



# Jurnal Islamika Granada

Available online <https://penelitimuda.com/index.php/IG/index>

## Faktor Penyebab Kecenderungan Anorexia Nervosa Pada Remaja Wanita di Madrasah Aliyah X

### *Factors Causing the Tendency of Anorexia Nervosa in Female Adolescents at Madrasah Aliyah X*

Rhyzoma Arry Sauma<sup>(1\*)</sup> & Faadhil<sup>(2)</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

\*Corresponding author: arryshauma1122@gmail.com

#### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor penyebab kecenderungan *anorexia nervosa* pada remaja wanita di madrasah aliyah X. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Populasi penelitian ini sebanyak 112 siswi yang berusia 17-18 tahun. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Sampel penelitian sebanyak 37 remaja wanita dari hasil *screening* sampel berdasarkan skala kecenderungan *anorexia nervosa*. Pengumpulan data menggunakan skala faktor penyebab kecenderungan *anorexia nervosa* yang diukur dengan menggunakan bentuk skala *Likert*. Metode analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif dengan rumus F persen atau persentase faktor. Berdasarkan hasil analisis data, hasil penelitian menunjukkan faktor penyebab kecenderungan *anorexia nervosa* pada remaja wanita di madrasah aliyah X ada 4 faktor yaitu: psikologis sebesar 27,62%, sosial sebesar 25,96%, biologis sebesar 24,1%, dan keluarga Sebesar 22,32%. Maka dengan itu disimpulkan bahwa faktor tertinggi yang berkontribusi menyebabkan kecenderungan *anorexia nervosa* adalah faktor psikologis sebesar 27,62%, dan faktor terendah yang berkontribusi menyebabkan kecenderungan *anorexia nervosa* adalah faktor keluarga sebesar 22,32%.

**Kata Kunci:** Faktor; Kecenderungan *Anorexia Nervosa*; Remaja Wanita.

#### Abstract

*This study aims to determine the factors causing the tendency of anorexia nervosa in female adolescents at Madrasah Aliyah X. This research method uses descriptive quantitative methods. The population of this study were 112 female students aged 17-18 years. The sampling technique uses purposive sampling. The research sample consisted of 37 young women from the results of the sample screening based on the anorexia nervosa tendency scale. Data collection uses a scale of factors that cause anorexia nervosa tendencies which are measured using a Likert scale form. The analytical method used is descriptive analysis with the formula F percent or percentage factor. Based on the results of data analysis, the results showed that there were 4 factors causing the tendency of anorexia nervosa in female adolescents at Madrasah Aliyah X, namely: psychological 27.62%, social 25.96%, biological 24.1%, and family 22.32%. So it can be concluded that the highest factor that contributes to anorexia nervosa tendency is a psychological factor of 27.62%, and the lowest factor that contributes to anorexia nervosa tendency is a family factor of 22.32%.*

**Keywords:** Factors; Tendency of Anorexia Nervosa; Female Adolescents.

**How to Cite:** Sauma, R. A. & Faadhil. F. (2023), Faktor Penyebab Kecenderungan Anorexia Nervosa Pada Remaja Wanita di Madrasah Aliyah X, *Jurnal Islamika Granada*, 3 (3): 110-119.

## PENDAHULUAN

Setiap negara memiliki standar kecantikan yang berbeda-beda. Adapun standar kecantikan bagi wanita di Indonesia adalah memiliki badan yang kurus, langsing, putih, hidung mancung, dan selalu menjaga penampilan. Adanya standar kecantikan yang harus memiliki tubuh yang kurus dan langsing, membuat wanita yang mampu memenuhi standar kecantikan tersebut mendapatkan hak istimewa atau disebut juga dengan istilah *privilege* dari lingkungan sekitarnya (Rahmawati dkk, 2022). Hal ini lah yang menyebabkan banyak wanita di Indonesia terobsesi untuk menjaga penampilannya. Tidak sedikit wanita di Indonesia berusaha keras untuk memenuhi standar kecantikan tersebut, sehingga para wanita di Indonesia sering sekali mengabaikan kesehatan fisik maupun mental demi mencapai standar kecantikan yang diagung-agungkan masyarakat tersebut.

Setiap wanita pasti ingin memiliki citra tubuh yang bagus dan sehat, sehingga membuat para wanita selalu mejaga penampilan agar memiliki berat badan yang ideal. Sejatinya, berat badan sangat memengaruhi penampilan fisik seseorang. Menurut Septianningsih & Sakti (2021) banyak wanita yang memperhatikan penampilannya agar mampu menarik perhatian orang lain, sehingga banyak wanita berpenampilan sempurna dalam interaksi sosialnya. Penampilan seseorang sering sekali menjadi perhatian masyarakat, maka dari itu setiap wanita selalu berusaha untuk menjaga penampilannya agar orang-orang tidak mengkritik penampilannya. Hal ini sesuai dengan kebutuhan penghargaan diri pada teori kebutuhan Abraham Maslow. Manusia membutuhkan pengakuan dan penghargaan dari orang lain. Jika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, maka manusia tersebut akan merasa rendah diri dan minder atau di kalangan masyarakat biasa disebut dengan *insecure*.

Memiliki citra tubuh (*Body Image*) yang baik sangat diidam-idamkan oleh wanita di Indonesia terkhususnya remaja. Beberapa remaja wanita berlomba-lomba untuk memenuhi standar kecantikan yang diagung-agungkan tersebut. Adanya standar kecantikan tersebut menyebabkan banyak remaja yang takut memiliki badan yang gemuk, serta membuat remaja merasa malu dan tidak percaya diri. Kebanyakan dari remaja tidak mampu menerima dirinya apa adanya, sehingga remaja tersebut lebih memilih untuk tetap menjaga citra tubuhnya agar dapat diterima oleh masyarakat.

Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa, yang melibatkan perubahan fisik atau biologis, kognitif, soial dan emosional (Santrock, 2007). Seiring dengan perubahan fisiknya, remaja juga mengalami kesulitan dalam penerimaan dirinya terhadap perubahan bentuk fisiknya tersebut. Menurut Papalia, dkk (2009) Adanya perubahan fisik pada remaja, sering sekali membuat remaja mengalami berbagai masalah seperti pemahaman konsep diri sehingga mengganggu remaja dalam menjalani aktivitasnya. Masyarakat menganggap bahwasanya memiliki badan yang gemuk dianggap tidak menarik, sehingga beberapa remaja wanita berusaha untuk memiliki tubuh yang kurus dan langsing agar dianggap menarik di kalangan masyarakat.

Adanya persepsi yang buruk terhadap citra tubuh (*Body Image*) membuat remaja wanita merasa tidak percaya diri. Rendahnya rasa percaya diri membuat remaja wanita

sulit untuk menerima dirinya sendiri dan sering sekali merasa tidak puas. Hal tersebut mengakibatkan remaja wanita menjadi sulit untuk bergaul. Senada dengan hasil penelitian Wati, dkk (2019) Remaja yang memiliki persepsi yang positif terhadap bentuk tubuhnya cenderung memiliki kepercayaan diri yang baik. Remaja wanita yang tidak dapat memiliki bentuk tubuh yang ideal akan merasa sangat cemas terhadap dirinya sendiri, sehingga membuat remaja wanita tersebut menjadi kesulitan untuk melakukan aktivitas, fungsi sosial dan kegiatan sosial lainnya. Remaja wanita akan merasa takut dikucilkan oleh masyarakat jika memiliki *body image* yang buruk. Maka dari itu, remaja wanita berusaha menjaga citra tubuhnya agar tetap baik jika dipandang orang lain. Tidak dapat dinafikan jika beberapa remaja wanita rela melakukan hal apa saja demi menjaga penampilannya.

Pengaturan pola makan merupakan hal yang sangat umum dilakukan wanita, khususnya remaja dalam menjaga penampilannya. Banyak dari remaja wanita berusaha keras agar penampilannya terlihat sempurna di lingkungan sosialnya dan agar dapat diterima dengan baik oleh masyarakat. Salah satu upaya untuk menurunkan berat badan yang paling populer di kalangan remaja adalah perilaku diet (Abdurrahman, 2014).

Berdasarkan hasil dari penelitian tentang Hubungan antara *Body Image* dengan Perilaku Diet (Husna, 2013) dinyatakan bahwa semakin negatif *body image* seseorang maka orang tersebut akan merasa tidak puas dengan kondisi fisiknya, sehingga keinginan untuk melakukan diet akan semakin tinggi, baik itu diet yang sehat maupun diet yang tidak sehat. Begitu juga sebaliknya, jika semakin positif *body image* seseorang maka orang tersebut akan merasa puas dengan bentuk tubuhnya, sehingga perilaku diet yang dilakukan akan semakin rendah.

Remaja wanita yang merasa kurang mampu menerima diri sendiri apa adanya dengan segala kekurangannya, menganggap bahwa dengan memiliki fisik yang kurus akan lebih mudah untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan pergaulan yang ada di sekitarnya, hal tersebut menjadi suatu tantangan bagi remaja wanita untuk melakukan diet meskipun dengan cara ekstrem yang mampu membahayakan kesehatannya serta dapat menimbulkan kecenderungan *anorexia nervosa* (Ratnawati & Sofiah, 2012).

Menurut *American Psychiatric Assosiation* (2013) pada *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth Edition* (DSM-5) *anorexia nervosa* adalah gangguan makan yang disebabkan oleh kesalahan memandang berat badan dan bentuk tubuh yang terdistorsi pada individu tersebut. Individu yang mengalami gangguan ini biasanya menunjukkan ketakutan yang intens terhadap kenaikan berat badan atau menjadi gemuk. Selain itu, berat badan individu secara signifikan rendah, yaitu kurang dari normal minimal berat badan pada umumnya sesuai umur, tinggi badan, maupun jenis kelamin.

Ciri khas dari gangguan *anorexia nervosa* adalah mengurangi berat badan dengan sengaja, baik itu dipacu ataupun dipertahankan oleh penderita. Adapun kriteria *anorexia nervosa* menurut DSM-5 yang diterbitkan oleh *American Psychiatric Assosiation* (2013) ada 3 kriteria diagnostik untuk *anorexia nervosa*, yaitu: 1) Membatasi asupan energi sesuai kebutuhan, yang mengarah ke berat badan yang

sangat rendah sesuai dengan usia, jenis kelamin, masa perkembangan dan kesehatan fisik. Berat badan yang sangat rendah didefinisikan sebagai berat badan yang kurang dari normal minimal atau untuk anak-anak dan remaja kurang dari yang diharapkan. 2) Ketakutan yang berlebih terhadap kenaikan berat badan atau takut menjadi gemuk, atau perilaku yang intens agar mengganggu kenaikan berat badan, meskipun berat badan dalam kategori sangat rendah. 3) Memiliki gangguan dalam menerima berat badan dan bentuk tubuh, pandangan terhadap berat badan atau bentuk tubuh yang tidak semestinya pada diri sendiri, serta kurangnya kesadaran secara terus-menerus mengenai saat ini memiliki berat badan yang rendah.

Kecenderungan *anorexia nervosa* pada remaja wanita disebabkan oleh ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya. Hal tersebut membuat remaja wanita merasa bahwa penampilan atau bentuk tubuhnya tidak menarik serta tidak sesuai dengan tuntutan yang ada di lingkungan sosialnya, sehingga remaja wanita tidak mampu menerima dirinya dengan baik (Islamy & Cahyanti 2021). Permasalahan yang sering dilihat saat ini adalah remaja wanita yang memiliki berat badan yang rendah namun memiliki pandangan *body image* yang buruk. Remaja wanita tersebut merasa dirinya gemuk sementara remaja wanita tersebut memiliki berat badan yang rendah atau di bawah normal, maka remaja wanita tersebut akan memiliki kecenderungan *anorexia nervosa*.

Kecenderungan *anorexia nervosa* merupakan gangguan dimana individu menolak makan dengan tujuan agar mengurangi berat badan, hal tersebut sengaja dipicu serta dipertahankan oleh penderita, berat badan yang dimiliki seseorang tersebut minimal harus seimbang dengan tinggi badan dan usianya (Davidson, 2014).

Aspek-aspek kecenderungan *anorexia nervosa* menurut Garner, dkk (1982) antara lain: *Food Preoccupation* (Kecenderungan Makan). Suatu keadaan dimana seseorang mempunyai perhatian yang lebih terhadap makanan. Dipenuhi juga oleh pikiran-pikiran terkait dengan makanan, sehingga orang tersebut merasa jika makanan telah mengendalikan dirinya.

*Body Image for Thinness* (Citra Diri untuk Kurus). Seseorang yang memiliki persepsi akan pentingnya citra tubuh untuk menjadi kurus. Selain itu, orang tersebut mempunyai ketakutan yang berlebihan apabila mengalami kenaikan berat badan.

*Vomiting and Lexating Abuse* (Memuntahkan dan Penyalahgunaan Obat Pencahar). Seseorang melakukan berbagai macam upaya untuk mempertahankan berat badan. Upaya yang dilakukan orang tersebut yaitu dengan menggunakan obat pencahar atau memuntahkan makanan.

*Dieting* (Diet). Seseorang melakukan pembatasan asupan makan yang dikonsumsi. Makanan yang dibatasi tersebut adalah makanan-makanan yang banyak mengandung glukosa. Penderita lebih cenderung memakan makanan yang mengandung sendikit kalori (*diet food*).

*Slow Eating* (Makan Pelan). Seseorang yang memakan makanannya secara perlahan. Hal tersebut dilakukan dengan harapan agar cepat merasa kenyang. Waktu yang diperlukan untuk menghabiskan makanan juga jauh lebih lama dibandingkan dengan kebanyakan orang pada umumnya.

Faktor-faktor yang menyebabkan Kecenderungan *anorexia nervosa* dalam Gale, dkk (2012) di antaranya adalah: Faktor Biologis. Kecenderungan *anorexia nervosa* terjadi pada 6-10% pada remaja wanita. Selain itu kembar identik lebih rentan mengalami kecenderungan *anorexia nervosa* dari pada kembar non-identik. Terlepas dari kontribusi genetik, lingkungan keluarga sangat memungkinkan terjadinya kecenderungan *anorexia nervosa*. Studi genetik keluarga telah menunjukkan bahwa ada hubungan antara gangguan makan dan gangguan mood.

Faktor Psikologis. Para remaja sering berjuang untuk mengontrol berat badannya untuk mendapatkan identitas dirinya, sehingga remaja akan melakukan segala cara agar memiliki tubuh yang langsing. Remaja wanita menjadi perfeksionis, berprestasi tinggi, teliti, populer, sukses, terlalu patuh dan memiliki harga diri (*self esteem*) yang rendah. Sering sekali remaja tersebut mengungkapkan emosi negatif seperti marah, sedih, atau cemas, terutama jika hal ini tidak dapat ditoleransi dalam sistem keluarga.

Perubahan tubuh pada remaja yang menyebabkan remaja ingin mengembalikan keadaan tubuhnya seperti sebelum pubertas atau mempertahankan berat badannya seperti waktu masih anak-anak yang dalam artian lain mengalami regresi. Melepaskan diri dari masalah emosional masa kanak-kanak dan remaja yang lebih tua. Hal ini mungkin termasuk proses pengembangan identitas sebagai makhluk seksual, terutama jika ada pengalaman seksual yang tidak diinginkan.

Faktor Keluarga. Adanya hubungan yang terganggu dalam keluarga memungkinkan seseorang mengalami kecenderungan *anorexia nervosa*. Pola hubungan dapat mencakup keterikatan, perlindungan berlebihan, kekakuan dan kurangnya resolusi konflik dimana emosi negatif yang kuat tidak ditoleransi dengan baik. Pola disfungsi ini mendahului timbulnya gangguan atau merupakan respons terhadapnya. Gangguan *anorexia nervosa* pada remaja membutuhkan perawatan dan dukungan dari keluarga.

Faktor Sosial. Tekanan budaya pada perempuan untuk menjadi kurus merupakan faktor predisposisi yang penting dalam perkembangan gangguan makan. Gangguan ini sebagian besar terlihat dalam budaya barat. Namun demikian, ada laporan tentang peningkatan insiden *anorexia nervosa* di negara berkembang.

Sebagian besar remaja wanita akan berdiet untuk mengurangi berat badannya. Namun, orang dengan *anorexia nervosa* biasanya berasal dari keluarga atau latar belakang sosial dimana masalah berat badan, bentuk tubuh, dan pola makan menjadi prioritas. Misalnya anggota keluarga berdiet atau kesadaran tentang berat badan dan bentuk tubuh. Remaja wanita yang bercita-cita untuk memasuki olahraga atau industri tertentu, seperti menari, senam, atau model, yang membutuhkan bentuk tubuh tertentu, akan beresiko terkena gangguan *anorexia nervosa*.

Berdasarkan kasus-kasus yang banyak terjadi di tengah masyarakat, khususnya di Madrasah Aliyah X mengenai remaja wanita yang memiliki ketakutan jika dirinya menjadi gemuk, sehingga remaja wanita tersebut memilih untuk menjaga penampilannya agar diterima oleh masyarakat dengan melakukan diet yang tidak sehat. Maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang dapat menyebabkan remaja wanita di Madrasah Aliyah X mengalami kecenderungan *anorexia nervosa*.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif untuk mengetahui faktor penyebab kecenderungan *anorexia nervosa* pada remaja wanita yang bertubuh kurus dengan menggunakan jenis penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran yang lebih detail mengenai suatu gejala atau fenomena (Priyono, 2016).

Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswi Madrasah Aliyah X yang berusia 17-18 tahun atau yang tergolong remaja. Adapun jumlah keseluruhan siswi yang berusia 17-18 tahun di Madrasah Aliyah X adalah 112 siswi. Untuk mendapatkan populasi yang sesuai dengan kriteria penelitian yang telah ditetapkan, maka peneliti melakukan *screening* data terlebih dahulu dengan menyebarkan angket berdasarkan aspek kecenderungan *anorexia nervosa*.

Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling*, dimana penarikan sampel yang dilakukan dengan memilih subjek berdasarkan karakteristik spesifik yang ditetapkan oleh peneliti (Priadana & Sunarsi, 2021). Adapun karakteristik pada sampel penelitian ini adalah: Remaja yang berjenis kelamin wanita, Berusia 17 – 18 tahun dan memenuhi kriteria kecenderungan Anorexia Nervosa.

Dari hasil screening data yang dilakukan oleh peneliti, diperoleh hasil sebanyak 37 siswi yang memiliki kecenderungan *anorexia nervosa* dari 112 siswi Madrasah Aliyah X. Maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 37 remaja wanita yang memiliki kecenderungan *anorexia nervosa* berdasarkan data yang diperoleh dari hasil screening data.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengumpulan data menggunakan skala faktor penyebab kecenderungan *anorexia nervosa* yang diukur dengan menggunakan bentuk skala *Likert*. Metode analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif dengan rumus F persen atau persentase faktor. Hasil deskripsi kuesioner ini untuk menjelaskan persentase untuk setiap faktor yang menyebabkan kecenderungan *Anorexia Nervosa* pada remaja wanita.

$$\text{Persentase Faktor} = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Total Skor Keseluruhan}} \times 100\%$$

Hasil *Communalities* menunjukkan nilai variabel yang diteliti mampu menjelaskan faktor atau tidak. Pada variabel Biologis, nilai *extraction* menunjukkan 0,729, Psikologis sebesar 0,606, Keluarga sebanyak 0,715, dan Sosial sebanyak 0,605. Berdasarkan hasil output tersebut dapat diketahui bahwa nilai *extraction* untuk semua variabel adalah lebih besar dari 0,50. Maka dapat disimpulkan bahwa semua variabel dapat dipakai untuk menjelaskan faktor.

Tabel. 1 Hasil Communalities

Faktor	Initial	Extraction
Biologis	1.000	.729
Psikologis	1.000	.606
Keluarga	1.000	.715
Sosial	1.000	.605

Dalam menghitung persentase faktor dapat digunakan dengan metode penghitungan manual pada *Microsoft Excel*. Berdasarkan rumus perhitungan persentase faktor, dimana nilai yang diperoleh dibagi dengan jumlah total jawaban setiap skor kemudian dikali 100%, Maka hasil yang di dapat untuk setiap faktor adalah sebagai berikut:

Tabel. 2 Hasil Persentase Faktor

Faktor	Nilai	Per센
Biologis	609	24.1%
Psikologis	698	27.62%
Keluarga	564	22.32%
Sosial	656	25.96%
Total	2527	100%

Berdasarkan hasil perhitungan analisis faktorial, menunjukkan bahwa seluruh faktor baik faktor biologis, psikologis, keluarga maupun sosial, mampu menjelaskan faktor penyebab kecenderungan *anorexia nervosa* pada remaja wanita di Madrasah Aliyah X.

Dari hasil penelitian yang dilakukan terhadap remaja wanita di Madrasah Aliyah X menunjukkan bahwa kemungkinan faktor biologis mampu menyebabkan kecenderungan *anorexia nervosa* sebesar 24,1%. Hal ini membuktikan bahwasanya terdapat mekanisme otak yang tidak normal dalam mengatur rasa lapar dan kenyang. Sehingga remaja wanita sering menahan lapar ketika melihat makanan di hadapannya dan merasa kenyang setelah memakan makanan dengan porsi sedikit.

Berdasarkan hasil penelitian Dewi (2014) Faktor biologis menjadi alasan mahasiswa sering mengonsumsi makanan tertentu. Dampak negatif yang terutama dirasakan akibat faktor biologis adalah masalah kesehatan sebesar 38,2%. Hal tersebut mengakibatkan mahasiswa selalu berusaha untuk mengendalikan perilaku makannya.

Selain itu, faktor keturunan seperti adanya anggota keluarga yang bertubuh kurus dan suka melakukan diet juga dapat menyebabkan kecenderungan *anorexia nervosa*. Kelainan hormon seperti siklus menstruasi yang tidak teratur setiap bulan juga dapat menjadi salah satu faktor penyebab kecenderungan *anorexia nervosa*. Hal ini senada dengan hasil wawancara yang dilakukan kepada beberapa siswi Madrasah Aliyah X.

Berdasarkan hasil penelitian, faktor psikologis memberikan sumbangsih sebanyak 27,62% dalam penyebab kecenderungan *anorexia nervosa*. Angka tersebut menjadi angka tertinggi, dimana faktor psikologis menjadi faktor terbesar dalam menyebabkan kecenderungan *anorexia nervosa*. Sebagaimana hasil wawancara dan observasi pada siswi Madrasah Aliyah X, bahwasanya banyak remaja wanita yang memiliki persepsi *body image* yang buruk, remaja wanita takut mengalami kenaikan berat badan, sehingga untuk menjaga penampilannya remaja wanita melakukan diet agar tetap memiliki tubuh yang kurus.

Senada dengan hasil penelitian Maria, dkk (2001) sebanyak 60,83% subjek merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya, sehingga menyebabkan kebanyakan subjek memiliki keinginan yang kuat untuk menurunkan berat badan. Keinginan untuk menurunkan berat badan tidak hanya terdapat pada subjek yang memiliki berat badan

ideal, namun subjek yang memiliki berat badan di bawah normal juga ingin menurunkan berat badan.

Adanya ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dikarenakan remaja wanita mencari identitas dirinya menyabakan faktor psikologis menjadi faktor yang paling tinggi dalam menyebabkan kecenderungan *anorexia nervosa*. Pikiran remaja hanya terpaku untuk mendapatkan bentuk tubuh yang kurus, tanpa mempedulikan kesehatannya.

Selanjutnya, faktor keluarga menyebabkan kecenderungan *anorexia nervosa* sebesar 22,32%. Hal tersebut dikarenakan adanya hubungan yang terganggu dalam keluarga, seperti keluarga yang tidak harmonis, keluarga yang menuntut remaja untuk memiliki tubuh yang kurus, keluarga yang sering mengkritik bentuk tubuh, sehingga keluarga dapat menjadi salah satu faktor penyebab kecenderungan *anorexia nervosa*.

Berdasarkan hasil penelitian Husien, dkk (2013) terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara *infantile anorexia* dengan pendidikan ibu, serta faktor pendapatan keluarga. *Infantile anorexia* yaitu salah satu jenis *anorexia nervosa* yang timbul pada anak yang disebabkan oleh keluarga khususnya antara ibu dan anak berinteraksi dalam hal otonomi dan kebebasan. Orang tua merasa cemas dan frustasi terhadap anak sehingga memaksakan asupan pada anak, kondisi ini lah yang menyebabkan anak menolak untuk makan.

Berdasarkan hasil penelitian, Faktor sosial menunjukkan persentase sebesar 25,96%. Selain faktor psikologis, faktor sosial merupakan faktor yang cukup besar untuk menyebabkan kecenderungan *anorexia nervosa* pada remaja wanita di Madrasah Aliyah X. Hal itu dikarenakan banyak remaja wanita yang merasa bahwa standar kecantikan adalah memiliki tubuh yang kurus, remaja wanita takut di-*bully* (ejek) oleh orang lain jika memiliki tubuh yang gemuk. Sejalan dengan hasil penelitian Sari dan Rosyidah (2020) yang menyatakan bahwa kecenderungan *anorexia nervosa* dapat dipengaruhi oleh *body shaming* dengan persentase sebesar 13,5% sedangkan faktor lain selain *body shaming* sebanyak 86,5%.

Terlebih lagi saat ini banyak pekerjaan maupun cita-cita yang mengharuskan remaja untuk memiliki tubuh yang kurus. Selanjutnya, adanya budaya luar seperti korea dan sebagainya yang sedang marak di kalangan remaja, membuat remaja semakin terobsesi untuk memiliki tubuh kurus.

Dari hasil observasi yang dilakukan di lapangan, banyak remaja yang terobsesi menjadi kurus untuk menarik perhatian lawan jenis. Adanya *body shaming* terhadap wanita yang bertubuh gemuk mengakibatkan para remaja wanita melakukan diet yang berlebih agar memiliki tubuh yang kurus. Sering sekali remaja wanita menahan lapar dan tidak membeli makanan apapun ketika jam istirahat. Beberapa remaja beralasan sedang puasa namun ternyata remaja wanita tersebut berpuasa dengan tujuan untuk menurunkan berat badan.

Berdasarkan hasil penelitian serta observasi pada siswi Madrasah Aliyah X, banyak siswi yang melakukan diet demi menjaga berat badannya agar tetap kurus, padahal bentuk tubuh remaja tersebut bahkan sudah tergolong kurus namun remaja tersebut tetap melakukan diet. Hal tersebut dilakukan para remaja wanita agar

memiliki badan yang kurus untuk menjaga penampilannya agar memenuhi standar kecantikan wanita di Indonesia.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: Sesuai dengan hasil penelitian mengenai faktor penyebab kecenderungan *anorexia nervosa* pada remaja wanita di Madrasah Aliyah X, faktor-faktor yang berkontribusi dari yang tertinggi hingga yang terendah dalam menyebabkan kecenderungan *anorexia nervosa*, yaitu: Psikologis sebesar 27,62%, Sosial sebesar 25,96%, Biologis sebesar 24,1%, dan Keluarga Sebesar 22,32%. Faktor yang paling dominan menyebabkan kecenderungan *anorexia nervosa* pada remaja wanita di Madrasah Aliyah X adalah faktor psikologis sebesar 27,62%. Faktor yang paling rendah menyebabkan kecenderungan *anorexia nervosa* pada remaja wanita di Madrasah Aliyah X adalah faktor keluarga sebesar 22,32%.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, F. (2014). Faktor-Faktor Pendorong Perilaku Diet Tidak Sehat Pada Wanita Usia Dewasa Awal Studi Kasus Pada Mahasiswa Universitas Mulawarman. *2*(1), 23–27.
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth Edition (DSM-5) (Fifth Edit). American Psychiatric Pusblishing.
- Davidson, G. C. (2014). Psikologi Abnormal. Rajawali Pers.
- Dewi, T. R. (2014). Studi Deskriptif: Perilaku Makan pada Mahasiswa Universitas Surabaya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, *3*(2), 1–15.
- Gale, C., Balakrishna, S., Dhakras, S., & Robotham, S. (2012). Eating Disorder. In Child and Adolescent Mental Health. Theory and Practice (p. 280). Hodder Arnold.
- Garner, D. M., Bohr, Y., & Garfinkel, P. E. (1982). The Eating Attitudes Test: Psychometric Features and Clinical Correlates. *Psychological Medicine*, *12*(4), 871–878. <https://doi.org/10.1017/S0033291700049163>
- Husien, F., Ismail, D., & Sitaresmi, M. N. (2013). Hubungan Infantile Anorexia dengan Perkembangan Kognitif. *Sari Pediatri*, *14*(6), 379–383.
- Husna, N. L. (2013). Hubungan antara Body Image dengan Perilaku Diet. *Developmental and Clinical Psychology*, *2*(2), 44–49.
- Islamy, S. J. D., & Cahyanti, I. Y. (2021). Hubungan antara Self-Esteem dengan Kecenderungan Anorexia Nervosa pada Remaja Putri. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, *1*(1), 903–911. <https://doi.org/10.20473/brpkm.viii.27519>
- Maria, H., Prihanto, F. X. S., & Sukamto, M. E. (2001). Hubungan Antara Ketidakpuasan Terhadap Sosok Tubuh (Body Dissatisfaction) dan Kepribadian Narsistik Dengan Gangguan Makan (Kecenderungan Anorexia Nervosa dan Bulimia Nervosa). *Anima, Indonesian Psychological Journal*, *16*(3), 272–289.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2009). Human Development. Salemba Humanika.
- Priadana, M. S., & Sunarsi, D. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif. Pascal Books.
- Priyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif. Zifatama Publishing.
- Rahmawati, Y. S., Rahmasari, G., & Azhar, D. A. (2022). Analisis Insecurity dalam Standar Kecantikan Film Imperfect dengan Semiotika Roland Barthes. *Journal of Digital Communication and Design (JDCODE)*, *1*(2), 94–102.
- Ratnawati, V., & Sofiah, D. (2012). Percaya Diri, Body Image dan Kecenderungan Anorexia Nervosa. *Jurnal Psikologi Indonesia*, *1*(2), 130–142. <http://jurnal.untagsby.ac.id/index.php/persona/article/view/39>
- Santrock, J. W. (2007). Remaja. Edisi 11, Jilid 1 (11th ed.). Erlangga.

- Sari, T. I., & Rosyidah, R. (2020). Pengaruh Body Shaming terhadap Kecenderungan Anorexia Nervosa pada Remaja Perempuan di Surabaya. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 11(2), 202–217. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v1i2.9105>
- Septianningsih, R., & Sakti, P. (2021). Pengaruh Social Comparison Terhadap Body Image Pada Wanita di Harmony Fitness Center Sumbawa Besar. *Jurnal PSIMAWA. Diskursus Ilmu Psikologi & Pendidikan*, 4(1), 26–33.
- Wati, I., Sarinah, & Hartini, S. (2019). Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Body Image Pada Siswi Kelas X SMA. *Jurnal Ilmiah PSYCHE*, 13(1), 1–12.