

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Remaja merupakan masa dimana individu mengalami perubahan-perubahan dalam aspek kognitif (pengetahuan), emosi (perasaan), sosial (interaksi) dan moral (akhlak) (Saputro, 2018). Batasan usia remaja menurut World Health Organization (WHO) 2018 adalah 10 sampai 19 tahun, jika pada usia remaja seseorang sudah menikah, maka ia tergolong dalam dewasa dan bukan lagi remaja. Sebaliknya jika usia sudah bukan lagi remaja tetapi masih tergantung pada orang tua (tidak mandiri), maka tetap dimasukkan ke dalam kelompok remaja.

Masa remaja merupakan masa yang dikenal dengan pencarian jati diri atau identitas. pencarian identitas diri berlangsung karena pola pikir, minat-minat yang kekanak-kanakan sudah mulai ditinggalkan dan tugas perkembangan pun sudah mulai berbeda. Remaja mengalami perubahan yang terjadi tak hanya pada perubahan fisik, namun juga konsep diri yang di dalamnya memuat perkembangan identitas remaja. Hal-hal yang dihadapi oleh remaja, sebagian besar menyangkut tentang dirinya. Sementara diri (self) terbentuk dengan adanya konsep tentang diri (self concept). Menurut Erikson (dalam Rahmaningsih & Martani, 2014) menyatakan bahwa konsep diri merupakan suatu penelitian terhadap identitas pada

masa remaja, khususnya perhatian terhadap cara individu dalam memersepsikan dirinya.

Remaja putri selalu menilai dirinya melalui kaca mata orang lain yaitu teman-teman sepergaulannya (Ratnawati, 2012). Media pun merupakan salah satu sumber yang sangat penting dalam menciptakan pandangan remaja dalam menilai dan meniru bentuk tubuh yang diinginkan. Berawal dari penampilan fisik, remaja mulai memberikan persepsi tentang bentuk fisik yang dimiliki, kemudian beranjak pada penampilan fisik yang dimiliki orang lain hingga standar tubuh yang harus dimiliki setiap perempuan.

Seseorang remaja menganggap kondisi fisiknya tidak sesuai dengan konsep idealnya, maka remaja tersebut akan merasa memiliki kekurangan secara fisik meskipun dalam pandangan orang lain sudah dianggap menarik. Hal tersebut dapat mempengaruhi harga diri seorang remaja.

Harga diri merupakan evaluasi seseorang terhadap dirinya. Menurut Burn (dalam Nourmalita, 2016), terdapat lima faktor yang mempengaruhi harga diri, yaitu pengalaman, pola asuh, lingkungan, sosial ekonomi dan citra tubuh. Apabila remaja putri memiliki reaksi negatif pada bentuk tubuhnya dengan menyalahkan dirinya atas tubuhnya yang akan mempengaruhi harga diri individu itu sendiri. Baron & Bryne (dalam (Nourmalita, 2016).

Menurut Rosenberg (dalam Gracia & Akbar, 2019) harga diri (self-esteem) disebut juga perasaan penerimaan diri (self-acceptance), penghargaan diri (self-respect dan self-worth) yang di definisikan sebagai bentuk evaluasi diri positif maupun negatif terkait diri sendiri (self). Harga diri membawa dampak pada persepsi remaja terhadap citra tubuhnya yang kemudian berpotensi mengarahkan remaja kepada kecenderungan mengalami gangguan dismorfik tubuh.

Gangguan dismorfik tubuh adalah suatu gangguan dimana individu memiliki preokupasi terhadap penampilan fisik yang dimilikinya. Preokupasi ini menyebabkan distress serta penurunan fungsi social. American Psychiatric Association (dalam Nurlita & Lisiswanti 2016). Menurut Phillips penyebab gangguan dismorfik tubuh belum diketahui secara pasti. Akan tetapi, studi-studi yang dilakukan dalam penelitian terdahulu menunjukkan beberapa kemungkinan faktor yang menyebabkan munculnya gangguan dismorfik tubuh. Gangguan dismorfik tubuh diduga berasal dari kombinasi kompleks dari faktor predisposisi genetik atau neurobiologis, pengalaman hidup, dan faktor sosiokultural.

Pasien dengan gangguan dismorfik tubuh memiliki kecenderungan menjadi pasien rumah sakit jiwa (48%), pengangguran (31%), hingga kejadian bunuh diri (22-24%), hal tersebut dapat terjadi akibat sikap pasien yang mengisolasi diri dari kehidupan sosial dan memiliki kesulitan dalam menjalin hubungan antar individu. Tercatat bahwa sekitar 1 – 1,5 % populasi dunia memiliki kecenderungan mengalami gangguan dismorfik tubuh dan pengaruhnya lebih besar pada

masyarakat yang sosial budayanya sangat memerhatikan penampilan (Rahmania & Yuniar, 2012)

Taqi dkk (dalam Rahmania & Yuniar, 2012) melakukan survey pada 156 siswa kedokteran di Pakistan, 57,1% diantaranya adalah perempuan. Sebanyak 78,8% siswa menunjukkan ketidakpuasan terhadap beberapa aspek penampilan dan 5,8% siswa memenuhi kriteria gangguan dismorfik tubuh. menurut DSM IV. Bagian yang menjadi fokus perhatian pada perempuan yaitu masalah berat badan (40,4%), kulit (24,7%), dan gigi (18%).

Menurut Croll (dalam Nourmalita, 2016) Gangguan tersebut semakin sering terjadi, terutama di kalangan remaja putri. Penelitian menunjukkan bahwa sekitar 50-88 % dari remaja putri merasa negatif tentang bentuk tubuh mereka atau ukuran bentuk tubuhnya.

Menurut Eander, dkk (dalam Fazriyani & Rahayu, 2019) Prevalensi gejala gangguan dismorfik tubuh secara signifikan diperkirakan sekitar 1-2% pada cohort yang berbeda, dengan prevalensi yang lebih tinggi terdapat pada wanita yaitu 1,3 – 3,3 % daripada pada laki-laki yaitu 0,2 - 0,6%. Heritabilitas kekhawatiran dismorfik tubuh diperkirakan sekitar 49% terjadi pada usia 15 tahun, usia 18 tahun sebesar 39%, dan sebanyak 37% pada usia 20 – 28 tahun dengan varian sisa merupakan akibat dari lingkungan.

Dalam penelitian yang dilakukan (Fazriyani & Rahayu, 2019) di SMA negeri yang berada di kota Semarang, didapatkan bahwa sebagian besar kecenderungan gangguan dismorfik tubuh remaja putri dalam kategori tinggi yaitu 120 remaja putri (55,6%), dan dalam kategori rendah yaitu sebanyak 96 remaja putri (44,4%). Penelitian ini ditemukan beberapa kecenderungan gangguan dismorfik tubuh yang umumnya dialami oleh remaja putri yaitu mereka selalu memikirkan penampilan saat bersama orang-orang terdekatnya (keluarga, teman, dan pacar), selalu mengambil foto secara berulang-ulang hingga hasilnya memuaskan, mencoba berbagai macam perawatan wajah atau badan (skin care), sering menghabiskan waktu lama untuk berhias sebelum bepergian, mengenakan pakaian yang dapat membuat bentuk tubuh terlihat lebih menarik. Hal tersebut merupakan sebuah mekanisme koping yang dilakukan remaja agar tubuhnya terlihat ideal.

Menurut (Nasir & Muhith, 2011) Mekanisme koping merupakan suatu cara yang digunakan seseorang untuk menyelesaikan masalah, mengatasi perubahan yang terjadi, mengatasi situasi yang mengancam baik secara kognitif maupun perilaku. Mekanisme koping terbagi menjadi dua yaitu mekanisme koping adaptif dan mekanisme koping maladaptif. Mekanisme koping adaptif merupakan mekanisme yang mendukung fungsi integrasi, pertumbuhan, belajar dan mencapai tujuan. Sedangkan mekanisme koping maladaptif merupakan mekanisme koping yang menghambat fungsi memecahkan pertumbuhan menurunkan otonomi dan cenderung menguasai lingkungan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMPN 2 Cisarua menggunakan kuesioner yang dibagikan kepada 10 siswa yang dipilih secara acak didapatkan, 7 dari 10 remaja putri di SMPN 2 Cisarua mengalami kecenderungan gangguan dismorfik tubuh. Dari data yang telah diambil sebagian remaja putri merasa tidak puas dengan dirinya. memiliki keinginan untuk mengubah bentuk tubuhnya, mereka merasa tubuhnya terlalu gemuk, sering berganti-ganti baju yang cocok agar penampilannya menarik, merasa membutuhkan diet untuk mendapatkan tubuh yang ideal, menghindari pertemuan dengan orang lain karena malu dengan penampilannya, dan memeriksa penampilan secara berulang-ulang. Berdasarkan data tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Gambaran Harga diri dan mekanisme koping Pada Remaja Putri dengan Kecenderungan Gangguan Dismorfik Tubuh di SMPN 2 Cisarua.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis membuat rumusan masalah “Bagaimana gambaran harga diri dan mekanisme koping pada remaja putri dengan kecenderungan gangguan dismorfik tubuh di SMPN 2 Cisarua”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Untuk mengetahui gambaran harga diri dan mekanisme koping pada remaja putri dengan kecenderungan gangguan dismorfik tubuh.

## **2. Tujuan Khusus**

- Untuk mengetahui gambaran karakteristik yang terdiri dari keinginan merubah fisik, jumlah teman sebaya, durasi memperhatikan penampilan, cara merawat kecantikan dan informasi mengenai perawatan kecantikan pada remaja putri yang memiliki kecenderungan gangguan dismorfik tubuh.
- Untuk mengetahui gambaran harga diri pada responden yang memiliki kecenderungan gangguan dismorfik tubuh.
- Untuk mengetahui gambaran mekanisme koping pada responden yang memiliki kecenderungan gangguan dismorfik tubuh.

## **D. Manfaat penelitian**

### **1. Peneliti**

- a. Mendapatkan informasi tentang gambaran harga diri pada remaja putri dengan kecenderungan gangguan dismorfik tubuh.
- b. Mendapatkan informasi tentang gambaran mekanisme koping pada remaja putri dengan kecenderungan gangguan dismorfik tubuh.
- c. Menambah wawasan, pengalaman dan meningkatkan pengetahuan tentang proses dan cara-cara penelitian deskriptif.

## **2. Bagi Institusi**

- a. Sebagai bahan wacana, ilmu pengetahuan, dan data dasar bagi mahasiswa/i Prodi Keperawatan Bogor tentang Ilmu Keperawatan Jiwa yang berkaitan dengan Gangguan Dismorfik Tubuh.
- b. Sebagai data dasar penelitian selanjutnya untuk lebih meningkatkan mutu asuhan keperawatan jiwa masyarakat.
- c. Sebagai sumber referensi dan acuan terbaru bagi data perpustakaan kampus.

## **3. Tempat Penelitian**

Di harapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan gambaran tentang Harga diri dan Mekanisme Koping pada Remaja putri yang memiliki kecenderungan gangguan dismorfik tubuh.