

**NASKAH PUBLIKASI**

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DAN KECENDERUNGAN  
ANOREXIA NERVOSA PADA MAHASISWI YANG BERSTATUS  
SEBAGAI MODEL**



Oleh :

YASINTA MAHENDRANINGAYU ANANTA WIJAYA

YULIANTI DWI ASTUTI

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA**

**UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

**YOGYAKARTA**

**2018**

**NASKAH PUBLIKASI**

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DAN KECENDERUNGAN  
ANOREXIA NERVOSA PADA MAHASISWI YANG BERSTATUS  
SEBAGAI MODEL**



Oleh :

**YASINTA MAHENDRANINGAYU ANANTA WIJAYA**

**YULIANTI DWI ASTUTI**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA**

**UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

**YOGYAKARTA**

**2018**

**NASKAH PUBLIKASI**

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DAN KECENDERUNGAN  
*ANOREXIA NERVOSA* PADA MAHASISWI YANG BERSTATUS  
SEBAGAI MODEL**



Telah disetujui pada tanggal

06 APR 2018

Dosen Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Yulianti Dwi Astuti".

(Yulianti Dwi Astuti, S.Psi. M.Soc. Sc.)

# **RELATIONSHIP BETWEEN PERFECTIONISM AND TENDENCY OF ANOREXIA NERVOSA ON FEMALE STUDENTS AS A MODEL**

**Yasinta Mahendraningayu Ananta Wijaya<sup>1</sup>, Yulianti Dwi Astuti<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Islamic University of Indonesia  
Email: anantayasinta@gmail.com

<sup>2</sup>Program Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Islamic University of Indonesia  
Email: yulianti\_da@yahoo.co.id

## **ABSTRACT**

This research aims to examine the relationship between perfectionism and tendency of anorexia nervosa on female students as models. The hypothesis used is the existence of a positive relationship between perfectionism and tendency of anorexia nervosa. This research involves 78 female students as models in Yogyakarta. The scale used to measure the level of perfectionism is the scale of M-CUP (*Measure of Constructs Underlying Perfectionism*) was adapted and modified from previous research that is Pratiwi (2016) based on the dimensions developed Stairs et al (2012). Tendency of anorexia nervosa scale using *Eating Attitudes Test* (EAT-26) was adapted and modified based on aspects of Garner et al (1982). Analysis method used in this research is product moment analysis by pearson, SPSS version 17 for windows. Result of the analysis indicates that the relationship between perfectionism and tendency of anorexia nervosa was significant correlated, with value of  $r = 0.356$ ,  $p = 0.001$  ( $p < 0.01$ ). In conclusion, there is positive relationship between perfectionism and tendency of anorexia nervosa.

Keywords: Perfectionism, Tendency of Anorexia Nervosa

## PENGANTAR

Model adalah salah satu profesi yang diminati oleh banyak perempuan. Profesi tersebut banyak diminati karena identik dengan kecantikan dan ditujukan hanya untuk perempuan yang memiliki tubuh ideal. Ungkapan *Slim is beauty* yang beredar dalam masyarakat dimaknai sebagai suatu standar kecantikan bahwa perempuan dikatakan cantik apabila memiliki tubuh langsing. Nevid dkk (2005) mengemukakan bahwa di dunia balet dan dunia model banyak terjadi kasus *anorexia nervosa*. Hal tersebut dikarenakan terdapat tekanan yang besar untuk memiliki citra tubuh kurus dan menuntut untuk mempertahankan bentuk tubuh kurus dan tidak realistis.

Nevid, dkk (2005) kasus *anorexia nervosa* terjadi pada seorang model bernama Dolly Parton yang mengklaim bahwa ukurannya 40-20-36. Model GI Joe di kehidupan nyata memiliki dada 55 inci dan bisep 27 inci. Sementara model fesyen populer pada tahun 1960-an bernama Twiggy, memulai karirnya di usia 16. Figur sekurus lidi Twiggy membantu mendorong “budaya kurus”. Bahkan model Brazil Ana Carolina meninggal pada 2006 akibat *anorexia nervosa*. Tekanan menjadi kurus sangat mempengaruhi perempuan yang meniti karir sebagai aktris, model dan penyanyi. Hal tersebut mengingat bahwa model juga dituntut untuk bisa memperagakan busana dari berbagai karya perancang terkenal. Model tersebut menjalani diet ketat yang mengarah pada diet tidak sehat. Diet ketat yang dijalani tersebut beresiko bagi seseorang dapat mengalami kecenderungan *anorexia nervosa*. Diet ketat termasuk kedalam pola diet yang tidak sehat yaitu dengan cara melewatkan waktu makan, mengkonsumsi obat

pelangsing, dan memuntahkan makanan dengan sengaja (Kim & Lennon, dalam Hanum dkk, 2014).

Pada umumnya standar proporsional penderita tidak sama dengan orang normal. Moore (1997) menyatakan bahwa penderita *anorexia nervosa* standar proporsional tubuh mengalami penurunan berat badan 15% di bawah standar. Penderita juga mengalami kegagalan membuat kenaikan berat badan yang sesuai selama periode pertumbuhan, sehingga berat badan kurang dari 15% berat badan yang sesuai dengan standar normal. Menurut Nevid dkk (2005) tingkat kurus yang ideal bagi wanita dapat diilustrasikan dalam perubahan indeks massa tubuh (*Body Mass Index/BMI*) dari pada pemenang kontes.

Rata-rata model fesyen memiliki tinggi badan 5 kaki 11 inci dan berat 117 pon. Rata-rata perempuan di Amerika Serikat memiliki tinggi badan 5 kaki 4 inci dan berat 140 pon . Aktris TV dan film bukan hanya berbakat dan cantik, tetapi juga memiliki tubuh yang sangat kurus. Namun terdapat juga model yang memenuhi syarat indeks massa tubuh untuk *anorexia nervosa*, misalnya Cameron Diaz dan Julia Roberts (Owen & Laurel-Seller, dalam Oltmanns & Emery, 2013). Moore (1997) menyatakan untuk mengetahui berat badan dalam batas normal menurut BMI (*Body Mass Index*) dapat diukur dengan cara:

$$\frac{\text{Berat Badan (Kg)}}{\text{Tinggi Badan (m) x Tinggi Badan (m)}}$$

Lalu hasil yang diperoleh dikategorikan sebagai berikut:

**Tabel 1. Kategori Berat Badan Menurut BMI**

<b>BMI</b>	<b>Status Berat Badan</b>
Dibawah 18.5	Di bawah normal
18.5 – 24.9	Normal
25.0 – 29.9	Kelebihan berat
Di atas 30.0	Obesitas

Pada umumnya, model dijalani oleh orang yang berusia 15 sampai dengan 25 tahun. Hal tersebut mengacu salah satu syarat agar bisa menjadi model yang tertera pada halaman situs online *agency model* ([fotomodeltop.com/agensi/syarat-menjadi-foto-m](http://fotomodeltop.com/agensi/syarat-menjadi-foto-m), 19 Juli 2017). Rentang usia tersebut masuk ke dalam usia remaja sampai masa dewasa awal. Santrock (2012) memaparkan bahwa dewasa awal mengalami puncak fisik yang kuat dan mencapai kecepatan pertumbuhan seringkali dialami oleh perempuan yang ditandai dengan adanya timbunan lemak di beberapa bagian tubuh sehingga terlihat menonjol. Sementara perkembangan sosio-emosional pada dewasa awal menurut Santrock (2012) seringkali membuat seseorang sangat mengutamakan penampilan fisik untuk menarik lawan jenis.

Menurut Ratnawati dan Sofiah (2012) menjaga penampilan fisik dengan membatasi pola makan secara berlebihan dapat membahayakan dan berdampak pada kesehatan serta dapat menimbulkan kecenderungan *anorexia nervosa*. Diperkuat oleh Permatasari (2012) yang menyatakan bahwa seseorang yang mengalami *anorexia nervosa* sadar bahwa dirinya lapar namun mereka cenderung menolak makan karena takut berat badan akan naik. Menurut Bruch, dkk (Garner & Garfinkel, 1979) *anorexia nervosa* adalah kesalahan dalam memandang citra diri dan telah dipatenkan dalam dirinya.

*Anorexia nervosa* dapat terjadi karena kesulitan dalam penyesuaian terhadap tuntutan antara kehidupan pribadi dan pekerjaan dengan lingkungan. Hal tersebut sering ditemukan pada perempuan muda yang berada pada dunia balet dan dunia model. Di mana dunia tersebut terdapat tekanan yang besar untuk memiliki citra tubuh kurus dan menuntut untuk mempertahankan bentuk tubuh yang kurus dan tidak realistis (Nevid dkk, 2005). Tuntutan tersebut menjadikan mereka melakukan diet ketat yang cenderung mengarah pada *anorexia nervosa*. Hasil survei dari Cosmopolitan Australia terhadap 2000 pembaca mengungkapkan bahwa perempuan tidak pernah puas dengan bentuk tubuh meski sudah proporsional dan cantik (www.tribunsumsel.com, 14 September 2016). Selain itu diungkapkan sebanyak 27% responden perempuan mengaku menyebut dirinya gemuk setiap hari di depan cermin, sebanyak 25% mengaku gemuk setelah akhir pekan, sebanyak 87% selalu merasa gemuk walaupun berat badannya sudah langsing dan proporsional. Kemudian sebanyak 67% responden mengaku merasa tidak percaya diri lima kali dalam satu hari, sebanyak 63% sedang menjalankan diet meskipun berat badan mereka tidak berlebihan, dan sebanyak 5% responden merasa berdosa setiap selesai makan.

Profesi model juga dijalani oleh sebagian mahasiswi. Mahasiswi perempuan saja yang dipilih menjadi subjek dalam penelitian ini dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki. *Anorexia nervosa* jauh lebih lazim di kalangan kelompok tertentu, khususnya perempuan muda, di mana insidennya mungkin masih akan naik (Kell, dalam Oltmanns & Emery, 2013). *American Psychiatric Assosiation* (2000) yang menyatakan bahwa kurang lebih 0.5% (1:200) perempuan di sekitar



lingkungan sosial kita mengalami *anorexia nervosa*. *Anorexia nervosa* juga terjadi dikalangan laki-laki, tetapi sebagian besar estimasi menunjukkan bahwa gangguan ini lebih kurang 10 kali lebih sering dikalangan perempuan daripada laki-laki. Hal tersebut juga dikarenakan prevalensi eksak dikalangan laki-laki sulit, karena hanya beberapa kasus yang diidentifikasi (Hudson dkk, dalam Oltmanns & Emery, 2013).

Berdasarkan wawancara pada tanggal 23 Maret 2017 dengan tiga orang mahasiswi yang juga bekerja sebagai model menyatakan bahwa memiliki tubuh yang ideal sangat diperlukan. Terdapat tuntutan postur tubuh, berat badan, mampu berekspresi pada saat foto dan *catwalk*. Apabila badannya proporsional maka akan dipilih menjadi model untuk mempromosikan baju dari perancang busana atau butik. Namun tidak jarang mereka selalu beranggapan bahwa bentuk tubuhnya tidak ideal atau gemuk. Anggapan tersebut dapat berdampak pada usaha menguruskan badan, perilaku menahan lapar, dan merasa cemas berat badannya bertambah. Mahasiswi model juga pernah mendapat kritik dari menejer, pimpinan dan orang lain terkait dengan berat badannya yang gemuk.

Terdapat batasan perbedaan antara perilaku diet dengan kecenderungan *anorexia nervosa*. Menurut Hawks (Hanum dkk, 2014), perilaku diet merupakan usaha seseorang untuk mengurangi atau mempertahankan berat badan yang diinginkannya dengan cara mengontrol asupan makanan. Perilaku diet yang dilakukan seseorang dapat termasuk dalam diet sehat maupun diet tidak sehat. Diet sehat merupakan keseimbangan antara mengkonsumsi makanan yang sehat dengan melakukan olahraga. Sementara diet yang tidak sehat yaitu dengan cara

melewatkan waktu makan, mengkonsumsi obat pelangsing, dan memuntahkan makanan dengan sengaja (Kim & Lennon, dalam Hanum dkk, 2014).

Berbeda halnya dengan seseorang yang mengalami kecenderungan *anorexia nervosa*. Ciri khas dari *anorexia nervosa* adalah sengaja mengurangi berat badan, dimana perilaku tersebut dipertahankan oleh penderita dalam kurun waktu tertentu. Selain itu menghindari makanan yang mengandung lemak atau mengalami salah satu dari hal-hal berikut ini, yaitu merangsang untuk memuntahkan makanan, mengkonsumsi obat pencahar, olahraga secara berlebihan, serta menggunakan obat untuk mengurangi nafsu makan (Maslim, PPDGJ-III dan DSM-5, 2013). Diperkuat hasil penelitian yang dilakukan oleh Vander Wal (2012) pada 2409 remaja perempuan. Dari penelitian tersebut mendapatkan data sebanyak 46.6% melewati makan (sarapan, makan siang, atau makan malam), 16% berpuasa, 12.9% membatasi atau menolak jenis makanan, 8.9% menggunakan pil diet atau obat pengurus badan, dan 6.6% memuntahkan makanan secara paksa.

Seorang mahasiswa seharusnya bisa berpikir secara realistis terkait dengan kondisi lingkungan yang dihadapi. Mahasiswa berada pada tahapan operasional formal yaitu pada usia 12 tahun ke atas. Pada usia tersebut ditandai dengan penggunaan kemampuan menalar lebih abstrak, lebih idealistik, dan lebih logis. Individu yang berada pada tahapan tersebut juga mampu berfikir hipotetis, artinya mampu membuat kesimpulan sementara berdasarkan dari apa yang dilihat. Idealnya apabila mahasiswa yang berstatus sebagai model memiliki kemampuan menalar yang logis maka tidak akan mengalami distorsi dalam memandang

bentuk tubuhnya. Ketika salah dalam memandang bentuk tubuhnya maka dapat menyebabkan perilaku yang dekat dengan *anorexia nervosa*.

Perilaku yang terus menerus menetap akan mengarah pada kecenderungan *anorexia nervosa*. Apabila kecenderungan tersebut dibiarkan maka seseorang akan menderita *anorexia nervosa*. Dampak yang ditimbulkan oleh penderita *anorexia nervosa* menurut Steinhausen dan Glanville (Mandiri, 2015), dampak tersebut seperti *amenorrhea* pada perempuan, berkurangnya kepadatan mineral pada tulang, tekanan darah rendah, kulit kasar dan pecah-pecah, serta rambut menjadi kering dan mudah raphu, berorientasi pada *self-worth* khususnya penampilan fisik dan berat badannya (Nevid dkk, 2005). Selama periode 10 tahun terakhir, angka kematian pada penderita *anorexia nervosa* diperkirakan sebanyak 5% sampai 8%, dengan penyebab kematian (Goleman, dalam Nevid dkk, 2005).

Menurut Maria, dkk (2001) faktor penyebab seseorang mengalami kecenderungan *anorexia nervosa* adalah kepribadian, image sosial, budaya, media sosial, lingkungan sosial dan citra diri terkait berat badan. Menurut Nevid, dkk (2005), faktor lain yang menyebabkan kecenderungan *anorexia nervosa* antara lain faktor sosiokultural, faktor psikososial yang melibatkan faktor kognitif yaitu perempuan *anorexia nervosa* memiliki sikap perfeksionis yang berujung pada pencapaian prestasi yang lebih tinggi (Halmi dkk, dalam Nevid dkk, 2005), faktor lingkungan, dan faktor biologi.

Menurut Brehm (Maria dkk, 2001) kecenderungan *anorexia nervosa* banyak dipicu oleh salah satunya adalah kepribadian yang berasal dari dalam diri individu. Maria dkk, (2001) menyatakan bahwa kepribadian adalah tahapan

dominan dalam menentukan pola pikir dan perilaku individu. Tipe kepribadian yang kemungkinan besar menjadi penyebab terjadinya kecenderungan *anorexia nervosa* adalah kecenderungan *anorexia nervosa* ditemukan juga adanya gangguan kepribadian perfeksionisme.

Pada faktor kepribadian (Maria dkk, 2001) meliputi faktor psikososial yang melibatkan aspek kognitif dimana seorang perempuan muda yang mengalami *anorexia nervosa* memiliki sikap perfeksionis dan keinginan untuk mencapai prestasi yang tinggi (Halimi dkk, dalam Nevid dkk, 2005). Stairs dkk (2012) menyatakan bahwa perfeksionisme merupakan kepribadian yang memiliki karakteristik penetapan standar yang tinggi dan berlebihan pada kritikan serta evaluasi. Berdasarkan dari penelitian juga menyatakan bahwa perempuan dengan gangguan makan, selalu mengejar hal yang sempurna dan tujuan perfeksionis terkait dengan makan, berat badan dan harapan tinggi terhadap dirinya sehingga memunculkan adanya kontrol yang terkait dengan berat badan, bentuk tubuh, dan kecantikan (Bastiani dkk, Jacobi & Fittig dalam Oltmanns & Emery, 2013).

Mencapai kesempurnaan sangat identik dengan model yang bekerja di depan layar. Berdasarkan wawancara dengan dua mahasiswi yang menjadi model menuturkan bahwa tampil cantik dan *fresh* sangat penting karena berkaitan dengan hasil foto. Mahasiswi model tersebut ingin dipandang cantik, memiliki badan yang bagus, ingin selalu menjadi yang terbaik, dan ingin mencapai popularitas. Mahasiswi tersebut lebih berfokus pada hasil yang sempurna dan setiap hal harus dipandang sempurna oleh orang lain. Tampil sempurna harus dilihat secara detail agar tidak ada kesalahan. Perilaku tersebut mencerminkan

sikap perfeksionisme atau kesempurnaan. Keinginan untuk mencapai kesempurnaan menjadikan seorang model mengontrol berat badannya secara ketat, sehingga dapat mengarah pada kecenderungan *anorexia nervosa*.

Pada penelitian ini, peneliti ingin melakukan penelitian mengenai hubungan antara perfeksionisme dan kecenderungan *anorexia nervosa*, yang akan dilakukan pada mahasiswi yang berstatus sebagai model. Penelitian ini memilih mahasiswi model karena melihat fenomena-fenomena perilaku mahasiswi model yang memiliki sisi perfeksionis dan cenderung mengarah pada perilaku menguruskan berat badan secara berlebihan melalui berbagai cara. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diketahui bagaimana tingkat perfeksionisme dan tingkat kecenderungan *anorexia nervosa* mahasiswi yang berstatus sebagai model, serta hubungan antara kedua variabel tersebut. Oleh karena itu, peneliti mengajukan hipotesis penelitian bahwa terdapat hubungan yang positif antara perfeksionisme dan kecenderungan *anorexia nervosa* pada mahasiswi yang berstatus sebagai model.

## **METODE PENELITIAN**

### **A. Subjek Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswi yang berstatus sebagai model di berbagai perusahaan jasa di bidang model ataupun mahasiswi model tidak terikat kontrak yang berada di Yogyakarta. Jumlah subjek pada penelitian ini sebanyak 78 orang.

## B. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan dilakukan secara kuantitatif. Metode pengumpulan data menggunakan alat ukur dengan model skala untuk mengungkap hal yang berkaitan dengan atribut psikologis yang dijadikan variabel dalam penelitian ini. Skala yang digunakan terdiri dari dua jenis, yaitu skala kecenderungan *anorexia nervosa* dan skala perfeksionisme.

### 1. Skala Kecenderungan *Anorexia Nervosa*

Skala ini digunakan untuk mengukur tingkat kecenderungan *anorexia nervosa* dan memperoleh data responden yang akan dianalisis secara kuantitatif. Penelitian ini menggunakan alat ukur *Eating Attitudes Test* (EAT-26) berdasarkan penelitian yang dikembangkan oleh Garner, dkk (1982). Skala ini terdiri dari 20 butir pernyataan yang terbagi dalam 16 butir pertanyaan *favourable* dan 4 butir pernyataan *unfavourable*. Skala ini merupakan skala *likert* yang terdiri dari 5 alternatif pilihan jawaban, yaitu selalu, sering, beberapa kali, jarang dan tidak pernah. Adapun penilaian tiap-tiap alternatif jawaban bergerak dari angka 1 sampai dengan 5.

### 2. Skala Perfeksionisme

Skala ini digunakan untuk mengukur tingkat perfeksionisme dan memperoleh data responden yang akan dianalisis secara kuantitatif. Perfeksionisme diukur dengan menggunakan alat ukur yang diadaptasi dan dimodifikasi dari penelitian sebelumnya yaitu milik Pratiwi (2016) dengan mengacu pada teori dan dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Stairs, dkk (2012) yaitu M-CUP (*Measure of Constructs Underlying Perfectionism*) yang

terdiri dari 36 aitem dengan semua aitem *favourable*. Skala ini merupakan skala *likert* yang terdiri dari 5 alternatif pilihan jawaban, yaitu sangat tidak sesuai, tidak sesuai, netral, sesuai, dan sangat sesuai. Adapun penilaian tiap-tiap alternatif jawaban bergerak dari angka 1 sampai dengan 5.

### C. Metode Analisis Data

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode analisis statistik korelasi *product moment* dari *Pearson*. Peneliti melakukan sejumlah uji statistik, antara lain yaitu uji reliabilitas dan validitas skala, uji normalitas, uji linearitas, dan uji hipotesis dengan menggunakan *software* SPSS. Pada uji hipotesis, hipotesis dinyatakan diterima apabila  $p < 0.05$  atau  $p < 0.01$ . Perhitungan analisis data dilakukan dengan menggunakan komputer pada program *SPSS version 17 for windows* sebagai alat bantu analisis secara statistik.

## HASIL PENELITIAN

### A. Uji Asumsi

Uji asumsi yang dilakukan adalah uji normalitas dan uji linearitas menggunakan bantuan program *SPSS version 17 for Windows*. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Test of Normality Kolmogorof-Smirnov*.

*Tabel 2. Hasil Uji Normalitas*

Variabel	p	Kategorisasi
Kecenderungan <i>Anorexia Nervosa</i>	0.227	Normal
Resiliensi	0.843	Normal

Pada variabel kecenderungan *anorexia nervosa* menunjukkan (KS-Z) = 0.994 dengan  $p = 0.277$  ( $p > 0.05$ ) dan pada variabel perfeksionisme diperoleh (KS-Z) = 0.615 dengan  $p = 0.843$  ( $p > 0.05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki nilai *probabilitas* (p) lebih besar dari 0.05 yang artinya variabel kecenderungan *anorexia nervosa* dan variabel perfeksionisme berdistribusi normal.

**Tabel 3. Hasil Uji Linieritas**

Variabel	Koefisien Linieritas (F)	Signifikansi (p)	Keterangan
Kecenderungan <i>Anorexia Nervosa</i> dan Perfeksionisme	F Linearity F Deviation from Linearity	14.031  1.455	0.001  0.131

Hasil uji linearitas diperoleh *F linearity* sebesar 14,031 dengan  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ) maka hubungan antara variabel kecenderungan *anorexia nervosa* dan variabel perfeksionisme bersifat linier.

### B. Uji Hipotesis

Uji korelasi dilakukan menggunakan uji korelasi parametrik, yaitu *Product Moment*. Uji korelasi parametrik *Product Moment* dapat digunakan karena syarat pada uji asumsi sudah terpenuhi, yakni data bersifat normal dan linear. Kedua variabel dinyatakan berkorelasi apabila memiliki nilai  $p < 0,05$ .



**Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis**

<b>Variabel</b>	<b>r</b>	<b>r</b>	<b>p</b>	<b>Keterangan</b>
Kecenderungan <i>Anorexia Nervosa</i>	1.00	0.359	0.001	Signifikan
Perfeksionisme	0.359	1.00		

Berdasarkan hasil uji korelasi parametrik *Product Moment Pearson* maka dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perfeksionisme dan kecenderungan *anorexia nervosa* dengan koefisien korelasi  $r = 0.356$  dengan  $p = 0.001$  ( $p < 0.01$ ).

## **PEMBAHASAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perfeksionisme dan kecenderungan *anorexia nervosa* pada mahasiswi yang berstatus sebagai model. Perhitungan analisis data menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara perfeksionisme dengan kecenderungan *anorexia nervosa*. Hal tersebut membuktikan bahwa hipotesis penelitian diterima.

Koefisien korelasi pada analisis data dengan menggunakan teknik *Product Moment Pearson* memiliki koefisien korelasi  $r = 0.356$  dengan  $p = 0.001$  ( $p < 0.01$ ), menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara perfeksionisme dengan kecenderungan *anorexia nervosa*. Hubungan ini bermakna bahwa semakin besar tingkat perfeksionisme yang dimiliki oleh individu, maka semakin tinggi kecenderungan individu tersebut untuk mengalami kecenderungan *anorexia nervosa*. Sebaliknya, semakin rendah tingkat perfeksionisme yang dimiliki oleh individu, maka semakin rendah kecenderungan individu tersebut untuk

mengalami kecenderungan *anorexia nervosa*. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Joja, dkk (2015) menyatakan bahwa faktor dari sisi kepedulian untuk tampil sempurna dengan pemusatan perhatian yang berlebih terhadap berat badan menjadi prediktor dari gangguan makan dan penelitian Pratiwi (2016) yang menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat perfeksionisme pada orang dewasa awal, maka semakin tinggi pula ketidakpuasan terhadap citra tubuh yang dimilikinya.

Garner dkk (1982) menyatakan bahwa kecenderungan *anorexia nervosa* adalah suatu gejala dan kekhawatiran tentang berat badan, bentuk tubuh, dan makan yang berkaitan dengan emosi yaitu sikap, perasaan dan perilaku mengenai makan dan gejala gangguan makan. Sejalan dengan Bruch, dkk (Garner & Garfinkel, 1979) yang menyatakan bahwa kecenderungan *anorexia nervosa* adalah kesalahan dalam memandang citra diri dan telah dipatenkan dalam dirinya. Menurut Maria, dkk (2001) salah satu faktor penyebab seseorang mengalami kecenderungan *anorexia nervosa* adalah kepribadian. Menurut Nevid, dkk (2005), faktor yang menyebabkan kecenderungan *anorexia nervosa* antara lain faktor sosiokultural, faktor kepribadian (Maria dkk, 2001) meliputi faktor psikososial yang melibatkan faktor kognitif yaitu perempuan *anorexia nervosa* memiliki sikap perfeksionis (Halmi dkk, dalam Nevid dkk, 2005), faktor lingkungan, dan faktor biologi. Tipe kepribadian yang menjadi penyebab terjadinya kecenderungan *anorexia nervosa* adalah kecenderungan *anorexia nervosa* ditemukan juga adanya gangguan kepribadian perfeksionisme.

Secara umum, perfeksionisme memiliki peranan penting dalam mendukung seseorang untuk mengalami kecenderungan *anorexia nervosa*. Adanya penanaman untuk menunjukkan kesempurnaan pada diri mahasiswi model, dapat meningkatkan resiko menjaga bentuk badan secara ketat yang mengarah pada kecenderungan *anorexia nervosa*. Tingginya tingkat perfeksionisme memiliki keterkaitan dengan kecenderungan *anorexia nervosa*. Hal ini didasarkan pada aspek kognitif dimana seorang perempuan muda yang mengalami *anorexia nervosa* memiliki sikap perfeksionis dan keinginan untuk mencapai prestasi yang tinggi (Halmi dkk, dalam Nevid dkk, 2005). Stairs dkk (2012) menyatakan bahwa perfeksionisme merupakan kepribadian yang memiliki karakteristik penetapan standar yang tinggi dan berlebihan pada kritikan serta evaluasi. Selain itu Kurnia, dkk (2014) juga menyatakan bahwa dari beberapa penelitian menunjukkan hubungan antara perfeksionisme dengan faktor-faktor seperti dunia kerja yang penuh dengan konflik keluarga, *self-esteem* dan masalah psikologis lainnya.

Mahasiswi model yang memiliki sisi perfeksionisme terhadap bentuk tubuh dan penampilan akan memungkinkan untuk mengalami kecenderungan *anorexia nervosa*. Mahasiswi model tersebut cenderung kurang menerima bentuk tubuh yang dimilikinya, sehingga memiliki pola makan, pola hidup dan pola pikir yang salah. Berdasarkan dari penelitian juga menyatakan bahwa perempuan dengan gangguan makan, selalu mengejar hal yang sempurna dan tujuan perfeksionis terkait dengan makan, berat badan dan harapan tinggi terhadap dirinya (Bastiani dkk, Jacobi & Fittig dalam Oltmanns & Emery, 2013) dan penelitian Cash (1994) yang menyatakan bahwa *body image* merupakan suatu bentuk dari evaluasi diri.

Evaluasi terhadap diri sendiri termasuk bagian dari aspek perfeksionisme yang menuntut diri tampil sempurna, sehingga menjadikan seseorang mengalami kecenderungan *anorexia nervosa* untuk mempertahankan bentuk tubuh ideal. Sejalan dengan penelitian Permatasari (2012) yang menyatakan bahwa semakin seseorang memiliki penerimaan diri terhadap kondisi fisik yang rendah, maka semakin tinggi seseorang mengalami kecenderungan *anorexia nervosa*.

Sebanyak 41 orang dengan prosentase 52.7% mahasiswi model memiliki tingkat perfeksionisme yang termasuk dalam kategori tinggi. Sedangkan subjek lainnya berada pada ketegori sedang sebanyak 30 orang dengan prosentase 38.4%, ketegori sangat tinggi sebanyak 5 orang dengan prosentase 6.4% dan kategori rendah sebanyak 2 orang dengan prosentase 2.5%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswi model memiliki dorongan untuk mencapai kesempurnaan dengan menetapkan standar tinggi untuk diri sendiri maupun orang lain sehingga selalu berusaha menampilkan diri sebaik mungkin dan lebih unggul daripada orang lain tanpa ada kesalahan yang dilakukannya.

Selain itu, sebanyak 46 orang dengan prosentase 59% mahasiswi model memiliki tingkat kecenderungan *anorexia nervosa* yang termasuk dalam kategori rendah. Sedangkan subjek lainnya berada pada ketegori sedang sebanyak 22 orang dengan prosentase 28%, kategori sangat rendah sebanyak 7 orang dengan prosentase 9% dan kategori tinggi sebanyak 3 orang dengan prosentase 4%. Hal ini bermakna bahwa sebagian besar mahasiswi model memiliki potensi yang kecil untuk mengalami kecenderungan *anorexia nervosa*. Semakin kecil mahasiswi model memiliki dorongan untuk mencapai kesempurnaan dengan menetapkan

standar tinggi untuk diri, maka semakin kecil pula kesalahan mahasiwi model untuk memandang berat badan, merasa berat badannya berlebih padahal berat badannya normal dan menunjukkan perilaku menahan lapar, memilih-milih dalam makanan, dan takut yang berlebih akan kenaikan berat badan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Ratnawati dan Sofiah (2012) yang menyatakan bahwa menjaga penampilan fisik agar terlihat sempurna dengan membatasi pola makan secara berlebihan dapat membahayakan dan berdampak pada kesehatan serta dapat menimbulkan kecenderungan *anorexia nervosa*. Pembatasan pola makan secara berlebihan merupakan salah satu dari adanya kontrol yang kuat yang dapat mengarah pada kecenderungan *anorexia nervosa*. Penderita *anorexia nervosa* merasa bangga dengan keberhasilan akan kontrol makanan dan berat badan yang ekstrem. Perfeksionisme adalah bagian dari usaha meraih kontrol (Bastiani dkk; Jacobi & Fittig dalam Oltmanns & Emery, 2013).

Sumbangan efektif variabel perfeksionisme terhadap variabel kecenderungan *anorexia nervosa* dapat diketahui dari besarnya koefisien determinasi (R Squared) yakni sebesar 0.129. Artinya, variabel perfeksionisme memiliki sumbangan efektif sebesar 12.9% terhadap variabel kecenderungan *anorexia nervosa*. Sedangkan persentase lainnya yaitu 87.1% merupakan faktor-faktor lain. Perfeksionisme bukanlah satu-satunya yang dapat mempengaruhi kecenderungan *anorexia nervosa* pada mahasisiwi yang berstatus sebagai model. Menurut Maria, dkk (2001) faktor lain penyebab seseorang mengalami kecenderungan *anorexia nervosa* adalah kepribadian, image sosial, budaya, media sosial, lingkungan sosial dan citra diri terkait berat badan. Menurut Nevid, dkk

(2005), faktor lain yang menyebabkan kecenderungan *anorexia nervosa* antara lain faktor sosiokultural, faktor lingkungan, dan faktor biologi.

Berdasarkan pemaparan di atas, terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini, yaitu pengambilan data menggunakan metode *tryout* terpakai, dimana pengambilan data hanya dilakukan satu kali saja. Hal ini dikarenakan terbatasnya subjek yang digunakan dalam penelitian yaitu mahasiswi yang bersatus sebagai model. Penggunaan kuisisioner online berupa *google form* dalam penelitian ini merupakan salah satu keterbatasan. Peneliti tidak dapat mengamati secara langsung pengisian kuisisioner, hal tersebut dapat terjadi bias dalam *survey* secara online. Selain itu, belum ada data terkait lamanya subjek menjadi model juga merupakan kelemahan dalam proses pengambilan data.

## **KESIMPULAN**

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan positif antara perfeksionisme dan kecenderungan *anorexia nervosa* pada mahasiswi yang berstatus sebagai model diterima. Dengan demikian, terdapat hubungan perfeksionisme dan kecenderungan *anorexia nervosa* pada mahasiswi yang berstatus sebagai model.

## **SARAN**

Penelitian mengajukan beberapa saran sebagai pertimbangan untuk berbagai pihak agar peneliti yang akan datang dapat lebih baik lagi. Adapun saran dari peneliti adalah sebagai berikut:

## 1. Bagi Subjek Penelitian

Mahasiswi yang berstatus sebagai model hendaknya memiliki pemikiran yang positif terkait bentuk tubuhnya dan mampu mempertahankan bentuk tubuh dengan menjaga pola hidup yang baik. Mahasiswi model yang memiliki tingkat perfeksionis yang tinggi, hendaknya memiliki kesadaran untuk dapat mengontrol tingkat perfeksionis yang dimiliki, karena ketika individu mampu mengontrol dengan baik, mahasiswi model akan merasa puas, tidak berkeluh kesah dan dapat menurunkan kecenderungan *anorexia nervosa*. Mahasiswi model juga diharapkan lebih memperhatikan kesehatan dan tidak menetapkan standar yang tinggi pada dirinya untuk memiliki tubuh yang ideal. Hal tersebut dilakukan agar dapat dicegah dari kecenderungan *anorexia nervosa* yang lebih berat dan terhindar dari dampak yang ditimbulkan.

## 2. Bagi Pihak *Agency Model*

Bagi pihak *agency model*, diharapkan tidak menerapkan standar yang terlalu tinggi, agar mahasiswi model memiliki tingkat perfeksionisme yang dapat dikontrol, sehingga meminimalisir munculnya kecenderungan *anorexia nervosa*. Pihak *agency model* diharapkan menetapkan standar yang ideal berdasarkan IMT (Indeks Massa Tubuh) agar tidak membahayakan kesehatan model. Selain itu, pihak *agency* juga diharapkan mampu mendeteksi mahasiswi yang memiliki kecenderungan *anorexia nervosa*. Hal tersebut dapat menghindarkan model mahasiswi yang mengalami kecenderungan *anorexia nervosa* dan mengurangi munculnya keinginan untuk menurunkan berat badan secara ketat dan berlebihan.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan tema yang sama, sebaiknya memperhatikan lagi aitem yang digunakan untuk pengambilan data. Pada skala kecenderungan *anorexia nervosa*, sebaiknya lebih dipertimbangkan lagi untuk membuat aitem *unfavorable* dan memilih kata-kata yang dapat dipahami agar subjek tidak salah menafsirkan dan meminimalisir aitem yang gugur. Pada skala perfeksionisme, peneliti selanjutnya juga diminta untuk lebih cermat pada saat penyusunan skala, sehingga tidak terjadi munculnya banyak aitem yang menggambarkan aspek serupa. Selain itu bagi peneliti selanjutnya diharapkan mencatatkan lamanya subjek menjadi model agar dapat diketahui perbedaan subjek mana saja yang sudah profesional atau yang baru belajar menjadi model. Lamanya subjek menjadi model dicantumkan di identitas subjek dalam skala penelitian. Peneliti selanjutnya juga diharapkan menggunakan IMT (Indeks Massa Tubuh) untuk mengetahui massa tubuh dari subjek. Peneliti selanjutnya yang tertarik dengan kecenderungan *anorexia nervosa* juga dapat mempertimbangkan faktor lain seperti faktor keluarga, citra diri, ketidakpuasan atau faktor lainnya.



## DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders IV-R*. Washington, D. C.: Author.
- Cash, T.F. (1994). Body image attitudes: Evaluation, investment and affect: Perceptual motor skills. *Journal of psychology*, 78, 1168-1170.
- Dewandra. (t.t). Syarat menjadi foto model. *FotoModelTop.Com*. Diunduh pada 19 Juli 2017, dari [fotomodeltop.com/agensi/syarat-menjadi-foto-m](http://fotomodeltop.com/agensi/syarat-menjadi-foto-m).
- Garner, D.M. & Garfinkel, P.E. (1979). The eating attitudes test: An index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychological Medicine*, 9, 273-279.
- Garner, D.M., Olmsted, M.P., Bohr, Y., & Garfinkel, E.P. (1982). The eating attitudes test: Psychometric features and clinical correlates. *Psychological Medicine*, 12, 871-878.
- Garner, D.M. (1993). Binge eating in anorexia nervosa. In C.G. Fairburn & G.T. Wilson (Eds.), *Binge eating: Nature, assesment, and treatment* (pp.50-76). New York: Guilford.
- Hanum, R., Nurhayati, E., & Riani, S.N. (2014). Pengaruh *body dissatisfaction* dan *self-esteem* dengan perilaku diet mahasiswi Universitas “x” serta tinjauan dalam Islam. *Jurnal Psikogenesis*, 2, 180-190.
- Joja O.D., Nanu C., & Von Wietersheim J. (2015). Weight concerns and eating attitudes among Romanian students in comparison to German students and anorexia nervosa patients. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 187, 402-407. DOI: 10.1016/j.sbspro.2015.03.075.
- Kurnia, S., Horswill, M., Rahimullah, R., & Hendrawan D. (2014). Alat ukur baru perfeksionisme. *Makalah non seminar Universitas Indonesia*.
- Mandiri, A.D. (2015). Uji validitas konstruk pada alat ukur Eating Attitudes Test (EAT-26). *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia)*, 4, 353-363.
- Maria, H., Prihanto, F.X., & Sukamto, M.E. (2001). Hubungan antara ketidakpuasan terhadap sosok tubuh (body dissatisfaction) dan kepribadian

narsistik dengan gangguan makan (kecenderungan anorexia nervosa dan bulimia nervosa). *Anima. Indonesian Psychological Journal*, 16 (3), 272-289).

Maslim, R. (2013). *Diagnosis gangguan jiwa: PPDGJ-III dan DSM-5*. Jakarta: Unika Atmajaya.

Moore, H.G. 1997. *Terapi diet dan nutrisi*. Hipokrates: Jakarta.

Nevid, J.S., Rathus, S.A., & Greene, B. (2005). *Psikologi abnormal*, ed 5 jilid 2. Ed.Ratri Medya & Wisnu C. Kristiaji. Jakarta: Penerbit Erlangga.

Oltmanns, T.F., & Emery R.E. (2013). *Psikologi abnormal*, ed 7 jilid 2. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Permatasari, B. (2012). Hubungan antara penerimaan terhadap kondisi fisik dengan kecenderungan anorexia nervosa pada remaja perempuan SMAN 1 Banjarmasin. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 1, 130-137.

Pratiwi, S. (2016). Hubungan antara perfeksionisme dan ketidakpuasan terhadap citra tubuh pada masa dewasa awal. *Skripsi Universitas Sanata Dharma*, Yogyakarta.

Ratnawati, V., & Sofiah, D. (2012). Percaya diri, *body image* dan kecenderungan *anorexia nervosa* pada remaja putri. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 1, 130-142.

Santrock, J.W. 2012. *Life-Span development*. Jakarta: Erlangga.

Stairs, A.M., Smith, G.T., Zapolski, C.B., Comb, J.L., & Settles, R.E. (2012). Clarifying the construct of perfectionism assessment. *SAGE*, 19(2), 146-166.

Vander Wal, S.J. (2012). Unhealthy weight control behaviors among adolescents. *Journal of Health Psychology*, 17, 713-727.

## **IDENTITAS PENELITIAN**

Nama Mahasiswa : Yasinta Mahendraningayu Ananta Wijaya

Alamat Kampus : Jalan Kaliurang KM. 14.5, Umbulmartani,  
Ngeplak, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa  
Yogyakarta 55584

Alamat Rumah : Jalan Cendrawasih no. 194A, Manukan, Condong  
Catur, Depok, Sleman, Yogyakarta

Nomor HP : 085 204 995 409

Alamat Email : anantayasinta@gmail.com