

## Studi Deskriptif: *Eating Disorders* Pada Mahasiswa Keperawatan

Susmiati<sup>1</sup>, Mulyanti Roberto Muliantino<sup>2</sup>, Nelvi Kurnia Putri<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Departemen Keperawatan Dasar dan Dasar Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Andalas, Indonesia, 25000

<sup>2</sup> Departemen Keperawatan Medikal Bedah dan Keperawatan Gawat Darurat, Fakultas Keperawatan, Universitas Andalas, Indonesia, 25000

<sup>3</sup> Fakultas Keperawatan, Universitas Andalas, Indonesia, 25000

Email: susmiati@nrs.unand.ac.id<sup>1</sup>, mulyantiroberto@nrs.unand.ac.id<sup>2</sup>, nelvikurnia1231@gmail.com<sup>3</sup>

### Abstrak

*Eating disorder* memiliki prevalensi yang tinggi, namun belum banyak diketahui karena asimtomatik, terutama pada mahasiswa sebagai populasi beresiko. *Eating disorder* berdampak buruk pada kesehatan baik fisiologis maupun psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *eating disorder* pada mahasiswa keperawatan. Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif deskriptif dengan sampel 237 mahasiswa keperawatan Universitas Andalas. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Stratified Random Sampling*. *Eating Attitude Test-26 (EAT-26)* digunakan untuk mengukur variabel *eating disorder*. Data dianalisis dan disajikan dalam bentuk statistik deskriptif. Hasil penelitian menemukan sebanyak 117 responden memiliki resiko *eating disorder* (49,4%) dan sebanyak 120 responden tidak beresiko *eating disorder* (50,6%), kelompok beresiko *eating disorder* pada kelompok remaja akhir (39,7%) dan pada kelompok perempuan (46%). Hampir separuh mahasiswa keperawatan memiliki resiko *eating disorder*. *Eating disorder* dapat menimbulkan gangguan kesehatan, sehingga perlu dilakukan upaya preventif pada kelompok beresiko berupa edukasi dan persuasif untuk mencegah terjadinya dampak buruk pada kesehatan mahasiswa.

**Kata kunci:** *eating disorders*, mahasiswa, keperawatan

### *Eating Disorders in Nursing Students: A Descriptive Study*

#### Abstract

*Eating disorder* has a high prevalence, but it was not widely known and asymptomatic, especially in college students as risk population. *Eating disorders* adversely affect both physiological and psychological health. This study aims to determine the *eating disorders* in nursing students. This was a quantitative descriptive study with a total sample 237 nursing students of Andalas University. *Stratified Random Sampling* technique was used in this study. The *Eating Attitude Test-26 (EAT-26)* was used to measure *eating disorder* variable. The data was analyzed and presented in the form of descriptive statistics. The results found that about 117 respondents had a risk of *eating disorder* (49.4%) and 120 respondents were not at risk of *eating disorder* (50.6%), the group at risk of *eating disorder* in the late adolescent group (39.7%) and in the female group (46%). Almost half of nursing students had risk of *eating disorder*. *Eating disorder* can cause health problems, so it is necessary to carry out preventive efforts in risk population such as education and persuasive strategic to prevent adverse effects on health students.

**Keywords:** *eating disorder*, mahasiswa, keperawatan

## PENDAHULUAN

*Eating disorder* atau gangguan makan merupakan suatu gangguan serius pada aspek perilaku makan yang berkaitan dengan pikiran dan emosi. Masalah ini menjadi resiko tinggi di Eropa dan Amerika, dan saat ini semakin meningkat di negara-negara berkembang (Nutley et al., 2020). Angka *eating disorder* meningkat drastis pada akhir abad ke 20, terutama pada wanita muda di Asia. Indonesia menempati urutan ke empat negara penderita gangguan makan terbanyak di Asia Tenggara (Pike & Dunne., 2015; Widiarini, A., & Permatasari, 2017).

Hal ini dapat berakibat buruk pada masalah kesehatan, bahkan *eating disorder* dapat menyebabkan kematian pada 10% penderitanya. *Eating disorder* mengakibatkan gangguan pencernaan, malnutrisi, berkurangnya kepadatan tulang sehingga menimbulkan resiko osteoporosis, defisiensi insulin, retensi cairan, laju metabolisme menjadi lebih lambat, penurunan denyut jantung, gangguan pertumbuhan dan perkembangan, penurunan konsentrasi dan perubahan fungsi kognitif serta stress psikologis (Noe et al., 2019; Nutley et al., 2020).

Pada umumnya *eating disorder* terjadi pada orang yang memiliki rasa percaya diri rendah, merasa tidak berdaya, dan merasa rendah dan lebih buruk dari orang lain. Penderita gangguan makan memiliki kesalahan dalam pilihan gaya hidup, berfokus pada makanan, berat badan dan terlalu memperhatikan bentuk tubuh. Penderita *eating disorder* merasa takut menjadi gemuk sehingga membatasi makan dan tidak mau makan hingga mengakibatkan penderita menjadi kurus (Robianto, 2017; Siregar, 2016; Warnick et al., 2022).

*Eating disorder* mencakup 3 aspek yaitu *diating* (pembatasan asupan makanan karena kekhawatiran terhadap bentuk tubuh), *bulimia and food pre-occupation* (perilaku dimana seseorang memiliki perhatian berlebihan terhadap makanan dan berindikasi bulimia) dan *oral control* (kontrol diri terhadap makanan karena membutuhkan waktu lama untuk makan atau dapat disertai tekanan orang lain) (Al Vianita et al., 2020; Walean et al., 2021).

*Eating disorder* umumnya dialami oleh remaja maupun usia dewasa awal. *Eating disorder* yang dialami oleh mahasiswa dapat berupa perilaku *diating* mengurangi porsi makan hingga perilaku makan secara berlebihan. Mahasiswa sering menjadi populasi beresiko mengalami *eating disorder*. Beberapa faktor resiko yang dapat meningkatkan *eating disorder* pada mahasiswa antara lain teman sebaya, stres akademik, tinggal di asrama, hubungan dengan teman dekat, interaksi sosial dan harapan hidup yang tinggi (Dewi, 2014; Saleh et al., 2018).

Studi yang dilakukan Dwintasari (2018) mengemukakan bahwa prevalensi mahasiswa kesehatan yang memiliki resiko *eating disorder* cukup tinggi yaitu 57,1% dibanding yang tidak memiliki resiko (Dwintasari, 2018). Studi lain juga menemukan mahasiswa memiliki resiko *eating disorder* dengan persentase yang lebih tinggi (54,3%) dibanding yang tidak memiliki resiko *eating disorder* (45,7%) (Ningrum et al., 2021). Dalam penelitian terkait fenomena *eating disorder* pada aspek *diating* sebagian besar mahasiswa mengatakan merasa takut kelebihan berat badan, dan takut merasa gemuk. Pada aspek *bulimia* dan *food preoccupation* yaitu ditemukan mahasiswa memiliki kebiasaan terlalu asyik dan sibuk dengan makanannya. Dan aspek *oral control*, dimana mahasiswa menyatakan selalu memotong makanannya menjadi potongan kecil (Saleh et al., 2018).

Hasil studi pendahuluan pada mahasiswa keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas ditemukan 7 dari 10 mahasiswa mengalami *eating disorder* dan memiliki kebiasaan makan yang buruk, takut menjadi gemuk dan menghindari makanan yang mengandung banyak kalori dan karbohidrat, berkeinginan menjadi kurus dan merasa bersalah setelah makan, serta sangat memperhatikan jumlah dan porsi makanannya harus benar-benar sedikit. Hal lain yang ditemukan juga ada mahasiswa yang pernah beberapa kali memuntahkan makanannya karna takut menjadi gemuk *Eating disorder* menimbulkan bahaya terhadap kesehatan dan dapat terjadi terselubung (asimptomatik) sehingga penting untuk mengidentifikasi perilaku beresiko tersebut. Penelitian ini

bertujuan untuk mengetahui gambaran *eating disorder* (gangguan makan) pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 237 mahasiswa keperawatan Universitas Andalas. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Stratified Random Sampling*. Instrumen *Eating Attitude Test-26* (EAT-26) digunakan untuk mengukur variabel *eating disorder*. Penilaian EAT-26 menggunakan skala Likert dengan skor nilai pada rentang 0-3. Kuesioner terdiri dari 3 bagian yaitu lembar karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, tahun angkatan dan indeks massa tubuh (IMT), pertanyaan utama yang terdiri dari 26 item pertanyaan, dan pertanyaan penunjang untuk data 6 bulan terakhir yang terdiri dari 5 pertanyaan. Pengumpulan adat dilakukan langsung oleh tim penelitian. Setiap responden diberikan *informed consent* dan penjelasan tujuan penelitian. Data dianalisis dan disajikan dalam bentuk statistik deskriptif.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Data karakteristik responden dalam penelitian ini disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1. Karakteristik Responden (n=237)**

Karakteristik Responden	f	%
Usia		
<i>Remaja akhir</i>	199	84
<i>Dewasa awal</i>	38	16
Jenis kelamin		
<i>Laki-laki</i>	16	6,8
<i>Perempuan</i>	221	93,2
Angkatan		
2018	43	18,1
2019	58	24,5
2020	68	28,7
2021	68	28,7
IMT		
<i>Underweight</i>	52	21,9
<i>Normal</i>	123	51,9
<i>Overweight</i>	30	12,7
<i>Obesitas I</i>	27	11,4
<i>Obesitas II</i>	5	2,1

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi *Eating Disorder* Pada Mahasiswa Keperawatan (n=237)**

<i>Eating Disorder</i>	F	%
Tidak beresiko	120	50,6
Beresiko	117	49,4

Sebagian besar responden berada pada rentang usia remaja akhir (18-21 tahun) yaitu 84%. Mayoritas responden dengan jenis kelamin perempuan (93,2%), yang terdiri dari angkatan 2018-2021. Lebih dari separuh responden memiliki IMT normal yaitu 51,9%.

Dalam penelitian ini ditemukan sebanyak 117 responden memiliki resiko *eating disorder* (49,4%) dan sebanyak 120 responden tidak beresiko *eating disorder* (50,6%) (Tabel 2). Berdasarkan karakteristik responden, ditemukan kelompok beresiko *eating disorder* pada kelompok remaja akhir (39,7%) dan pada kelompok perempuan (46%). Kelompok beresiko paling banyak pada mahasiswa angkatan 2021 (14,8%) dan memiliki IMT normal (27%). Sedangkan kelompok tidak beresiko paling banyak pada mahasiswa angkatan tahun 2020 (15,2%) (Tabel 3).

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi *Eating Disorder* Berdasarkan Karakteristik Responden (n=237)**

Karakteristik Responden	<i>Eating Disorder</i>	
	Tidak Beresiko f (%)	Beresiko f (%)
Usia		
<i>Remaja akhir</i>	105 (44,3)	94 (39,7)
<i>Dewasa awal</i>	15 (6,3)	23 (9,7)
Jenis kelamin		
<i>Laki-laki</i>	8 (3,4)	8 (3,4)
<i>Perempuan</i>	112 (47,3)	109 (46)
Angkatan		
2018	21 (8,9)	22 (9,3)
2019	30 (12,7)	28 (11,8)
2020	36 (15,2)	32 (13,5)
2021	33 (13,9)	35 (14,8)
IMT		
<i>Underweight</i>	33 (13,9)	19 (8)
<i>Normal</i>	59 (24,9)	64 (27)
<i>Overweight</i>	16 (6,8)	14 (5,9)
<i>Obesitas I</i>	10 (4,2)	17 (7,2)
<i>Obesitas II</i>	2 (0,8)	3 (1,3)

Dalam penelitian ini ditemukan hampir sebagian responden memiliki resiko *eating disorder*. Mahasiswa merupakan populasi yang memiliki resiko tinggi *eating disorder*. Studi sebelumnya menemukan prevalensi yang tinggi terkait resiko *eating disorder* pada mahasiswa di Uni Emirat Arab (Hasan et al., 2023). Hal ini berkaitan dengan beban studi, stress, stigma negatif terhadap berat badan dan bentuk tubuh, periode bergadang sehingga membuat perilaku gangguan makan (Ellis et al., 2020; Warnick et al., 2022).

Kelompok beresiko paling banyak pada remaja akhir dan mayoritas merupakan populasi perempuan. Hasil serupa ditemukan dalam penelitian Ningrum (2021) dimana kelompok beresiko *eating disorder* berada pada usia 19 tahun (remaja akhir). Studi yang dilakukan mahasiswi di Saudi Arabia juga menemukan mayoritas responden dengan *eating disorder* merupakan remaja akhir (usia 18-24 tahun). Penelitian lain juga menemukan bahwa rentang usiam 14-23 tahun merupakan populasi yang memiliki resiko *eating disorder* (Ningrum, Jawi Yuda and , Firmansyah, SST., 2021).

*Eating disorder* paling banyak ditemukan pada perempuan. Hal yang sama ditemukan dalam studi yang dilakukan Ulfa (2018) dimana sekitar 80% perempuan mengalami resiko gangguan makan dan hanya 20% laki-laki mengalami resiko gangguan makan. Dalam penelitian yang dilakukan Kurniawan (2014) juga menemukan bahwa mahasiswa perempuan lebih besar mengalami resiko gangguan dibandingkan laki-laki (Al Vianita et al., 2020). Dalam studi Grammer (2021) juga menemukan kelompok terbesar *eating disorder* merupakan perempuan. Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap gangguan makan, dimana gangguan makan sebagian besar terjadi pada perempuan. Hal ini berkaitan dengan pemahaman bahwa perempuan dituntut memiliki tubuh yang menarik sedangkan secara genetik seharusnya perempuan memiliki lemak yang lebih besar daripada laki-laki. Sehingga perempuan melakukan berbagai cara untuk mendapatkan berat badan dan bentuk tubuh yang diinginkan sehingga menyebabkan terjadinya gangguan makan (Grammer et al., 2021).

Dalam penelitian ini kelompok beresiko *eating disorder* merupakan kelompok dengan indeks massa tubuh yang normal. Hal yang sama ditemukan dalam penelitian sebelumnya, bahwa sebagian besar responden yang memiliki resiko gangguan makan memiliki IMT yang normal. Riwayat diet berupa kegiatan mengatur jumlah asupan makanan dan minuman yang masuk kedalam tubuh dapat memicu gangguan makan. Stigma terhadap berat badan dan bentuk tubuh sering menjadi alasan utama terjadinya *eating disorder*. Kelompok-kelompok dengan stigma yang tinggi terhadap berat badan memiliki gejala *eating disorder* yang lebih buruk dan dapat mengalami ansietas dan depresi dalam lingkungan sosialnya (Christian, 2023)

## SIMPULAN

Hampir separuh mahasiswa keperawatan memiliki resiko *eating disorder*. *Eating disorder* dapat menimbulkan gangguan kesehatan, sehingga perlu dilakukan upaya preventif pada kelompok beresiko berupa edukasi dan persuasif untuk mencegah terjadinya dampak buruk pada kesehatan mahasiswa.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini dan kepada Fakultas Keperawatan Universitas Andalas yang telah memfasilitasi penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al Vianita, F., Kurniawati, D., & Juliningrum, P. P. (2020). Description of Knowledge, Attitude, and Behavioral Breastfeeding on Working Mother in the Arjasa Community Health Center Working Area in Jember Regency. *Journal of Nursing Science Update (JNSU)*, 8(1), 1–9. <https://doi.org/10.21776/ub.jik.2020.008.01.1>
- christian. (2023).
- Dewi, T. R. (2014). Studi Deskriptif: Perilaku Makan pada Mahasiswa Universitas Surabaya. *Calyptra : Jurnal Ilmiah*



- Mahasiswa Universitas Surabaya, 3(2), 1–15.
- Dwintasari, A. M. (2018). *HUBUNGAN PERSEPSI TUBUH (BODY IMAGE) DENGAN GANGGUAN MAKAN (EATING DISORDER) PADA MAHASISWI FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA*. 2(2), 2016.
- Ellis, J. M., Essayli, J. H., Zickgraf, H. F., Rossi, J., Hlavka, R., Carels, R. A., & Whited, M. C. (2020). Comparing stigmatizing attitudes toward anorexia nervosa, binge-eating disorder, avoidant-restrictive food intake disorder, and subthreshold eating behaviors in college students. *Eating Behaviors*, 39(March), 101443. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2020.101443>
- Grammer, A. C., Vázquez, M. M., Fitzsimmons-Craft, E. E., Fowler, L. A., Rackoff, G. N., Schvey, N. A., Lipson, S. K., Newman, M. G., Eisenberg, D., Taylor, C. B., & Wilfley, D. E. (2021). Characterizing eating disorder diagnosis and related outcomes by sexual orientation and gender identity in a national sample of college students. *Eating Behaviors*, 42(October 2020). <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2021.101528>
- Hasan, H., Shihab, K. A., Mohammad, Z., Jahan, H., Coussa, A., & Faris, M. A. I. E. (2023). Associations of smartphone addiction, chronotype, sleep quality, and risk of eating disorders among university students: A cross-sectional study from Sharjah/United Arab Emirates. *Heliyon*, 9(1), e12882. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e12882>
- Ningrum, Jawi Yuda and , Firmansyah, SST., M. G. (2021). *Hubungan Persepsi Citra Tubuh Dengan Risiko Gangguan Makan Pada Mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Ningrum, J. Y., Studi, P., Gizi, I., Kesehatan, F. I., & Surakarta, U. M. (2021). *Hubungan persepsi citra tubuh dengan risiko gangguan makan pada mahasiswi fakultas ilmu kesehatan universitas muhammadiyah surakarta*.
- Noe, F., Farida, H. D. K., & Rahayu, W. (2019). Hubungan Tingkat Stres Dengan Eating Disorder Pada Mahasiswa Yang Tinggal Di Asrama Putri Universitas Tibhuwana Tunggadewi (Unitri). *Journal Nursing News*, 4(1), 159–170.
- Nutley, S. K., Mathews, C. A., & Striley, C. W. (2020). Disordered eating is associated with non-medical use of prescription stimulants among college students. *Drug and Alcohol Dependence*, 209(February), 107907. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2020.107907>
- Pike, K. M., & Dunne, P. E. (2015). The Rise of Eating Disorders in Asia: a review. *Journal of Eating Disorders*, 3:33.
- Robianto, A. (2017). Hubungan Antara Strategi Koping dengan Kecemasan Menghadapi Ujian OSCE Pada Mahasiswa Prodi Ilmu Keperawatan Stikes Muhammadiyah Samarinda 2017. *Skripsi*, 1, 43. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Saleh, R. N., Salameh, R. A., Yhya, H. H., & Sweileh, W. M. (2018). Disordered eating attitudes in female students of An-Najah National University: A cross-sectional study. *Journal of Eating Disorders*, 6(1), 1–6. <https://doi.org/10.1186/s40337-018-0204-4>
- Siregar, lubis dan. (2016). *gangguan makan*.
- Walean, C. J. S., Pali, C., & Sinolungan, J. S. V. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Biomedik : Jbm*, 13(2), 132–143. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/biomedik/article/view/31765>
- Warnick, J. L., Darling, K. E., & Rancourt, D. (2022). The association between negative body talk and body shame on disordered eating symptoms among college students. *Eating Behaviors*, 46(April), 101648. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2022.101648>
- Widiarini, A., & Permatasari, A. (2017). *Indonesia Peringkat 4 Gangguan Makan Terbesar Dunia*.