

**KECELARUAN MAKAN DALAM KALANGAN REMAJA  
PEREMPUAN SEKOLAH MENENGAH  
DI KUALA TERENGGANU**

**NOOR FARAH BINTI KAMARUDDIN**

**PUSAT PENGAJIAN SAINS KESIHATAN  
UNIVERSITI SAINS MALAYSIA**

**2012**



**KECELARUAN MAKAN DALAM KALANGAN REMAJA  
PEREMPUAN SEKOLAH MENENGAH DI KUALA TERENGGANU**

**oleh**

**NOOR FARAHI BINTI KAMARUDDIN**

**Tesis diserahkan untuk  
memenuhi keperluan bagi  
Ijazah Sarjana Sains**

**Ogos 2012**

*Dalam Kenangan..*  
*Buat Ayahanda tercinta, Allahyarham Haji Kamaruddin Mohd..*

## PENGHARGAAN

Syukur Alhamdulillah kerana dengan limpahan rahmat-NYA serta iradat-NYA, maka dapatlah saya menyempurnakan pengajian Sarjana ini dengan jayanya. Pertama-tamanya saya ingin merakamkan segunung penghargaan dan jutaan terima kasih buat penyelia saya yang amat dihormati, Prof. Wan Abd. Manan Wan Muda yang telah banyak membantu, mendidik, membimbing, menegur dan membetulkan setiap langkah saya dalam menyempurnakan pengajian ini. Juga buat para pensyarah lain di Pusat Pengajian Sains Kesihatan yang turut sama memberi bimbingan dan teguran sepanjang tempoh ini. Segala masa yang diluangkan serta usaha dan jasa yang dicurahkan amatlah bermakna buat diri saya dan tidak ternilai harganya.

Teristimewa buat keluarga yang dikasihi, Ummi dan kakak-kakak yang tersayang, terima kasih atas segala kasih sayang, dorongan dan galakan sepanjang saya menjalankan pengajian ini. Tidak lupa juga buat sahabat-sahabat karib yang disayangi, Hafiz, Amirah, dan Nazirah, terima kasih atas segala dorongan serta kata-kata semangat yang tidak pernah lekang dari kalian semua. Buat sahabat yang banyak membantu dalam segala proses sepanjang pengajian saya ini, Nor Fadzila, terima kasih atas segalanya. Buat adik-adikku yang sentiasa menyokong, Bibi, Linda, Jasmin, dan Feeda, terima kasih atas segala galakan yang tidak putus-putus dari semua.

Saya juga ingin merakamkan ribuan terima kasih buat Universiti Malaysia Terengganu, para pensyarah di Jabatan Sains Makanan khususnya, Prof. Madya Dr. Amiza Mat Amin, Dr. Amir Izzwan, Dr. Hayati Mohd Yusof serta rakan-rakan yang lain atas segala kata-kata perangsang dan sokongan yang diberi sepanjang tempoh ini. Tak lupa juga buat Kak Asiah serta Kak Rozita di Pejabat Pendaftar yang tidak pernah jemu memberi panduan dan nasihat selama tempoh pengajian saya ini.

Sekalung penghargaan juga buat semua guru serta para pelajar yang terlibat sepanjang proses penyelidikan ini berlangsung. Buat Cikgu Rahimi, Cikgu Yusri, dan Cikgu Rozalina yang telah banyak membantu serta memberi kerjasama kepada saya, ribuan terima kasih diucapkan. Buat sahabat-sahabat seperjuangan, Cik Laila, Cik Hasmiza, Kak Tini, Yiyi, Suhaili, dan Fiona, terima kasih atas segala bantuan dan sokongan kalian. Terima kasih juga kerana banyak berkongsi segala rasa sepanjang tempoh pengajian ini. Terima kasih ALLAH dan semua atas segala peluang yang telah diberikan.

~ Alhamdulillah ku panjatkan pada-MU Ya ALLAH...~

Sekian, terima kasih.

# KANDUNGAN

	<b>Halaman</b>
<b>PENGHARGAAN</b>	ii
<b>KANDUNGAN</b>	iv
<b>SENARAI JADUAL</b>	xi
<b>SENARAI RAJAH</b>	xiii
<b>SENARAI SIMBOL</b>	xiv
<b>SENARAI SINGKATAN</b>	xv
<b>ABSTRAK</b>	xvi
<b>ABSTRACT</b>	xviii
<b>BAB I      PENGENALAN</b>	<b>1</b>
1.1      Pengenalan/Latar Belakang Kajian	1
1.2      Kenyataan Masalah	4
1.3      Justifikasi Kajian	4
1.4      Kepentingan Kajian	5
1.5      Objektif Kajian	6
1.5.1    Objektif Umum	6
1.5.2    Objektif Khusus	6
1.6      Hipotesis Kajian	7
1.7      Rangka Konsep Kajian	8
<b>BAB II     ULASAN PERPUSTAKAAN</b>	<b>10</b>
2.1      Definisi Kecelaruan Makan	10
2.1.1    Anoreksia Nervosa (AN)	10
2.1.2    Bulimia Nervosa (BN)	11

2.1.3	Kecelaruan Makan Tidak Spesifik (EDNOS)	11
2.2	Konsep dan Kriteria Kecelaruan Makan	12
2.2.1	Anoreksia Nervosa	12
2.2.2	Bulimia Nervosa	13
2.2.3	Kecelaruan Makan Tidak Spesifik (EDNOS)	14
2.2.4	Kecelaruan Sikap Makan	14
2.3	Teori-teori Kecelaruan Makan	15
2.3.1	Teori Bioperubatan	15
2.3.2	Teori Psikologikal	16
2.3.3	Teori Sosiobudaya	17
2.4	Prevalen dan Insiden Kecelaruan Makan	17
2.4.1	Amerika Syarikat	17
2.4.2	Eropah	18
2.4.3	Asia	19
	2.4.3.1 Jepun	19
	2.4.3.2 Korea	20
	2.4.3.3 China	21
	2.4.3.4 Hong Kong	22
	2.4.3.5 Singapura	23
2.5	Kecelaruan Makan Dan Imej Diri	24
2.5.1	Pengaruh Media	24
2.5.2	Pengaruh Rakan Sebaya	26
2.6	Kecelaruan Makan Dan Amalan Pemakanan Harian	28
2.6.1	Amalan Diet dan Menghadkan Makanan	28
2.6.2	Makan Tanpa Kawalan dan Makan Berlebihan	30



2.7	Kecelaruan Makan di Malaysia	30
2.7.1	Faktor-faktor Mempengaruhi Kecelaruan Makan di Malaysia	35
2.7.1.1	Sosioekonomi	35
2.7.1.2	Budaya	36
2.7.1.3	Jantina	38
2.7.1.4	Tingkah laku / Psikologi ( <i>Behaviour</i> )	39
2.7.2	Masalah Kesihatan Remaja di Malaysia	40
2.7.2.1	Kecelaruan Makan dan Ketidakpuasan Hati Terhadap Imej Badan	40
2.7.2.2	Obesiti	42
2.8	Implikasi Kecelaruan Makan	44
2.8.1	Kesihatan Fizikal	44
2.8.1.1	Masalah Jantung	44
2.8.1.2	Keabnormalan Elektrolit	45
2.8.1.3	Masalah Sistem Penghadaman	45
2.8.2	Kesihatan Mental	46
2.9	Pengurusan Pemakanan Remaja dan Langkah-Langkah Pencegahan	47
2.9.1	Peranan Ibu Bapa	47
2.9.2	Peranan Rakan	48
2.9.3	Peranan Sekolah dan Guru	49
2.9.4	Peranan Pekerja Kesihatan	51

<b>BAB III</b>	<b>METODOLOGI KAJIAN</b>	<b>53</b>
3.1	Rekabentuk Kajian	53
3.2	Persampelan	53
	3.2.1 Lokasi Kajian	53
	3.2.2 Pemilihan Sekolah dan Responden	54
	3.2.3 Saiz Sampel	56
	3.2.4 Kriteria Pemilihan Responden	57
	3.2.4.1 Kriteria-kriteria Pemilihan	57
	3.2.4.2 Kriteria-kriteria Penolakan	57
3.3	Pengumpulan Data	58
	3.3.1 Borang Soal Selidik	58
	3.3.1.1 Bahagian A dan B (Maklumat Sosiodemografi)	58
	3.3.1.2 Bahagian C (Soal Selidik Ujian Sikap Makan EAT-40, Garner & Garfinkel 1979)	59
	3.3.1.3 Bahagian D (Soal Selidik Kecelaruhan Makan EDI-64, Garner, Olmstead & Polivy 1983)	60
	3.3.1 Pengukuran Antropometri	62
	3.3.2.1 Berat Badan	62
	3.3.2.2 Tinggi	63
	3.3.2.3 Indeks Jisim Tubuh (IJT)	63
3.4	Kaedah Pengumpulan Data	64
3.5	Analisis Data	66
3.6	Carta Alir Kajian	67

<b>BAB IV</b>	<b>KEPUTUSAN</b>	<b>68</b>
4.1	Data Sosiodemografi	68
	4.1.1 Latar Belakang Responden	68
	4.1.2 Latar Belakang Ibu Bapa	70
4.2	Data Antropometri	72
	4.2.1 Hubungan Nilai IJT dengan Faktor Sosioekonomi	73
	4.2.2 Hubungan Nilai IJT dengan Nilai Skor EAT-40 dan EDI-64	74
4.3	Data Ujian Sikap Makan-40 (EAT-40)	75
	4.3.1 Skor EAT-40	74
	4.3.2 Kekerapan Item EAT-40	77
	4.3.3 Hubungan Faktor Umur dan Sosioekonomi Keluarga Dengan Kecelaruhan Sikap Makan	85
	4.3.4 Hubungan Jenis Sekolah dengan Kecelaruhan Sikap Makan	86
	4.3.5 Hubungan Ciri Personaliti dengan Kecelaruhan Sikap Makan	87
	4.3.6 Perbezaan Skor EAT-40 Berdasarkan IJT	88
4.4	Data Soal Selidik Kecelaruhan Makan-64 (EDI-64)	90
	4.4.1 Skor EDI-64	90
	4.4.2 Skor Bagi Skala dalam EDI-64	91
	4.4.3 Kekerapan Item EDI-64	92
	4.4.4 Hubungan Faktor Umur dan Sosioekonomi Keluarga Dengan Kecelaruhan Makan	109
	4.4.5 Hubungan Jenis Sekolah dengan Kecelaruhan Makan	110
	4.4.6 Hubungan Antara Simptom Kecelaruhan Makan Dengan Ciri Personaliti	112

4.4.7	Perbezaan Skor EDI-64 Berdasarkan IJT	113
<b>BAB V</b>	<b>PERBINCANGAN</b>	115
5.1	Sosiodemografi	115
5.1.1	Latar Belakang Responden	115
5.1.2	Latar Belakang Ibu Bapa	116
5.2	Antropometri	118
5.2.1	Hubungan Nilai IJT dengan Faktor Sosioekonomi	119
5.2.3	Hubungan Nilai IJT dengan Nilai Skor EAT-40 dan EDI-64	120
5.3	Ujian Sikap Makan-40 (EAT-40)	121
5.3.1	Skor EAT-40	121
5.3.2	Kekerapan Item EAT-40	122
5.3.3	Hubungan Faktor Umur dan Sosioekonomi Keluarga Dengan Kecelaruhan Sikap Makan	123
5.3.4	Hubungan Jenis Sekolah dengan Kecelaruhan Sikap Makan	124
5.3.5	Hubungan Ciri Personaliti dengan Kecelaruhan Sikap Makan	125
5.3.6	Perbezaan Skor EAT-40 Berdasarkan IJT	125
5.4	Soal Selidik Kecelaruhan Makan-64 (EDI-64)	126
5.4.1	Skor EDI-64	126
5.4.2	Skor Bagi Skala dalam EDI-64	127
5.4.3	Kekerapan Item EDI-64	130
5.4.4	Hubungan Faktor Umur dan Sosioekonomi Keluarga Dengan Kecelaruhan Makan	133
5.4.5	Hubungan Jenis Sekolah dengan Kecelaruhan Makan	134

5.4.6	Hubungan Antara Simptom Kecelaruhan Makan Dengan Ciri Personaliti	138
5.4.7	Perbezaan Skor EDI-64 Berdasarkan IJT	139
<b>BAB VI</b>	<b>KESIMPULAN DAN CADANGAN</b>	<b>141</b>
6.1	Kesimpulan	141
6.2	Cadangan	143

**RUJUKAN**

**LAMPIRAN**

## SENARAI JADUAL

No. Jadual		Halaman
Jadual 2.1	Kajian Anoreksia Nervosa (AN) di Malaysia	32
Jadual 2.2	Kajian Bulimia Nervosa (BN) di Malaysia	33
Jadual 3.1	Nilai Skor Penentu Bagi Skala EDI-64	62
Jadual 3.2	Pengkelasan bagi Status IJT Remaja	64
Jadual 4.1	Latar Belakang Responden	69
Jadual 4.2	Latar Belakang Ibu Bapa	71
Jadual 4.3	Indeks Jisim Tubuh (IJT) Responden	72
Jadual 4.4	Hubungan Antara Nilai IJT dengan Faktor Sosioekonomi	73
Jadual 4.5	Hubungan Nilai IJT Dengan Nilai Skor EAT-40 dan EDI-64	74
Jadual 4.6	Nilai Skor bagi EAT-40	76
Jadual 4.7	Ujian-t bagi Dua Kumpulan Responden Mengikut Umur	76
Jadual 4.8	Kekerapan bagi Respon Soalan dan Item EAT-40	81
Jadual 4.9	Hubungan Antara Umur dan Sosioekonomi Keluarga Dengan Kecelaruhan Sikap Makan	85
Jadual 4.10	Hubungan Antara Ciri Personaliti dengan Kecelaruhan Sikap Makan	87
Jadual 4.11	Nilai Skor bagi EDI-64	90
Jadual 4.12	Kekerapan bagi Respon Soalan EDI-64 Mengikut Skala DT, B dan BD	95
Jadual 4.13	Kekerapan bagi Respon Soalan EDI-64 Mengikut Skala I, P, ID, IA dan MF	102
Jadual 4.14	Hubungan Antara Umur dan Sosioekonomi Keluarga Dengan Kecelaruhan Makan	109

Jadual 4.15	Perbezaan Skor Skala EDI-64 Mengikut Jenis Sekolah	111
Jadual 4.16	Hubungan Antara Simptom Kecelaruhan Makan (DT, B dan BD) dengan Ciri Personaliti (I, P, ID, IA dan MF)	112
Jadual 4.17	Perbezaan Skor Skala EDI-64 Mengikut IJT	114

## SENARAI RAJAH

No. Rajah		Halaman
Rajah 1.1	Kecelaruhan Makan di Kalangan Remaja Perempuan Di Kuala Terengganu	9
Rajah 2.1	Kitaran dan Ciri-Ciri Bulimia Nervosa	13
Rajah 2.2	Perbandingan Kekerapan Amalan Diet Yang Diamalkan Remaja di Malaysia dan Singapura	41
Rajah 4.2	Min Skor EAT-40 bagi Sekolah-Sekolah Yang Berbeza	86
Rajah 4.3	Skor EAT-40 bagi Kelas IJT Yang Berbeza	88
Rajah 4.4	Min Skor bagi Setiap Skala Dalam EDI-64	91



## SENARAI SIMBOL

<	Kurang daripada (Contoh: $2 < 3$ )
>	Lebih daripada (Contoh: $5 > 4$ )
n	Jumlah unit dalam persampelan
z	Nilai standard pada kekuatan kajian; 95%
$\Delta$	<i>Margin of error</i>
p	Probabiliti, kepercayaan
r	Korelasi koefisien pada sampel
t	Ujian statistik: ujian t
%	Peratus
$\pm$	Sisihan piawai
&	Dan
$X^2$	<i>Chi-square</i>
kg/m <sup>2</sup>	Kilogram per meter kuasa dua

## SENARAI SINGKATAN

APA	<i>American Psychiatric Association</i>
B	<i>Bulimia</i>
BD	<i>Body dissatisfaction</i>
DT	<i>Drive for thinness</i>
IJT	Indeks Jisim Tubuh
I	<i>Ineffectiveness</i>
ID	<i>Interpersonal distrust</i>
IA	<i>Interoceptive awareness</i>
MF	<i>Maturity fears</i>
WHO	<i>World Health Organization</i>

# KECELARUAN MAKAN DALAM KALANGAN REMAJA PEREMPUAN SEKOLAH MENENGAH DI KUALA TERENGGANU

## ABSTRAK

Kajian ini dijalankan bagi menentukan prevalens serta faktor-faktor yang mempengaruhi risiko kecelaruan sikap makan dan kecelaruan makan dalam kalangan remaja perempuan sekolah menengah di Kuala Terengganu. Seramai 298 orang responden yang berusia antara 16 hingga 17 tahun telah dipilih daripada enam buah sekolah yang berbeza jenis iaitu sekolah harian biasa, sekolah berasrama penuh dan sekolah kluster. Maklumat tentang latar belakang responden dan latar belakang ibu bapa diambil menggunakan borang soal selidik. Borang Ujian Sikap Makan-40 (*Eating Attitudes Test-40; EAT-40*) dan Soal Selidik Kecelaruan Makan-64 (*Eating Disorder Inventory-64; EDI-64*) digunakan bagi mengenalpasti tahap kecelaruan sikap makan dan kecelaruan makan di kalangan responden. Pengukuran data antropometri iaitu berat dan tinggi serta penentuan Indeks Jisim Tubuh (IJT) telah diambil. Keputusan kajian telah menunjukkan prevalen bagi risiko kecelaruan sikap makan adalah sebanyak 17.8% manakala bagi kecelaruan makan, nilainya adalah sebanyak 55.7%. Dapatan menunjukkan terdapat perkaitan yang positif dan signifikan antara risiko kecelaruan sikap makan ( $r=0.313$ ,  $p<0.01$ ) dan kecelaruan makan ( $r=0.406$ ,  $p<0.01$ ) dengan faktor Indeks Jisim Tubuh (IJT). Responden yang dikelaskan sebagai berlebihan berat badan dan obes mempunyai skor EAT-40 dan EDI-64 yang tertinggi berbanding responden normal dan kurang berat badan. Hasil ujian *chi-square* mendapati bahawa faktor umur serta sosioekonomi keluarga mempengaruhi risiko bagi kes kecelaruan sikap makan di kalangan responden

( $p < 0.05$ ), tetapi tidak mempengaruhi risiko bagi kecelaruan makan. Faktor jenis sekolah turut mempunyai kaitan yang positif dan signifikan dengan peningkatan risiko kecelaruan sikap makan dan kecelaruan makan ( $p < 0.05$ ) dimana para responden yang berada di sekolah berasrama penuh mencatatkan skor tertinggi dalam EAT-40 dan EDI-64 berbanding pelajar di sekolah lain. Keputusan kajian menunjukkan bahawa ciri personaliti mempunyai perkaitan positif dengan peningkatan dalam risiko kecelaruan makan ( $p < 0.01$  dan  $p < 0.05$ ). Hubungan yang positif dan signifikan juga dapat dilihat bagi perkaitan antara ciri personaliti dengan risiko bagi kecelaruan sikap makan ( $p < 0.01$ ). Kesimpulannya, prevalens bagi kes kecelaruan makan dalam kalangan pelajar perempuan di Kuala Terengganu adalah tinggi dan dipengaruhi oleh faktor IJT, status sosioekonomi, umur, jenis sekolah dan ciri personaliti.

# EATING DISORDERS AMONG FEMALE ADOLESCENTS IN SECONDARY SCHOOL IN KUALA TERENGGANU

## ABSTRACT

This study was carried out to determine the prevalence and factors that affected the risk of disordered eating attitudes and eating disorders among female adolescents in secondary schools in Kuala Terengganu. A total of 298 respondents aged 16 to 17 years were selected from three different types of school that consisted of daily school, boarding school and cluster school. Information of respondents' background and parents' background was obtained by using questionnaires. Eating Attitudes Test 40 (EAT-40) and Eating Disorder Inventory 64 (EDI-64) were used to evaluate disordered eating attitudes and eating disorders among respondents. Anthropometric measurements taken were weight, height and determination of Body Mass Index (BMI). Results from this study showed that the prevalence for risk of disordered eating attitudes was 17.8% while for risk of eating disorders, the prevalence was 55.7%. Findings showed that there was positive and significant relationship between disordered eating attitudes ( $p < 0.01$ ) and eating disorders ( $p < 0.05$ ) with BMI. Respondents that were classified as overweight and obese had a higher score of EAT-40 and EDI-64 compared to normal and underweight respondents. The chi-square test conducted revealed that age and socioeconomic status affected the risk for disordered eating attitudes among respondents ( $p < 0.05$ ). Types of school also showed positive and significant correlation with increased risk of disordered eating attitudes and eating disorders where respondents in

boarding school had a highest score in EAT-40 and EDI-64. Results of the study showed that personality traits had a positive correlation with increased risk of eating disorders ( $p < 0.01$  and  $p < 0.05$ ). Positive and significant relationship was also shown in correlation between personality traits and risk of disordered eating attitudes ( $p < 0.01$ ). As a conclusion, objectives of this study had been achieved and it was found that major risk factors that lead to disordered eating attitudes and eating disorders were BMI, socioeconomic status, age, types of school and personality traits.