

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Banyak budaya yang disibukkan dengan urusan makan. Dewasa ini, restoran dengan berbagai menu makanan menjamur, demikian juga tempat-tempat makan cepat saji, dan banyak majalah serta program televisi khusus tentang masak-memasak. Pada saat yang sama, banyak orang yang mengalami kelebihan berat badan. Pengaturan pola makan untuk menurunkan berat badan merupakan hal yang umum, dan keinginan banyak orang, terutama kaum perempuan untuk bertubuh lebih langsing telah menciptakan bisnis bernilai jutaan rupiah setahun. Melihat minat yang sangat besar terhadap makanan dan makan itu sendiri, tidak mengherankan bahwa aspek perilaku manusia ini dapat mengalami gangguan. Gangguan ini disebut dengan gangguan makan (*eating disorder*).

Gangguan makan (*eating disorder*) ini dalam DSM-IV dibagi menjadi 3, yaitu *Anorexia Nervosa*, *Bulimia Nervosa*, dan *Binge Eating Disorder*. *Anorexia Nervosa* merupakan suatu gangguan makan (*eating disorder*) yang melibatkan upaya keras untuk kurus dengan cara melaparkan diri. Tren tubuh yang kurus yang digemari remaja akhir-akhir ini merupakan faktor sosial yang mendorong individu untuk melaparkan diri. Faktor psikologis meliputi motivasi untuk menarik perhatian, keinginan akan individualitas, penolakan seksualitas, dan cara

mengatasi kekangan orangtua yang menuntut individu untuk berprestasi lebih tinggi.

Yang kedua adalah *Bulimia Nervosa*, yaitu gangguan makan (*eating disorder*) yang melibatkan makan atau minum berlebihan yang kemudian dilanjutkan dengan *purging* (memuntahkan). Penderita *bulimia* tidak dapat mengendalikan makannya sedangkan *anorexia* dapat mengendalikan pola makannya. Faktor-faktor penyebab bulimia hampir sama dengan faktor penyebab *Anorexia Nervosa*.

Yang ketiga adalah *Binge Eating Disorder* (gangguan makan berlebih) hampir sama dengan bulimia yaitu makan berlebihan namun tidak disertai dengan *purging* tetapi individu makan lebih banyak dan lebih cepat daripada kebanyakan orang hingga individu merasa sangat kenyang. Biasanya makan dilakukan tidak pada saat lapar dan seorang diri karena malu makan dalam jumlah yang besar. Biasanya orang tersebut mengalami depresi atau merasa bersalah setelah makan. Seperti pada kutipan wawancara dengan responden I pada tanggal 19 Agustus 2010 sebagai berikut:

“Ada kak, ini kan mau makan, trus uda makan kan kak, ntar abis makan kan udah kenyang gitu kenapalah aku banyak kali makan tadi, jadinya besok niatnya pengen puasa gitu lah”

Menurut Mashuri (2007) gangguan ini tidak hanya kebiasaan makan berlebih tetapi penderita juga tidak mampu mengontrol dan tidak mempunyai daya untuk menghentikan kebiasaan tersebut. Bahkan mereka menggambarkan makanan sebagai “teman”, sehingga berat badan mengalami kenaikan drastis yang berujung obesitas. Seperti pada kutipan pernyataan berikut: