

**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN
KECENDERUNGAN *ANOREXIA NERVOSA* PADA
PEREMPUAN DEWASA AWAL**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Melengkapi
Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama**

Oleh :

Rizkananda Rachmawati

1931080374

PROGRAM STUDI : PSIKOLOGI ISLAM

Pembimbing 1 : Drs. M. Nursalim Malay, M. Si

Pembimbing 2 : Faisal Adnan Reza, M. Psi, Psikolog

FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

RADEN INTAN LAMPUNG

1445 H / 2023 M

ABSTRAK

Hubungan Antara *Body Image* Dengan Kecenderungan *Anorexia Nervosa* Pada Perempuan Dewasa Awal

Oleh :

Rizkananda Rachmawati

Kecenderungan *anorexia nervosa* (gangguan makan) adalah gangguan pola makan yang memiliki karakter selalu berusaha untuk kurus agar mendapatkan bentuk tubuh yang diinginkan dengan cara menahan lapar. Tidak hanya itu, banyak wanita dewasa yang melakukan berbagai usaha agar mereka merasa puas terhadap sosok tubuh yang mereka miliki salah satunya dengan melakukan diet. *Body image* sering dilihat sebagai gejala dari gangguan makan, salah satunya adalah *anorexia nervosa* yang ditandai dengan hilangnya nafsu makan. Maka dari itu tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara *body image* dengan kecenderungan *anorexia nervosa* pada perempuan dewasa awal.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini ada perempuan dewasa awal yang berusia 18-25 tahun dengan profesi sebagai model ataupun *influencer* di Bandar Lampung. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 93 model atau *influencer*. Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik *purposive sampling* karena sampel dalam penelitian diambil dengan beberapa pertimbangan atau kriteria tertentu. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kecenderungan *anorexia nervosa* ($\alpha = 0,948$) dan skala *body image* ($\alpha = 0,913$). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan skala kecenderungan *anorexia nervosa* sebanyak 27 aitem, dan skala *body image* sebanyak 23 aitem.

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan *perason product moment* dengan bantuan *software JASP for windows versi 0.16.1.0*, nilai $R = 0.506$ dan $R^2 = 0.256$ dengan $p < 0.001$. Artinya, hipotesis diterima, yaitu terdapat hubungan yang antara *body image* dengan kecenderungan *anorexia nervosa* pada perempuan dewasa awal. hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel bebas dalam penelitian ini memberikan sumbangan efektif sebesar 25,6% dan 74,4% dipengaruhi faktor di luar penelitian ini.

Kata Kunci : *Body Image, Kecenderungan Anorexia Nervosa, Model, Influencer*



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
PRODI PSIKOLOGI ISLAM**

Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame I Telp. (0721) 703278 Bandar Lampung 35131

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Body Image* Dengan
Kecenderungan *Anorexia Nervosa* Pada
Perempuan Dewasa Awal
Nama : Rizkananda Rachmawati
NPM : 1931080374
Program Studi : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Studi Agama

MENYETUJUI

Untuk Dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam sidang
Munaqosyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Drs. M. Nursalim Malay, M. Si
NIP. 196301011999031001

Pembimbing II

Faisal Adnan Reza, M. Psi, Psikolog
NIP. 199209162019031019

Mengetahui,
Ketun Prodi Psikologi Islam

Drs. M. Nursalim Malay, M. Si
NIP. 196301011999031001



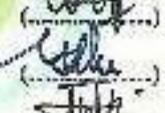
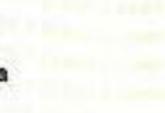
KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
PRODI PSIKOLOGI ISLAM

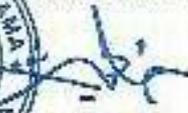
Jl. Letjen H. Suroso Surabaja Sukaraja 1 Lampung, 01211 703370 Bandar Lampung 35111

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : "Hubungan Antara *Body Image* Dengan Kecenderungan *Anorexia Nervosa* Pada Perenpuan Dewasa Awal" disusun oleh Rizkhananda Ruchmuwati NPM : 1931080374. Program studi : Psikologi Islam. Telah ditjikan dalam sidang Munaqosyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, pada Hari/Tanggal : Senin, 10 Juli 2023.

TIM DEWAN PENGUJI

Ketua	: Dr. Suhandi, M. Ag	
Sekretaris	: Annisa Fitriani, S. Psi, MA	
Penguji Utama	: Intan Islamia, M. Sc	
Penguji I	: Drs. M. Nursafim Malay, M. Si	
Penguji II	: Fauzan Adnan Ressa, M. Psi., Psikolog	

Mengetahui
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama

Drs. Ahmad Isnaini, MA
7403302000031001



PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi Arab-Latin digunakan sebagai pedoman yang mengacu pada Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543b/U.1987, sebagai berikut :

1. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ذ	Dz	ظ	Zh	م	M
ب	B	ر	R	ع	‘ (Koma terbalik di atas)	ن	N
ت	T	ز	Z			و	W
ث	Ts	س	S	غ	Gh	ه	H
ج	J	ش	Sy	ف	F	ء	(Apostrof, tetapi tidak dilambangkan apabila terletak di awal kata)
ح	<u>H</u>	ص	Sh	ق	Q		
خ	Kh	ض	Dh	ك	K		
د	D	ط	Th	ل	L	ي	Y

2. Vokal

Vokal Pendek	Contoh	Vokal Panjang	Contoh	Vokal Rangkap	
----- _	A اَلِ اَبِ اَبِ	ا	Â	اَ اِ ... اِي	Ai
----- _	I اَلِ اَبِ اَبِ	ي	Î	اِ اِي ... اُو	Au
----- و	U اَلِ اَبِ اَبِ	و	Û	اِ اِي ... اُو	

3. Ta Marbutah

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasroh dan dhammah, transliterasinya adalah /t/. Sedangkan ta marbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah /h/. Seperti kata : *Thalhah, Raudhah, Jannatu al-Na'im*.

4. Syaddah dan Kata Sandang

Transliterasi tanpa syaddah dilambangkan dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu. Seperti kata : Nazzala, Rabbana. Sedangkan kata sandang “al”, baik pada kata yang dimulai dengan huruf qamariyyah maupun syamsiyyah. Contohnya : *al-Markaz*, *al-Syamsu*.

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Rizkananda Rachmawati
NPM : 1931080374
Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Antara *Body Image* Dengan Kecenderungan *Anorexia Nervosa* Pada Perempuan Dewasa Awal” merupakan hasil karya peneliti dan bukan hasil plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Bandar Lampung, 19 Juni 2023

Yang Menyatakan



Rizkananda Rachmawati
NPM. 1931080374

PERSEMBAHAN

Terucap syukur yang tiada henti-hentinya dari diri ini kepada Allah SWT. yang telah memberi kekuatan, kesabaran, ragam suka cita dan cinta serta membekali diri ini dengan setitik ilmu pengetahuan. Dengan izin Allah SWT. saya dapat mempersembahkan karya sederhana ini kepada orang-orang terkasih dan tersayang. Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Kedua orang tua saya yang sangat saya sayangi dan saya cintai, Alm. Papa Syahri dan Almh. Mama Elmahaslinda, saya persembahkan karya yang sederhana ini kepada kalian yang sudah melahirkanku ke dunia ini, merawat dan mendidik putri bungsu kalian ini dengan sangat baik, senantiasa yang selalu memberikan nasihat, dukungan, serta do'a yang tiada hentinya agar putri bungsu kalian ini mencapai kesuksesan dan kebahagiaan. Terimakasih untuk Alm. Papa dan Alm. Mama yang sudah membesarkan dan sabar mendidik ketiga anaknya hingga menjadi sarjana semua. Bahagia selalu ya pah mah di Surga-Nya Allah. Aamiin.
2. Abangku tersayang Rioga Deri Alki Praselia, S. A. N., yang sekarang menjadi sosok Abang sekaligus Ayah, terimakasih sudah menjadi abang yang selalu menjaga adik-adiknya, mendo'akan dan memberikan motivasi untuk adik bungsumu ini agar dapat menyelesaikan skripsi ini dan tetap bertahan hidup, dan Ayukku tersayang Rianggi Wahyuni Pratiwi, S. Si., yang sekarang menjadi sosok Ayuk sekaligus Ibu, terimakasih sudah mendo'akan dan menjadi ayuk yang cerewet agar adikmu ini dapat segera menyelesaikan skripsi.
3. Nenekku tersayang Siti Aisyah, terimakasih yang sudah merawat dan membantu Papa membesarkanku sejak Alm. Mama sudah tiada saat aku berusia 3,5 tahun, serta selalu memberikan do'a, dukungannya, dan motivasi.

RIWAYAT HIDUP

Nama lengkap Rizkananda Rachmawati, dilahirkan di Bandar Lampung pada tanggal 09 Mei 2001. Peneliti merupakan anak bungsu dari tiga bersaudara, putri dari pasangan Bapak Alm. Syahri dan Almh. Ibu Elmahaslinda. Peneliti bertempat tinggal di Gg PU, Kecamatan Kedaton, Kelurahan Kedaton, Bandar Lampung. Berikut riwayat pendidikan peneliti :

1. TK Al-Azhar 1 Bandar Lampung, lulus pada tahun 2007
2. SD Negeri 1 Kedaton, lulus pada tahun 2013
3. SMP Al-Kautsar Bandar Lampung, lulus pada tahun 2016
4. SMA Negeri 13 Bandar Lampung, lulus pada tahun 2019

Pada tahun 2019 peneliti terdaftar sebagai mahasiswi program studi S1 Psikologi Islam di Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, UIN Raden Intan Lampung.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillahirabbil'alamiin, puji syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT, yang telah memberikan segala kenikmatan, ilmu pengetahuan, kemudahan dan petunjuk-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam memenuhi gelar Sarjana Psikologi.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi yang ditulis ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga kritik dan saran yang membangun sangatlah dibutuhkan untuk kedepannya. Selain itu, terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dari pihak-pihak yang turut serta dalam memberikan dukungan secara moril maupun materil. Oleh karena itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Wan Jamaluddin Z, M. Ag., PhD selaku Rektor UIN Raden Intan Lampung.
2. Bapak Dr. Ahmad Isnaeni selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama.
3. Bapak Drs. M. Nursalim Malay, M. Si selaku Ketua Prodi Psikologi Islam serta selaku dosen pembimbing I yang senantiasa meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan, menyemangati, memberikan saran dan nasihat sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Annisa Fitriani, S. Psi., MA selaku Sekretaris Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.
5. Bapak Faisal Adnan Reza, M. Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk mendampingi peneliti, memberikan motivasi, arahan dan bimbingan dalam memperbaiki kekurangan-kekurangan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Ira Hidayati, S. Psi, MA selaku dosen pembimbing akademik yang sudah membimbing dan memberikan arahan

- serta nasihat dalam proses menjalankan pembelajaran mata kuliah yang ada di Prodi Psikologi Islam.
7. Bapak dan Ibu Dosen Prodi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung yang telah mendidik serta memberikan ilmu kepada peneliti selama perkuliahan.
 8. Seluruh dosen dan staff Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung yang membantu peneliti terkait proses administrasi dan memberikan informasi perkuliahan kepada peneliti.
 9. Bapak/ibu tim penguji yang sudah meluangkan waktunya untuk menguji skripsi peneliti.
 10. Untuk model dan *influencer* Bandar Lampung yang menjadi responden telah membantu peneliti agar terjalannya penelitian ini.
 11. Keluarga besarku Ibu Rusmiyati, Uwak Icha, Om Ujang, Tante Ines, Ndis Pipit, Pakcik Okta, Kak Fitrah, Bung Riyan, Mba Yeni, Mba Citra, Adek Azka, Adek Ridha, Adek Rafifah, Adek Razita, serta ponakanku Anin dan Dhira yang memberi bantuan, memberikan motivasi, semangat, nasihat dan doa kepada peneliti sehingga terselesaikannya skripsi ini.
 12. Teruntuk sahabat-sahabatku, Muhammad Miftah Faris, S. H., Indah Purnama Sari, S. A. P., yang terkasih dan tersayang, terimakasih atas dukungan dan segala hal baik yang kalian berikan serta yang selalu mendengarkan keluh kesahku.
 13. Teruntuk sahabatku tersayang dan tercinta Alm. Bripda Rheza Rendragraha, terimakasih sudah menjadi sahabat yang selalu mendengarkan tangisan dan ceritaku di saat dirimu masih berada di dunia, terimakasih dirimu sudah hadir dikehidupanku untuk memberikan bahu, dukungan, dan telinga kepadaku yang tiada hentinya hingga satu hari sebelum dirimu pergi untuk selamanya. Semoga dirimu selalu tenang di alam sana serta diberikan tempat terindah dan terbaik oleh Allah SWT. Aamiin.
 14. Teruntuk para temanku tersayang, Agit Apriyansyah, Iga Prameswary, Muhammad Bagas Nugraha, terimakasih atas dukungan, kebahagiaan, dan segala canda tawa yang kalian berikan kepadaku.

15. Teruntuk teman seperjuangan saat bimbingan Rennita Sulistia, terimakasih sudah menjadi teman seperjuangan dalam menyelesaikan skripsi, walaupun kita berbeda pembimbing.
16. Teman-teman di Program Studi Psikologi Islam 2019 khususnya untuk Psikologi Islam Kelas D, terimakasih sudah menjadi teman seperjuangan dalam satu program studi, dan sudah menjadi bagian cerita dikehidupanku dalam dunia perkuliahan.
17. Untuk semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan namanya satu persatu yang telah berjasa untuk membantu baik secara moril dan materil dalam penyelesaian skripsi ini.
18. Dan yang terakhir, aku sangat berterimakasih kepada diriku sendiri karena sudah berjuang dan bertahan dalam kehidupan yang pahit ini dengan melewati segala ujian dan rintangan, kamu hebat bisa bertahan dan bertumpu pada kaki sendiri untuk menyelesaikannya. Terus semangat dan perbanyak sabar serta keikhlasan dalam menjalani kehidupan dan untuk melanjutkan kehidupan yang sebenarnya.

Peneliti berharap kepada Allah SWT semoga apa yang telah mereka berikan dengan segala kemudahan dan keikhlasannya akan menjadi ladang apahala dan amal yang barokah serta mendapatkan kemudahan dari Allah SWT. Aamiin.

Bandar Lampung, 19 Juni 2023



Rizkananda Rachmawati
NPM. 1931080374

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
PEDOMAN TRANSLITERASI	v
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat Teoritis.....	7
2. Manfaat Praktis.....	7
E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan	8
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Kecenderungan <i>Anorexia Nervosa</i>	11
1. Pengertian <i>Anorexia Nervosa</i>	11
2. Tipe-Tipe <i>Anorexia Nervosa</i>	14
3. Aspek-Aspek <i>Anorexia Nervosa</i>	14
4. Faktor Penyebab <i>Anorexia Nervosa</i>	16
5. Kecenderungan <i>Anorexia Nervosa</i> Dalam Perspektif Islam.....	20
B. <i>Body Image</i>	23
1. Pengertian <i>Body Image</i>	23
2. Aspek-Aspek <i>Body Image</i>	24
3. Dimensi <i>Body Image</i>	25

C. Hubungan <i>Body Image</i> Dengan Kecenderungan <i>Anorexia Nervosa</i> Pada Perempuan Dewasa Awal.....	26
D. Kerangka Berpikir.....	28
E. Hipotesis	29
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	30
A. Identifikasi Variabel.....	30
B. Definisi Operasional	30
1. Kecenderungan <i>Anorexia Nervosa</i> (Y)	30
2. <i>Body Image</i> (X).....	30
C. Subjek Penelitian	31
1. Populasi	31
2. Teknik <i>Sampling</i>	31
3. Sampel	32
D. Metode Pengumpulan Data	32
E. Validitas dan Reliabilitas Pengumpulan Data	34
1. Validitas Pengumpulan Data.....	34
2. Reliabilitas Pengumpulan Data	34
F. Metode Analisis Data.....	35
1. Uji Normalitas.....	35
2. Uji Linieritas.....	35
BAB IV. PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	36
A. Orientasi Kacah Dan Pelaksanaan Penelitian	36
1. Orientasi Kacah.....	36
2. Persiapan Penelitian	37
3. Pelaksanaan Uji <i>Try-Out</i> (Uji Coba Alat Ukur)	37
4. Seleksi Aitem Dan Reliabilitas Instrumen.....	38
5. Penyusunan Instrumen Penelitian	39
B. Pelaksanaan Penelitian	40
1. Penentuan Subjek Penelitian	40
2. Pelaksanaan Pengumpulan Data.....	41
3. Skoring.....	41
4. Karakteristik Responden	42
C. Analisis Data Penelitian	43
1. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian	43
2. Kategori Skor Variabel Penelitian.....	44
3. Uji Asumsi.....	46

4. Uji Hipotesis	49
5. Sumbangan Efektivitas	50
D. Pembahasan	51
BAB V. PENUTUP	59
A. Kesimpulan	59
B. Rekomendasi.....	59
DAFTAR PUSTAKA	61

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blueprint</i> Skala Kecenderungan <i>Anorexia Nervosa</i>	33
Tabel 2. <i>Blueprint</i> Skala <i>Body Image</i>	33
Tabel 3. Hasil Seleksi Aitem Skala	38
Tabel 4. Hasil Seleksi Aitem Skala	39
Tabel 5. Distribusi Aitem Skala	40
Tabel 6. Distribusi Aitem Skala <i>Body Image</i>	40
Tabel 7. Frekuensi Usia Responden	42
Tabel 8. Deskripsi Profesi Responden.....	43
Tabel 9. Deskripsi Data Penelitian	43
Tabel 10. Kategori Kecenderungan <i>Anorexia Nervosa</i>	44
Tabel 11. Kategori <i>Body Image</i>	45
Tabel 12. Hasil Uji Normalitas.....	47
Tabel 13. Hasil Uji Hipotesis	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir Hubungan Antara Variabel X dan Variabel Y	29
Gambar 2. Diagram Frekuensi Usia Responden	42
Gambar 4. Diagram Kategori Kecenderungan <i>Anorexia Nervosa</i>	45
Gambar 5. Diagram Kategori <i>Body Image</i>	46
Gambar 6. Visualisasi Hasil Uji Normalitas Dua Variabel	47
Gambar 7. Visualisasi Hasil Uji Normalitas Variabel Kecenderungan <i>Anorexia Nervosa</i>	48
Gambar 8. Visualisasi Hasil Uji Normalitas Variabel <i>Body Image</i>	48
Gambar 9. Residuals vs Predicted	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rancangan Skala Penelitian	61
Lampiran 2. Validitas Dan Reliabilitas Hasil Uji Coba Skala	75
Lampiran 3. Skala Penelitian.....	79
Lampiran 4. Tabulasi Data Penelitian	86
Lampiran 5. Hasil Uji Asumsi.....	89
Lampiran 6. Hasil Uji Hipotesis	93
Lampiran 7. Turnitin	95

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Standar kecantikan dan memiliki berat tubuh yang ideal dikalangan para wanita terkhususnya pada usia dewasa awal (18 tahun sampai 25 tahun) menjadi sebuah penilaian untuk mementingkan penampilan fisik dengan bentuk tubuh yang kurus. Akibatnya hal tersebut dapat menimbulkan kurangnya rasa percaya diri dan mereka akan menilai diri mereka melalui kaca mata orang lain, yaitu teman-teman sepergaulannya.

Ungkapan yang sering dikatakan oleh masyarakat untuk melihat standar kecantikan adalah *slim is beauty*. Ungkapan tersebut sering kali diinterpretasikan sebagai suatu standar kecantikan bahwa perempuan dikatakan cantik apabila memiliki tubuh yang langsing (Maria *et al.*, 2001). Belum lagi banyaknya promosi di media yang mengarahkan individu untuk memiliki standar tubuh yang ideal. Studi yang dilakukan pada penelitian sebelumnya juga menyimpulkan bahwa pengaruh iklan dan promosi mengenai ideal kurus dan berotot mungkin lebih terkait dengan persepsi yang dimiliki oleh kaum muda mengenai tubuh dan diet (Aparicio-Martinez *et al.*, 2019).

Para wanita dewasa awal merasa kurang dapat menerima diri apa adanya, mereka beranggapan bahwa apabila memiliki tubuh kurus akan lebih mudah beradaptasi dan diterima oleh lingkungan pergaulan disekitarnya. Hal tersebut menjadi sebuah tantangan untuk para wanita agar melakukan diet walaupun diet yang mereka lakukan cukup ekstrem dan dapat membahayakan kesehatan mereka serta memicu kecenderungan *anorexia nervosa*.

Harianja (2020) menyebutkan bahwa kecenderungan *anorexia nervosa* (gangguan makan) adalah gangguan pola makan dengan cara menahan diri agar tetap lapar. Tidak hanya itu, banyak wanita dewasa yang melakukan berbagai usaha agar mereka merasa puas terhadap sosok tubuh yang mereka miliki salah satunya dengan melakukan diet. Mereka melakukan diet agar mendapatkan berat tubuh yang diinginkan, walaupun diet yang mereka lakukan cukup ekstrem dan

dapat membahayakan kesehatan serta menyebabkan kecenderungan *anorexia nervosa* (gangguan makan). Selain itu, mereka tidak pernah menganggap dirinya cukup kurus khususnya untuk dibagian perut, bokong, dan paha. Mereka yang mengalami hal tersebut terkadang menimbang berat tubuhnya, secara berulang menggunakan alat ukur tubuh, dan terkadang juga memandangi bentuk tubuhnya sendiri dihadapan cermin.

Anorexia nervosa berarti “tanpa keinginan untuk (makan)”, hal tersebut merupakan sebuah istilah yang tidak tepat karena orang dengan *anorexia nervosa* jarang sekali kehilangan selera makannya. Hanya saja, mereka mungkin akan menolak makanan dan menolak makan lebih banyak daripada yang diperlukan untuk menjaga berat minimal bagi usia dan tinggi mereka (Nevid *et al.*, 2018). Maka dari itu, mereka yang menolak makanan dan menolak makan lebih banyak daripada yang diperlukan untuk menjaga berat minimal dikatakan kecenderungan *anorexia nervosa*.

Selain itu, wanita dewasa dengan kecenderungan *anorexia nervosa* hampir selalu menyangkal bahwa mereka kehilangan terlalu banyak berat badan. Tidak hanya itu, mereka juga menganggap bahwa diri mereka terlalu gemuk sedangkan orang lain melihat diri mereka hanya terdiri dari “kulit dan tulang” saja.

Kecendurungan *anorexia nervosa* 10 kali lebih banyak dialami oleh wanita dibandingkan pria. Apabila *anorexia nervosa* terjadi pada pria, maka biasanya simtom dan karakteristik lain (seperti gambaran tubuh yang terdistorsi dan konflik keluarga) menyerupai simtom dan karakteristik yang dilaporkan oleh wanita yang mengalami gangguan ini (Santrock, 2012).

Mereka yang mengalami kecenderungan *anorexia nervosa* akan merasa lebih percaya diri apabila sudah mendapatkan berat tubuh yang mereka inginkan. Jika mereka tidak mendapatkan berat tubuh yang mereka inginkan, maka mereka tidak percaya diri untuk memperlihatkan *body image* yang mereka miliki di depan masyarakat, meskipun orang lain sudah memandang tubuh mereka sangat kurus.

Body image adalah dimana seseorang menilai dirinya sendiri atau memiliki persepsi terhadap bentuk atau ukuran tubuhnya sendiri yang dipengaruhi oleh bentuk dan ukuran tubuh aktualnya,

perasaannya tentang bentuk tubuhnya serta harapan terhadap bentuk dan ukuran tubuh yang diinginkannya (Bening & Margawati, 2014). Cash (dalam Seawell, 2005) juga menjelaskan bahwa *body image* adalah konstruk yang multidimensional yang terdiri dari persepsi, kognisi, emosi, dan perilaku yang berkaitan dengan atribut fisik.

Pada penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa *body image* yang negatif mengakibatkan terjadinya gangguan makan. Apabila jarak berat tubuh yang diinginkan dengan berat tubuh yang sesungguhnya semakin besar, maka rasa untuk menurunkan berat badan semakin besar dengan tujuan untuk menjaga penampilan yang tetap menarik dan resiko menimbulkan kecenderungan *anorexia nervosa* semakin tinggi (Lestari & Mubarak, 2021).

Body image sering dilihat sebagai gejala dari gangguan makan, salah satunya adalah *anorexia nervosa* yang ditandai dengan hilangnya nafsu makan. Secara umum, seseorang dapat diduga mengalami *anorexia nervosa* apabila mereka memiliki *body image* yang negatif, berat badan yang selalu kurang dari normal, serta masalah pada sistem reproduksi (Makarim, 2021). Berbagai bentuk tindakan yang bersumber dari rasa tidak puas pada penampilan dan bentuk tubuh apabila tidak diatasi, maka akan menimbulkan gangguan psikologis, misalnya seperti depresi atau kebiasaan makan yang menyimpang (*eating disorders*) seperti *bulimia*, *anorexia nervosa*, *binge eating* yang dapat berlanjut terus hingga akhir masa remaja bahkan dewasa (Amalia, 2007).

Salah satu upaya untuk menarik hati orang lain dan mewujudkan harapannya menjadi seseorang yang sempurna adalah dengan memiliki tubuh yang ideal, dengan ini seorang individu akan mengalami ketakutan secara berlebih jika mengalami kegagalan dan ketidaksesuaian dengan harapannya yang menyebabkan seseorang melakukan diet secara ekstrem dan ketat (Gabriela & Zen, 2020). Dimensi ekstraversi dengan introversi mencerminkan sejauh mana seseorang keluar dan berpartisipasi dalam berhubungan dengan orang lain. Beberapa cenderung ramah, implusif, dan banyak bicara sedangkan yang lain cenderung pendiam, dan pemalu. Selain itu, dimensi stabilitas emosional dengan ketidakstabilan mengacu pada

penyesuaian individu terhadap lingkungan dan stabilitas perilakunya dari waktu ke waktu (Yosua et al., 2014).

Dalam dunia model atau *influencer* menuntut para model dan *influencer* untuk memiliki ukuran tubuh yang ideal, yang menyebabkan mereka berlomba-lomba untuk menjadi lebih kurus agar nama mereka dapat menjadi lebih bagus di dunia model ataupun di lingkungan para *influencer*. Sebagian dari mereka berusaha melakukan diet secara ekstrim agar menjadi kurus, sehingga memiliki kecenderungan *anorexia nervosa*. Mereka merasa akan sangat cemas dengan kondisi tubuh yang mereka miliki apabila bentuk dan ukuran tubuh yang dimiliki tidak ideal. Tubuh mereka menjadi tidak wajar dan memiliki berat badan yang tidak ideal lagi tanpa memikirkan dampak-dampak negatif sebagai pengidap *anorexia nervosa* (Putri & Hamidah, 2017).

Selain itu, dampak yang ditimbulkan dari penderita *anorexia nervosa* juga dapat mengganggu kestabilan kerja sistem tubuh sehingga menyebabkan 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* (Krisnani et al., 2018). Pada umumnya para pengidap *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* 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 badannya bertambah.

Di Indonesia masih belum ada data pasti yang menggambarkan prevalensi penduduk dengan gangguan makan, bahkan mengenai *anorexia nervosa*, namun terdapat beberapa penelitian tentang kecenderungan *anorexia nervosa*, sehingga mampu menggambarkan urgensi pencegahan *anorexia nervosa* (Mardiah, 2021). Dari 349 remaja (usia 12-21 tahun) di Surabaya yang mengalami

kecenderungan *anorexia nervosa* sebanyak 34 orang (9,7%) memiliki tingkat kecenderungan *anorexia nervosa* tinggi, 296 orang (84,8%) memiliki tingkat kecenderungan *anorexia nervosa* sedang, dan 19 orang (5,4%) memiliki tingkat kecenderungan *anorexia nervosa* rendah (Sari & Rosyidah, 2020). Akan tetapi, penderita *anorexia nervosa* tidak paham bahwa yang dialaminya berkaitan erat dengan masalah psikologis, maka dari itu penderita lebih banyak berobat ke dokter umum dibandingkan ke psikolog ataupun ke psikiater. Masih banyak masyarakat yang keliru mengenai psikolog ataupun psikiater karena kedua hal tersebut diidentikan dengan masalah kejiwaan, sehingga banyak masyarakat yang tidak menginginkan berobat ke sana melainkan ke dokter umum. Hal tersebut mengakibatkan sulitnya mendeteksi secara pasti yang mengalami kecenderungan *anorexia nervosa* di Indonesia.

Penjelasan di atas juga didukung oleh penelitian sebelumnya mengenai hubungan *body image* dan kecemasan dengan kecenderungan *anorexia nervosa* pada model dewasa awal. Penelitian yang dilakukan oleh (Putri & Hamidah, 2017) hubungan antara kedua variabel menunjukkan tingkat hubungan cukup tinggi, yaitu sebesar -0,404. Artinya, dari hasil penelitian 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*.

Selain itu, juga terdapat beberapa perbedaan pada penelitian yang dilakukan oleh (Lestari & Mubarok, 2021) dengan penelitian sekarang. Perbedaannya adalah terdapat pada subjek yang digunakan. Subjek yang digunakan pada penelitian tersebut adalah santri putri yang tinggal di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an As-Salafi Walisongo Blitar. Sedangkan pada penelitian sekarang, peneliti menggunakan subjek perempuan dewasa awal yang memiliki profesi sebagai model ataupun *influencer*. Selain itu, dari hasil nilai koefisien korelasinya juga berbeda, untuk penelitian yang dilakukan oleh (Lestari & Mubarok, 2021) memiliki nilai koefisien korelasi dengan hasil negatif, yaitu -0,295 yang artinya terdapat hubungan yang negatif antara variabel terikat dengan variabel bebasnya, sedangkan pada penelitian sekarang memiliki nilai koefisien korelasi dengan

hasil positif, yaitu 0,506 yang artinya terdapat hubungan yang positif antara variabel terikat dengan variabel bebas yang digunakan.

Hasil survei yang dilaksanakan oleh peneliti pada 32 responden dewasa awal (18-25 tahun) di Bandar Lampung sesuai dengan kriteria *Diagnostic and Statistical Manual V(DSM-V)* dengan menyebarkan kuesioner yang berisikan beberapa pertanyaan mengenai *anorexia nervosa*, terdapat 28 orang (87,5%) dari mereka yang mengalami kecenderungan *anorexia nervosa* dalam tiga bulan terakhir ini melakukan satu hingga lima kali penghindaran makan utama (makan utama hanya sekali dalam sehari) dalam seminggu agar mendapatkan berat tubuh dan bentuk tubuh yang mereka inginkan. Kemudian, terdapat 25 orang (78,1%) yang merasa takut apabila mengalami kenaikan berat badan, meskipun mereka sudah memiliki berat badan yang normal. Hal tersebut menyebabkan mereka terkadang tidak ingin keluar dari rumah atau tidak ingin berjumpa dengan banyak orang karena mereka memiliki *body image* yang membuat mereka kurang percaya diri. Berat tubuh dan bentuk tubuh yang mereka miliki memang mempengaruhi cara berpikir mereka mengenai diri sendiri.

Peneliti melihat banyaknya orang dewasa yang memiliki *body image* yang membuat mereka menjadi kurang percaya diri akibat komentar dari orang-orang sekelilingnya mengenai tubuh mereka, baik secara langsung maupun tidak langsung (melalui media sosial) yang mengakibatkan mereka ingin melakukan diet, bahkan hingga diet yang cukup ekstrem dan memiliki kecenderungan *anorexia nervosa* (gangguan makan). Maka dari itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara *Body Image* Dengan Kecenderungan *Anorexia Nervosa* Pada Perempuan Dewasa Awal”.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang dihasilkan dari uraian latar belakang di atas, yaitu apakah terdapat hubungan antara *body image* dengan kecenderungan *anorexia nervosa* pada perempuan dewasa awal ?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini mempunyai tujuan, yaitu untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara *body image* dengan kecenderungan *anorexia nervosa* pada perempuan dewasa awal.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat secara teoritis dan praktis melalui tulisan ini

1. Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan bisa memberikan sumbangan ilmu pengetahuan serta informasi dalam bidang psikologi klinis dan psikologi perkembangan mengenai *body image* yang dapat mempengaruhi kecenderungan *anorexia nervosa* pada perempuan dewasa awal.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi subjek yang memiliki *body image* negatif mendapatkan kesadaran untuk dapat lebih menjaga pola makan dan lebih dapat menerima diri, serta memiliki pemikiran yang positif terkait bentuk tubuh agar mampu mempertahankan bentuk tubuh dengan menjaga pola hidup yang baik.
- b. Bagi remaja, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi agar dapat lebih menjaga *body image* yang dimiliki dengan menerima bentuk dan berat tubuh diri sendiri agar terhindar dari kecenderungan *anorexia nervosa*.
- c. Bagi orang tua, diharapkan dapat menjaga pola makan dan menjaga gizi seimbang yang dimiliki agar jika memiliki seorang anak wanita, anak tersebut dapat meniru perilaku orang tuanya dengan menjaga kesehatan tubuhnya.
- d. Bagi penelitian selanjutnya, hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi atau sebagai pembanding dalam mengembangkan dan implementasi kehidupan sehingga penelitian yang akan datang dapat menjadi penelitian yang lebih baik lagi dan dapat sangat dimanfaatkan untuk

perkembangan khususnya di bidang psikologi klinis dan psikologi perkembangan.

- e. Bagi universitas, hasil dari penelitian ini dapat dijadikan informasi perilaku dalam gangguan makan atau materi dalam pembelajaran dalam mata kuliah psikologi klinis dan psikologi perkembangan, sehingga mahasiswa/i dapat menjaga keseimbangan makannya agar tidak mengalami gangguan makan, seperti kecenderungan *anorexia nervosa*.

E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Untuk membantu berbagai pemaparan di atas, maka peneliti berusaha mencari berbagai informasi dan mencari berbagai referensi dari berbagai penelitian terdahulu yang masih terkait pada penelitian yang sebelumnya terkait ini agar bisa mengkonfirmasi penelitian tersebut, serta sebagai bagian teori pendorong untuk menentukan pola pikir dalam menyusun penelitian ini.

Dalam pencarian peneliti, diperoleh permasalahan penelitian sebelumnya yang mempunyai relevansi dengan penelitian yang dilakukan saat ini. Walaupun terdapat keterkaitan pada pembahasan, tetapi penelitian ini juga mempunyai perbedaan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya. Berikut penelitian terdahulu hasil dari pencarian peneliti untuk mendukung penelitian yang dilakukan :

1. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Putri & Hamidah (2017) yang berjudul “hubungan *body image* dan kecemasan dengan kecenderungan *anorexia nervosa* pada model dewasa awal”. Penelitian tersebut merupakan penelitian kuantitatif dan analisis yang digunakan pada penelitian tersebut adalah dengan teknik korelasi *pearson product moment*. Perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang adalah pada variabel. Pada penelitian terdahulu menggunakan tiga variabel, yaitu *body image*, kecemasan, dan kecenderungan *anorexia nervosa*, sedangkan penelitian sekarang hanya menggunakan dua variabel saja, yaitu *body image* dan kecenderungan *anorexia nervosa*. Tidak hanya itu, penelitian terdahulu menganalisis data menggunakan bantuan program SPSS, dan penelitian sekarang menggunakan bantuan program JASP.

Kesamaan antara penelitian sebelumnya dengan penelitian sekarang adalah sama-sama menggunakan subjek dewasa awal dan sama-sama melakukan penelitian kuantitatif.

2. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Gabriela & Zen (2020) yang berjudul “perancangan infografis bahaya *anorexia nervosa*”. Penelitian tersebut merupakan penelitian kualitatif dengan memilih media infografis untuk menyampaikan informasi. Selain itu, penelitian sebelumnya juga melakukan pendekatan data sekunder yang pengumpulan datanya menggunakan studi literatur dengan membaca jurnal, *web*, dan artikel. Perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang adalah pada teknik pendekatan pengumpulan datanya, yaitu penelitian terdahulu menggunakan teknik pendekatan kualitatif, sedangkan penelitian sekarang menggunakan teknik pendekatan kuantitatif. Selain itu, penelitian terdahulu menggunakan media infografis untuk menyampaikan informasi yang dihasilkan, dan penelitian sekarang menggunakan bantuan program JASP.
3. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ratnawati & Sofiah (2012) yang berjudul “percaya diri, *body image* dan kecenderungan *anorexia nervosa* pada remaja putri”. Penelitian tersebut merupakan penelitian kuantitatif dengan pengumpulan data menggunakan skala kecenderungan *anorexia nervosa*, skala kepercayaan diri, dan skala *body image*. Model skala yang digunakan adalah model skala *likert* yang terdiri dari 4 alternatif jawaban, tetapi untuk skala *body image* tidak hanya menggunakan skala *likert* saja, melainkan juga menggunakan model diferensial semantik. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linier berganda. Perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti sekarang terdapat pada subjek. Pada penelitian terdahulu menggunakan subjek remaja putri, sedangkan penelitian sekarang menggunakan subjek dewasa awal perempuan. Kemudian, variabel pada penelitian terdahulu menggunakan tiga variabel, sedangkan penelitian sekarang hanya menggunakan dua variabel saja. Persamaan yang dimiliki

pada penelitian sebelumnya dengan penelitian saat ini, yaitu model skala yang digunakan adalah skala *likert*.

4. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Lestari & Mubarak (2021) yang berjudul “hubungan citra tubuh dengan kecenderungan *anorexia nervosa* pada santri putri”. Pada penelitian tersebut menggunakan metode kuantitatif korelasional. Analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment*. Instrumen penelitian menggunakan skala citra tubuh dan skala kecenderungan *anorexia nervosa* yang disusun dengan skala *likert*. Perbedaannya adalah terdapat pada aplikasi yang digunakan untuk menganalisis data. Apabila penelitian terdahulu menggunakan aplikasi SPSS 23, sedangkan pada penelitian sekarang menggunakan aplikasi JASP versi 0.16.1.0. Untuk persamaannya terdapat pada teknik analisis data, yaitu *purposive sampling*, dan metode penelitiannya sama-sama menggunakan metode penelitian kuantitatif.
5. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Aparicio-Martinez *et al.* (2019) yang berjudul “*social media, thin-ideal, body dissatisfaction and disordered eating attitudes : an exploratory analysis*”. Penelitian tersebut merupakan penelitian eksperimen dimana perpaduan antara kuantitatif dengan kualitatif. Metode penelitian yang digunakan adalah *convenience sampling* dan model skala yang digunakan adalah model skala *likert*. Perbedaannya terletak pada instrumen penelitiannya. Pada penelitian sebelumnya instrumen yang digunakan adalah perangkat digital (kamera), sedangkan penelitian saat ini tidak menggunakan alat digital seperti kamera. Selain itu, metode yang digunakan pada penelitian terdahulu adalah *convenience sampling* karena merupakan penelitian eksperimen dan untuk penelitian sekarang menggunakan *purposive sampling* karena merupakan penelitian kuantitatif yang sudah memiliki ketentuan atau ciri tersendiri. Subjek penelitian sama-sama menggunakan perempuan dewasa awal.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan data penelitian yang telah dianalisis, maka dapat diperoleh kesimpulan, yaitu adanya hubungan positif signifikan antara *body image* dengan kecenderungan *anorexia nervosa*. Artinya, semakin tinggi *body image* yang dialami maka semakin tinggi pula kecenderungan *anorexia nervosa* yang dialami. Hal ini diperoleh dari hasil nilai koefisien korelasi (r_{xy}) = 0.506 dengan taraf signifikan <0.001, dengan nilai 0.256 yang dapat dikatakan 25,6% sedangkan sisanya sebanyak 74,4% disebabkan oleh faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecenderungan *anorexia nervosa* pada perempuan dewasa awal yang berprofesi sebagai model ataupun *influencer*.

B. Rekomendasi

Berikut ini adalah rekomendasi yang dapat disampaikan peneliti kepada beberapa pihak yang terkait dengan penelitian :

1. Bagi subjek penelitian

Bagi model atau *influencer* diharapkan untuk dapat memperoleh informasi di dalam penelitian agar dapat meningkatkan *body image* yang positif agar dapat mengurangi terjadinya kecenderungan *anorexia nervosa*, bisa memikirkan dampak dan pengaruh apabila mengalami *body image* yang negatif dan belum lagi jika terjadi secara berlebihan. Kecenderungan *anorexia nervosa* yang terjadi pada seorang model ataupun *influencer* juga dapat terjadi karena tuntutan profesi yang dimiliki, tetapi apabila para model ataupun *influencer* dapat mengontrol diri dan dapat berfikir positif terhadap diri sendiri, maka kecenderungan *anorexia nervosa* dapat terhindari.

2. Bagi Remaja

Bagi remaja diharapkan untuk dapat memperoleh informasi di dalam penelitian ini agar dapat menjaga *body image* yang terdapat pada diri sendiri secara positif dan tetap menjaga pola serta tetap menerima diri atas bentuk dan berat tubuh yang

dimiliki. Hal tersebut untuk menghindari terjadinya kecenderungan *anorexia nervosa* yang memiliki dampak kekurangan gizi bahkan hingga kematian.

3. Bagi Orang Tua

Bagi orang tua, penelitian ini diharapkan untuk dijadikan sumber informasi agar dapat lebih menjaga pola makan dan gizi seimbang agar tidak menurun kepada anak perempuannya. Apabila orang tua memiliki gizi yang buruk terutama ibu akibat melakukan diet yang berlebihan sehingga mengalami kecenderungan *anorexia nervosa*, seorang anak perempuannya juga akan dapat melakukan hal yang sama karena melihat sang ibu melakukan diet yang berlebihan hingga menyebabkan kecenderungan *anorexia nervosa*.

4. Bagi penelitian selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya apabila melakukan penelitian yang sama atau bahasan yang sama diharapkan untuk dapat meneliti faktor penyebab lainnya misalnya, seperti karena faktor keluarga yang disebabkan oleh faktor keturunan dari seorang ibu ke anak perempuannya ataupun akibat dari kecemasan yang tinggi sehingga dapat terjadi kecenderungan *anorexia nervosa*. Sampel selanjutnya juga bisa dari pengguna sosial media, seperti *instagram*, *tiktok*, *facebook*, dan lain-lain. Selain itu, karena penelitian mengenai kecenderungan *anorexia nervosa* masih sangat jarang diteliti di Indonesia dan apa lagi di Bandar Lampung, maka peneliti selanjutnya mampu meneliti hal kaitannya dengan faktor lain agar dapat mengetahui fenomena lainnya yang terjadi.

5. Bagi Universitas

Bagi Universitas, diharapkan hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu materi dalam mata kuliah psikologi klinis dan psikologi perkembangan agar mahasiswa/i mendapatkan informasi mengenai kecenderungan *anorexia nervosa* untuk dapat lebih menjaga pola makan dan agar lebih dapat menerima diri atas bentuk dan berat tubuh yang dimiliki.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. (2015). Metodologi Penelitian Kuantitatif. In *Aswaja Pressindo*. Yogyakarta : Aswaja Pressindo.
- Amalia, L. (2007). Citra Tubuh (Body Image) Remaja Perempuan. In *Musāwa Jurnal Studi Gender dan Islam* (Vol. 5, Issue 4, p. 441). <https://doi.org/10.14421/musawa.2007.54.441-464>
- Anjani, S., & Irwansyah, I. (2020). Peranan Influencer Dalam Mengkomunikasikan Pesan Di Media Sosial Instagram [the Role of Social Media Influencers in Communicating Messages Using Instagram]. *Polyglot: Jurnal Ilmiah*, 16(2), 203. <https://doi.org/10.19166/pji.v16i2.1929>
- Aparicio-Martinez, P., Perea-Moreno, A. J., Martinez-Jimenez, M. P., Redel-Macías, M. D., Pagliari, C., & Vaquero-Abellan, M. (2019). Social media, thin-ideal, body dissatisfaction and disordered eating attitudes: An exploratory analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(21). <https://doi.org/10.3390/ijerph16214177>
- Azwar, S. (2019). *Reliabilitas dan Validitas Edisi IV*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Bening, S., & Margawati, A. (2014). Perbedaan Pengetahuan Gizi, Body Image, Asupan Energi Dan Status Gizi Pada Mahasiswi Gizi Dan Non Gizi Universitas Diponegoro. *Journal of Nutrition College*, 3(4), 715–722. <https://doi.org/10.14710/jnc.v3i4.6872>
- Diwananda Islamy, S. J., & 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.v1i1.27519>
- Gabriela, A., & Zen, N. S. (2020). Perancangan Infografis Bahaya Anoreksia Nervosa. *Visual Heritage: Jurnal Kreasi Seni Dan Budaya*, 2(03), 166–172. <https://doi.org/10.30998/vh.v2i03.874>
- 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>

- Gowenska, Chintia; Jingga, Jesmond; Wihardi, Vivien; Chandra, Clara Beatrice; Putra, A. I. D. (2022). Hubungan Antara Kecenderungan ANorexia Nervosa Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Prima Indonesia Medan. *Jurnal Darma Agung*, 30(3), 5–24.
- Grogan, S. (2017). *Body Image - Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children* (Third Edit). London & New York : Routledge Taylor & Francis Group.
- Gross, J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion Regulation Conceptual. In *Handbook of Emotion Regulation* (James J. G). Guilfors Publication.
- Harianja, E. J. G., & Napitupulu, J. (2020). Perancangan Sistem Pakar Tingkat Persentase Penyakit Anoreksia Nervosa Menggunakan Metode Dempster Shafer. *METHODIKA: Jurnal Teknik Informatika Dan Sistem Informasi*, 6(1), 34–39.
<https://doi.org/10.46880/mtk.v6i1.424>
- Husin, L. S., Program, M. I. K., Rasyidin, Y., & Islamia, I. (2019). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Perilaku Agresif Pada Santri Pondok Pesantren Lauditta Soraya Husin Muhammad Ilham Kurniawan Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Yusafrida Rasyidin Program Studi Aqidah dan. *Anfusina: Journal of Psychology*, 2(2), 207–216.
- Izzah, A. N., Angraini, D. I., & Berawi, K. N. (2021). Pengaruh Kepribadian terhadap Perilaku Diet Sehat atau Diet Tidak Sehat pada Remaja: Tinjauan Pustaka. *Jurnal Agromedicine Unila*, xx(79).
<https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/agro/article/view/3002>
- Kosanke, R. M. (2018). *Eating Disorder Services - HSE Model of Care for Ireland*.

- Krisnani, H., Santoso, M. B., & Putri, D. (2018). Gangguan Makan Anorexia Nervosa Dan Bulimia Nervosa Pada Remaja. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 399. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i3.18618>
- Lestari, P., & Mubarak, A. S. (2021). Hubungan Citra Tubuh dengan Kecenderungan Anorexia Nervosa pada Santri Putri. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(1), 105–118.
- Makarim, F. R. (2021). *Inilah Kaitan Antara Body Image dan Anorexia Nervosa*. Halodoc. https://www.halodoc.com/artikel/inilah-kaitan-antara-body-image-dan-anoreksia?_single=true&utm_campaign=articles&utm_medium=app&utm_source=deeplink?_single=true&utm_campaign=article&utm_medium=app_sharing&utm_source=app
- Malay, M. N. (2021). *Belajar Mudah & Praktis Analisis Data Dengan SPSS Dan JASP*. Bandar Lampung : CV. Madani Jaya.
- Mardiah, K. (2021). Hubungan Antara Teman Sebaya Dan Kecenderungan Anoreksia Nervosa Pada Remaja Surabaya Kholifatul. *Peran Mikronutrisi Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19, 11 No 1*(Januari), 1–8.
- Maria, H., Prihanto, F. X. S., & Sukamto, M. E. (2001). Hubungan Antara Ketidakpuasan Terhadap Sosok Tubuh (Body Dissatisfaction) dan Kepribadian Narsisistik Dengan Gangguan Makan (Kecenderungan Anorexia Nervosa dan Bulimia Nervosa). *Indonesian Psychological Journal*, 16(3), 272–289.
- Melani, S. A., Hasanuddin, H., & Siregar, N. S. S. (2021). Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Gangguan Makan Anorexia Nervosa Pada Remaja Di SMAN 4 Kota Langsa. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 3(2), 162–172. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v3i2.662>
- Nahar, M. H., & Hidayatulloh, M. K. (2021). Diet in Islamic Perspective. *Jurnal AlifLam Journal of Islamic Studies and Humanities*, 2(2), 206–215. <https://doi.org/10.51700/aliflam.v2i2.224>

- Nevid, J. S., & Media, R. (2003). *Psikologi Abnormal* (1st ed.). Jakarta : PT Gelora Aksara.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2018). *Psikologi Abnormal* (Kesembilan, p. 5). Jakarta : Erlangga.
- Pereira, A. T., Maia, B., Bos, S., Soares, M. J., Marques, M., Macedo, A., & Azevedo, M. H. (2008). The Portuguese short form of the Eating Attitudes Test-40. *European Eating Disorders Review*, *16*(4), 319–325. <https://doi.org/10.1002/erv.846>
- Prahara, S. A. (2014). Peran Kecenderungan Kepribadian Narsistik terhadap Kecenderungan Anorexia Nervosa pada Model Perempuan. *Jurnal Sosio-Humaniora*, *5*(1), 44–54. <http://lppm.mercubuana-yogya.ac.id/wp-content/uploads/2015/03/Peran-Kecenderungan-Kecenderungan-Kepribadian-Narsistik-Terhadap-Kecenderungan-Anorexia-Nervosa-Pada-Model-Perempuan.pdf>
- Pranesya, R., & Nawangsih, E. (2021). Hubungan Body Image dengan Diet Tidak Sehat. *Prosiding Psikologi*, *5*(2), 645–450.
- Priyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Sidoarjo : Zifatama.
- Putra, N. M. W. N. D., Arsana, I. W. E., & Permatananda, P. A. N. K. (2021). Hubungan Antara Body Image dengan Perilaku Diet pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa Tahun Angkatan 2020. *Aesculapius Medical Journal*, *1*(1), 27–31.
- Putri, M. R. E., & Hamidah. (2010). Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental Anorexia Nervosa Pada Model Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*.
- Quthb, S. (2001). *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an Jilid 1* (A. Yasin & A. A. Salim (eds.)). Jakarta : Gema Isnani.
- Rahayu, M. (2019). Pola Makan Menurut Hadis Nabi Saw (Suatu Kajian Tahlili). *Jurnal Diskursus Islam*, *7*(2), 295–313. <https://doi.org/10.24252/jdi.v7i2.10144>
- Ratnawati, V., & Sofiah, D. (2012). Percaya Diri , Body Image dan

- Kecenderungan Anorexia Nervosa. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2), 130–142. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/view/39>
- Sadock, B., Sadock, V., & Ruiz, P. (2019). Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Safitri, A. D. (2019). *Analisis Hukum Islam Terhadap Profesi Model Hijab*. UIN Raden Intan Lampung.
- Safitri, S. F., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan Body Image dengan Self Confidence pada Remaja Overweight Yang Mengalami Body Shaming. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3), 2360–2367. <https://www.jptam.org/index.php/jptam/article/view/717>
- Saliha, F., Prameswari, P., Astuti, W., Rosdiana, D. S., Fauza, A., & Insani, H. M. (2022). *Persepsi Body Image dan Kualitas Konsumsi Makanan Remaja Putri dengan Status Gizi Normal dan Lebih di Kota Bandung*. 1(3), 216–223.
- Salim, M. N. N., & Rusmana, D. (2022). Konsep Pola Makan menurut Al-Qur'an dalam Kajian Tafsir Tematik. *Islamic Review: Jurnal Riset Dan Kajian Keislaman*, 11(1), 73–94. <https://doi.org/10.35878/islamicreview.v11i1.334>
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan Masa Hidup (Life-Span Development)* (13 Jilid 1). Jakarta : Erlangga.
- Sari, T. I., & Rosyidah, R. (2020). Pengaruh Body Shaming Terhadap Kecenderungan Anorexia Nervosa Pada Remaja Perempuan Di Surabaya. *Personifikasi*, 11(2), 202–217. <https://journal.trunojoyo.ac.id/personifikasi/article/view/9105>
- Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : CV Alfabeta.
- Sunarti, E., Islamia, I., Rochimah, N., & Ulfa, M. (2017). Pengaruh Faktor Ekologi Terhadap Resiliensi Remaja. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 10(2), 107–119. <https://doi.org/10.24156/jikk.2017.10.2.107>

- Syarifah, N. A. (2021). Hubungan Antara Body Image Dengan Kecenderungan Perilaku Diet Pada Mahasiswa. In *Fakultas Psikologi Dan Kesehatan* (Vol. 14, Issue 1). Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang.
- Thompson, J. K. (2000). *Body Image, Eating Disorders, and Obesity an Integrative Guide for Asesment and Treatment*. Washington DC : American Psychological Association.
- Wicaksana, A., & Rachman, T. (2023). Psychological Well Being Perilaku Anorexia Nervosa Pada Mahasiswi. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 3(1), 10–27. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Yosua, I., Thomas, O., Islamia, I., & Chang, S. (2014). The Differences in Subjective Well-Being among Four Personality Trait Combinations. *International Conference on Education, Psychology, and Social SciencesAt: Taipei, Taiwan*.

