



Emotional Intelligence and Eating Disorders: Comparison by Gender in Taekwondo Athletes

Galuh Puji Astuti¹⁾, Mustika Fitri²⁾, Septian Williyanto³⁾

Program Studi Ilmu Keolahragaan

Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

^{1,2,3}Universitas Pendidikan Indonesia

E-mail: ¹galuhpuji@upi.edu, ²mustikafitri@upi.edu, ³septianwilliyanto@upi.edu

ABSTRACT

Emotional intelligence is necessary to manage emotions and feelings to have a positive impact on mental health. This study examines emotional intelligence and eating disorders in taekwondo athletes. The purpose of this study was to determine the relationship between emotional intelligence and eating disorders with mental health disorders in taekwondo athletes and to provide gender-specific comparisons. A quantitative sample of 29 taekwondo athletes aged 13-17 was used as a research method. The Trait Emotional Intelligence Adolescent Short Form model was used to measure emotional intelligence and the EAT-26 model was used to measure eating disorders. The data analysis technique uses a correlation test. Based on data processing and analysis using SPSS, the results show a relationship between emotional intelligence and eating disorders in 13-17-year-old male taekwondo athletes, and there was no relationship between emotional intelligence and eating disorders in female taekwondo athletes. The conclusion of this research is that there is a negative and significant relationship between emotional intelligence and eating disorders in adolescent taekwondo athletes.

Keywords: *Emotional Intelligence, Eating Disorders, Adolescent Athletes*

Kecerdasan Emosional dan Gangguan Makan: Perbandingan Berdasarkan Gender Pada Atlet Taekwondo

ABSTRAK

Kecerdasan emosional diperlukan untuk mengendalikan perasaan dan emosi sehingga dapat memberikan dampak positif pada kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mendapati hubungan antara kecerdasan emosi dan gangguan makan sebagai salah satu gangguan mental pada atlet taekwondo dan memberikan perbandingan berdasarkan jenis kelamin. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dengan sampel sebanyak 29 atlet taekwondo berusia 13-17 tahun. Instrumen penelitian yang digunakan adalah Trait Emotional Intelligence Adolescent Short Form untuk mengukur kecerdasan emosional dan Eating Attitude Test-26 untuk mengukur gangguan makan. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi. Berdasarkan pengolahan dan analisis data dengan menggunakan SPSS, hasil yang diperoleh memperlihatkan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan gangguan makan pada atlet taekwondo laki-laki usia 13-17 tahun dan tidak ada hubungan antara kecerdasan emosional dan gangguan makan pada atlet taekwondo perempuan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif dan signifikan antara kecerdasan emosional dan gangguan makan pada atlet taekwondo usia remaja.

Kata Kunci: Kecerdasan Emosional, Gangguan Makan, Atlet Remaja

© 2023 UNIVERSITAS INSAN BUDI UTOMO

P-ISSN 2613-9421

E-ISSN 2654-8003

Info Artikel

Dikirim : 22 September 2023

Diterima : 27 November 2023

Dipublikasikan : 30 November 2023

✉ Alamat korespondensi: galuhpuji@upi.edu

Universitas Pendidikan Indonesia, Jl. Dr. Setiabudi No. 229, Isola, Kec. Sukasari,
Kota Bandung, Jawa Barat 40154, Indonesia

PENDAHULUAN

Gangguan makan merupakan gangguan berkaitan dengan makan, pikiran, sikap, dan emosi, yang berdampak pada terhadap gangguan fisiologis (Hasna, 2021). Gangguan makan termasuk ke dalam salah satu gangguan kejiwaan yang memiliki dampak negatif terhadap kesehatan fisik dan mental seseorang dengan tanda-tanda adanya perilaku makan yang tidak wajar terkait dengan karakteristik psikologis yang berkaitan dengan makan, citra dan bobot tubuh (Zhang et al., 2022). Beberapa ahli seperti Capasso et al. (2009), Meyer et al. (2010), Park et al. (1995), dan Zysberg & Rubanov (2010) meyakini bahwa gangguan makan dipengaruhi oleh sejumlah faktor, antara lain: genetika, usia, jenis kelamin, pengetahuan, kepercayaan diri dan citra tubuh. Gangguan makan kebanyakan berkembang dan kerap kali terjadi pada usia remaja dan dewasa awal. Pada usia ini, baik wanita maupun pria cenderung berambisi untuk memiliki bentuk tubuh yang ideal. Wanita cenderung menginginkan bentuk tubuh yang lebih ramping, sedangkan pria lebih menginginkan bentuk tubuh yang besar dan berotot (Krentz & Warschburger, 2011). Studi yang dilakukan pada remaja Belanda menunjukkan bahwa 22% dari 296 remaja mengalami gangguan makan (Smink et al., 2014). Dua kategori gangguan makan yang paling serius adalah *anorexia nervosa* dan *bulimia nervosa* (Sato & Fukudo, 2015). Rasa khawatir yang tinggi akan bentuk tubuh dan berat badan merupakan faktor yang memicu terjadi gangguan makan karena akan menimbulkan pola makan yang buruk terutama pada kalangan atlet pada cabang olahraga yang berkaitan dengan beray badan (Golden et al., 2016). Selain itu, diet berlebihan dan riwayat keluarga dengan gangguan makan juga dapat menjadi faktor penyebab terjadinya gangguan makan (Hilbert et al., 2014).

Tingkat penyebaran gangguan makan terus bertambah secara global. Angka penyebaran gangguan makan pada tahun 2000-2006 yang semula hanya 3,5% menjadi dua kali lipat pada tahun 2013-2018 yakni 7,8% (Galmiche et al., 2019). Dalam studi gangguan makan yang dilakukan pada remaja di ibu kota Jakarta menyebutkan bahwa sekitar 34,8% remaja di kota tersebut menderita gangguan makan (Krisnani et al., 2018). Namun, karena kurangnya penelitian yang membahas mengenai permasalahan ini, sampai saat ini belum diketahui seperti apa penyebaran gangguan makan yang terjadi di Indonesia (Hasna, 2021).

Kecerdasan emosional diartikan sebagai kecakapan untuk dapat mengenali, memahami, dan mengendalikan emosi diri sendiri dan orang lain (Mayer et al., 2001). Kecerdasan emosional dapat dibedakan ketika seseorang mengambil keputusan dalam tindakan dengan menggunakan informasi yang dimiliki (Mayer & Salovey, 1993). Kecerdasan emosional dua kali lebih penting apabila dibandingkan dengan kecerdasan intelektual karena kecerdasan emosional memiliki peranan dalam kehidupan sosial yang mengharuskan individu untuk melakukan interaksi dengan individu lain maupun lingkungan sosial (Goleman, 1998). Kecerdasan emosional meliputi seluruh penalaran secara akurat tentang emosi dan menggunakan emosi untuk meningkatkan penalaran (Mayer et al., 2008). Kecerdasan emosional merupakan seperangkat keterampilan, karakteristik dan kemampuan non kognitif (emosional dan sosial) yang dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk menghadapi tuntutan lingkungan dan berhasil dalam lingkungan yang sulit dan penuh tekanan. Kecerdasan emosional menjadi salah satu indikator yang mempengaruhi gangguan makan karena individu dengan gangguan makan mungkin mengalami kekurangan untuk menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan emosi (Zhang et al., 2022). Tingginya tingkat kecerdasan emosional umumnya dianggap mempunyai kemampuan lebih baik untuk mengendalikan emosi dan mengatasi permasalahan sehari-hari (Markey & Wal, 2007). Kecerdasan emosional akan membantu atlet untuk bisa memotivasi diri dan bertahan dalam menghadapi rasa frustrasi serta dapat mengatur suasana hati agar tidak menimbulkan stress yang akan berakibat negatif pada kesehatan mental maupun fisik (Ferdinandus & Limanto, 2020).

Atlet memiliki tingkat kecerdasan emosional yang lebih tinggi apabila dibandingkan dengan non-atlet (Costarelli & Stamou, 2009). Namun, populasi atlet dengan gangguan makan lebih tinggi dibandingkan dengan non-atlet dan lebih umum terjadi pada atlet dengan cabang olahraga yang bergantung pada berat badan daripada olahraga yang (Sundgot-borgen & Torstveit, 2004). Pendapat tersebut sejalan dengan Byrne & McLean (2001) yang mengungkapkan bahwa atlet pria dan wanita dengan cabang olahraga yang menekankan pada berat badan rendah menunjukkan gejala gangguan makan yang jauh lebih tinggi daripada atlet lain dan non-atlet.

Penelitian Foye et al. (2019) menggambarkan bahwa ketidakmampuan untuk mengatasi, mengatur dan mengekspresikan emosi berhubungan dengan perilaku gangguan makan. Penelitian meta-analisis Zhang et al. (2022) yang membahas mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dan gangguan makan, mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional dapat menjadi faktor penyebab terjadinya gangguan makan. Namun, faktor-faktor lain seperti orientasi seksual, status sosial ekonomi dan karir (aktor, model atau atlet) memerlukan penjelasan lebih lanjut pada penelitian mendatang. Costarelli & Stamou (2009) pada penelitiannya tentang kecerdasan emosional, citra tubuh dan gangguan makan pada atlet olahraga menyampaikan bahwa atlet olahraga tarung cenderung memiliki tingkat kecerdasan emosional lebih tinggi dibandingkan dengan non-atlet. Namun, tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam hal gangguan makan. Berkaitan dengan perbedaan jenis kelamin, penelitian tersebut menggunakan 14 sample perempuan dan 6 sampel laki-laki atlet. Subjek laki-laki terlalu kecil apabila dibandingkan dengan perempuan sehingga pada studi lebih lanjut diperlukan perbandingan yang lebih baik dari kedua jenis kelamin.

Kemampuan untuk memahami, mengevaluasi dan mengekspresikan emosi secara akurat akan berdampak positif pada kemampuan untuk mengatasi berbagai bentuk kecemasan. Atlet yang pintar mengelola emosi tentu dapat mengontrol kecemasan salah satunya kecemasan akan berat badan. Berdasarkan uraian di atas penulis ingin mengetahui hubungan kecerdasan emosional dan gangguan makan pada atlet cabang olahraga taekwondo yang bergantung pada berat badan dan membandingkannya antara atlet laki-laki dan perempuan.

METODE

Metode penelitian kuantitatif bersifat kausal komparatif merupakan metode yang diaplikasikan dalam penelitian ini. Studi kausal komparatif merupakan studi membandingkan dua sampel yang berbeda dalam variabel yang diteliti namun serupa dalam hal lain (Fraenckel & Wallen, 2012).

Dalam penelitian ini, data awal yang diperoleh berjumlah 40 atlet. Setelah dilakukan teknik *non probability sampling* menggunakan metode *purposive sampling* yang merupakan teknik pengambilan sampel yang memperhatikan

bahan pemikiran tertentu dengan menggunakan penilaian personal untuk memilih sampel. Kriteria sampel pada penelitian ini, yaitu: 1) Atlet taekwondo Jawa Barat; 2) Berusia 13-17 tahun; 3) Sudah mengikuti beladiri taekwondo minimal 1 tahun; dan 4) Pernah mengikuti kejuaraan taekwondo. Setelah dipilih dengan kriteria tersebut, didapatkan 29 orang atlet taekwondo dengan 15 orang laki-laki dan 14 orang perempuan.

Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner, disebarkan kepada atlet remaja taekwondo Jawa Barat. Kuesioner tersebut terdiri dari 2 komponen, komponen pertama berisi kuesioner untuk mengukur kecerdasan emosional pada usia remaja dan kuesioner gangguan makan. *Trait Emotional Intelligence Questionnaire - Adolescent Short Form / TEIQue-ASF* merupakan kuesioner pengukur kecerdasan emosional yang digunakan. Kuesioner ini berfokus pada cara pandang individu terhadap emosi dan persepsi yang diukur dengan *self-report* (Petrides et al., 2007), terdiri dari 30 butir pertanyaan dengan 15 butir pertanyaan bersifat positif dan 15 butir pertanyaan lainnya bersifat negatif yang dibagi menjadi 4 indikator (Petrides, 2009) yakni *emotionally* (pertanyaan nomor 1, 2, 8, 13, 16, 17, 23 dan 28), *sociability* (pertanyaan nomor 6, 10, 11, 21, 25 dan 26), *self-control* (pertanyaan nomor 4, 7, 15, 19, 22 dan 30) dan *well-being* (pertanyaan nomor 5, 9, 12, 20, 24 dan 27). Kuesioner ini memiliki nilai signifikansi 0,001 dengan *alfa cronbach* 0,83. Diisi dengan menggunakan skala Likert 7 pilihan (sangat tidak setuju-sangat setuju). Setiap skala memberi pilihan tingkat setuju atau tidak setuju. Semakin besar skala yang dipilih maka semakin tinggi pula tingkat kesepakatannya.

Bagian kedua berisi kuesioner untuk mengukur gangguan makan (*Eating Attitudes Test - 26 / EAT-26*). EAT-26 digunakan untuk mengukur kecenderungan *anorexia nervosa*. Kuesioner ini menggunakan 26 pertanyaan dengan format skala Likert dengan 6 pilihan jawaban (selalu-tidak pernah) Semakin besar skor yang diperoleh pada skala EAT-26 maka semakin tinggi kecenderungan individu menderita *anorexia nervosa*, begitu pula sebaliknya.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan komputasi statistik SPSS versi 26. Menguji hubungan antara kecerdasan emosional dengan gangguan

makan menggunakan uji korelasi, lalu membandingkan hasil yang diperoleh pada laki-laki dan perempuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kecerdasan Emosional Atlet Taekwondo Usia Remaja

Hasil TEIQue-ASF menunjukkan bahwa pada indikator *emotionally* (mengendalikan emosi), atlet taekwondo laki-laki memiliki skor rata-rata yang lebih tinggi dari perempuan. Hal ini berarti bahwa atlet laki-laki dapat lebih menyadari serta meluapkan emosi atau perasaan yang dimiliki dengan baik kepada diri sendiri maupun orang lain. Indikator *sociability* (bersosialisasi) menunjukkan bahwa rata-rata perempuan lebih tinggi apabila dibandingkan dengan laki-laki. Artinya atlet perempuan mampu melakukan interaksi, komunikasi sekaligus menjadi pendengar yang baik dan memiliki kepercayaan diri yang tinggi apabila disandingkan dengan individu lain dari berbagai latar belakang.

Tabel 1. Nilai Rata-rata Kecerdasan Emosional Atlet

Indikator	Laki-laki	Perempuan
	N (15)	N (14)
<i>Emotionally</i>	37,28	33,79
<i>Sociability</i>	25,4	24,5
<i>Self-control</i>	30,4	29
<i>Well-being</i>	27,73	25,64
Rata-rata	137,93	128,43

Pada indikator *self-control* (mengendalikan diri), atlet laki-laki memperoleh skor rata-rata yang lebih besar dibanding perempuan. Atlet laki-laki mempunyai kemampuan lebih baik dalam mengendalikan stres, menghadapi tekanan eksternal serta memiliki kontrol yang baik dalam memprioritaskan keinginan dan hal yang mendesak. Sedangkan pada indikator *well-being* (adaptasi), atlet perempuan mendapat hasil rata-rata yang lebih kecil bila dibandingkan dengan atlet laki-laki. Dengan demikian, atlet laki-laki mampu beradaptasi dan memiliki aura positif serta bahagia bahkan dapat menjelaskan kehidupannya dari masa lalu sampai harapannya untuk masa yang akan datang tanpa rasa kecewa.

Secara keseluruhan atlet taekwondo perempuan memiliki nilai rata-rata kecerdasan emosional yang lebih rendah, yakni 128,43 dibandingkan dengan laki-

laki dengan skor rata-rata 137,93. Tingkat kecerdasan emosional yang tinggi akan meningkatkan fungsi mental menjadi lebih baik (Nolidin et al., 2013). Kecerdasan emosional membuat individu menjadi lebih pintar, karena kecerdasan emosional berada di alam bawah sadar sehingga dapat membuat individu memiliki pemahaman lebih dalam mengenai diri sendiri maupun orang lain (Boyatzis et al., 1999). TEIQue-ASF (kecerdasan emosional) dibagi menjadi dua kategori, yakni kategori tinggi (skor ≥ 120) dan kategori rendah (skor < 120).

Tabel 2. Persentase Kecerdasaan Emosional Laki-laki

Kategori	N	%
Rendah	2	13%
Tinggi	13	87%
Total	15	100%

Tabel 2 memperlihatkan bahwa pada atlet laki-laki (dari 15 orang atlet) hanya terdapat 2 atlet (13%) yang masuk dalam kategori kecerdasan emisonal rendah yakni < 120 , dan sisanya sebanyak 13 atlet (87%) termasuk dalam kategori yang tinggi yakni ≥ 120 . Pada atlet laki-laki, kebanyakan atlet memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi.

Tabel 3. Persentase Kecerdasaan Emosional Perempuan

Kategori	N	%
Rendah	4	29%
Tinggi	10	71%
Total	14	100%

Tabel 3 menunjukkan bahwa pada atlet perempuan, dari 14 orang atlet terdapat 4 atlet (29%) yang masuk dalam kategori kecerdasan emosional rendah yakni < 120 dan 71% lainnya yakni 10 atlet termasuk dalam kategori TEIQue-ASF tinggi dengan skor ≥ 120 . Pada atlet perempuan, kebanyakan atlet memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi.

Gangguan Makan pada Atlet Taekwondo Usia Remaja

Kuesioner EAT-26 dihitung dengan menjumlahkan seluruh skor yang ada pada setiap pertanyaan. Total skor yang lebih tinggi akan menunjukkan risiko terkena gangguan makan yang lebih tinggi. Skor EAT-26 yang lebih dari 20 dianggap sebagai skor positif, yakni kemungkinan gangguan makan lebih besar.

Tabel 4. Persentase Gangguan Makan Perempuan

Kategori	Laki-laki		Perempuan	
	N	%	N	%
EAT-26 > 20	4	27%	4	29%
EAT-26 < 20	11	73%	10	71%
Total	15	100%	14	100%

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa sebagian besar atlet taekwondo tidak berisiko gangguan makan. Atlet taekwondo perempuan memiliki rata-rata 15,50 lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki yang memiliki skor rata-rata 15,07. Sejalan dengan studi Smink et al. (2014) yang menyimpulkan bahwa gangguan makan sering kali pada remaja wanita. Sebanyak 27% atlet laki-laki memiliki kecenderungan gangguan makan dan 29% atlet perempuan juga memiliki kecenderungan gangguan makan. Sesuai dengan studi sebelumnya, pada atlet laki-laki gangguan makan kurang menonjol apabila dibandingkan dengan atlet perempuan (Baum, 2006). Selain itu, berdasarkan penelitian Mancine et al. (2020) menyebutkan bahwa 70% remaja perempuan melaporkan perilaku gangguan makan yang disebabkan karena adanya tekanan dari pelatih dan orang tua untuk terus meningkatkan performa dengan menjaga berat badan.

Hubungan Kecerdasan Emosional dan Gangguan Makan pada Atlet Taekwondo Usia Remaja

Setelah dilakukan analisis menggunakan uji korelasi pada SPSS 26 diketahui bahwa secara umum tidak ditemukan hubungan antara kecerdasan emosional dan gangguan makan pada atlet taekwondo Jawa Barat dengan nilai signifikansi 0,063. Namun, pada atlet taekwondo laki-laki dengan nilai signifikansi 0,037 menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dan gangguan makan pada taraf signifikansi 5% (0,05). Pada atlet perempuan, tidak ditemukan hubungan antara kecerdasan emosional dan gangguan makan. Nilai signifikansi yang diperoleh yakni 0,407.

Pada atlet laki-laki dengan skor kecerdasan emosional lebih tinggi, tingkat gangguan makannya pun cenderung lebih rendah. Berbeda dengan atlet perempuan dengan skor kecerdasan emosional lebih rendah memiliki tingkat gangguan makan lebih tinggi. Sesuai dengan penelitian (Markey & Vander Wal,

2007) yang menyatakan bahwa pada perempuan, kecerdasan emosional yang rendah memiliki kontrol terhadap emosi yang rendah pula sehingga dapat menyebabkan perilaku makan yang berlebihan. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Foye et al., 2019a) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional yang rendah berpengaruh terhadap sikap makan yang menjadi tidak sehat yang pada akhirnya akan menimbulkan gangguan makan. Menurut Weaving et al. (2014) individu dengan *trait emotional intelligence* yang tinggi mampu mengatasi stress dan memiliki kecenderungan melihat situasi yang penuh tekanan sebagai tantangan daripada ancaman.

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi Kecerdasan Emosional dan Gangguan Makan

Kategori	N	Nilai Signifikansi
Keseluruhan	29	0,063
Laki-laki	15	0,037
Perempuan	14	0,407

SIMPULAN

Atlet taekwondo Jawa Barat usia remaja secara umum tidak ada keterkaitan antara kecerdasan emosional dan gangguan makan. Namun, atlet taekwondo laki-laki menunjukkan adanya keterkaitan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan gangguan makan. Lain halnya dengan atlet taekwondo perempuan. Pada atlet taekwondo perempuan tidak ditemukan hubungan antara kecerdasan emosional dan gangguan makan. Semakin tinggi kecerdasan emosional, maka semakin rendah gangguan makan.

Penelitian ini memiliki keterbatasan tertentu yang perlu diakui. Jumlah atlet yang diteliti masih relatif kecil walaupun perbandingan jumlah sampel antar jenis kelamin tidak terlalu jauh. Studi selanjutnya diperlukan ukuran sampel yang lebih besar dengan tetap memperhatikan perbandingan jumlah sampel antar jenis kelamin. Penelitian ini hanya melibatkan atlet klub bukan atlet binaan yang tinggal di asrama, adanya perbedaan gaya hidup dan pola makan pada atlet yang tinggal di asrama dengan atlet yang tinggal di rumah perlu diteliti lebih lanjut untuk mengetahui perbedaan antara keduanya.

DAFTAR RUJUKAN

- Baum, A. (2006). Current opinion. Eating disorders in the male athlete. *Sports Medicine*, 36(1), 1–6. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,shib&db=jlh&AN=106421617&site=ehost-live>
- Boyatzis, R. E., Goleman, D., & Rhee, K. (1999). *CLUSTERING COMPETENCE IN EMOTIONAL INTELLIGENCE: INSIGHTS FROM THE EMOTIONAL COMPETENCE INVENTORY (ECI)*. www.eiconsortium.org
- Capasso, A., Petrella, C., & Milano, W. (2009). Recent Clinical Aspects of Eating Disorders. In *Reviews on Recent Clinical Trials* (Vol. 4).
- Costarelli, V., & Stamou, D. (2009). Emotional Intelligence, Body Image and Disordered Eating Attitudes in Combat Sport Athletes. *Journal of Exercise Science and Fitness*, 7(2), 104–111. [https://doi.org/10.1016/S1728-869X\(09\)60013-7](https://doi.org/10.1016/S1728-869X(09)60013-7)
- Ferdi Irawan, Y., & Limanto, D. (2020). Pengaruh Kecerdasan Emosi dan Kesiapan Diri Terhadap Pertandingan Pada Pemain Walet Muda Futsal Academy Kebumen Tahun 2020. *Jurnal Moderasi Olahraga*.
- Foye, U., Hazlett, D. E., & Irving, P. (2019a). Exploring the role of emotional intelligence on disorder eating psychopathology. *Eating and Weight Disorders*, 24(2), 299–306. <https://doi.org/10.1007/s40519-018-0629-4>
- Foye, U., Hazlett, D. E., & Irving, P. (2019b). ‘The body is a battleground for unwanted and unexpressed emotions’: exploring eating disorders and the role of emotional intelligence. *Eating Disorders*, 27(3), 321–342. <https://doi.org/10.1080/10640266.2018.1517520>
- Fraenckel, J. R., & Wallen, N. E. (2012). How to Design and Evaluate Research in Education. In *Encyclopedia of Database Systems*. https://doi.org/10.1007/978-1-4899-7993-3_80736-1
- Galmiche, M., Déchelotte, P., Lambert, G., & Tavolacci, M. P. (2019). Prevalence of eating disorders over the 2000-2018 period: A systematic literature review. *American Journal of Clinical Nutrition*, 109(5), 1402–1413. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqy342>
- Golden, N. H., Schneider, M., Wood, C., Daniels, S., Abrams, S., Corkins, M., De Ferranti, S., Magge, S. N., Schwarzenberg, S., Critch, J., Hubbard, V., Scanlon, K., Soto, V., Burrowes, D., Haro, T., Braverman, P. K., Adelman, W., Alderman, E. M., Breuner, C. C., ... Lindros, J. (2016). Preventing obesity and eating disorders in adolescents. *Pediatrics*, 138(3). <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1649>

- Goleman, D. (1998). *Working with Emotional Intelligence*. Bantam.
- Hasna, A. (2021). Diagnosis dan Tatalaksana Bulimia Nervosa. *Jurnal Medika Hutama*, 02(04), 1218–1222.
- Hilbert, A., Pike, K. M., Goldschmidt, A. B., Wilfley, D. E., Fairburn, C. G., Dohm, F. A., Walsh, B. T., & Striegel Weissman, R. (2014). Risk factors across the eating disorders. *Psychiatry Research*, 220(1–2), 500–506. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2014.05.054>
- Krentz, E. M., & Warschburger, P. (2011). *A longitudinal investigation of sports-related risk factors for disordered eating in aesthetic sports*. 2007, 1–8. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2011.01380.x>
- Krisnani, H., Santoso, M. B., & Putri, D. (2018). Gangguan Makan Anorexia Nervosa Dan Bulimia Nervosa Pada Remaja. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 399. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i3.18618>
- Mancine, R., Kennedy, S., Stephan, P., & Ley, A. (2020). Disordered Eating and Eating Disorders in Adolescent Athletes. *Spartan Medical Research Journal*, 4(2). <https://doi.org/10.51894/001c.11595>
- Markey, M. A., & Vander Wal, J. S. (2007). The role of emotional intelligence and negative affect in bulimic symptomatology. *Comprehensive Psychiatry*, 48(5), 458–464. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2007.05.006>
- Markey, M. A., & Wal, J. S. Vander. (2007). *The role of emotional intelligence and negative affect in bulimic symptomatology*. 48, 458–464. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2007.05.006>
- Mayer, J. D., Roberts, R. D., & Barsade, S. G. (2008). Human abilities: Emotional intelligence. *Annual Review of Psychology*, 59, 507–536. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093646>
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The Intelligence of Emotional. In *INTELLIGENCE* (Vol. 17).
- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., & Sitarenios, G. (2001). Emotional Intelligence as a Standard Intelligence. *Emotion*, 1(3), 232–242. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.1.3.232>
- Meyer, C., Leung, N., Barry, L., & De Feo, D. (2010). Emotion and eating psychopathology: Links with attitudes toward emotional expression among young women. *International Journal of Eating Disorders*, 43(2), 187–189. <https://doi.org/10.1002/eat.20659>

- Nolidin, K., Downey, L. A., Hansen, K., Schweitzer, I., & Stough, C. (2013). Associations between social anxiety and emotional intelligence within clinically depressed patients. *Psychiatric Quarterly*, 84(4), 513–521. <https://doi.org/10.1007/s11126-013-9263-5>
- Park, R. J., Lawrie, S. M., & Freeman, C. P. (1995). Post-Viral Onset of Anorexia Nervosa. In *British Journal of Psychiatry* (Vol. 166).
- Petrides, K. V. (2009). *Psychometric Properties of the Trait Emotional Intelligence Questionnaire (TEIQue)* (pp. 85–101). https://doi.org/10.1007/978-0-387-88370-0_5
- Petrides, K. V., Pita, R., & Kokkinaki, F. (2007). The location of trait emotional intelligence in personality factor space. *British Journal of Psychology*, 98(2), 273–289. <https://doi.org/10.1348/000712606X120618>
- Sato, Y., & Fukudo, S. (2015). Gastrointestinal symptoms and disorders in patients with eating disorders. In *Clinical Journal of Gastroenterology* (Vol. 8, Issue 5, pp. 255–263). Springer-Verlag Tokyo. <https://doi.org/10.1007/s12328-015-0611-x>
- Smink, F. R. E., Van Hoeken, D., Oldehinkel, A. J., & Hoek, H. W. (2014). Prevalence and severity of DSM-5 eating disorders in a community cohort of adolescents. *International Journal of Eating Disorders*, 47(6), 610–619. <https://doi.org/10.1002/eat.22316>
- Sundgot-borgen, J., & Torstveit, M. K. (2004). *Prevalence of Eating Disorders in Elite Athletes Is Higher Than in the General Population*. 14(1), 25–32.
- Weaving, J., Orgeta, V., Orrell, M., & Petrides, K. V. (2014). Predicting anxiety in carers of people with dementia: The role of trait emotional intelligence. *International Psychogeriatrics*, 26(7), 1201–1209. <https://doi.org/10.1017/S1041610214000404>
- Zhang, J., Wang, Y., Wu, C., & He, J. (2022). The relationship between emotional intelligence and eating disorders or disordered eating behaviors: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 185(May 2021), 111239. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111239>
- Zysberg, L., & Rubanov, A. (2010). Emotional intelligence and emotional eating patterns: A new insight into the antecedents of eating disorders? *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 42(5), 345–348. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2009.08.009>