

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hidup sehat dengan berat badan ideal adalah dambaan setiap orang. Namun pada kenyataannya tidak semua orang memiliki berat badan yang ideal dan untuk mendapatkannya mereka perlu melakukan berbagai macam usaha, salah satunya adalah dengan menerapkan pola diet yang beragam. Salah satu tujuan melakukan diet adalah menaikkan atau menurunkan berat badan sehingga orang tersebut terhindar dari berbagai macam penyakit. Fenomena yang coba diangkat adalah kesalahpahaman mengenai diet, yang oleh sebagian besar orang, diartikan sebagai usaha untuk menurunkan berat badan semata tanpa mempedulikan batasan-batasannya.

Salah satu golongan masyarakat yang hampir selalu menerapkan pola-pola diet dalam hidupnya adalah orang-orang dengan profesi model. Menurut Malik Moestaram, desainer dan pendiri Malik Moestaram *Modelling School*, dunia *fashion* adalah dunia yang kejam, apabila seorang model tidak dapat menjaga bentuk tubuhnya, model tersebut tidak akan dipakai lagi untuk memperagakan busana.

Model pakaian sebagian besar diperagakan oleh para model yang sangat kurus. Akibat dari itu maka muncul pandangan bahwa wanita yang cantik itu harus memiliki tubuh kurus, terutama bagi para model dan para siswi sekolah model, karena hal tersebut bisa disebut sebagai modal pekerjaan mereka.

Pada kenyataannya banyak orang yang belum memahami dengan benar apa yang disebut dengan diet serta sisi positif dan negatifnya. Banyak orang salah kaprah tentang arti diet yang sebenarnya. Diet dianggap sama dengan menurunkan berat badan, bukan untuk mencapai berat badan yang ideal sesuai dengan umur dan aktivitas. Kesalahpahaman tersebut menyebabkan banyak orang melakukan pola diet yang salah sehingga mengganggu kesehatan fisik

mereka karena kebutuhan nutrisi yang tidak tercukupi, bahkan tidak jarang mengganggu kesehatan psikis seperti *anorexia nervosa* dan *bulimia nervosa*. Tidak sedikit model yang meninggal karena penyakit-penyakit tersebut. Ana Carolina Reston, contohnya, model asal Brazil yang meninggal pada usia 22 tahun dengan berat badan 40 kg dan tinggi badan 172 cm. Menurut diagnosis dokter, ia meninggal karena *multiple organ failure*, *septicaemia*, dan *urinary infection* yang disebabkan karena anoreksia (Anonymous, 2006).

Salah satu faktor yang memperburuk keadaan di atas adalah banyaknya pilihan dan tawaran cara untuk menguruskan badan sekarang ini. Menurut Okky Asokawati, model senior Indonesia dan pendiri OQ *Modelling School*, busana yang dirancang oleh desainer memang akan tampak indah pada tubuh orang yang kurus sebab rancangan desainer memang ditujukan bagi model yang tinggi dan langsing. Akan tetapi, mempunyai tubuh langsing tidak harus ditempuh dengan cara memuntahkan kembali makanan yang telah dimakan. Lebih baik jika memperbanyak aktivitas olahraga dan mengatur pola makan sebaik mungkin.

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan di atas maka penelitian ini akan difokuskan pada pengetahuan, sikap, dan perilaku siswi-siswi OQ *Modelling School* dan Malik Moestaram *Modelling School* terhadap pola diet. Subjek yang akan digunakan adalah siswi-siswi dari OQ *Modelling School* dan Malik Moestaram *Modelling School* yang boleh disebut sebagai sekolah model yang cukup ternama di Indonesia. Peneliti ingin mengetahui tingkat pengetahuan, pendapat para siswinya mengenai diet, dan pengalaman-pengalaman mereka untuk mencapai tubuh yang ideal bagi seorang model

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, identifikasi masalah penelitian ini adalah:

1. Seberapa dalam pengetahuan siswi-siswi *OQ Modelling School* dan Malik Moestaram *Modelling School* Bandung tentang pola diet.
2. Bagaimana sikap siswi-siswi *OQ Modelling School* dan Malik Moestaram *Modelling School* Bandung terhadap fenomena-fenomena, cara-cara, dan hal-hal lain yang berkaitan dengan pola diet.
3. Bagaimana perilaku siswi-siswi *OQ Modelling School* dan Malik Moestaram *Modelling School* Bandung dalam mengatur pola diet mereka sehari-hari untuk mempertahankan berat badan yang ideal.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

Dalam bagian ini akan dijelaskan maksud dan tujuan dari dilakukannya penelitian ini.

1.3.1 Maksud

Maksud dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswi-siswi *OQ Modelling School* dan Malik Moestaram *Modelling School* Bandung tentang pola diet serta sikap dan perilaku mereka dalam melaksanakan pola diet sehari-hari untuk mempertahankan berat badan yang ideal, sekaligus mengetahui program diet yang paling sering dilakukan oleh mereka. Peneliti juga bermaksud membantu memberi masukan cara melakukan pola diet yang seimbang dan tidak membahayakan kesehatan.

1.3.2 Tujuan

- ✓ Mengetahui tingkat pengetahuan siswi-siswi *OQ Modelling School* dan Malik Moestaram *Modelling School* Bandung tentang pola diet.

- ✓ Mengetahui sikap siswi-siswi OQ *Modelling School* dan Malik Moestaram *Modelling School* Bandung terhadap fenomena-fenomena, cara-cara, dan hal-hal lain yang berkaitan dengan pola diet.
- ✓ Mengetahui perilaku siswi-siswi OQ *Modelling School* dan Malik Moestaram *Modelling School* Bandung dalam mengatur pola diet sehari-hari untuk mempertahankan berat badan yang ideal

1.4 Manfaat Penelitian

Pada bagian ini akan diuraikan manfaat dari Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini baik manfaat praktis bagi mahasiswa kedokteran sendiri maupun manfaat praktis bagi sekolah-sekolah model, para model, peneliti, dan Universitas Kristen Maranatha.

1.4.1 Manfaat Akademis

Mengembangkan wawasan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha dalam mengetahui pandangan yang tersebar di masyarakat tentang pola diet terutama para model remaja yang rentan untuk melakukan pola diet yang salah.

1.4.2 Manfaat Praktis

- ✓ Bagi OQ *Modelling School* dan Malik Moestaram *Modelling School* Bandung, dapat dijadikan masukan sebagai pedoman untuk memberikan pemahaman tentang pola diet yang baik untuk mencegah siswi-siswinya melakukan pola diet yang salah dan membahayakan kesehatan.
- ✓ Bagi siswi-siswi OQ *Modelling School* dan Malik Moestaram *Modelling School* Bandung, dapat lebih paham tentang pola diet yang baik dan dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.
- ✓ Bagi peneliti, mendapatkan gambaran tentang pengetahuan, sikap, dan perilaku diet dari para model remaja yang rentan untuk melakukan pola diet yang salah.

- ✓ Bagi Universitas Kristen Maranatha, menambah data tentang pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja terutama yang berprofesi sebagai model tentang pola diet.

1.5 Kerangka Pemikiran

Hidup sehat dengan berat badan seimbang adalah dambaan setiap orang, terutama bagi para model yang dituntut untuk memiliki tubuh yang langsing. Salah satu cara yang dilakukan untuk mendapatkan tubuh yang langsing adalah dengan melakukan diet. Tapi banyak orang salah kaprah dengan arti diet yang sebenarnya. Penurunan berat badan yang benar adalah yang dilakukan secara jangka panjang, melakukan perubahan pola makan menjadi lebih sehat, serta mau beraktivitas fisik. Operasi penurunan berat badan hanya dianjurkan pada mereka dengan obesitas tingkat II dan telah gagal dengan cara-cara yang dianjurkan tersebut (Maharani, 2009). Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah bermacamragamnya pilihan program diet yang menjanjikan penurunan berat badan secara instan, sehingga banyak orang melakukan diet tanpa mengerti keuntungan dan kerugiannya dan bagaimana cara melakukannya dengan benar. Akibatnya banyak orang yang jatuh sakit bahkan sampai meninggal karena melakukan diet yang salah.

1.6 Metodologi

Jenis penelitian	: deskriptif
Rancangan penelitian	: <i>cross-sectional</i>
Instrumen	: kuesioner
Teknik pengambilan data	: survei dengan wawancara langsung
Populasi	: siswi-siswi <i>OQ Modelling School</i> dan Malik Moestaram <i>Modelling School</i> Bandung periode Juni – September 2010
Sampel	: <i>Whole sampling</i>
Jumlah sampel	: 40

1.7 Lokasi dan Waktu

Lokasi dilaksanakannya penelitian ini adalah OQ *Modelling School*, Jalan Sukajadi 198a dan Malik Moestaram *Modelling School*, Dago Plaza Lantai 1, Jalan Ir. H. Juanda 61-63 di Bandung. Penelitian ini dilakukan mulai bulan Juli 2010 sampai dengan bulan September 2010.