

PERAN PARENTS' RESTRICTIVE FEEDING PRACTICE TERHADAP ADOLESCENT BINGE EATING: NEGATIVE SELF-EVALUATION SEBAGAI MEDIATOR

Athirah Azzahrah Jashar

Program Studi Magister Psikologi Universitas Tarumanagara
athir.jashar@gmail.com

Naomi Soetikno

Program Studi Magister Psikologi Universitas Tarumanagara
naomis@fpsi.untar.ac.id

Abstrak

Obesitas, atau kegemukan, merupakan salah satu masalah yang cukup merisaukan di kalangan anak dan remaja. Banyak dampak negatif yang akan terjadi apabila anak dan remaja mengalami obesitas, meliputi penyakit fisik, psikologis, maupun penurunan kualitas hidup secara keseluruhan. Berkaitan dengan hal itu, salah satu upaya yang dilakukan orang tua untuk mencegah terjadinya obesitas adalah dengan melakukan pembatasan dalam pemberian makan (*restrictive feeding*). Namun, kendati dimaksudkan untuk menghindari anak dan remaja dari kemungkinan obesitas, *restrictive feeding* secara kontraproduktif justru memberikan efek yang sebaliknya. Anak-anak yang menerima pola *restrictive feeding* dari orang tuanya justru memiliki peluang untuk terlibat perilaku *overeating* yang lebih tinggi dibandingkan anak-anak yang tidak menerima pola *restrictive feeding* dari orang tuanya. Penelitian ini bertujuan mengkaji lebih lanjut korelasi antara variabel *parents' restrictive feeding practice* dan *adolescent binge eating* dengan mempertimbangkan peran mediasi *negative self-evaluation* pada remaja. Ketiga variabel diukur menggunakan *Kids' Child Feeding Questionnaire-Restriction*, *Self-Criticism Scale*, dan *Binge Eating Scale*. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 60 remaja berusia 12-18 tahun, berjenis kelamin perempuan dan laki-laki, masih tinggal bersama orangtua, serta memiliki *body mass index (BMI)* dalam kategori *overweight* atau obesitas. Analisis data dilakukan dengan *Hayes PROCESS* untuk melihat peran *negative self-evaluation* sebagai mediator. Hasil uji mediasi menunjukkan bahwa *negative self-evaluation* memediasi hubungan *parents' restrictive feeding* dengan *adolescent binge eating* (*indirect effect* = 1.48, $p < 0.05$) yakni semakin tinggi level *parents' restrictive feeding* maka *negative self-evaluation* juga meningkat, dan sebagai dampak lanjutan, tingginya *negative self-evaluation* berpotensi memunculkan perilaku *binge eating* pada remaja. Dalam hal implikasi klinis, temuan ini dapat bermanfaat bagi para praktisi untuk fokus pada pengembangan atau penargetan intervensi mengatasi gangguan makan pada remaja, juga dalam pemberian psikoedukasi lebih lanjut pada orangtua dan remaja berkaitan dengan pola pemberian makan yang baik.

Kata kunci: *Parents' Restrictive Feeding*, *Negative Self-Evaluation*, *Adolescent Binge Eating*

Abstract

Obesity, or overweight, is a problem that is quite worrying among children and teenagers. There are many negative impacts that will occur if children and adolescents are obese, including physical and psychological illnesses, as well as a decrease in overall quality of life. In this regard, one of the efforts made by parents to prevent obesity is by restricting feeding. However, even though it is intended to prevent children and teenagers from becoming obese, *restrictive feeding* counterproductively actually has the opposite effect. Children who receive a *restrictive feeding* pattern from their parents actually have a higher chance of engaging in *overeating* behavior than children who do not receive a *restrictive feeding* pattern from their parents. This study aims to further examine the correlation between the variables *parents' restrictive feeding practice* and *adolescent binge eating* by considering the mediating role of *negative self-*

evaluation in adolescents. The three variables were measured using the Kids' Child Feeding Questionnaire-Restriction, Self-Criticism Scale, and Binge Eating Scale. Participants in this study were 60 teenagers aged 12-18 years, female and male, still living with their parents, and had a body mass index (BMI) in the overweight or obese category. Data analysis was carried out using Hayes PROCESS to see the role of negative self-evaluation as a mediator. The results of the mediation test show that negative self-evaluation mediates the relationship between parents' restrictive feeding and adolescent binge eating (indirect effect = 1.48, $p < 0.05$), namely that the higher the level of parents' restrictive feeding, the negative self-evaluation also increases, and as a further impact, High negative self-evaluation has the potential to give rise to binge eating behavior in teenagers. In terms of clinical implications, these findings may be useful for practitioners to focus on developing or targeting interventions to treat eating disorders in adolescents, as well as in providing further psychoeducation to parents and adolescents regarding good feeding patterns.

Keywords: Parents' Restrictive Feeding, Negative Self-Evaluation, Adolescent Binge Eating



© Author(s) 2024

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

PENDAHULUAN

Obesitas, atau kegemukan, merupakan salah satu masalah yang cukup merisaukan di kalangan anak dan remaja. Menurut Centers for Disease Control and Prevention obesitas pada anak dan remaja merupakan masalah yang serius. Di Amerika Serikat dari tahun 2007 sampai 2008, prevalensi body mass index (BMI) yang tinggi pada rentang usia anak hingga remaja adalah sebesar 11.9% untuk BMI > 97%; 16.9% untuk BMI > 95%; dan 31.7% prevalensi untuk BMI > 85%.^{1,2} Data di tahun 2017-2018 pada anak-anak usia 2-19 tahun menyatakan bahwa prevalensi obesitas sebesar 19.3% dan dialami sebanyak 14.4 juta anak dan remaja dengan persentase sebesar 13.4% pada rentang usia 2-5 tahun, 20.3% pada rentang usia 6-11 tahun, dan 21.2% pada rentang usia 12-19 tahun. Di Indonesia sendiri menurut RISKESDAS 2018, prevalensi individu dengan overweight dan obesitas mengalami kenaikan yang signifikan. Kelebihan berat badan pada remaja > 15 tahun di tahun 2007 adalah sebesar 18.8%, di tahun 2013 sebesar 26.6%, dan di tahun 2018 menjadi puncak tertinggi sebesar 31.0%.

Obesitas selama masa anak-anak dan remaja dapat merugikan tubuh dalam berbagai cara. Remaja yang mengalami overweight atau obesitas sejak kecil, kemungkinan besar memiliki tekanan darah tinggi dan kolesterol tinggi yang merupakan faktor risiko terjadinya penyakit kardiovaskular, risiko mengalami gangguan toleransi glukosa, resistansi insulin dan diabetes tipe-2, masalah pernapasan, masalah sendi, masalah psikologis seperti kecemasan dan depresi, rasa percaya diri yang rendah dan kualitas hidup rendah, serta permasalahan sosial seperti perundungan dan stigma. Selain itu, remaja yang mengalami obesitas juga berpotensi untuk mengalami obesitas di masa dewasa dan apabila remaja mengalami obesitas, faktor risiko

¹ Cynthia L. Ogden dkk., "Prevalence of High Body Mass Index in US Children and Adolescents, 2007-2008," *JAMA* 303, no. 3 (20 Januari 2010), <https://doi.org/10.1001/jama.2009.2012>.

² Demsa Simbolon, Epti Yorita, dan Ruzita Abd Talib, "Consequences of Overweight and Obesity in Adolescence against the Risk of Hypertension in Adulthood," *Kesmas: National Public Health Journal* 14, no. 1 (1 Agustus 2019), <https://doi.org/10.21109/kesmas.v14i1.2723>.

penyakit akibat obesitas di masa dewasanya akan cenderung lebih berat. Remaja yang mengalami overweight atau obesitas juga lebih mungkin mengembangkan perilaku binge eating dibandingkan dengan remaja yang tidak kelebihan berat badan.

Binge eating merupakan gangguan perilaku makan yang paling sering dilaporkan dialami oleh individu dengan obesitas.³ Binge eating atau yang dikenal juga dengan istilah overeating pertama kali tercetus di tahun 1959 ketika peneliti bernama Albert Stunkard menyatakan bahwa individu dengan obesitas memiliki kecenderungan episode makan berlebih yang dilaporkan sebagai kejadian “di luar kontrol”.⁴ Menurut Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V; 2013) perilaku binge eating didefinisikan sebagai episode makan berlebihan dalam jumlah besar (seringkali sangat cepat hingga pada titik yang menimbulkan ketidaknyamanan) bersamaan dengan hadirnya perasaan hilang kontrol dan timbulnya perasaan malu, tertekan, atau bersalah di setiap episode. Menurut Lamerz, simptom-simtom dari binge eating sudah dapat terlihat bahkan sejak usia 6 tahun.

Terkait topik obesitas pada masa anak-anak dan remaja, penelitian-penelitian terdahulu mengemukakan ada beberapa faktor yang dinilai berkontribusi dalam berkembangnya perilaku binge eating. Selain kerentanan genetik, faktor sosial seperti pola asuh orang tua ikut berpengaruh dalam berkembangnya simptom-simtom binge eating, berfokus pada interaksi orang tua-anak seperti parental criticism, attachment styles, dan parental feeding styles.⁵

Pola pemberian makan oleh orang tua merupakan faktor risiko yang cukup banyak dikaji keterkaitannya dengan perilaku binge eating baik pada anak sebab orang tua memainkan peran penting dalam membentuk lingkungan makan anak dan kebiasaan makan anak.⁶ Penelitian oleh Loth dkk., menyatakan bahwa orang tua yang memiliki kekhawatiran tentang berat badan anaknya akan cenderung menerapkan pola restrictive feeding—mengontrol porsi makan anak, melarang anak makan makanan tertentu, memilah jenis makanan apa yang boleh dimakan—pada anak mereka.⁷ Bersesuaian dengan pernyataan Birch bahwa orang tua cenderung menerapkan pola

³ American Psychiatric Association, *Feeding and Eating Disorders* (Washington DC: American Psychiatric Association Publishing, 2013).

⁴ James E. Mitchell dkk., *Binge-eating disorder: Clinical foundations and treatment*, Binge-eating disorder: Clinical foundations and treatment (New York, NY, US: Guilford Press, 2008).

⁵ L. L. Birch dan J. O. Fisher, “Development of Eating Behaviors among Children and Adolescents,” *Pediatrics* 101, no. 3 Pt 2 (Maret 1998).

⁶ Birch dan Fisher.

⁷ Katie A. Loth dkk., “Associations between Parental Perception Of- and Concern about-Child Weight and Use of Specific Food-Related Parenting Practices,” *Appetite* 160 (Mei 2021), <https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.105068>.

restrictive feeding ketika mereka mempersepsikan anak mereka masuk ke dalam kategori berat badan berlebih atau memiliki kekhawatiran terkait berat badannya.⁸

Pola restrictive feeding ini meskipun dimaksudkan untuk menghindari anak dan remaja dari kemungkinan obesitas, secara kontraproduktif justru memberikan efek yang sebaliknya. Birch dan Fisher mengatakan bahwa anak-anak yang menerima pola restrictive feeding dari orang tuanya justru memiliki peluang untuk terlibat dalam perilaku overeating atau eating in the absence of hunger yang lebih tinggi dibandingkan anak-anak yang tidak menerima pola restrictive feeding dari orang tuanya.^{9,10} Didukung pula dengan penelitian Gouveia dan Canavarro yang menyatakan bahwa penerapan restrictive feeding berkorelasi secara positif pada meningkatnya kecenderungan emotional eating dan overeating pada anak dan remaja. Penerapan restrictive feeding di remaja memiliki banyak dampak negatif seperti peningkatan berat badan, kurangnya regulasi diri anak dalam mengontrol makan, dan negative self-evaluation. Namun, penelitian ini akan berfokus pada salah satu efek psikologis dari penerapan restrictive feeding ini adalah munculnya negative self-evaluation pada anak.¹¹

Negative self-evaluation adalah pikiran negatif yang terjadi biasanya ketika individu merasa dirinya tidak bisa memenuhi ekspektasi yang dibebankan kepada dirinya, atau setelah melakukan hal-hal yang dipersepsikan “buruk” oleh individu tersebut. Adanya negative self-evaluation ini lah yang akhirnya berpotensi membuat anak terlibat dalam perilaku binge eating. Disebutkan dalam penelitian oleh Fisher menyatakan bahwa ketika anak-anak dengan pola restrictive feeding ini diberikan kesempatan untuk bisa memakan jenis makanan yang tidak diperbolehkan oleh orang tuanya, mereka akan cenderung makan lebih banyak, dan kemudian, merasa buruk dan mengkritik diri setelah episode makan tersebut.¹² Praktik pemberian makan restriktif ini memungkinkan adanya efek negatif secara psikologis pada anak dengan menjadikan pola restriktif tersebut sebagai ekspektasi terhadap anak sekaligus menjadikan makanan tersebut terlihat lebih ‘menarik’ di mata anak. Akibatnya, anak yang mendapat pola pemberian makan restriktif dari orang tuanya ini akan belajar mengasosiasikan konsumsi makanan-makanan yang dibatasi itu dengan ketidaksetujuan orang tua, sehingga kemudian mereka mengembangkan penilaian diri yang negatif ketika tidak mampu memenuhinya.¹³

⁸ Leann L Birch, Jennifer Orlet Fisher, dan Kirsten Krahnstoeve Davison, “Learning to Overeat: Maternal Use of Restrictive Feeding Practices Promotes Girls’ Eating in the Absence of Hunger,” *The American Journal of Clinical Nutrition* 78, no. 2 (Agustus 2003), <https://doi.org/10.1093/ajcn/78.2.215>.

⁹ Birch, Fisher, dan Davison.

¹⁰ Jennifer Orlet Fisher dan Leann Lipps Birch, “Parents’ Restrictive Feeding Practices Are Associated with Young Girls’ Negative Self-Evaluation of Eating,” *Journal of the American Dietetic Association* 100, no. 11 (November 2000), [https://doi.org/10.1016/S0002-8223\(00\)00378-3](https://doi.org/10.1016/S0002-8223(00)00378-3).

¹¹ Fisher dan Birch.

¹² Fisher dan Birch.

¹³ Fisher dan Birch.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui peran restrictive feeding practices oleh orang tua pada munculnya perilaku binge eating, serta mengetahui peran negative self-evaluation sebagai mediator dalam hubungan parents' restrictive feeding dan adolescent binge eating.

Penelitian ini memiliki manfaat teoretis bagi perkembangan ilmu psikologi klinis, terutama mengenai peran praktik pemberian makan orang tua (feeding practices) terhadap munculnya perilaku makan yang bermasalah (disordered eating behavior) pada remaja. Manfaat praktis dari penelitian ini adalah hasil penelitian ini nantinya berguna sebagai edukasi pada masyarakat, khususnya orang tua dan remaja, tentang cara lebih baik yang bisa digunakan dalam mencegah remaja terlibat dalam pola makan yang salah.

METODE PENELITIAN

Partisipan

1. Karakteristik Partisipan

Karakteristik partisipan dalam penelitian ini adalah remaja berusia 12-18 tahun yang memiliki berat badan overweight atau obesitas ($BMI > 25.0$), masih tinggal bersama orang tua, dan tidak sedang menjalani terapi nutrisi penurunan berat badan. Jenis kelamin partisipan tidak dibedakan. Teknik pengambilan sampel akan menggunakan teknik purposive sampling.

2. Gambaran Partisipan Penelitian

Tabel di bawah ini menjelaskan gambaran data demografi dari 60 partisipan. Data demografi tersebut mencakup jenis kelamin, body mass index (BMI), serta tingkat pendidikan.

Tabel 1 Gambaran Umum Data Demografi Partisipan

Variabel Demografi	Partisipan (n = 60)	
	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
	35	58.3%
Perempuan	25	41.7%
Laki-laki		
Usia		
	29	48.3%
12-15 tahun	31	51.6%
16-18 tahun		
Body Mass Index (BMI)		
	22	36.6%
Overweight	38	63.3%
Obese		
Tingkat Pendidikan		
	22	36.7%
	31	51.7%

	7	11.7%
SMP		
SMA/SMK		
S1		

Berdasarkan Tabel 1, terlihat bahwa sebaran partisipan paling banyak adalah partisipan yang berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 58.3% dari total partisipan, berada di rentang usia 16-18 tahun yaitu sebanyak 51.6% dari total partisipan. Selain itu, sebaran partisipan juga menunjukkan bahwa mayoritas partisipan memiliki body mass index (BMI) dalam kategori obesitas, meliputi 63.3% dari total partisipan dan berada di tingkat pendidikan SMA/SMK (51.7%).

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif non-eksperimen dengan metode korelasional. Suryabrata menjelaskan bahwa penelitian korelasional adalah penelitian yang bertujuan untuk mendeteksi sejauh mana variasi-variasi pada suatu faktor memiliki kaitan dengan variasi-variasi pada satu atau lebih faktor lain berdasarkan koefisien korelasi.¹⁴ Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel penelitian, yaitu parents' restrictive feeding practice sebagai variabel independen (IV) dan adolescent binge eating sebagai variabel dependen (DV), serta terdapat variabel negative self-evaluation sebagai variabel mediator (M) yang digunakan untuk mengkaji hubungan langsung dan tidak langsung parents' restrictive feeding practice terhadap perilaku binge eating pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan peran negative self-evaluation pada hubungan parents' restrictive feeding dengan adolescent binge eating, yang akan diukur menggunakan butir-butir pertanyaan dan pernyataan kuesioner.

Setting Lokasi dan Perlengkapan Penelitian

Proses pengambilan data pada penelitian ini dilakukan secara tidak langsung (online) melalui penyebaran google form di media sosial seperti Whatsapp, Instagram, Twitter, dan Line. Peralatan yang akan dibutuhkan dalam proses pengambilan data secara online antara lain (1) poster berisi informasi penelitian dan kriteria perekrutan partisipan untuk disebar; (2) google form untuk menyebarkan kuesioner penelitian secara online; (3) lembar informed consent untuk orangtua (karena mayoritas partisipan berada dalam rentang di bawah 18 tahun) yang dilampirkan dalam google form. Adapun peralatan lain yang digunakan dalam penelitian ini mencakup laptop, dan program Statistical Product and Service Solution (SPSS).

¹⁴ Sumadi Suryabrata, *Metode Penelitian* (Jakarta: Rajawali, 1994).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Variabel Penelitian

Tabel 2 Gambaran Data Variabel

Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	Standar Deviasi
Parental restrictive feeding practice	60	7.00	21.00	16.83	3.508
Negative self-evaluation	60	62.00	151.00	116.65	18.84
Binge eating	60	19.00	59.00	40.6	8.35

Berdasarkan data yang diperoleh, partisipan dapat digolongkan menjadi tiga golongan berdasarkan mean empirik, yaitu partisipan dengan kategori rendah, yaitu skor partisipan berada di bawah mean empiris dan standar deviasi ($x < (\text{mean}-\text{SD})$), kategori sedang yaitu skor partisipan berada di antara skor batas bawah dan batas atas dari mean empiris dan standar deviasi ($\text{mean}-\text{SD}$) $x < (\text{mean}+\text{SD})$ dan kategori tinggi, yaitu skor partisipan berada di atas mean empiris dan standar deviasi ($x < (\text{mean}+\text{SD})$). Pada variabel parents' restrictive feeding practice, skor kategori rendah memiliki rentang < 11.7 , kategori sedang di antara 11.7 hingga 16.3, dan kategori tinggi di atas 16.3; variabel negative self-evaluation memiliki kategori rendah di rentang < 72.4 , kategori sedang di rentang 72.4 hingga 113.6, dan kategori tinggi di rentang > 113.6 ; sementara variabel binge eating memiliki rentang skor rendah sebesar < 32 , rentang skor sedang antara 32 dan 48, lalu rentang skor tinggi di > 48 .

Tabel 3 Rentang Skor dan Jumlah Partisipan Tergolong Rendah, Sedang, Tinggi

Variabel			Rentang Skor	Kriteria	Jumlah Partisipan	Persentase Partisipan
<i>Parents' Restrictive Feeding Practice</i>			< 11.7	Rendah	6	10%
			11.7 s.d 16.3	Sedang	17	28.3%
			> 16.3	Tinggi	37	61.6%
<i>Negative self-evaluation</i>			< 72.4	Rendah	6	10%
			72.4 s.d 113.6	Sedang	1	1.6%
			> 113.6	Tinggi	53	88.3%
<i>Adolescent Binge Eating</i>			< 17	Rendah	7	11.6%
			32-48	Sedang	51	85%
			> 48	Tinggi	2	3.3%

Pada Tabel 3, berdasarkan kategorisasi partisipan, terlihat bahwa mayoritas partisipan penelitian masuk dalam kategori tingkat parents’ restrictive feeding dan negative self-evaluation yang tinggi. Sementara untuk variabel adolescent binge eating, mayoritas partisipan penelitian memiliki tingkat binge eating yang tergolong sedang.

B. Hubungan Antara Variabel

Uji Hipotesis

Pada penelitian ini hipotesis yang akan diuji adalah apakah terdapat peran Parents’ Restrictive Feeding Practice terhadap Adolescent Binge Eating dengan mempertimbangkan variabel Negative Self-evaluation sebagai mediator.

Uji Hipotesis 1: Hubungan Parents’ Restrictive Feeding Practices dengan Adolescent Binge Eating yang dimediasi oleh Negative Self-Evaluation.

Pada hubungan Parents’ Restrictive Feeding Practices terhadap Adolescent Binge Eating (tanpa adanya mediasi) diperoleh nilai hubungan korelasi sebesar $r=0.651$, Sig. ($p<0.05$) dengan kontribusi adjusted R Square (R^2) sebesar 41.3%. Ketika pada hubungan tersebut terdapat mediator Negative self-evaluation, hasil yang diperoleh menjadi $r=0.871$, Sig. ($p<0.05$) dengan kontribusi adjusted R Square (R^2) sebesar 75%. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa Negative self-evaluation sebagai mediator berperan memberikan pengaruh terhadap Adolescent Binge eating.

Tabel 4 Hasil Uji Mediasi Negative self-evaluation Pada Parents’ Restrictive Feeding Practice dan Adolescent Binge Eating

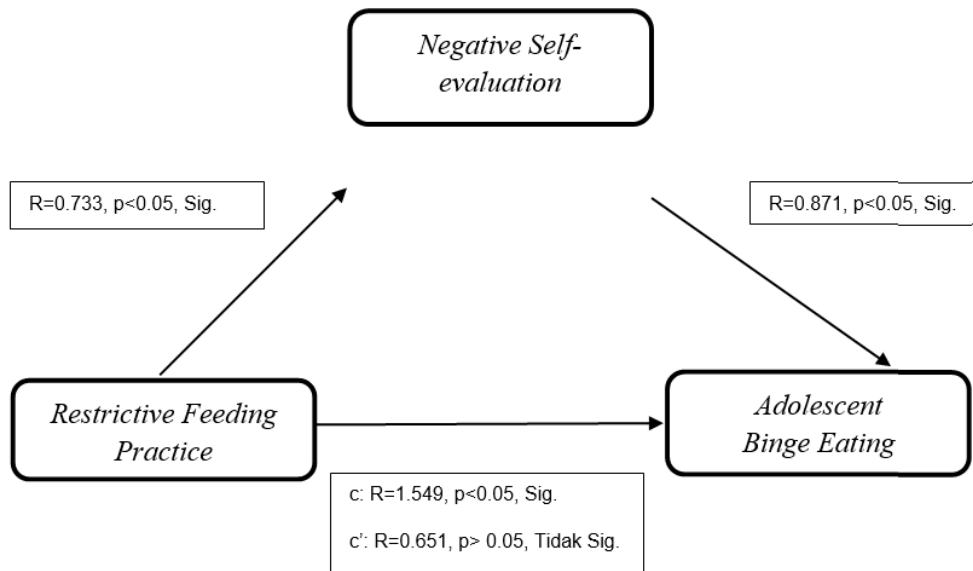
Effect	95% CI				
	Coefficient	SE	Lower	Upper	Mediation
Indirect	1.48**	0.29	0.86	2.02	
Effect					
Direct Effect	0.06	0.22	-0.39	0.51	
Total Effect	1.54**	0.23	1.07	2.02	

** $p < 0.05$

Berdasarkan pengujian mediasi menggunakan teknik Hayes-PROCESS, hasil menunjukkan bahwa efek tidak langsung dari Parents’ Restrictive Feeding Practice terhadap adolescent binge eating lebih besar dibandingkan efek langsung dari parents’ restrictive feeding practice terhadap adolescent binge eating (direct effect = 0.06 $p > 0.05$, indirect effect = 1.48, $p < 0.05$, 95% CI = 0.86, 2.02). Maka, hasil uji mediasi menunjukkan bahwa negative self-evaluation berperan sebagai mediator pada hubungan parents’ restrictive feeding dan adolescent binge eating. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian diterima, bahwa terdapat korelasi

parents' restrictive feeding practice dan adolescent binge eating melalui munculnya negative self-evaluation pada diri remaja.

Hasil Uji Hipotesis



Gambar 1

Gambar 1 mengilustrasikan bahwa parents' restrictive feeding practice berhubungan positif dengan negative self-evaluation ($r=0.733$, $p<0.05$), artinya semakin tinggi restrictive feeding yang dialami akan semakin tinggi pula level negative self-evaluation, dan negative self-evaluation berhubungan positif dengan adolescent binge eating ($R=0.871$, $p<0.05$) yang dapat dimaknai semakin tinggi level negative self-evaluation maka akan semakin tinggi potensi perilaku binge eating. Pada jalur c' atau efek langsung hubungan antara restrictive feeding dengan adolescent binge eating ditemukan tidak signifikan ($r=0.651$, $p>0.05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi efek full mediation. Hal ini mengindikasikan bahwa remaja yang mendapatkan pola restrictive feeding dari orangtuanya berpotensi untuk mengembangkan negative self-evaluation yang tinggi. Tingginya level negative self-evaluation pada diri remaja ini kemudian dapat memberikan efek negatif yang lebih jauh yaitu meningkatnya potensi perilaku binge eating pada remaja sebagai bentuk coping maladaptif.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lebih lanjut hubungan antara parents' restrictive feeding practice dengan adolescent binge eating serta mengetahui peran negative self-evaluation sebagai mediator dalam hubungan antara kedua variabel tersebut. Dalam penelitian ini,

variabel negative self-evaluation berperan signifikan dalam memediasi hubungan parents' restrictive feeding practice dengan adolescent binge eating, dimana negative self-evaluation berperan sebagai bentuk skema maladaptif dari penerapan restrictive feeding oleh orangtua, yang kemudian dapat berpotensi menjadi pemicu timbulnya perilaku binge eating sebagai bentuk strategi koping maladaptif. Temuan ini bersesuaian dengan beberapa penelitian terdahulu yang menyatakan adanya hubungan antara restrictive feeding dengan negative self-evaluation, restrictive feeding dengan binge eating maupun negative self-evaluation dengan binge eating.^{15,16,17}

Pada penelitian ini juga ditemukan bahwa level parents' restrictive feeding dan negative self-evaluation pada mayoritas partisipan adalah tinggi. Kondisi ini dapat dikaitkan dengan kriteria partisipan yang memiliki body mass index (BMI) dalam kategori overweight atau obesitas, dimana orangtua cenderung akan memiliki weight concern atau kekhawatiran akan berat badan anak lebih tinggi lantas berpotensi menerapkan restrictive feeding pada anaknya.^{18,19,20} Bagi para orangtua, penerapan praktik pemberian makan restriktif ini bertujuan untuk mempromosikan pola makan yang lebih baik serta mungkin untuk mencegah terjadinya obesitas, akan tetapi dampak yang dihasilkan justru kontraproduktif.^{21,22} Tingginya level restrictive feeding ini kemudian berpotensi memicu aktifnya skema maladaptif unrelenting standards dalam bentuk perilaku penilaian diri negatif pada diri remaja akibat tidak berhasil memenuhi standar-standar yang ditetapkan oleh diri sendiri ataupun orangtua. Sebab salah satu faktor dari timbulnya early maladaptive schema adalah tidak terpenuhinya kebutuhan dasar emosional semasa kecil,²³ salah satunya adalah tidak terpenuhinya aspek autonomi dan self-control yang terwujud ketika orangtua mengambil alih kontrol pada pilihan-pilihan makan anak dan membebankan ekspektasi pada pola perilaku makan anak.

¹⁵ Fisher dan Birch, "Parents' Restrictive Feeding Practices Are Associated with Young Girls' Negative Self-Evaluation of Eating."

¹⁶ Birch, Fisher, dan Davison, "Learning to Overeat."

¹⁷ Loth dkk., "Associations between Parental Perception Of- and Concern about-Child Weight and Use of Specific Food-Related Parenting Practices."

¹⁸ Wendy N. Gray dkk., "Factors Associated with Parental Use of Restrictive Feeding Practices to Control Their Children's Food Intake," *Appetite* 55, no. 2 (Oktober 2010), <https://doi.org/10.1016/j.appet.2010.07.005>.

¹⁹ Loth dkk., "Associations between Parental Perception Of- and Concern about-Child Weight and Use of Specific Food-Related Parenting Practices."

²⁰ Megan H. Pesch dkk., "Approaches to Restrictive Feeding: Associations with Child Weight and Eating Behavior," *Eating Behaviors* 31 (Desember 2018), <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2018.08.006>.

²¹ Jennifer S. Savage, Jennifer Orlet Fisher, dan Leann L. Birch, "Parental Influence on Eating Behavior: Conception to Adolescence," *Journal of Law, Medicine & Ethics* 35, no. 1 (2007), <https://doi.org/10.1111/j.1748-720X.2007.00111.x>.

²² Fisher dan Birch, "Parents' Restrictive Feeding Practices Are Associated with Young Girls' Negative Self-Evaluation of Eating."

²³ Jeffrey E. Young, Janet S. Klosko, dan Marjorie E. Weishaar, *Schema therapy: A practitioner's guide*, Schema therapy: A practitioner's guide (New York, NY, US: Guilford Press, 2003).

Begitu skema maladaptif ini aktif, remaja mungkin akan merespons perasaan negatif tersebut dengan strategi koping yang salah, biasanya dalam bentuk emotion-focused coping, yaitu perilaku binge eating yang termasuk dalam kategori perilaku penghindaran (avoidance). Dalam kata lain, remaja menggunakan binge eating sebagai bentuk pelarian dan bentuk koping dari stresor, dalam hal ini adalah penilaian diri negatif.^{24,25} Hasil temuan bahwa negative self-evaluation turut berperan dalam munculnya risiko binge eating pada remaja didukung oleh penelitian terdahulu yaitu penerapan praktik pola makan yang dikontrol oleh orangtua berkontribusi dalam terbentuknya skema maladaptif (negative self-evaluation) dan terasosiasi pada bentuk strategi koping maladaptif, seperti binge eating.

Terlepas dari hasil penelitian yang berhasil menunjukkan adanya peran negative self-evaluation dalam memediasi hubungan antara parents' restrictive feeding terhadap adolescent binge eating, studi ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, penggunaan kuesioner yang bersifat self-report memungkinkan adanya social desirability yang mempengaruhi tanggapan partisipan dalam menjawab kuesioner. Kedua, pengambilan data yang seluruhnya bersifat kuantitatif berdasarkan pengisian kuesioner membatasi kekayaan data untuk analisis lebih mendalam mengenai dinamika peran setiap variabel.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran *negative self-evaluation* sebagai mediator dalam hubungan antara variabel *parents' restrictive feeding practice* dan *adolescent binge eating*. Hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa *negative self-evaluation* berperan dalam memediasi hubungan antara *parents' restrictive feeding practice* dan *adolescent binge eating*, yaitu peningkatan *negative self-evaluation* yang disebabkan oleh adanya pola pemberian makan restriktif oleh orangtua berpotensi untuk meningkatkan risiko munculnya perilaku *binge eating* pada remaja sebagai bentuk koping maladaptif. Dalam hal implikasi klinis, temuan penelitian ini dapat bermanfaat bagi para praktisi dan klinisi untuk berfokus pada pengembangan intervensi terkait gangguan makan, serta edukasi kepada para orangtua terkait pola pemberian makan yang baik pada remaja sehingga terhindar dari efek negatif yang kontraproduktif dari tujuan penerapan aturan-aturan makan tersebut.

²⁴ Amy M. Bippus dan Stacy L. Young, "Using Appraisal Theory to Predict Emotional and Coping Responses to Hurtful Messages," *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships* 6, no. 2 (18 Desember 2012), <https://doi.org/10.5964/ijpr.v6i2.99>.

²⁵ Todd F. Heatherton dan Roy F. Baumeister, "Binge Eating as Escape from Self-Awareness.," *Psychological Bulletin* 110, no. 1 (1991), <https://doi.org/10.1037/0033-2909.110.1.86>.

Saran Teoritis

Berdasarkan kesimpulan dan diskusi yang telah dipaparkan, peneliti mengemukakan beberapa saran yang dapat membantu menyempurnakan dan mengembangkan lebih lanjut mengenai parents restrictive feeding practice, negative self-evaluation, dan binge eating pada remaja. Pertama, penelitian ini memberikan gambaran mengenai kontribusi dari variabel restrictive feeding practice dan negative self-evaluation terhadap adolescent binge eating. Sehubungan dengan penelitian terkait variabel-variabel prediktor adolescent binge eating, khususnya pada variabel restrictive feeding practice di Indonesia, maka dapat disarankan bagi penelitian selanjutnya untuk mencoba mengkonfirmasi lebih lanjut temuan pada studi ini dengan menggunakan berbagai metode lain, seperti studi kualitatif, eksperimental, mixed methods guna memperkaya hasil temuan dan mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif.

Kedua, disarankan bagi studi-studi selanjutnya untuk melakukan proses adaptasi alat ukur kembali. Disarankan bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang juga berminat dalam mengkaji parents' restrictive feeding practice, negative self-evaluation, maupun adolescent binge eating untuk melakukan kajian mendalam mengenai alat ukur yang digunakan. Khususnya pada alat ukur restrictive feeding practice yang ditinjau dari persepsi anak, sehingga akan menjadi lebih bermanfaat apabila kedepannya dilakukan kajian lebih lanjut mengenai adaptasi alat ukur tersebut ke dalam Bahasa Indonesia.

Ketiga, temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa restrictive feeding dan negative self-evaluation berperan sebesar 75% dalam menjelaskan hubungan restrictive feeding practice dengan adolescent binge eating, sehingga 25% dari hubungan parents' restrictive feeding practice dengan adolescent binge eating dapat dijelaskan melalui variabel lain atau faktor-faktor lain yang mungkin dapat terlibat dalam menjelaskan hubungan antara restrictive feeding practice dengan adolescent binge eating.

Saran Praktis

Orang tua perlu mewaspadaikan pola restrictive feeding sebagai sarana pengendali makan namun juga berpotensi counterproductive. Oleh karena itu, para orang tua perlu mengupayakan dan memperoleh informasi edukatif tentang pola pengendalian makan yang baik, dan bukan semata-mata melakukan pembatasan. Sebaliknya, kalangan edukatif perlu menyebarkan informasi bagi masyarakat tentang langkah pengendalian makan yang sehat bagi anak dan remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. *Feeding and Eating Disorders*. Washington DC: American Psychiatric Association Publishing, 2013.
- Bippus, Amy M., dan Stacy L. Young. "Using Appraisal Theory to Predict Emotional and Coping Responses to Hurtful Messages." *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships* 6, no. 2 (18 Desember 2012). <https://doi.org/10.5964/ijpr.v6i2.99>.
- Birch, L. L., dan J. O. Fisher. "Development of Eating Behaviors among Children and Adolescents." *Pediatrics* 101, no. 3 Pt 2 (Maret 1998).
- Birch, Leann L, Jennifer Orlet Fisher, dan Kirsten Krahnstoeve Davison. "Learning to Overeat: Maternal Use of Restrictive Feeding Practices Promotes Girls' Eating in the Absence of Hunger." *The American Journal of Clinical Nutrition* 78, no. 2 (Agustus 2003). <https://doi.org/10.1093/ajcn/78.2.215>.
- Fisher, Jennifer Orlet, dan Leann Lipps Birch. "Parents' Restrictive Feeding Practices Are Associated with Young Girls' Negative Self-Evaluation of Eating." *Journal of the American Dietetic Association* 100, no. 11 (November 2000). [https://doi.org/10.1016/S0002-8223\(00\)00378-3](https://doi.org/10.1016/S0002-8223(00)00378-3).
- Gray, Wendy N., David M. Janicke, Kristin M. Wistedt, dan Marilyn C. Dumont-Driscoll. "Factors Associated with Parental Use of Restrictive Feeding Practices to Control Their Children's Food Intake." *Appetite* 55, no. 2 (Oktober 2010). <https://doi.org/10.1016/j.appet.2010.07.005>.
- Heatherton, Todd F., dan Roy F. Baumeister. "Binge Eating as Escape from Self-Awareness." *Psychological Bulletin* 110, no. 1 (1991). <https://doi.org/10.1037/0033-2909.110.1.86>.
- Loth, Katie A., Nabila Mohamed, Amanda Trofholz, Allan Tate, dan Jerica M. Berge. "Associations between Parental Perception Of- and Concern about-Child Weight and Use of Specific Food-Related Parenting Practices." *Appetite* 160 (Mei 2021). <https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.105068>.
- Mitchell, James E., Michael J. Devlin, Martina de Zwaan, Scott J. Crow, dan Carol B. Peterson. *Binge-eating disorder: Clinical foundations and treatment*. Binge-eating disorder: Clinical foundations and treatment. New York, NY, US: Guilford Press, 2008.
- Ogden, Cynthia L., Margaret D. Carroll, Lester R. Curtin, Molly M. Lamb, dan Katherine M. Flegal. "Prevalence of High Body Mass Index in US Children and Adolescents, 2007-2008." *JAMA* 303, no. 3 (20 Januari 2010). <https://doi.org/10.1001/jama.2009.2012>.
- Pesch, Megan H., Danielle P. Appugliese, Alison L. Miller, Katherine L. Rosenblum, Julie C. Lumeng, dan Katherine W. Bauer. "Approaches to Restrictive Feeding: Associations with Child Weight and Eating Behavior." *Eating Behaviors* 31 (Desember 2018). <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2018.08.006>.
- Savage, Jennifer S., Jennifer Orlet Fisher, dan Leann L. Birch. "Parental Influence on Eating Behavior: Conception to Adolescence." *Journal of Law, Medicine & Ethics* 35, no. 1 (2007). <https://doi.org/10.1111/j.1748-720X.2007.00111.x>.
- Simbolon, Demsa, Epti Yorita, dan Ruzita Abd Talib. "Consequences of Overweight and Obesity in Adolescence against the Risk of Hypertension in Adulthood." *Kesmas: National Public Health Journal* 14, no. 1 (1 Agustus 2019). <https://doi.org/10.21109/kesmas.v14i1.2723>.
- Suryabrata, Sumadi. *Metode Penelitian*. Jakarta: Rajawali, 1994.
- Young, Jeffrey E., Janet S. Klosko, dan Marjorie E. Weishaar. *Schema therapy: A practitioner's guide*. Schema therapy: A practitioner's guide. New York, NY, US: Guilford Press, 2003.