

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan tahap kehidupan sensitif yang sangat rentan terhadap *disordered eating* (Alsheweir dkk., 2024). Adapun remaja perempuan secara signifikan lebih mungkin mengalami *disordered eating* dibandingkan dengan remaja laki-laki (López-Gil dkk., 2023). *Disordered eating* lazim terjadi pada 18.9% remaja, dengan prevalensi lebih tinggi pada remaja perempuan (26.4%) dibandingkan dengan remaja laki-laki (11.8%) (Jalali-Farahani dkk., 2015). Remaja perempuan lebih mungkin melaporkan ciri-ciri kognitif seperti takut kelebihan berat badan, kekhawatiran berlebih terhadap lemak tubuh dan keinginan memiliki tubuh yang lebih kurus (Ghazzawi dkk., 2023). Sebanyak 56% remaja perempuan kelas 9 melaporkan perilaku makan tidak teratur untuk menurunkan berat badan seperti melewatkan makan, mengonsumsi pil diet, muntah disengaja, serta penggunaan obat pencahar (Croll dkk., 2002). Adapun remaja yang berprofesi sebagai penari memiliki resiko mengalami *disordereed eating* terkait dengan upaya mencapai penampilan yang diinginkan dengan melakukan olahraga berlebihan untuk menurunkan berat badan (Robbeson dkk., 2015). Penari memiliki perilaku *disordered eating* jauh lebih besar (12.1%) dibandingkan dengan non-penari (5.9%) (Kulshreshtha dkk., 2021).

Penari merupakan salah satu profesi yang dituntut untuk menampilkan keindahan dan keluwesan gerakan. Umumnya penari harus memiliki postur tubuh yang ideal, karena semakin ideal maka semakin lebih dapat mengasah kelenturan gerak dan keterampilan menarinya (Adrithia, 2018). Dikalangan penari remaja perempuan, salah satu faktor kontribusi potensial terjadinya *disordered eating* yaitu karena adanya tekanan dari pelatih saat berlatih menggunakan cermin (Doria & Numer, 2022). Cermin merupakan alat pengajaran yang ampuh dalam dunia tari yang menarik perhatian luar biasa pada tubuh, penari berlatih di depan cermin selama berjam-jam setiap harinya untuk mengamati dan mengevaluasi teknik serta keterampilan mereka (Doria &

Numer, 2022). Selain itu penggunaan cermin menyebabkan tidak hanya para penari saja yang khawatir terhadap seluruh tubuhnya, bahkan satu bagian tubuhnya pun ikut merasakan kegelisahan yang mengaburkan penilaian mengenai berat badan ideal (Radell, 2012). Terlebih para pelatih memvalidasi tubuh kurus pada penari melalui pujian dengan memberikan penghargaan kepada penari atas penampilan mereka (Doria & Numer, 2022).

Hal tersebut diperkuat dengan adanya periode pubertas yang memengaruhi cara remaja menilai tubuhnya sendiri. Perubahan yang paling terlihat jelas pada periode pubertas yaitu penambahan tinggi dan berat tubuh (Santrock, 2012). Seiring dengan perubahan yang terjadi pada periode pubertas, remaja perempuan memperlihatkan minat yang cukup besar terhadap citra tubuhnya (Santrock, 2012). Terlebih bagi para remaja yang berprofesi sebagai penari, karena penari selalu memperhatikan bentuk tubuh mereka agar dapat lebih memaksimalkan pertunjukan, karena bentuk tubuh yang lebih ramping dianggap dapat mempermudah dalam bergerak (Gibbs, 2011).

Adapun secara kognitif pada masa remaja terjadi peningkatan egosentrisme, yaitu audiens imajiner yang merupakan keyakinan remaja bahwa orang lain berminat pada dirinya sebagaimana ia berminat pada dirinya sendiri, termasuk juga tingkah laku menarik perhatian seperti berusaha untuk diperhatikan, terlihat, dan berada ‘di panggung’ (Santrock, 2012). Hal tersebut yang membuat remaja yang berprofesi sebagai penari mulai memperhatikan perubahan fisiknya dan berusaha sesuai dengan standar kecantikan yang ada di lingkungannya agar ia bisa mendapatkan ‘panggung’ perhatian lingkungan sekitarnya. Adapun biasanya penonton juga menilai penari dari penampilan fisiknya (Rahadi, 2012).

Selain aspek fisik dan kognitif, ada perkembangan aspek sosio emosional yang terjadi di masa remaja. Perkembangan aspek sosio emosional remaja dipengaruhi oleh lingkungan sosialnya, yaitu individu lain atau kelompok yang ada di luar diri seperti keluarga, teman, tetangga, atau secara umum disebut dengan masyarakat tempat individu berinteraksi (Santrock, 2012). Selain itu, secara emosional para remaja ingin menampilkan dirinya

sebaik mungkin karena sangat memperhatikan penampilan fisik (Santrock, 2012). Sebagian besar penari didominasi oleh remaja perempuan, karakter remaja perempuan yang mudah terpengaruh oleh lingkungan dapat menyebabkan mereka merasakan ketidakpuasan terhadap tubuhnya (Field, 2014). Hal tersebut terjadi karena dikalangan penari percaya bahwa dalam tarian kompetitif, tubuh penari yang ideal merupakan hal yang wajar, penting, dan sangat berguna untuk keberlangsungan pertunjukan (Doria & Numer, 2022).

Selain itu, tantangan untuk berpenampilan baik dan menarik merupakan salah satu dari sekian banyak atribut yang dihadapi penari (Rosley dkk., 2014). Hal tersebut membuat penari remaja “merasa gemuk” meskipun berat badan mereka normal, ditambah dengan tekanan untuk menjadi kurus dari lingkungan sekitar, seperti pelatih yang membatasi makanan mengakibatkan penari menjadi menekan pola makan sehingga para penari memiliki perilaku diet yang sangat ketat (Schluger, 2010). Diet yang dilakukan oleh para penari didasari oleh kekhawatiran terhadap bentuk tubuh yang tinggi sehingga penari memiliki kemungkinan lima kali lebih besar mengalami *disordered eating* (Kulshreshtha dkk., 2021). Beberapa remaja mungkin salah mengartikan apa yang dimaksud dengan diet dan terlibat dalam perilaku tidak sehat (misalnya, melewatkan makan untuk menghasilkan defisit kalori), yang kemudian dapat mengarah pada perkembangan *disordered eating* (Alsheweir dkk., 2024).

Adapun faktor yang mempengaruhi terjadinya *disordered eating* pada penari yaitu *body dissatisfaction* (Kulshreshtha dkk., 2021). *Body dissatisfaction* merupakan pikiran dan perasaan negatif seseorang mengenai tubuhnya yang berhubungan dengan evaluasi negatif dari ukuran tubuh, bentuk, otot atau tonus otot dan berat badan, yang biasanya melibatkan perbedaan yang dirasakan antara evaluasi seseorang mengenai tubuhnya dan tubuh idealnya (Grogan, 2017). Adanya standar tubuh ideal, membuat para remaja sibuk memeriksa perubahan pada bentuk tubuhnya karena mereka mengalami penambahan berat badan dan membuatnya menjadi tidak ideal, lalu merasa *body dissatisfaction* (Puspitasari & Ambarini, 2017). Tingginya *body*

dissatisfaction yang dirasakan penari mempengaruhi terjadinya perilaku *disordered eating* (Kulshreshtha dkk., 2021). *Disordered eating* dianggap sebagai pengukuran diri sebelum munculnya gangguan makan yang dilihat dengan mengukur sikap individu dalam menerapkan pola makan sebagai akibat dari persepsi individu terhadap bentuk tubuhnya (Ocker dkk., 2007).

Berdasarkan penelitian sebelumnya *disordered eating* dikalangan penari merupakan hasil dari kriteria tubuh ideal penari yang membuat penari merasakan *body dissatisfaction* karena adanya tekanan dari lingkungan, orang tua, pelatih, dan juga teman sesama penari (Doria & Numer, 2022). *Body dissatisfaction* yang tinggi ditemukan menjadi salah satu faktor terjadinya *disordered eating* pada penari (Robbeson dkk., 2015). Penelitian terdahulu mengenai “*Disordered Eating Attitudes and Body Shape Concerns Among North Indian Kathak Dancers*” menemukan bahwa *body dissatisfaction* berkorelasi positif secara signifikan dengan *disordered eating* pada penari Kathak di India (Kulshreshtha dkk., 2021)

Adapun pada penelitian ini dilakukan di Kota Bandung, salah satu kota di Provinsi Jawa barat yang memiliki warisan seni tari yang unik dan kaya. Kota Bandung juga seringkali dijadikan pusat kegiatan tari, seperti pada tahun 2018 diadakan kegiatan “*Bandung International Art Festival*” yang dimeriahkan oleh 2.500 penari dari 10 negara (Miftah, 2018), pada tahun 2019 diadakan kegiatan “*World Dance Day*” yang dimeriahkan oleh 4.000 penari dari 16 kabupaten atau kota di Jawa Barat (Kementerian Pariwisata, 2019), pada tahun 2019 diadakan kegiatan “*Indonesia Menari 2019*” yang dimeriahkan oleh 2.873 penari (Syafei, 2019). Selain itu pada 14 Agustus 2023 PEMPROV JABAR memberangkatkan 130 penari untuk tampil pada perayaan Hari Kemerdekaan RI di Istana Negara (Humas Disparbud Jabar, 2023).

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, *body dissatisfaction* dapat memengaruhi terjadinya perilaku yang mengarah pada *disordered eating* atau biasa dikenal sebagai *disordered eating*. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk melihat peran pengaruh *body dissatisfaction* terhadap terjadinya *disordered eating*. Adapun subjek pada penelitian ini adalah penari remaja

perempuan berusia 12-21 tahun yang berdomisili di Kota Bandung, Jawa Barat. Oleh karena itu peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Pengaruh *Body Dissatisfaction* terhadap *Disordered Eating* pada Penari Remaja Perempuan di Kota Bandung”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu, apakah ada pengaruh *body dissatisfaction* terhadap *disordered eating* pada penari remaja perempuan?

C. Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh *body dissatisfaction* terhadap *disordered eating* pada penari remaja perempuan.

D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan ilmu pengetahuan di bidang ilmu psikologi mengenai *disordered eating* pada penari remaja perempuan.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan perspektif baru mengenai *disordered eating* di kalangan remaja khususnya yang berprofesi sebagai penari sehingga dapat memberikan motivasi untuk menanggulangi perilaku *disordered eating* dengan melakukan diet yang sehat agar terhindar dari dampak buruk *disordered eating* yang bisa mengarah pada *eating disorder*.