Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental
http://url.unair.ac.id/3cb97dc0
e-ISSN 2301-7082

ARTIKEL PENELITIAN

HUBUNGAN BODY IMAGE DAN KECEMASAN DENGAN KECENDERUNGAN ANOREXIA NERVOSA PADA MODEL DEWASA AWAL

MONICA ROSI EKA PUTRI & HAMIDAH
Departemen Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK
Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara body imsgr dan kecemasan terhadap kecenderungan anorexia nervosa pada model dewasa awal. Subjek dalam penelitian ini adalah dewasa awal yang berusia antara 20-25 tahun. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 150 orang. Peneliti menggunakan alat ukur body image yang dibuat oleh Ayunda Riskadina, kecemasan yang dikembangkan sendiri berdasarkan teori dari Stuart (Stuart, 2007) dan kecenderungan anorexia nervosa yang dibuat oleh Nindia Pratitis yang menunjukkan nilai reliabilitas sebesar 0,931, skala kecemasan 0,898 dan skala body image 0,913. Analisis data menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment. Diperoleh nilai ρ sebesar 0,00 dengan nilai koefisien variabel body image dengan kecenderungan anorexia nervosa sebesar -0,404 dan 0,197 nilai korelasi variabel kecemasan dengan kecenderungan anorexia nervosa dengan nilai ρ sebesar 0,016. Kesimpulan dari penelitian terdapat hubungan negatif signifikan antara body image dan kecenderungan anorexia nervosa. Jadi semakin rendah body image maka semakin tinggi kecenderungan anorexia nervosa. Namun sebaliknya jika semakin tinggi kecemasan maka semakin tinggi pula kecenderungan anorexia nervosa.

Kata kunci: body image, kecemasan, kecenderungan anorexia nervosa, model dewasa awal

ABSTRACT
This research wants to see relationship between body image and anxiety of tendency anorexia nervosa on early adult models. This research was conducted on early adult models which aged 20-25 years old. The subjects of this research are 150 persons. The research used measure method body image which made by Ayunda Riskadina, the anxuety which improved by author based on theory from Stuart (Stuart, 2007) and tendency anorexia nervosa which made by Nindia Pratitis showed reliability score 0,931, anxiety scale 0,898 and body image scale 0,913. Data analysis using Pearson Product Moment correlation technique. Obtained value ρ 0,00 with coefficient value of body image variable with tendency of anorexia nervosa equal to -0,404 and 0,197 correlation value of anxiety variable with tendency of anorexia nervosa with value ρ equal to 0,016. The conclusion of the study there is a significant negative relationship between the body image and the tendency of anorexia nervosa. So the lower the body image the higher the tendency of anorexia nervosa. But otherwise if the higher the anxiety the higher the tendency of anorexia nervosa.

Key words: anxiety, body image, early adult models, tendency anorexia nervosa

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: **hamidah@psikologi.unair.ac.id**

Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0), sehingga

penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Model sebagai pilihan karir memiliki sejumlah kesulitan. Dilansir dari detik.com model merasakan banyak kesulitan dalam menjalani profesinya karena aktivitas *fashion show* yang sangat padat. Padatnya aktivitas tersebut membuat nafsu makan model bertambah, namun disisi lain kesulitan yang paling berat bagi model adalah menjaga pola makan agar ukuran tubuh tetap ideal. Pekerjaan sebagai model profesional harus memiliki modal yang cukup misalnya postur tubuh yang memenuhi syarat sebagai standar model sehingga model dituntut untuk tampil prima dengan postur tubuh ideal (Afifah, 2013). Model seringkali mengalami gangguan makan dan tekanan untuk berdiet meskipun bekerja berjam-jam setiap harinya dengan waktu senggang yang sangat minim. Model juga mengalami kesulitan untuk membeli makanan karena umumnya layanan makanan tutup ketika acara *fashion show* berakhir sehingga model cenderung melewatkan waktu makan ketika aktivitas sedang padat dan mengalami gangguan makan (Afifah, 2013). Terkait fenomena tersebut telah banyak negara yang menaruh perhatian terhadap model yang bertubuh terlalu kurus akibat gangguan makan. Negara Perancis, Italia dan Israel merupakan negara yang melarang model bertubuh kurus untuk berjalan di *catwalk* (Devi & Pratiwi, 2017). Setiap *agency* model di Perancis harus menyertakan surat kesehatan setiap model. Postur tubuh kurus di ketiga negara tersebut juga akan direvisi utuk mencegah para wanita terobsesi dengan ukuran tubuh yang terlalu kurus. Italia telah memberlakukan larangan pada model yang terlalu kurus sejak tahun 2006 dengan mencantumkan aturan bahwa setiap model tidak boleh memiliki ukuran pinggang kurang dari 18,5 cm (BBC, 2017). Aturan yang sama juga diterapkan di negara Israel. Israel juga melarang adanya penyuntingan digital untuk merubah tubuh model menjadi kurus untuk mencegah obsesi berlebihan pada wanita terhadap tubuh yang kurus. Indonesia sendiri belum jadi negara yang menunjukkan perhatianya pada kesehatan model sehingga fenomena terkait gangguan makan pada model di Indonesia menjadi penting untuk diteliti.

Gambaran tubuh yang ideal tersebut diperlukan untuk meneruskan karir di bidang *modelling.* Perempuan maupun laki-laki cenderung memperhatikan tubuh menurut persepsi tubuh yang ideal adalah kurus dan langsing. Persepsi tubuh ideal bagi mereka diperparah karena pengaruh tuntutan pekerjaan terutama perempuan yang berprofesi sebagai model. Tubuh langsing yang diinginkan membuat para model berusaha keras bahkan tidak menutup kemungkinan untuk memiliki menempuh hal yang berbahaya (Umaiya, 2017).

Model biasanya saling memberikan penilaian terhadap penampilan rekan sesama model sesuai dengan ukuran tubuh yang menarik bagi mereka. Penilaian terhadap tubuh yang ideal tersebut dapat membuat model merasa kurang percaya diri jika memiliki badan yang agak berisi. Memiliki tubuh kurus merupakan impian bagi para model agar lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Gambaran tubuh yang ideal menjadi alasan untuk melakukan diet walaupun dengan cara ekstrim yang dapat membahayakan kesehatannya serta menimbulkan kecenderungan *anorexia nervosa.*

Anorexia nervosa merupakan salah satu gangguan dari *eating disorders.* Pasien yang menderita *anorexia nervosa* menilai berat badan mereka secara berlebihan dan memilih *figure* yang kurus sebagai bentuk tubuh yang ideal. *American Psychiatric Assosiation* (2000) menyatakan bahwa *anorexia nervosa* adalah kesalahan memandang berat badan atau bentuk badan. Individu yang mengalami gangguan ini mengalami ketakutan yang tinggi terhadap kenaikan berat badan, sehingga cenderung melakukan penolakan berat badan normal sesuai umur dan berat badannya.

Menurut Townsend (dalam Ratnawati & Sofiah, 2012) *anorexia nervosa* adalah sindrom klinis dimana seseorang mengalami rasa takut yang tidak wajar terhadap kegemukan. Hal ini dicirikan oleh

distorsi dari bayangan tubuh, memikirkan secara berlebihan tentang makanan dan penolakan untuk makan. *Anorexia Nervosa* berarti kekurangan nafsu makan, walaupun sebenarnya penderita *anorexia nervosa* merasakan lapar dan berselera terhadap makanan, mempelajari tentang makanan dan kalori, menimbun, menyembunyikan dan sengaja membuang makanan.

Terdapat 4 diagnostik *anorexia nervosa* menurut DSM IV (2000) untuk *anorexia nervosa,* yaitu sangat takut menjadi gemuk walaupun sebenarnya berat badan telah berada dibawah normal; mengalami gangguan dalam menerima berat badan atau bentuk tubuhnya yang mempengaruhi penilaian terhadap bentuk badannya; menolak mempertahankan berat badan yang sesuai dengan umur dan tinggi badannya; dan mengalami gangguan pada siklus menstruasi pada penderita *anorexia nervosa* perempuan. Gangguan ini ditandai dengan tidak hadirnya menstruasi minimal 3 kali sesuai siklusnya.

Penderita *anorexia nervosa* dapat mengganggu kestabilan kerja sistem tubuh sehingga menimbulkan beberapa dampak buruk, seperti penyusutan tulang, kehilangan mineral, rendahnya suhu tubuh, detak jantung yang tidak teratur, gangguan permanen terhadap pertumbuhan badan, rawan terkena *osteoporosis* bahkan juga rawan terkena *bulimia nervosa*. Umumnya, mereka yang mengidap *anorexia nervosa* hanya memakan salad sayur atau buah dan minum air secukupnya. Manusia membutuhkan asupan gizi sebanyak 2.000 kalori dan protein sebanyak 60 gram setiap harinya. Manusia yang kekurangan asupan gizi, tubuh akan rentan terkena *anemia* atau kekurangan darah, yang dapat menyebabkan tubuh menjadi lemas dan tidak bertenaga.

Penderita *anorexia nervosa*, awalnya memiliki pikiran untuk diet, tapi kemudian jadi di luar kontrol. Penyakit ini berefek pada tubuh dan pikiran. Banyak orang yang mengatakan bahwa dirinya sudah terlalu kurus, tetapi ketika dia melihat di kaca, dia mendapati bahwa dirinya masih memiliki tubuh yang gemuk. Penderita *anorexia nervosa* tidak bisa melihat bahwa tubuh mereka sudah kekurangan nutrisi karena memandang makanan sebagai masalah utama. Orang yang mengidap *anorexia nervosa* memiliki ketakutan yang berlebihan jika berat badannnya naik.

Tubuh yang terlalu kurus di dunia model, sedang banyak digemari oleh sebagian besar model. Kebanyakan model yang memiliki tubuh kurus mengidap gangguan *anorexia nervosa.* Model-model yang mengalami gangguan *anorexia nervosa* justru membuat perkumpulan dalam sebuah klub yang bernama klub Ana. Para model yang bergabung dalam klub ini, diwajibkan untuk memiliki kisaran tinggi badan dengan ukuran 170 cm dan berat badan yang tidak lebih dari 45 kg, dengan ukuran pakaian XXS atau ukuran pakaian yang berukuran *zero* di kalangan klub model. Klub Ana ini pertama kali dikenal di Amerika sejak tahun 2001 hingga sekarang. Peminat dari klub ini kebanyakan wanita dengan rentang usia 14-35 tahun. Bagi mereka, *anorexia nervosa* bukanlah penyakit tetapi adalah sebuah gaya hidup. Para pengikut klub Ana memiliki pemikiran, bahwa mereka lebih memilih untuk mati dibanding harus memiliki berat badan yang normal. Parahnya lagi, karena persepsi ini, 15% dari pengidap *anorexia nervosa* meninggal. Hal itu semakin memprihatinkan karena angka kematian mereka jauh lebih tinggi daripada pengidap depresi (Sindo, dalam Praptomo 2009).

Sembilan puluh persen dari penderita *anorexia nervosa* adalah perempuan. Setiap dua ratus perempuan dalam populasi umum, satu hingga enam orang akan diserang *anorexia nervosa*. Lima hingga delapan belas persen dari penderita akan meninggal akibat gangguan ini. Gangguan *anorexia nervosa* biasanya berkembang di masa dewasa ataupun dewasa akhir, gangguan ini umumnya mulai muncul pada masa remaja dan dewasa awal ketika tuntutan untuk menjadi kurus sangat kuat (Beck, Casper, & Andersen, 1996). Seiring dengan meningkatnya tekanan sosial maka semakin pula tingkatan gangguan makan. Kira-kira 0,5% (1:200) wanita di lingkungan kita mengudap *anorexia nervosa* (American Psychiatric Assosiation, 2000). Penelitian terhadap mahasiswi menunjukkan bahwa mungkin 1 diantara 2 dari mereka makan berlebih dan memuntahkannya setidaknya satu kali, jumlah penderita *anorexia nervosa* pada pria sekitar sepersepuluh wanitanya (American Psychiatric Assosiation, 2000).

Hal yang serupa ditunjukkan oleh *National Health Service* (NHS) di Inggris yang menunjukkan jumlah penderita *anorexia nervosa* berjenis kelamin pria naik 3 kali lipat dalam 10 tahun terakhir. Data ini menunjukkan bahwa banyak pria mulai ikut-ikutan menganggap kurus itu menarik. secara keseluruhan jumlah pria penderita *anorexia nervosa* di seluruh Inggris yang tercatat oleh NHS pada tahun 2011 sudah mencapai 228 pasien (NHS, 2011). Seperti dikutip dari *Thesun*, Selasa (10/4/2012) jumlahnya pada 2001 baru sekitar 108 pasien. Angka sesungguhnya bahkan bisa lebih besar lagi, sebab NHS hanya mencatat data pasien yang dirawat di rumah sakit milik pemerintah. Pasien yang melakukan konsultasi lalu dirawat oleh dokter pribadi maupun klinik swasta belum termasuk dalam perhitungan ini. Para pengamat kesehatan menilai, kecenderungan ini tidak lain merupakan akibat dari terlalu gencarnya pemberitaan media tentang citra tubuh yang dianggap menarik. Sebagaimana perempuan, laki-laki selalu digambarkan lebih menarik jika tubuhnya semakin ramping.

Preti, dkk. melakukan penelitian kasus mengenai perilaku makan yang menyimpang pada kalangnan model dan hasilnya menyebutkan bahwa model memiliki gejala perilaku makan menyimpang yang lebih signifikan. Ukuran tubuh berdasarkan *body massa index* dibawah 18 kg/m^2 ditemukan pada 34 orang model (54,5%), sedangkan pada populasi kontrol hanya ditemukan 14 orang (12,7%). Studi lain di Italia menyatakan bahwa perilaku makan yang menyimpang pada model ditemukan hasil yang lebih tinggi prevalensinya dibandingkan 126 remaja perempuan yang berasal dari bagian tenggara Italia. Dr. Key mengestimasi sekitar dua puluh hingga 40% model pada saat ini mengalami gangguan perilaku makan. *Model Health Inquiry* menyatakan bahwa sebanyak empat puluh persen model mengalami perilaku makan yang menyimpang. Penyakit *anorexia nervosa* telah merenggut nyawa dari seorang model cantik asal Brasil bernama Ana Caroline Reston yang dicontohkan oleh Insan (dalam Praptomo, 2009) Ana meninggal dengan kondisi berat badan yang hanya 40 kilogram dengan tinggi badan 172 cm. Ana meninggal karena penyakit infeksi usus yang disebabkan oleh *anorexia nervosa*. Pada tahun 2006, Ana mengalami serangan jantung setelah menjadi diet ketat dengan hanya mengkonsumsi daun selada dan minuman bersoda selama tiga bulan. Menyusul kematian Ana, Eliana Ramos model lain asal Uruguay yang masih berusia 18 tahun ditemukan telah meninggal di kamar apartemennya. Diagnosis utama yang dilakukan penyebab kematian Eliana karena malnutrisi tubuh yang terlalu kurus di dunia model, yang sekarang ini memang cukup marak.

Kecenderungan mengidap *anorexia nervosa* kemungkinan bertambah karena seiring dengan munculnya majalah-majalah, kontes hingga iklan-iklan kecantikan yang menyebabkan perempuan merasa tidak puas terhadap badannya. Kecenderungan *anorexia nervosa* ini biasanya terjadi pada remaja yang ingin terjun dalam bidang *modelling*. Hasil wawancara dengan Wawan (ketua *modelling agency* di Surakarta), menyatakan bahwa kecenderungan *anorexia nervosa* sering terjadi karena dalam diri remaja ada perasaan takut menjadi gemuk. Tubuh langsing dan kaki yang jenjang merupakan syarat utama untuk menjadi model perempuan.

Kecenderungan *anorexia nervosa* terjadi karena adanya rasa tidak percaya diri terhadap pandangan pada tubuhnya. Rasa tidak percaya diri biasanya muncul di kalangan model karena tuntutan pekerjaan yang membuatnya ingin mengurangi berat badan secara ekstrim hingga tidak bisa mengontrolnya. Okky (dalam Praptomo, 2009) berpendapat bahwa para model yang berusaha menguruskan badan secara berlebihan disebabkan oleh keadaan model tersebut kurang dapat menerima kondisi tubuh bagus yang sudah dimiliki. Sikap yang dimiliki oleh seorang model yang menilai tubuhnya secara negatif tersebut disebut dengan *body image* negatif.

Menurut Cash dan Pruzinsky (2002), *body image* merupakan perilaku yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif atau negatif. Cash dan Pruzinsky (2002) juga menjelaskan bahwa *body image* adalah konstruk yang multidimensional yang terdiri dari persepsi, kognisi, emosi, dan perilaku yang berkaitan dengan atribut fisik. *Body Image* bisa bersifat positif dan negatif, seorang remaja putri yang sudah merasa senang ataupun puas dengan keadaan fisiknya, dapat dikatakan memiliki *body image* positif (Ratnawati & Sofiah, 2012), tetapi jika seseorang memiliki

perasaan atas ketidakpuasan terhadap kondisi fisiknya, maka sikap itu menunjukkan adanya *body image* negatif. Usia dewasa adalah usia yang riskan untuk mengalami ketidakpuasan tubuh dan perilaku untuk mengontrol berat badan sering terjadi (Mills & Alfonso, dalam Christine, 2008)

Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya mengenai *body image* pada umumnya menggunakan *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) yang disusun oleh Cash (dalam Seawell & Danoff-Burg, 2005), yaitu a*ppearance evaluation* (evaluasi penampilan), *appearance orientation* (orientasi penampilan), *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), dan *Self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh).

Kecenderungan *anorexia nervosa* juga dapat terkait dengan kecemasan individu. Kecemasan disini dapat diartikan sebagai kondisi kejiwaan yang mengalami kekhawatiran dan ketakutan akan apa yang akan terjadi. Stuart (2007) mendefinisikan kecemasan sebagai kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti dan tidak berdaya. Kecemasan adalah kebingungan, kekhawatiran pada sesuatu yang akan terjadi dengan penyebab yang tidak jelas dan dihubungkan dengan perasaan tidak menentu dan tidak berdaya (Suliswati, dalam Agung, 2014). Kecemasan muncul karena individu memiliki *body image* yang negatif, dimana seseorang yang tidak pernah puas atas tubuh yang telah dimiliki, walaupun ukuran tubuh yang dimiliki sudah ideal. Perasaan akan tidak pernah puas terhadap tubuhnya menimbulkan perasaan cemas akan tubuh yang gemuk.

Berat badan ideal adalah bobot optimal dari tubuh untuk menjaga kesehatan dan kebugaran. Rentang dari berat badan ideal seseorang dapat diperhitungkan berdasarkan berbagai macam faktor, di antaranya yaitu ras, jenis kelamin, usia, serta tinggi badan. Terdapat berbagai macam metode perhitungan berat badan ideal, di antara yang umum digunakan untuk usia dewasa adalah sebagai berikut; berat badan ideal berdasarkan indeks masa tubuh (IMT), berdasarkan rumus *Brocha*, berdasarkan rumus *Devine* oleh Dr. Miller.

Dunia *modelling* menuntut para model nya untuk memiliki ukuran tubuh yang ideal, membuat mereka berlomba-lomba untuk menjadi lebih kurus agar nama mereka dapat cemerlang di dunia model. Sebagian dari para model berusaha melakukan diet ekstrim agar menjadi kurus, sehingga memiliki kecenderungan *anorexia nervosa*. Para model merasa akan sangat cemas dengan kondisi badan yang bagi mereka tidak ideal. Tubuh mereka menjadi tidak wajar dan memiliki berat badan yang tidak ideal lagi tanpa memikirkan dampak-dampak negatif sebagai pengidap *anorexia nervosa*.

Penelitian ini mengkaji variabel yang terkait dengan kecenderungan *anorexia nervosa* pada model di kota Surabaya melalui penelusuran, peneliti menemukan bahwa *body image* memiliki korelasi yang kuat dengan kecenderungan *anorexia nervosa* (Ratnawati & Sofia, 2012; Mattar, dkk, 2011). Terdapat pula variabel lain yang dapat meningkatkan kecenderungan *anorexia nervosa* yakni kecemasan (Fornari, dkk., 1991; Pollice, dkk., 1996; Mattar, dkk, 2011)

METODE

Teknik pengambilan data dalam penelitian ini adalah dengan teknik *survey* yang merupakan teknik pengambilan data yang dilakukan dengan menyebarkan kuisioner tertulis atau melakukan wawancara pada sejumlah subjek, tanpa ada pengondisian terhadap subjek (Neuman, 2000). Tipe penelitian ini adalah penelitian korelasional. Penelitian korelasional bertujuan untuk menyelidiki sejauh mana variasi pada satu variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain (Azwar, 2014). Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 150 subjek. Subjek dalam penelitian ini adalah model dewasa awal yang berusia antara 20-25 tahun baik berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan.

Terdapat tiga jenis alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini. Alat ukur *body image* yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan teori Cash & Pruzinsky (2002) yang dibuat oleh Ayunda Riskadina. Koefisien reliabilitas alat ukur ini adalah 0,913. Alat ukur kecemasan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala Likert sebanyak 45 aitem yang dibuat sendiri oleh peneliti

berdasarkan dimensi kecemasan menurut Stuart (2007). Kelima dimensi-dimensi tersebut adalah (1) respon fisiologis; (2) respon perilaku; (3) respon kognitif; dan (5) respon afektif. Koefisien reliabilitas Alpha Cronbach dari alat ukur kecemasan ini adalah 0,898. Alat ukur kecenderungan *anorexia nervosa* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *American Psychiatry Association* (American Psychiatric Assosiation, 2000) melalui DSM-IV yang telah dibuat oleh Nindia Pratitis, dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,931.

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah uji normalitas teknik korelasi ganda *kolmogorov-smirrov* dengan bantuan program SPSS 20.0 for *Windows*. Analisis dilakukan setelah dilakukan uji normalitas dan uji linearitas untuk mengetahui teknik korelasi yang digunakan parametrik atau non-parametrik.

HASIL PENELITIAN

Setelah uji asumsi dilakukan dan diketahui bahwa yang terkumpul memenuhi syarat untuk dilakukan teknik *kolmogorrov-smirrov* karena data distribusi normal dan data juga linear. Maka, teknik korelasi yang digunakan adalah teknik korelasi *product moment* dengan bantuan program SPSS 20.0 for *Windows*.

Berdasarkan uji korelasi yang telah dilakukan koefisien korelasi X_1 dengan Y sebesar -0,404 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara *body image* dengan kecenderungan *anorexia nervosa*, sehingga semakin tinggi *body image* maka semakin rendah kecenderungan *anorexia nervosa*. Uji korelasi juga dilakukan antara X_2 dengan Y sebesar 0,197 dengan taraf signifikansi 0,016 yang juga menyatakan bahwa terdapat hubungan hubungan positif signifikan antara kecemasan dengan kecenderungan *anorexia nervosa*, jadi semakin tinggi kecemasan yang dimiliki maka semakin tinggi pula kecenderungan *anorexia nervosa* yang dimiliki.

Tingkat hubungan *body image* dengan kecenderungan *anorexia nervosa* dalam penelitian ini termasuk dalam kategori sedang (r: -0.404). hubungan kecemasan dengan kecenderungan *anorexia nervosa* dalam penelitian termasuk dalam taraf sangat rendah (r: 0.197). Salah satu hal yang dapat menyebabkan hubungan yang sedang dan sangat rendah adalah adanya atribut yang tidak diukur oleh peneliti.

Variasi karakteristik sosiodemografis dalam penelitian ini, seperti jenis kelamin dan usia dapat digunakan sebagai analisis tambahan. Analisis tambahan menggunakan uji analisis anova, mengingat data distribusi yang didapat normal dengan uji linear yang juga normal, ini dilakukan untuk melihat apakah terdapat perbedaan data statistik antara dua atau lebih

variabel. Jika didapatkan nilai taraf signifikansi (o) > 0,05; maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok data tersebut.

Tabel 1 Uji Analisis Tambahan Anova dengan Variabel Sosiodemografis

Karakteristik Sosiodemografis	Jumlah Subjek	*Mean Rank Body Image*	*Mean Rank* Kecemasan	*Mean Rank* Kecenderungan *Anorexia Nervosa*	*P Body Image*	*P* Kecemasan	*P* Kecenderungan *Anorexia Nervosa*
Jenis Kelamin							
Pria	14	83,36	74,93	106,36	.842	.173	.807
Wanita	136	82,56	69,89	108,38			
Usia							
20 tahun	30	85,8	69,43	103,47	.898	.804	.678
21 tahun	21	84,86	70,67	107			
22 tahun	54	80,09	72,11	113,06			
23 tahun	34	81,5	69,44	105,06			
24 tahun	8	86	65,63	105,38			
25 tahun	3	85	69	119			

Uji analisis pertama dilakukan pada karakteristik sosiodenografis jenis kelamin yang terdiri dari pria dan wanita. Berdasarkan tabel 1 di atas, taraf signifikansi (p) yang didapatkan pada variabel *body image* adalah 0,842, variable kecemasan 0,173 dan kecenderungan anorexia nervosa 0,807. Hal ini menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan pada *body image*, kecemasan dan kecenderungan *anorexia nervosa* antara laki-laki dan perempuan.

Uji analisis tambahan kemudian dilanjutkan dengan karakteristik sosiodemografis usia. Berdasarkan tabel 1. Taraf signifikansi yang didapat 0,898 untuk variabel *body image*, 0,804 untuk variabel kecemasan, dan 0,678 untuk variabel kecenderungan *anorexia nervosa*. Hal ini menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan juga jika dilihat dari usia. Hal ini disebabkan karena tidak peduli jenis kelamin dan usia, jika seseorang berprofesi sebagai model, mereka sama-sama ingin untuk memiliki tubuh yang sesuai dengan target bahkan dibawahnya jika memiliki kecenderungan *anorexia nervosa* sesuai dengan lingkungan sekitarnya yang sama-sama berprofesi sebagai model.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti hubungan antara *body image* dan kecemasan dengan kecenderungan *anorexia nervosa* pada model dewasa awal. Terpenuhinya semua uji asumsi

yang telah dilakukan dalam pembahasan data ini, maka peneliti telah mendapatkan hasil pengujian hipotesis yang nantinya akan digunakan sebagai dasar analisis dalam penelitian kali ini. Seperti yang disebutkan, hasil uji korelasi *product moment* yang telah dilakukan telah memperlihatkan bahwa koefisien korelasi termasuk pada kategori sedang/moderat signifikan. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *body image* dengan kecenderungan *anorexia nervosa* dan juga kecemasan dengan kecenderungan *anorexia nervosa.*

Hasil ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *body image* dan kecemasan terhadap kecenderungan *anorexia nervosa* pada model dewasa awal. Hal ini bisa terjadi karena subjek sesuai dengan topik penelitian yang peneliti pilih. *Anorexia nervosa* pada umumnya berkembang pada usia 12-18 tahun, namun tidak menutup kemungkinan jika terjadi pada awal atau lebih tua juga terkadang ditemukan (Nevid, Rathus, & Greene, 2003). Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah seorang pria dan wanita yang memiliki profesi sebagai model yang telah memasuki masa dewasa awal karena peneliti ingin mengetahui apakah masih terdapat hubungan yang signifikan jika subjek yang diambil merupakan model yang telah memasuki masa dewasa awal.

Subjek yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah 150 model dewasa awal yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa model merupakan seorang pekerja yang menjelaskan tentang suatu objek yang mempunyai konsep dan seringkali bertujuan untuk menampilkan atau mempromosikan sebuah produk tertentu untuk tujuan iklan atau promosi, bahkan berpose dalam sebuah karya seni. Menurut Sri Nurhandayani, berat ideal seorang model maksimal dikurangi 110 dari tinggi badannya. Keke mengatakan bahwa seorang model jika bisa kaki wanita lebih panjang dibanding badannya. Pengertian dari masa dewasa awal merupakan masa pencarian kemantapan dan masa reproduktif yaitu suatu masa yang penuh dengan masalah dan ketegangan emosional, periode isolasi sosial, periode komitmen dan masa ketergantungan, perubahan nilai-nilai, kreativitas dan penyesuaian diri pada pola hidup yang baru (Hurlock, 1994).

Para model disini yang telah memasuki masa dewasa awal dimana seseorang memasuki masa yang penuh dengan masalah dan waktunya untuk mencari pekerjaan, dimana saat ingin berkarir dalam dunia *modelling* yang menuntut untuk memiliki badan yang ramping maka akan

memunculkan suatu kecemasan tersendiri bagi seorang model untuk mendapatkan tubuh yang ideal bagi mereka agar mereka bisa tetap berkarir yang sesuai dengan tugas masa perkembangannya yang telah dijelaskan oleh Hurlock (1994). Tuntutan yang diberikan akan membuat model untuk menguruskan badannya sesuai target yang diberikan, bahkan jika sudah memasuki tahap *body image* negatif dan memiliki tingkat kecemasan yang cukup tinggi dimana seseorang merasa tidak pernah puas dengan tubuhnya dan merasa khawatir akan karirnya sebagai seorang model jika dirasa memiliki tubuh yang dirasa belum ideal, akan membuat model memiliki distorsi atau tidak dapat menilai tubuhnya sendiri, selalu menilai tubuhnya sendiri lebih besar daripada slinya. DSM-IV TR menjelaskan bahwa salah satu karaketristik dari kecenderungan *anorexia nervosa* adalah terjadinya distorsi tubuh. Adanya hubungan yang sangat signifikan antara *body image* dan kecemasan dengan kecendeurngan *anorexia nervosa* sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa body image merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif atau negatif (Cash & Pruzinsky, 2002). Individu yang merasa kurang puas dengan keadaan fisiknya, merasa bahwa ada yang tidak sempurna dengan bagian tubuhnya karena alasan tersebut, maka seseorang kemudian ingin memperbaiki penampolan fiisknyamelalui diet ketat guna mendapatkan bentuk tubuh yang ideal. Ketidakpuasan terhadap kondisi fisik tersebut karena menunjukkan adanya *body image* negatif, jika seseorang sudah merasa puas bahkan senang dengan bentuk tubuhnya maka seseorang tersebut memiliki *body image* yang positif (Ratnawati & Sofiah, 2012).

Menurut Stuart (2007) kecemasan adalah respon emosional terhadap penilaian yang menggambarkan perasaan khawatir, gelisah, dan takut yang diikuti berbagai keluhan fisik. Munculnya perasaan khawatir bahkan tajut karena kecemasan jika harus berhenti berkarir sebagai model karena tidak memiliki tubuh yang sesuai sebagai model dimana sudah memasuki masa usia dewasa awal yaitu berkarir harus berhenti hanya karena model tersebut tidak memiliki tuibuh yang ideal sebagai seorang model.

Pada penelitian juga dihitung analisis tambahan yaitu uji beda dari ketiga variabel berdasarkan jenis kelamin yaitu wanita dan pria dna juga berdasarkan usia menggunakan

anova. Maka dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel jika dilihat uji beda berdasarkan jenis kelamin dan usia tidak terdapat perbedaan yang signifikan.

Penelitian ini mengkaji variabel yang terkait dengan kecenderungan *anorexia nervosa* pada model di kota Surabaya melalui penelusuran, peneliti menemukan bahwa *body image* memiliki korelasi yang kuat dengan kecenderungan *anorexia nervosa* yang menunjukkan hasil yang sama dengan penelitian yang telah dilakukan yaitu hubungan negatif signifikan, dimana semakin tinggi body image yang dimiliki maka semakin rendah kecenderungan anorexia nervosa yang dimiliki (Ratnawati & Sofia, 2012; Garner, David, & Garinkel, 1981). Begitu juga hasil yang terdapat pula variabel lain yang dapat meningkatkan kecenderungan *anorexia nervosa* yakni kecemasan ditemukan hasil yang juga positif signifikan dengan penelitian sebelumya, dimana semakin tinggi kecemasan yang dimiliki maka semakin tinggi pula kecenderungan *anorexia nervosa* yang dimiliki (Fornari, dkk., 1991; Pollice, dkk., 1996; Mattar, dkk., 2011).

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *body image* dan kecemasan terhadap kecenderungan *anorexia nervosa* pada model dewasa awal. Hubungan yang terjadi antara ketiga variabel tersebuat adalah negatif signifikan pada *body image* dengan *kecenderungan anorexia nervosa* dan hubungan yang positif signifikan pada kecemasan dengan kecenderungan *anorexia nervosa*. Artinya, negatif signifikan pada *body image* dengan kecenderungan *anorexia nervosa* adalah semakin tinggi *body image* maka semakin rendah kecenderungan *anorexia nervosa*, begitu pula sebaliknya yang terjadi pada variabel kecemasan dengan kecenderungan *anorexia nervosa* yaitu semakin tinggi kecemasan yang dimiliki maka semakin tinggi pula kecenderungan *anorexia nervosa* yang dimiliki.

Pengujian hipotesis menunjukkan bahwa *body image* memiliki korelasi yang signifikan dengan kecederungan *anorexia nervosa*. *Body image* sendiri terdiri dari 4 dimensi yaitu *appearance evaluation* (evaluasi penampilan), *appearance orientation* (orientasi penampilan), *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) dan *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh).

Peneliti menyarankan kepada para model untuk lebih proporsional dalam mengevaluasi penampilannya dengan cara menemukan ukuran pembanding yang tepat untuk mengevaluasi penampilan. Terkait orientasi penampilan, peneliti menyarankan untuk tidak hanya berorientasi pada penampilan melainkan juga pada kesehatan dan intelegensi, mengingat model saat ini tidak hanya membutuhkan penampilan yang prima, namun juga kemampuan model untuk menghadapi dinamika kerja, serta kapasitas intelegensi yang baik. Peneliti juga menyarakan bagi para model untuk memahami kondisi tubuh secara spesifik untuk memahami area-area mana yang cenderung mengalami penumpukan lemak sehingga model dapat terhindar dari adanya *body area satisfication* (kepuasan terhadap bagian tubuh). Peneliti mneyarankan model untuk mengukur secara objektif batas minimum dinyatakan *overweight* yang diatur oleh *agency* model dan menjadikannya sebagai tolak ukur bagi dirinya untuk menjaga penampilan. Terkait dimensi yang terakhir dari *body image*, peneliti menyarankan model untuk memperkaya wawasan terkait kesehatan dan personaliti agar model memiliki pemahaman yang utuh terkait citra tbuh yang tepat bagi model.

Peneliti juga menyarankan model untuk mengidentifikasi penyebab munculnya kecemasan dalam dirinya serta mengupayakan agar penyebab tersebut dapat diminimalisir. Penyebab kecemasan dapat berupa faktor lingkungan, emosi yang ditekan dan sebab-sebab fisik (Savitri Ramiaiah, dalam Agung, 2014). Penyebab kecemasan jika dapat dimimimalisir maka kadar keceamsan dapat ditekan sehingga berdampak pada berkurangnya kecenderungan *anorexia nervosa* pada model.

Peneliti menyarankan bagi penelitian selanjutnya untuk memspesifikkan ruang lingkup dari variabel kecemasan. Variabel kecemasan dapat dikhususkan pada bidang yang lebih relevan dengan kondisi fisik dan kesehatan, sehingga diharapkan dapat menghasilkan korelasi yang lebih kuat dengan kecenderungan *anorexia nervosa***.** Disarankan juga kepada peneliti selanjutnya untuk menambah variabel lain jika melakukan penelitian dengan topik yang sama yang juga dapat berhubungan dengan kecenderungan *anorexia nervosa* agar dapat melihat variabel lain apa saja yang dapat mempengaruhi kecenderungan *anorexia nervosa*.

PUSTAKA ACUAN

Afifah, U. (2013, Desember). *Sisi Lain Kehidupan Supermodel*. Diakses dari Kompasiana: http://www.kompasiana.com/usrotulafifah/sisi-lain-kehidupan-supermodel_55290fcef17e61e2308b463e

Agung, S. (2014). *Pengaruh Komunikasi Teraepeutik terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi di Rumah Sakit Umum 'Aisyiyah Ponorogo.* Diakses dari UNISA Digital Library - Repository: http://opac.unisayogya.ac.id/230/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf

American Psychiatric Assosiation. (2000). *Diagnostic and Statistical Manual of.* Washington DC: Author.

Azwar, S. (2014). *Metode Penelitian.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

BBC. (2017, Mei). *Prancis larang model dengan tubuh terlalu kurus*. Diakses dari BBC: http://www.bbc.com.indonesia/majalah-39827859

Beck, D., Casper, R., & Andersen, A. (1996). Truly late onset of eating disorders: a study of 11 cases averaging 60 years of age at presentation. *International Journal of Eating Disorders, 20(4)*, 389-395.

Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice.* New York: The Guilford Press.

Christine. (2008). *Gambaran Body Image pada Model.* Diakses dari USU Institutional Repository: http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/23091/Cover.pdf;jsessionid=8C2B96DEE57698C097D47E5851E5D4CC?sequence=6

Devi, A. N., & Pratiwi, D. A. (2017). *Tahu Nggak Sih, 3 Negara Ini Larang Model dengan Tubuh Kurus Melenggang di Runaway Lho?* Diakses dari https://style.tribunnews.com/2017/05/06/tahu-nggak-sih-3-negara-larang-model-dengan-tubuh-kuru

Fornari, dkk. (1991). Depressive and Anxiety Disorders in Anorexia Nervosa and Bulimia Nervosa. *International Journal of Eating Disorder, 12*, 21-29.

Fornari, dkk. (1991). Depressive and Anxiety Disorders in Anorexia Nervosa and Bulimia Nervosa. *International Journal of Eating Disorders, 12(01)*, 21-29.

Garner, David, & Garinkel, P. (1981). Body Image in Anorexia Nervosa: Measurement, Theory and Clinical Implications. *Journal of Psychiatry in Medicine*.

Hurlock, E. B. (1994). *Psikologi Perkembagan (Suatu Pendekatan Sepanjang. Rentang Kehidupan).* Jakarta: Erlangga.

Mattar, dkk. (2011). Body Image in Anorexia Nervosa: Measurement, Theory and Clinical Implications: A critical review of the literature. *Journal of Affective Disorders*, 311-318.

Neuman, W. L. (2000). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches.* Boston: Allyn and Bacon.

Nevid, J. M., Rathus, S. A., & Greene, B. (2003). *Psikologi Abnormal.* Jakarta: Erlangga.

NHS. (2011). *Livewell, 5 A Day*. Diakses dari NHS choices: http://www.nhs.uk/livewell/5aday

Pollice, dkk. (1996). Relationship of Depression, Anxiety, and Obsessionality to State of Illness in Anorexia Nervosa. *International Journal of Eating Disorders*.

Praptomo, P. E. (2009). *Hubungan antara Penerimaan Diri dengan Kecenderungan Anoreksia Nervosa pada Model.* Diakses dari UMS ETD: http://eprints.ums.ac.id/5982/1/F100040127.pdf

Ratnawati, & Sofiah. (2012). Percaya diri, Body Image dan Kecenderungan Anorexia Nervosa pada Remaja Putri. Persona. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 130-142.

Seawell, A. H., & Danoff-Burg, S. (2005). Body image and sexuality in women with and without systemic lupus erythematosus. *Sex Roles, 53(11)*, 865-876.

Stuart, G. W. (2007). *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 5.* Jakarta: EGC.

Umaiya, S. (2017, April). *Serem Banget, 5 Model Dengan Tubuh Terkurus Di Dunia Ini, Bak Tulang Tanpa Daging*. Diakses dari Grid.id: http://www.grid.id/W-Stories/W-News/Serem-Banget-5-Model-Dengan-Tubuh-Terkurus-Di-Dunia-Ini-Bak-Tulang-Tanpa-Daging