pada remaja putri di Azzura Models Tangerang.

1.4. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan persepsi tubuh, gangguan makan, aktivitas fisik, kadar hemoglobin terhadap status gizi pada remaja putri di Azzura Models Tangerang?

1.5. Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan persepsi tubuh, gangguan makan, aktivitas fisik, kadar hemoglobin terhadap status gizi pada remaja putri di Azzura Models Tangerang.

1.5.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi status gizi pada remaja putri.
2. Mengetahui gambaran persepsi tubuh pada remaja putri di Azzura Models Tangerang.
3. Mengetahui gambaran gangguan makan pada remaja putri di Azzura Models Tangerang.
4. Mengetahui gambaran aktivitas fisik pada remaja putri di Azzura Models Tangerang.
5. Mengetahui gambaran kadar hemoglobin pada remaja putri di Azzura Models Tangerang.

6. Menganalisis hubungan persepsi tubuh dengan status gizi pada remaja putri di Azzura Models Tangerang.
7. Menganalisis hubungan gangguan makan dengan status gizi pada remaja putri di Azzura Models Tangerang.
8. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada remaja putri di Azzura Models Tangerang.
9. Menganalisis hubungan kadar hemoglobin terhadap status gizi pada remaja putri di Azzura Models Tangerang.

1.6. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menjadi sarana untuk mengembangkan dan mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh, menambah pengetahuan mengenai hubungan persepsi tubuh, gangguan makan, aktivitas fisik, dan kadar hemoglobin dengan status gizi pada remaja putri di Azzura Models Tangerang serta penelitian ini merupakan salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana (S1) Gizi di Universitas Esa Unggul Jakarta.

2. Bagi Universitas

Penelitian ini dapat menjadi referensi baru bagi mahasiswa, dosen, civitas akademik dan peneliti lainnya.

3. Bagi Model

Penelitian ini dapat memberikan informasi tentang persepsi tubuh positif terhadap bentuk tubuh dan ukuran tubuh serta dapat menerapkan perilaku yang baik dalam memperoleh bentuk dan ukuran tubuh yang diinginkan tanpa merubah status gizi serta pembatasan makanan yang ekstrim.

4. Bagi Sekolah Model

Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai persepsi tubuh, gangguan makan, terhadap status gizi pada sekolah model sehingga sekolah dapat menjaga para model untuk tetap memiliki persepsi tubuh yang positif, menjaga agar tidak terdapat gangguan makan serta aktivitas fisik yang cukup sehingga status gizi para model terjaga dengan baik.

1.7. Keterbaruan Penelitian

Penelitian yang mengkaji masalah hubungan persepsi tubuh, gangguan makan, aktivitas fisik dan kadar hemoglobin terhadap status gizi telah banyak dilakukan sebelumnya namun perbedaan dalam penelitian ini adalah variabel yaitu remaja putri pada sekolah modelling yang belum banyak dilakukan seputar ilmu gizi. Penelitian-penelitian yang mengkaji hubungan antara persepsi tubuh, gangguan makan dan aktivitas fisik, terhadap status gizi antara lain sebagai berikut:

Tabel 1. 1 Keterbaruan Penelitian

Nama Peneliti	Tahun	Variabel	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
Aqmariya Syarafina, Enny Probosari	2014	Hubungan Eating Disorder Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Modeling Agency Semarang	Cross sectional	Terdapat hubungan yang bermakna eating disorder dengan status gizi
Anastasia Nourma Yunita	2017	Persepsi body image, pengetahuan gizi, gangguan makan dan aktivitas fisik anggota OQ Modelling School	Cross sectional	Terdapat hubungan antara gangguan makan, indeks massa tubuh dan aktivitas fisik terhadap status gizi. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi body image, gangguan makan dan pengetahuan gizi terhadap status gizi.
Alivia Aruva	2020	Persepsi tubuh, pengetahuan gizi, gangguan makan dan aktivitas fisik pada pramugari	Cross sectional	Terdapat hubungan antara persepsi tubuh dan gangguan makan dengan status gizi pramugari. Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dan aktivitas fisik terhadap status gizi pramugari

Nama Peneliti	Tahun	Variabel	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
Ayu Tri Hendarini	2018	Body image dan kebiasaan makan SMAN 1 Kampar tahun 2017	Cross sectional	Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi dan antara body image dengan status gizi.
Khoirum Ma'sunnah, Heri Purnama Pribadi, Dian Agnesia	2021	Pengetahuan gizi, persepsi citra tubuh dan gangguan makan pada remaja putri SMK di Kabupaten Gresik	Cluster random sampling	Terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi remaja putri dan tidak terdapat hubungan antara citra tubuh dan gangguan makan dengan status gizi remaja putri di Kabupaten Gresik
Irfan Said, Tuty Hertati Purba, Hermawati Hamalding, Royanti Elida Sidabutar	2020	Citra tubuh, aktivitas fisik dan pengetahuan gizi pada remaja di SMA Budi Murni 2 Medan	Cross sectional	Terdapat hubungan antara citra tubuh, aktivitas fisik dan pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi remaja di SMA Budi Murni 2 Medan

Berdasarkan keterbaruan penelitian diatas, yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu terdapat pada tempat penelitian, sampel penelitian, waktu penelitian dan variabel penelitian. Dari beberapa penelitian sebelumnya belum ada penelitian yang meneliti tentang hubungan persepsi tubuh, gangguan makan, aktivitas fisik dan kadar hemoglobin terhadap status gizi pada remaja putri di Azzura Models Tangerang.