

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Globalisasi kehidupan masyarakat telah diubah oleh berbagai perkembangan baru yang dibawa oleh peristiwa global. Munculnya perkembangan-perkembangan yang terjadi di tengah-tengah kehidupan masyarakat di seluruh dunia merupakan akibat dari adanya globalisasi tersebut. Adanya pembaharuan ini juga berdampak pada cara hidup masyarakat sehingga menimbulkan cara hidup yang berbeda, terutama bagi mereka yang tinggal di perkotaan. Orang yang tinggal di daerah perkotaan biasanya memiliki daya saing yang cukup tinggi dalam mencari kepuasan dan kesenangan untuk diri sendiri. Hal inilah yang dapat membentuk berbagai macam gaya hidup, salah satu gaya hidup yang paling sering terjadi pada masyarakat di perkotaan adalah gaya hidup hedonisme (Irawan, 2019).

Kotler mengatakan bahwa gaya hidup hedonisme adalah suatu kegiatan yang dilakukan untuk mencari kebahagiaan dalam hidup, seperti lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah, lebih banyak bermain, menyukai festival kota, membeli barang-barang mahal yang disukainya, dan ingin selalu menjadi pusat perhatian. Melalui simbol sosial, gaya hidup yang menunjukkan bagaimana seseorang mengelola kehidupan pribadinya, kehidupan masyarakat, sikap di depan umum, dan upaya membedakan statusnya dari orang lain. (Anggraini, 2017).

Faktanya, seseorang yang benar-benar mampu menjalani gaya hidup ini mungkin akan mencobanya. Namun, akan menjadi berbahaya apabila dicoba oleh orang yang tidak memiliki modal sosial. Mereka cenderung bertindak dengan cara yang bertentangan dengan norma sosial untuk menjalani gaya hidup hedonisme,

seperti mencuri atau bunuh diri yang dapat membahayakan diri sendiri (Nurvitria, 2015).

Banyak orang yang terpengaruh oleh cara hidup hedonisme ini ketika mereka masih muda. Menurut Munandar (2012), anak muda merupakan generasi yang mudah terhanyut dalam peristiwa global atau kekinian. Hal ini dikarenakan pada usia dewasa yang bukan lagi anak-anak tetapi tidak dapat dianggap sebagai usia orang dewasa, yang dimana didalamnya terjadi proses untuk mencari jati diri, sehingga mudah terbawa arusnya. lingkungan luar. Alhasil, mereka mudah terbawa olehnya. (Hurlock, 2015)

Kaum muda pun melakukan banyak aktivitas yang hanya dilakukan oleh orang-orang yang hidup dengan gaya hidup hedonis seperti ini. Misalnya, mereka lebih suka menghabiskan waktu di luar rumah pergi ke pusat perbelanjaan, tertarik pada barang-barang mewah yang tidak mereka butuhkan, dan pergi ke klinik kecantikan untuk merias rambut dan merias wajah mereka. Karena kebahagiaan adalah tujuan penting bagi hedonis, perspektif ini dianggap dapat meningkatkan kepercayaan diri. (Prastika, 2018).

Perkembangan fisik dan psikologis mulai terjadi pada masa remaja yang sering dianggap sebagai masa yang paling diwaspadai karena jika mengikuti perkembangan zaman sekarang tanpa membedakan sisi positif dan negatifnya, bisa berdampak negatif bagi masa depan mereka. Kaum muda mengembangkan wawasan tentang citra tubuh mereka dan menjadi sangat peduli dengan tubuh mereka selama masa pubertas, yang merupakan salah satu alasan intelektual untuk mengubah tubuh. Karena lemak tubuh yang meningkat, hal ini sering membuat anak muda merasa tidak puas dengan tubuhnya. Pada masa remaja ini seringkali

remaja melakukan diet ketat dengan menolak untuk makan demi mendapatkan bentuk tubuh yang diinginkan (Siregar, 2016).

Anoreksia Nervosa disebabkan oleh keengganan seseorang untuk mempertahankan bentuk tubuh di atas berat normal berdasarkan umur dan tinggi badan mereka. Secara umum, penderita tidak memiliki standar yang sama dengan orang biasa. Tingkat penurunan berat badan standar proporsional untuk penderita anoreksia adalah 15% lebih rendah dari tingkat standar. Selama masa perkembangan, penderita juga gagal mendapatkan kenaikan berat badan yang memadai, sehingga berat badannya kurang dari 15% dari yang sesuai dengan standar normal. Dampak yang sering terjadi pada anoreksia adalah ketakutan akan berat badan yang berlebihan. Pada anoreksia dengan keadaan yang berat sering terjadi muntah-muntah sehingga dapat menyebabkan dehidrasi berat bahkan sampai dapat menyebabkan kematian (Yenawati, 2018).

Anoreksia nervosa mempengaruhi hingga 1,6 juta wanita di Inggris antara usia 15 dan 30, menurut perkiraan saat ini. Anoreksia nervosa adalah masalah yang berkembang di kalangan anak muda karena juga dapat menyerang anak perempuan di bawah usia 15 tahun yang didiagnosis sebagai penderita anoreksia nervosa. Anoreksia nervosa juga dapat menyerang wanita berusia di atas 30 tahun, tetapi biasanya dimulai usia yang lebih awal. Anoreksia nervosa mempengaruhi antara 90 dan 95 persen wanita, tetapi pria dan wanita muda juga dapat menderita gangguan tersebut. Selain itu, statistik menunjukkan bahwa anak laki-laki menyumbang hingga 25% kasus dalam rentang usia 7-14 tahun (Rismayanthi, 2016).

Di Indonesia, 38% masyarakat bermasalah dengan pola makan atau kehilangan nafsu makan, yang sebagian besar adalah perempuan. Di sisi lain, 8,7% remaja berusia antara 13 dan 15 tahun dan 8,1% remaja berusia antara 16 dan 18 tahun dengan kondisir kurus dan sangat kurus. Hal ini bisa jadi karena adanya anoreksia nervosa, namun perilaku anoreksia nervosa yang menyebabkan anak muda Indonesia menjadi sangat kurus belum sepenuhnya diketahui secara jelas (Kemenkes RI, 2020)

Pada penelitian terdahulu yang dilakukan pada remaja yang bersekolah Di sekolah model Jakarta, terdapat 25 responden (50%) melaporkan mengalami gangguan makan, dengan rincian jenis anoreksia nervosa dilaporkan sebanyak 3 responden (6%). Studi ini juga menemukan bahwa kepercayaan diri, citra tubuh, kritik teman sebaya dan media, serta riwayat diet semuanya terkait dengan gangguan makan, namun tidak ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan makan dan gangguan makan. (Krisnani et al., 2018).

Berdasarkan data Riskesdas (2018), sebanyak 3,9 % remaja di Sumatera Utara memiliki bentuk tubuh dengan kategori yang sangat kurus, hal ini bisa disebabkan oleh banyaknya remaja yang melakukan diet yang ketat yang dapat mengakibatkan penurunan berat badan yang drastis bahkan bisa menyebabkan kematian. Hal ini biasanya sering terjadi pada remaja putri yang dimana mereka ingin terlihat menarik di mata orang lain dengan memiliki bentuk tubuh yang proposional (Riskesdas, 2018).

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Swasta Harapan Stabat merupakan sekolah yang terletak di lingkungan perkotaan. Yang dimana terdapat beberapa jurusan yang ada di sekolah ini, seperti jurusan administrasi, keuangan, teknik

informasi dan komunikasi, teknik elektronika dan teknik otomotif. Lingkungan sekolah yang berada di tengah-tengah kota membuat siswa yang ada di sekolah ini mengalami gaya hidup hedonisme yang cukup tinggi, yang dimana mereka para siswanya menerapkan gaya hidup yang sesuai dengan perkembangan zaman yang ada dan menghabiskan uang untuk mendapatkan yang diinginkan, bahkan rela menghabiskan uang untuk melakukan diet ketat demi mendapatkan bentuk tubuh yang ideal agar bisa memakai pakaian yang sedang tren.

Hal semacam ini, di dalam Islam bertolak belakang dengan konsep Qana'ah. Qana'ah adalah tindakan merasa bersyukur atas semua nikmat yang telah diberikan kepada Anda dan merasa puas dengan semua hasil yang telah dicapai. Namun, ini tidak berarti bahwa Anda pasrah begitu saja. Orang yang beriman dan memiliki sifat qanaah juga harus bekerja keras dan menerima hasil usahanya. Qana'ah adalah orang yang merasa puas dengan apa yang sudah dimilikinya dan menerima apapun pemberian Allah kepadanya, tidak peduli seberapa banyak atau sedikit itu.

Selain itu, dijelaskan bahwa qana'ah adalah sikap tenang dalam menghadapi sesuatu yang hilang. Muhammad bin Ali Tirmidzi menjelaskan bahwa: Qana'ah adalah rasa syukur jiwa atas nikmat yang telah diterimanya. Juga dikatakan bahwa qana'ah berarti membuat kecukupan dengan apa yang sudah dimiliki. Ini berarti menahan diri dari keserakahan dan menerima pemberian dari Allah SWT (Abdusshomad, 2020)

Qanaah merupakan salah satu sifat baik yang harus dimiliki seorang Muslim. Seseorang akan selalu puas dan mampu menjalani kehidupan yang damai dengan cara ini. Selain itu, hal ini dinyatakan dalam surah Azzumar ayat 49, yang

artinya " Maka apabila manusia ditimpa bahaya ia menyeru Kami, kemudian apabila Kami berikan kepadanya nikmat dari Kami ia berkata:”Sesungguhnya aku diberi nikmat itu hanyalah karena kepintaranku”. Sebenarnya itu adalah ujian, tetapi kebanyakan mereka itu tidak mengetahui” (Q.S Azumar : 49).

Karakter qanaah mengingatkan kita untuk merasa lega. Selain itu, hindari keserakahan duniawi. Demikian pula sabda Rasulullah SAW dalam sebuah hadits: “Lihatlah orang yang di bawah kalian dan janganlah melihat orang di atas kalian, karena yang demikian itu lebih layak bagi kalian agar kalian tidak memandangi hina nikmat Allah yang dilimpahkan kepada kalian.” (Muttafaqun Allah). Setiap orang percaya harus memiliki karakter ini. agar selalu bisa merasakan kebaikan karena segala manfaat yang telah Allah SWT bagikan kepadamu. Sehingga tidak lagi mengeluh atas usaha yang dilakukan.

Berdasarkan hasil observasi awal yang telah dilakukan di SMK Swasta Harapan Stabat terhadap 12 siswa yang menjadi narasumber dalam observasi awal ini didapatkan sebanyak 5 orang siswa atau sebesar 42 % yang memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) dibawah angka normal yang dimana dikatakan angka normal IMT adalah 18,5-22,9. Dari 5 siswa yang diwawancarai hampir semua siswa mengatakan bahwa mereka rela menghabiskan uang hanya untuk mendapatkan bentuk tubuh yang ideal agar bisa menjadi pusat perhatian di lingkungan sekolahnya hal ini merupakan salah satu ciri dari seseorang yang menerapkan gaya hidup hedonisme.

Sekitar 42% siswa dan siswi yang diwawancarai mengalami ciri-ciri dari kejadian anoreksia nervosa yang ditandai dengan melakukan diet ketat agar tampil menarik di depan semua orang, menolak untuk makan yang bisa menyebabkan

lemak yang berlebihan di tubuh, merasa terlihat gendut padahal memiliki IMT yang sudah normal dan melakukan diet ketat dengan menggunakan obat-obat herbal yang dimana obat diet tersebut memiliki harga yang cukup mahal dan juga efek samping dari obat diet tersebut menyebabkan siswa tidak merasa lapar sepanjang hari.

Bahkan ada seorang siswa yang pernah mengkonsumsi obat diet tersebut, dia tidak makan sepanjang hari sehingga mengalami mual muntah yang berlebihan hingga menyebabkan dehidrasi berat disertai dengan nyeri perut yang hebat sehingga diharuskan untuk menjalani perawatan di rumah sakit. Semua data yang diperoleh dari hasil observasi awal yang telah dilakukan ternyata mendekati ciri-ciri gaya hidup hedonisme dan mengalami kejadian anoreksia nervosa.

Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai “Pengaruh Gaya Hidup Hedonisme Terhadap Kejadian Anoreksia Nervosa di SMK Swasta Harapan Stabat”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dari penelitian adalah bagaimana Pengaruh Gaya Hidup Hedonisme terhadap Kejadian Anoreksia Nervosa di SMK Swasta Harapan Stabat?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh gaya hidup hedonisme terhadap kejadian anoreksia nervosa di SMK Swasta Harapan Stabat.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Tujuan khusus penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui tingkat gaya hidup hedonisme di SMK Swasta Harapan

Stabat.

2. Untuk mengetahui tingkat kejadian anoreksia nervosa di SMK Swasta Harapan Stabat.
3. Untuk mengetahui pengaruh gaya hidup hedonisme terhadap kejadian anoreksia nervosa di SMK Swasta Harapan Stabat.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi, pengalaman dan petunjuk bagi para peneliti yang melakukan penelitian selanjutnya mengenai pengaruh gaya hidup hedonisme terhadap kejadian anoreksia nervosa.

##### **1.4.2 Bagi Program Studi Kesehatan Masyarakat**

Dapat menjadi masukan dan bahan referensi pihak fakultas sehingga dapat memberikan perhatian lebih yang berkaitan dengan penelitian ini dan dapat dijadikan bahan penelitian selanjutnya oleh peneliti yang lain.

##### **1.4.3 Bagi Sekolah**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan informasi untuk pihak sekolah agar mereka mengetahui bagaimana yang terjadi pada siswanya mengenai kejadian anoreksia nervosa agar dapat melakukan pencegahan mengenai kejadian anoreksia nervosa pada siswanya sejak dini.