

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Profil SMA Negeri 4 Bantimurung Kabupaten Maros

SMA Negeri 4 Bantimurung-Maros merupakan salah satu Sekolah Menengah Atas yang ada di Provinsi Sulawesi Selatan, Indonesia. Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 4 Bantimurung-Maros didirikan berdasarkan Keputusan Kepala Kantor Wilayah Depdikbud Sulawesi Provinsi Sulawesi Selatan No. 0389/01/1990 tanggal 11 Juni 1990 dengan nama SMA Negeri 1 Bantimurung. Perubahan nama SMA Negeri 1 Bantimurung menjadi SMA Negeri 4 Bantimurung-Maros berdasarkan SK nomor 08 tahun 2011 tanggal 14 Februari 2011. SMA Negeri 4 Bantimurung merupakan satu-satunya SMA Negeri di Kecamatan Bantimurung.

SMA Negeri 4 Bantimurung-Maros terletak di Pakalu, Kelurahan Kalabbirang, Kecamatan Bantimurung, Kabupaten Maros, sekitar 8 kilometer dari Ibukota Kabupaten, Turikale. Letaknya mudah terjangkau kendaraan umum sangat mendukung masyarakat sekitarnya untuk menyekolahkan anaknya di SMA Negeri 4 Bantimurung-Maros. Saat ini SMA Negeri 4 Bantimurung-Maros sudah mampu memenuhi kebutuhan masyarakat sekitarnya, khususnya masyarakat Kecamatan Bantimurung. Semua itu tidak lain untuk meningkatkan kecerdasan generasi bangsa sesuai tuntutan masyarakat yang begitu cepat berkembang.

Kondisi sarana/prasarana dan kerja keras semua warga sekolah, memungkinkan SMA Negeri 4 Bantimurung-Maros tetap menjadi salah satu sekolah yang banyak diminati siswa/orang tua. Hal itu terlihat dari membanjirnya pendaftar pada setiap penerimaan siswa baru, sehingga tidak semua pendaftar dapat ditampung di SMA Negeri 4 Bantimurung-Maros.

2. Sejarah Singkat SMA Negeri 4 Maros

Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 4 Bantimurung Maros didirikan berdasarkan keputusan kepala kantor wilayah depdikbud provinsi sulawesi selatan NO.0389/01/1990 tanggal 11 juni 1990 dengan nama sma negri 1 bantimurung perubahan nama sma negerii 1 bantimurung menjadi sma negeri 4 bantimurung maros berdasasrkan peraturan daerah kabupaten maros nomor 8 tahun 2011 tanggal 14 februari 2011 sma negeri 4 bantimurung letaknya sangat strategis dan merupakan satu satunya sma negeri di kecamatan bantimurung mulai tahun 2008/2009 sampai tahun pelajaran 2010/2011, SMA Negeri 4 bantimurung maros terpilih menjadi salah satu rintisan sekolah katgori mandiri/sekolah standar nasional (RSKM/SSN) melalui program ini diharapkan SMA Negeri 4 bantimurung dapat sejajar dengan sekolah sekolah lain di seluruh nusantara terutama dalam memenuhi standar nasional pendidikan yaitu standar kompetensi lulusan, standar pengelolaan, standar pembiayaan, standar penilaian, standar pendidik dan tenaga kerja pendidik ,standar sarana dan prasarana. pada tahun 2011 ini sma

negeri 4 bantimurung maros di pilih langsung oleh bupati maros mewakili satuan pendidikan tingkat sma menjadi sekolah binaan ADIWIYATA (sekolah berbudaya lingkungan).

Sejak berdirinya tahun 1990 SMA negeri 4 bantimurung maros telah dipimpin 6 orang kepala sekolah ,yakni:

- a. Drs. MUH.SAMUD PANONDO ,periode 1990-1993
- b. Drs. H. ABD.AZIS ZAKARIA, periode 1993-1997
- c. Drs. H. L. AKMAL (ALM) ,periode 1997
- d. Drs. SOEPRATNO YASIN ,periode 1997-2004
- e. Drs. A. MUSYAFIR. B, MM, periode 2004-2016
- f. Amir, S.Pd.,M.Si, periode 2018-sekarang

3. Visi SMA Negeri 4 Maros

Visi Mewujudkan Sekolah yang Unggul Dalam Prestasi, Berbudi Pekerti Luhur, Berbudaya Lingkungan dan Berdaya Saing Tinggi dalam Persaingan Global yang dilandasi Iman dan Taqwa

4. Misi SMA Negeri 4 Maros

Adapun Misi SMA Negeri 4 Bantimurung Kabupaten Maros sebagai berikut:

- a. Menumbuhkembangkan sikap semangat, jujur, kreatif dan inovatif dalam melaksanakan tugas.
- b. Meningkatkan kedisiplinan kepada seluruh warga sekolah.
- c. Meningkatkan kompetensi dan profesionalisme guru dan staf.
- d. Menumbuhkan sikap peserta didik untuk berprestasi dan berbudaya yang dilandasi Iman dan Taqwa.

- e. Mengembangkan kelompok pintar, KIR, Paskibra, Pramuka, PMR, Sisपाल, Seni Tari pada kegiatan ekstrakurikuler.

5. Tujuan SMA Negeri 4 Maros

- a. Menumbuhkan komitmen warga sekolah untuk berubah, berjiwa mandiri dan berdedikasi tinggi.
- b. Memiliki tenaga pendidik dan kependidikan yang profesional yang mampu melaksanakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) dan sistem pengujian berbasis kompetensi.
- c. Menumbuhkan budaya mutu dan harapan prestasi tinggi dilingkungan sekolah yang dilandasi iman dan taqwa.
- d. Memiliki fasilitas yang cukup, berdaya guna dan berhasil guna dalam rangka menunjang pembelajaran yang berbasis TIK.

B. Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

1) Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Adapun karakteristik responden berdasarkan umur pada remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros sebagai berikut :

Tabel 5.1
Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Remaja
SMAN 4 Maros Kabupaten Maros
Tahun 2023

No.	Umur	n	(%)
1	16 Tahun	80	48,5
2	17 Tahun	85	51,5
Total		165	100

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.1 di atas, maka dapat dilihat bahwa umur responden 16 tahun sebanyak 80 orang dengan presentase sebesar (48,5%), sedangkan umur responden 17 tahun sebanyak 85 orang dengan presentase sebesar (12,6%).

2) Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

Tabel 5.2
Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas pada Remaja
SMAN 4 Maros Kabupaten Maros
Tahun 2023

No.	Kelas	n	(%)
1	XI MIPA 1 – 6	111	67,2
2	XI IPS 1 – 3	54	32,8
Total		165	100

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.2 di atas, maka dapat dilihat bahwa kelas XI MIPA 1-6 sebanyak 111 orang (67,2%), sedangkan kelas XI IPS 1-3 sebanyak 54 orang (32,8%).

b. Variabel yang diteliti

1) Status Gizi

Adapun distribusi responden berdasarkan status gizi pada remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros sebagai berikut :

Tabel 5.3
Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi Pada
Remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros
Tahun 2023

Status Gizi	n	(%)
Kurus	51	30,9
Normal	81	49,1
Gemuk	33	20,0
Total	165	100

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan status gizi kurus sebanyak 51 orang responden (30,9%), status gizi normal sebanyak 81 orang responden (49,1%), dan status gizi gemuk sebanyak 33 orang responden dengan persentase (20,0%).

2) Citra Tubuh

Adapun distribusi responden berdasarkan citra tubuh pada remaja SMANN 4 Maros Kabupaten Maros Tahun 2023 sebagai berikut:

Tabel 5.4
Distribusi Responden Berdasarkan Citra Tubuh Pada
Remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros
Tahun 2023

Citra Tubuh	n	(%)
Positif	80	48,5
Negatif	85	51,5
Total	165	100

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan citra tubuh positif sebanyak 80 orang responden dengan persentase (48,5,9%), sedangkan citra tubuh negatif sebanyak 85 orang responden dengan persentase sebesar (51,5%).

Tabel 5.5
Distribusi Pertanyaan Kuesioner Berdasarkan Citra Tubuh Pada
Remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros
Tahun 2023

Pertanyaan	1		2		3		4		5		6	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Pernahkah perasaan bosan membuat Anda khawatir tentang bentuk tubuh Anda?	14	8,5	29	17,6	37	22,4	33	20,0	21	12,7	31	18,8
Pernahkah Anda merasa bahwa paha, pinggul, atau pantat Anda terasa terlalu besar untuk tubuh Anda?	6	3,6	37	22,4	30	18,2	29	17,6	31	18,8	32	19,4
Pernahkah Anda merasa khawatir bila otot menjadi kendur?	3	1,8	46	27,9	28	17,0	29	17,6	27	16,4	32	19,4
Pernahkah Anda merasa sangat sedih tentang bentuk tubuh Anda sehingga membuat Anda menangis?	0	0,0	51	30,9	23	13,9	38	23,0	28	17,0	25	15,2
Pernahkah Anda menghindari lari-lari karena takut otot Anda kelihatan kendur atau bergoyang-goyang?	0	0,0	41	24,8	25	15,2	35	21,2	35	21,2	29	17,6
Pernahkah Anda merasa peka ketika berada Bersama orang yang langsing?	0	0,0	43	26,1	16	9,7	52	31,5	31	18,8	23	13,9
Pernahkah Anda merasa cemas paha Anda mungkin menggelambir sewaktu Anda duduk?	0	0,0	31	18,8	25	15,2	44	26,7	38	23,0	27	16,4
Pernahkah Anda merasa gemuk meskipun Anda hanya makan dalam jumlah sedikit?	0	0,0	40	24,2	23	13,9	47	28,5	24	14,5	31	18,8

Pernahkah Anda menghindari pakaian yang membuat Anda peka pada bentuk tubuh Anda?	0	0,0	44	26,7	24	14,5	46	27,9	23	13,9	28	17,0
Pernahkah Anda merasa sewaktu makan kue, manisan dan makanan berkalori tinggi lain yang membuat Anda merasa gemuk?	0	0,0	41	24,8	15	9,1	64	38,8	22	13,3	23	13,9
Pernahkah Anda merasa malu akan bentuk tubuh Anda?	0	0,0	29	17,6	47	28,5	36	21,8	28	17,0	25	15,2
Apakah perasaan khawatir terhadap bentuk tubuh Anda membuat Anda melakukan pengaturan pola makan (diet)?	0	0,0	34	20,6	36	21,8	34	20,6	33	20,0	28	17,0
Apakah Anda merasa sangat senang tentang bentuk tubuh Anda ketika perut sedang kosong (misalnya dipagi hari)?	0	0,0	32	19,4	37	22,4	33	20,0	33	20,0	30	18,2
Pernahkah Anda merasa tidak adil karena orang lain lebih langsing dari Anda?	0	0,0	47	28,5	27	16,4	39	23,6	24	14,5	28	17,0
Pernahkah Anda merasa khawatir bila badan menjadi berlekuk-lekuk karena lipatan lemak?	0	0,0	47	28,5	24	14,5	42	25,5	20	12,1	32	16,4
Pernahkah Anda merasa khawatir dengan bentuk tubuh, sehingga Anda merasa ingin melakukan senam atau olah raga?	0	0,0	51	30,9	13	7,9	71	43,0	14	8,5	16	9,7

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa jawaban dari kuesioner citra tubuh yang paling banyak menjawab selalu dipertanyaan nomor 2 dengan jumlah 32 orang yang menjawab selalu (19,4%), sedangkan kuesioner citra tubuh yang paling banyak menjawab tidak pernah dipertanyaan nomor 1 dengan jumlah 14 orang yang menjawab tidak pernah (8,5%) dan yang paling sedikit menjawab tidak pernah di pertanyaan nomor 4 tidak ada responden menjawab tidak pernah (0,0%).

3) Gangguan Makan (*Anorexia Nervosa*)

Tabel 5.6
Distribusi Responden Berdasarkan Gangguan Makan Pada
Remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros
Tahun 2023

Gangguan Makan (<i>Anorexia Nervosa</i>)	n	(%)
Mengalami Gangguan Makan	73	44,2
Tidak Mengalami Gangguan Makan	92	55,8
Total	165	100

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan gangguan makan (*Anorexia Nervosa*), responden yang mengalami *anorexia nervosa* sebanyak 73 orang responden dengan persentase (44,2%), sedangkan yang tidak mengalami *anorexia nervosa* sebanyak 92 orang responden dengan persentase sebesar (55,8%).

Tabel 5.7
Distribusi Pertanyaan Kuesioner Berdasarkan Gangguan Makan (*Anorexia Nervosa*) Pada Remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros Tahun 2023

Pertanyaan	1		2		3		4		5	
	n	%	N	%	n	%	n	%	n	%
Saya tidak mengonsumsi minuman pelangsing	0	0,0	39	23,6	78	47,3	48	29,1	0	0,0
Saya merasa bahwa makanan mengendalikan hidup saya	0	0,0	53	32,1	64	38,8	48	29,1	0	0,0
Saya menikmati ketika menghabiskan banyak waktu untuk makan	0	0,0	52	31,5	61	37,0	50	30,3	2	1,2
Menurut saya kelebihan berat badan itu menakutkan	0	0,0	64	38,8	47	28,5	52	31,5	2	1,2
Saya menghindari makanan ketika saya lapar	0	0,0	68	41,2	37	22,4	57	34,5	3	1,8
Saya menggunakan obat pencahar (pelancar BAB)	0	0,0	68	41,2	11	6,7	86	52,1	0	0,0
Saya mengonsumsi makanan diet	0	0,0	56	33,9	33	20,0	73	44,2	3	1,8
Ketika saya makan dengan pelan, saya merasa diri saya sangat buruk	4	2,4	65	39,4	21	12,7	70	42,4	5	3,0
Pikiran saya terpaku pada berapa banyak lemak di tubuh saya	0	0,0	64	38,8	27	16,4	73	44,2	1	0,6
Saya akan merasa cemas ketika saya menginginkan berbagai jenis makanan untuk dimakan	0	0,0	64	38,8	16	9,7	84	50,9	1	0,6

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.7 menunjukkan bahwa jawaban dari kuesioner gangguan makan (*anorexia nervosa*) yang paling banyak menjawab selalu dipertanyaan nomor 6 dengan jumlah 86 orang yang menjawab selalu (52,1%), sedangkan kuesioner gangguan makan (*anorexia nervosa*) yang paling banyak menjawab tidak pernah dipertanyaan nomor 8 dengan jumlah 4 orang yang menjawab tidak pernah (2,4%) dan yang paling sedikit menjawab tidak pernah di pertanyaan nomor 1 tidak ada responden menjawab tidak pernah (0,0%).

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis untuk mengetahui ada atau tidak hubungan antara variabel independen dan variabel dependen.

a. Citra Tubuh dengan Status Gizi SMAN 4 Kabupaten Maros

Tabel 5.8
Hubungan antara Citra Tubuh dengan Status Gizi Pada Remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros Tahun 2023

Citra Tubuh	Status Gizi						Total		P (Value)
	Kurus		Normal		Gemuk				
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Positif	11	13,8	56	70,0	13	16,2	80	100	0,000
Negatif	40	47,1	25	29,4	20	23,5	85	100	
Jumlah	51	30,9	81	49,1	33	20,0	165	100	

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.7 menunjukan bahwa citra tubuh positif dengan status gizi kurus sebanyak 11 orang (13,8%), citra tubuh positif dengan status gizi normal sebanyak 56 orang (70,0%), dan

citra tubuh positif dengan status gizi gemuk sebanyak 13 orang (16,2%). Sedangkan citra tubuh negatif dengan status gizi kurus sebanyak 40 orang (47,1%), citra tubuh negatif dengan status gizi normal sebanyak 25 orang (29,4%), dan citra tubuh negatif dengan status gizi gemuk sebanyak 20 orang (23,5%). Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p=0,000 < 0,05$ yang berarti ada hubungan citra tubuh dengan Status Gizi Pada Remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros Tahun 2023.

- b. Gangguan Makan (*Anorexia Nervosa*) dengan Status Gizi SMAN 4 Kabupaten Maros

Tabel 5.9
Hubungan antara Gangguan Makan dengan Status Gizi
Pada Remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros
Tahun 2023

Gangguan Makan (<i>Anorexia Nervosa</i>)	Status Gizi						Total		P (Value)
	Kurus		Normal		Gemuk				
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Mengalami	31	42,5	25	34,2	17	23,3	73	100	0,002
Tidak Mengalami	20	21,7	56	60,9	16	17,4	92	100	
Jumlah	51	30,9	81	49,1	33	20,0	165	100	

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.8 menunjukkan bahwa yang mengalami *anorexia nervosa* dengan status gizi kurus sebanyak 31 orang (42,5%), mengalami *anorexia nervosa* dengan status gizi normal sebanyak 25 orang (34,2%), dan mengalami *anorexia nervosa* dengan status gizi gemuk sebanyak 17 orang (23,3%). Sedangkan

yang tidak mengalami *anorexia nervosa* dengan status gizi kurus sebanyak 20 orang (21,7%), tidak mengalami *anorexia nervosa* dengan status gizi normal sebanyak 56 orang (60,9%), dan tidak mengalami *anorexia nervosa* dengan status gizi gemuk sebanyak 16 orang (17,4%). Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p=0,002 < 0,05$ yang berarti ada hubungan *anorexia nervosa* dengan Status Gizi Pada Remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros Tahun 2023.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil dari penelitian, maka dalam pembahasan ini akan dijelaskan sesuai tujuan penelitian yaitu Hubungan Citra Tubuh Dan Gangguan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Sman 4 Maros Kabupaten Maros Tahun 2023.

1. Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi Pada Remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros Tahun 2023

Citra tubuh merupakan gambaran mental individu terhadap bentuk dan ukuran tubuh bagaimana individu memersepsikan dan memberikan penilaian atas apa yang individu pikirkan serta rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuh, dan atas bagaimana kira-kira penilaian orang lain terhadap diri individu tersebut.

Berdasarkan hasil analisa yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa citra tubuh positif dengan status gizi kurus sebanyak 11 orang (13,8%), citra tubuh positif dengan status gizi normal sebanyak 56 orang (70,0%), dan citra tubuh positif dengan status gizi gemuk

sebanyak 13 orang (16,2%). Sedangkan citra tubuh negatif dengan status gizi kurus sebanyak 40 orang (47,1%), citra tubuh negatif dengan status gizi normal sebanyak 25 orang (29,4%), dan citra tubuh negatif dengan status gizi gemuk sebanyak 20 orang (23,5%).

Citra tubuh pada umumnya dialami oleh mereka yang menganggap bahwa penampilan adalah faktor yang paling penting dalam kehidupan. Hal ini terutama terjadi pada usia remaja. Mereka beranggapan bahwa tubuh yang kurus dan langsing adalah yang ideal bagi wanita, sedangkan tubuh yang kekar dan berotot adalah yang ideal bagi pria (Lestari, 2017). Citra tubuh negatif biasanya bertahan dalam jangka waktu yang lama. Sering sekali remaja merasa terlalu gemuk ataupun terlalu kurus dari ukuran yang sebenarnya, sehingga mereka ingin mengubah bentuk tubuhnya dengan cara diet ataupun olah raga yang berlebihan. Persepsi mengenai citra tubuh pada remaja dapat mengakibatkan implikasi negatif bagi kesejahteraan fisik dan psikologisnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang memiliki citra tubuh negatif tidak hanya remaja yang memiliki status gizi gemuk dan kurus, namun juga terjadi pada remaja dengan status gizi normal yaitu sebanyak 25 orang (29,4%). Hal ini menunjukkan bahwa remaja masih sering menganggap ukuran tubuhnya masih lebih besar dari ukuran sebenarnya padahal sudah memiliki tubuh yang ideal. Remaja dengan citra tubuh negatif yang memiliki pengetahuan gizi yang kurang cenderung kurang baik dalam memilih makanan yang mereka

konsumsi sehingga penilaian negatif tentang citra tubuhnya yang akan mempengaruhi status gizinya. Mereka berpikir bahwa tubuh mereka tidaklah ideal, serta pemilihan makanan yang salah akan membuat mereka semakin sulit menentukan apakah status gizinya sudah dalam keadaan baik atau tidak.

Penilaian citra tubuh diartikan sebagai kepuasan dan ketidakpuasan terhadap kondisi atau penampilan fisik seseorang. Perbedaan citra tubuh tersebut dikarenakan adanya asumsi bentuk tubuh ramping merupakan bentuk tubuh ideal yang diidamkan sehingga mereka cenderung melakukan berbagai cara untuk mengontrol berat badannya yang kemudian berdampak terhadap status gizi. Citra tubuh negatif pada remaja dengan berat badan berlebih menunjukkan empat kali lipat dari remaja yang memiliki berat badan kurang (Utami, 2021).

Berdasarkan teori Setyawati (2016) menyatakan teman sebaya dan citra tubuh merupakan faktor yang dapat menyebabkan remaja putri merasa kelebihan berat badan dan merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya. Remaja tersebut akan menerapkan perilaku makan yang tidak sehat yang akhirnya berdampak pada status gizi yang buruk. Mereka juga kerap menerapkan pola konsumsi yang berlawanan dengan postur tubuh yang mereka idamkan. Menurut Daiman (2020) menyatakan bahwa citra tubuh seorang remaja juga dapat dipengaruhi oleh lingkungan seperti teman sebaya, figur idola dan juga media massa.

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p=0,000 < 0,05$ yang berarti ada hubungan citra tubuh dengan Status Gizi Pada Remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros Tahun 2023. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Prisilia et al (2019) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan status gizi pada siswi SMA Yayasan Pupuk Kaltim Bontang dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$. Penelitian lain yang dilakukan oleh Yusintha & Adriyanto (2018) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan status gizi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sidoarjo dengan nilai $p\text{-value} = 0,002$.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dhorta & Muniroh (2021), yang mengemukakan bahwa terdapat hubungan antara citra tubuh dengan status gizi pada siswa perempuan Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 2 Surabaya dengan nilai $p\text{-value} = 0,011$.

Berdasarkan hal tersebut peneliti berasumsi bahwa remaja SMAN 4 cenderung membandingkan persepsi mereka tentang tubuh ideal dengan penampilan mereka, karena mereka mulai peduli dengan penampilan mereka untuk mencapai tubuh ideal yang diinginkan. Citra tubuh negatif memberikan dampak negatif yaitu upaya penurunan berat badan dengan pola makan yang buruk hingga terjadi gangguan makan, olahraga berlebihan dan upaya penurunan berat badan melalui penggunaan produk pelangsing.

2. Hubungan Gangguan Makan (*Anorexia Nervosa*) dengan Status Gizi Pada Remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros Tahun 2022

Gangguan makan merupakan suatu sindrom terkait dengan perilaku makan yang menyimpang dengan karakteristik psikologi yang berhubungan dengan makan, bentuk tubuh dan berat badan. Gangguan makan terjadi apabila seseorang mengurangi asupan makanan dengan ekstrem, hal ini dapat berpengaruh terhadap status gizi seseorang.

Berdasarkan hasil analisa yang telah dilakukan peneliti menunjukkan bahwa yang mengalami *anorexia nervosa* dengan status gizi kurus sebanyak 31 orang (42,5%), mengalami *anorexia nervosa* dengan status gizi normal sebanyak 25 orang (34,2%), dan mengalami *anorexia nervosa* dengan status gizi gemuk sebanyak 17 orang (23,3%). Sedangkan yang tidak mengalami *anorexia nervosa* makan dengan status gizi kurus sebanyak 20 orang (21,7%), tidak mengalami *anorexia nervosa* dengan status gizi normal sebanyak 56 orang (60,9%), dan tidak mengalami *anorexia nervosa* dengan status gizi gemuk sebanyak 16 orang (17,4%). Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p=0,002 < 0,05$ yang berarti ada hubungan Gangguan Makan (*Anorexia Nervosa*) dengan Status Gizi Pada Remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros Tahun 2023.

Gangguan makan pada remaja putri adalah suatu sindrom yang ditandai dengan pola makan yang menyimpang terkait dengan

karakteristik psikologik ditandai dengan keengganan untuk menetapkan berat badan dalam batas normal, ketakutan yang berlebihan untuk menaikkan berat badan, gangguan dalam cara memandang berat atau bentuk badannya sendiri dan mengalami gangguan siklus menstruasi (Wati, 2017).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah remaja pada penelitian ini yang mengalami *anorexia nervosa* dengan status gizi kurus sebanyak 31 orang (42,5%). Hal ini tampak pada status gizi remaja yang merupakan suatu indikasi awal dari *anorexia nervosa* yaitu niat atau keinginan seseorang yang ditandai oleh perilaku yang mengarah pada kelainan emosional, memiliki ketakutan akan kegemukan, adanya perubahan *body image* dan penolakan untuk mempertahankan berat badan secara normal yang ditunjukkan dengan pembatasan makan secara berlebihan serta melakukan hal-hal tertentu agar dapat menurunkan berat badan secara cepat.

Remaja yang mengalami gangguan makan *anorexia nervosa* tidak memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Hal ini disebabkan karena masih merasa tidak puas dengan keadaan dirinya. Responden juga menyatakan merasa malu bila memiliki tubuh yang gemuk atau berat badan yang berlebihan. Responden merasa tidak memiliki hal yang dibanggakan salah satunya adalah bentuk tubuh yang diinginkan sehingga merasa kurang percaya diri. Merasa takut menjadi gemuk menjadi alasan responden untuk melakukan diet ketat.

Penderita *anorexia nervosa* mempunyai pandangan yang menetapkan kelangsingan sebagai suatu standar bentuk tubuh ideal, kegemukan dan mempunyai kecenderungan membandingkan diri sendiri dengan orang lain yang sangat menarik. Kesemuanya ini merupakan awal dari ketidakpuasan seseorang terhadap bentuk tubuhnya. Sehingga mulai melakukan usaha-usaha penurunan berat badan dengan mencoba mengikuti pola makan terbatas yang sangat kaku, dengan aturan makan ketat mengenai asupan jumlah makanan, jenis makanan yang dimakan dan kapan harus makan, bahkan ada yang sampai menyalahgunakan obat pencahar, *diuretics* (obat yang dapat meningkatkan pengeluaran air seni), mengkonsumsi jamu peluntur lemak, rajin berpuasa dan juga olahraga ekstra keras (Merita, 2020).

Semakin tinggi tingkat gangguan makan *anorexia nervosa* maka semakin rendah tingkat kepercayaan diri, sebaliknya semakin rendah tingkat gangguan makan *anorexia nervosa* maka semakin tinggi kepercayaan diri pada remaja. Seseorang dengan gangguan makan akan merasa rendah diri dan berfikir bahwa tubuh orang lain lebih ideal daripada tubuh mereka sendiri. Selain itu, banyak orang menganggap penurunan berat badan sebagai cara untuk diterima oleh orang lain di sekitarnya (teman dan keluarga) dan kepercayaan ini

sering mengarah pada gangguan makan yang berdampak pada status gizi seseorang (Syarafina & Probosari, 2014).

Menurut Ma'Sunnah (2021) perilaku dalam hal makanan seperti pembatasan makanan atau makan secara berlebihan, gejala depresi, dan pikiran obsesi tentang penampilan dan berat badan dapat memicu terjadinya gangguan makan. Status gizi sangat dipengaruhi oleh perilaku makan seseorang. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku makan yang sehat akan memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh dan menghasilkan status gizi baik

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Syed et al (2018) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara gangguan makan dengan indeks massa tubuh pada mahasiswa Universitas Peshawar Pakistan dengan nilai p-value = 0,002. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku makan yang sehat akan memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh dan menghasilkan status gizi baik.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Nugroho (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara gangguan makan dengan status gizi pada remaja putri dengan nilai p-value = 0,025. Hasil serupa juga dinyatakan oleh penelitian Ismayanti (2020) yang mengemukakan bahwa terdapat hubungan antara gangguan makan dengan status gizi pada remaja putri di Sanggar Ayodya Pala dengan nilai p-value = 0,000.

Berdasarkan hal tersebut peneliti berasumsi bahwa gangguan makan dapat berpengaruh dalam perilaku makan, seperti

pengurangan makan yang ekstrim atau diet, mengkonsumsi makanan yang berlebihan, serta adanya perasaan tertekan dan berfikir berlebihan tentang bentuk tubuh dan berat badannya. Adanya gangguan terus menerus terhadap perilaku makan atau perilaku lainnya yaitu untuk mengendalikan berat badan dan adanya perilaku ini dapat mempengaruhi kesehatan fisik.

D. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa hasil penelitian ini jauh dari sempurna dan terdapat beberapa keterbatasan-keterbatasan sebagai berikut:

1. Keterbatasan yang dialami saat pelaksanaan penelitian ini adalah pada kuesioner, dikarenakan banyaknya pertanyaan pada kuesioner yang membuat para responden merasa jenuh dan bosan pada saat menjawab pertanyaan pada kuesieoner.
2. Penelitian ini hanya menggunakan dua variabel penelitian, yaitu variabel citra tubuh dan gangguan makan, sehingga hasil yang diperoleh cenderung kurang representatif.
3. Informasi yang diberikan responden melalui kuesioner terkadang memiliki pemahaman yang berbeda serta faktor lain seperti faktor kejujuran dalam mengisi kuesioner yang tidak menunjukkan keadaan yang sebenarnya.