

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan suatu fase perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, berlangsung antara usia 10-19 tahun. Masa remaja terdiri dari remaja awal (10-14 tahun), masa remaja pertengahan (14-17 tahun) dan masa remaja akhir (17-19 tahun) . pada masa remaja terjadi banyak perubahan baik biologis, psikologis maupun sosial (Kusumawati, 2010). Perubahan emosi yang terjadi pada remaja awal bereaksi cepat dan emosional sedangkan remaja akhir sudah mampu mengendalikan emosi hingga mendapatkan situasi dan kondisi yang tepat untuk mengekspresikan dirinya (Wong, 2009). Perubahan psikis yang dapat dialami remaja antara lain suka mencari perhatian dan bertindak tanpa berpikir terlebih dahulu, dan mudah bereaksi bahkan agresif terhadap gangguan atau rangsangan luar yang mempengaruhinya (Sarry, 2017). Banyaknya perubahan yang terjadi pada remaja menimbulkan beberapa masalah dan perilaku penyimpangan.

Masalah yang dialami remaja salah satunya adalah gangguan citra tubuh. Masa remaja berdeda dengan anak-anak yang perkembangan citra tubuhnya masih berada dibawah pola asuh orang tua, citra tubuh remaja cenderung dipengaruhi oleh interaksi teman sebaya, teman kencan dan orang lain disekitarnya. Pengaruh teman sebaya menjadi sangat signifikan sepanjang masa remaja. Penelitian menunjukkan bahwa ketika 1000 peserta didik berusia

antara 13-17 tahun diminta menyebutkan pengaruh terbesar yang dihadapi oleh remaja masa kini, tekanan dari teman sebaya menunduki tempat kedua dibawah narkoba (Widiasti dan Ni Luh Rahayu, 2016). Seringkali secara langsung, teman sebaya menjadikan penampilan fisik sebagai bahan ejekan terhadap individu di dalam kelompoknya atau dikenal dengan *body shaming*.

Perlakuan *body shaming* adalah pengalaman yang dialami individu ketika kekurangan dipandang sebagai sesuatu yang negatif oleh orang lain dari bentuk tubuhnya. Perlakuan *body shaming* termasuk *bullying* secara verbal dengan membully badan seseorang (Dolezal, 2015). Traumatis merupakan salah satu efek dari *body shaming*. Bukti menunjukkan bahwa pengalaman memalukan di masa lalu menjadi identitas diri dan dijadikan sebagai kenangan traumatis (Matos, 2013).

Body shame merupakan aspek yang luas yang dapat mencakup aspek fisik tubuh, seperti penampilan seseorang, dan juga rasa malu tentang aspek fisik penilaian tubuh yang kurang jelas, seperti perilaku (Dolezal, 2015). *Body shame* dapat mengakibatkan dampak negatif secara psikologis, seperti perasaan minder dan tidak percaya diri, gangguan pola makan, diet yang tidak sehat, kecemasan, bahkan depresi.

Sisi lain dengan adanya *body shaming*, turut memunculkan istilah *body positivity*, yang merupakan bentuk apresiasi manusia terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya serta bagaimana mereka menerima bentuk tubuh dengan apa adanya. Istilah tersebut kini menjadi sebuah gerakan sosial yang mendorong agar semua orang memiliki penilaian yang positif mengenai tubuh mereka,

menerima bentuk tubuh mereka sendiri dan juga orang lain tanpa adanya pandangan yang menghakimi.

Terdapat 966 kasus penghinaan fisik atau *body shaming* yang ditangani polisi dari seluruh Indonesia sepanjang 2018. Sebanyak 347 kasus di antaranya selesai, baik melalui penegakan hukum maupun pendekatan mediasi antara korban dan pelaku,” kata Karo Penmas Divisi Humas Polri Brigjen Dedi Prasetyo¹.

Efek dari perlakuan *body shaming* banyak negatifnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perlakuan *body shaming* dapat menimbulkan penilaian buruk terhadap diri sendiri dan berdampak pada pola pikir negatif seseorang. (Eva,2016). Salah satu dampak dari *body shaming* ialah gangguan citra tubuh.

Citra tubuh disebut juga dengan gambaran tubuh, citra tubuh adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan pengalaman baru setiap individu (Yusuf, 2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi citra tubuh adalah penilaian atau komentar orang lain, perbandingan dengan orang lain, peran seseorang, dan identifikasi terhadap orang lain. Citra tubuh bisa tertanam pikiran bawah sadar oleh pengaruh orang lain, pengaruh lingkungan, pengalaman masa lalu atau sengaja ditanamkan

¹ <https://news.detik.com/berita/d-4321990/polisi-tangani-966-kasus-body-shaming-selama-2018> diakses pada tanggal 13 Oktober 2020

oleh pikiran bawah sadar. Citra tubuh ada yang bersifat positif dan ada juga yang bersifat negatif (Gunarsih, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Hidayat (2019) tentang perlakuan *body shaming* dan citra diri terhadap 103 responden mengatakan perlakuan *body shaming* dapat mengakibatkan citra tubuh yang negatif, akibat rasa malu tersebut dapat membuat seseorang yang menerima perlakuan *body shaming* mengalami gangguan makan dan kurangnya penghargaan diri selain itu faktor utama citra diri negatif yaitu karena perkataan orang lain atau teman-temannya terlalu dimasukan kedalam perasaan sehingga penelitian ini mendapat hasil terdapat hubungan yang signifikan antara perlakuan *body shaming* dengan citra diri. Penelitian lain menunjukkan bahwa remaja yang memiliki citra tubuh yang negatif akan semakin banyak menghabiskan uang untuk perawatan demi memperoleh bentuk tubuh yang diinginkan dan lebih banyak membeli barang-barang yang sebenarnya tidak begitu diperlukan hanya untuk memperoleh pengakuan dari teman sebayanya sebagai cara untuk menutupi kekurangannya secara fisik (Rohliyani, L, 2011). Efek dari *body shaming* juga dapat menyebabkan seseorang mengalami gangguan harga diri.

Harga diri merupakan penilaian individu tentang nilai personal yang diperoleh dengan menganalisis seberapa sesuai perilaku dirinya dengan ideal diri. Harga diri yang tinggi adalah perasaan yang berasal dari penerimaan diri sendiri tanpa syarat, walaupun melakukan kesalahan, kekalahan dan kegagalan, tetap merasa sebagai orang yang penting dan berharga (Stuart, Gail W : 2012).

Menurut Coopersmith (2007) harga diri merupakan sikap seseorang yang melakukan evaluasi terhadap diri sendiri dengan memberikan penilaian, kritikan ataupun apresiasi terhadap diri sendiri yang dituangkan dalam sikap. Evaluasi yang dilakukan individu dapat berupa penerimaan atau penolakan dan kepercayaan individu terhadap dirinya sendiri yang menunjukkan seberapa besar kemampuan dirinya untuk mencapai keberhasilan, keberhasilan, keberartian, menjadi lebih berharga berdasarkan ketetapan dari standar dan nilai dalam pribadinya. Tingkatan harga diri secara umum terbagi menjadi 2 yakni positif dan negatif. Harga diri dinilai positif jika individu tersebut memiliki persepsi bahwa dirinya adalah orang yang berharga dan individu yang mampu menerima segala kritikan dengan baik, adapun seseorang yang memiliki harga diri negatif berkarakteristik menganggap bahwa dirinya adalah orang yang tidak berharga yang muncul sebagai akibat adanya perasaan ketakutan terhadap kegagalan, menganggap dirinya adalah orang yang rendah, memiliki sikap yang tidak toleran terhadap kritikan, memiliki perasaan yang tidak nyaman dan kurang menyukai pada sesuatu hal atau situasi yang baru dalam kehidupannya, dan tidak menunjukkan sikap yang demokratis pada lingkungan.

Penelitian menunjukkan bahwa tingkat kenakalan remaja di Kota Bogor lebih tinggi dibanding Kabupaten Bogor, adapun kenakalan seperti tawuran, *bullying*, kecanduan game online dan pornografi (Dwi, 2018).

Hasil *skrining* awal yang dilakukan pada tanggal 20 April 2021 dengan pengisian kuesioner *body shaming* test (BST) yang dibuat oleh Mc Kinley

(1996) terhadap 156 orang siswa/i SMAN 1 Leuwiliang menunjukkan terdapat 147 siswa/i yang mengalami *body shaming*.

Peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian di Kabupaten Bogor untuk menunjukkan bahwa remaja yang berada di Kabupaten Bogor melakukan kenakalan remaja atau tidak khususnya *body shaming* yang termasuk kedalam *bullying*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang maka peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut “Bagaimana gambaran citra tubuh dan harga diri remaja yang mengalami *body shaming* di SMAN 1 Leuwiliang Kabupaten Bogor?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Diketuainya gambaran citra diri dan harga diri remaja yang mengalami *body shaming* di SMAN 1 Leuwiliang Kabupaten Bogor.

2. Tujuan khusus

- a. Diketuainya karakteristik seperti usia, jenis kelamin, dan sumber informasi mengenai gambaran ideal tubuh.
- b. Diketuainya gambaran citra diri pada remaja yang mengalami *body shaming* di SMAN I Leuwiliang Kabupaten Bogor.
- c. Diketuainya gambaran harga diri pada remaja yang mengalami *body shaming* di SMAN I Leuwiliang Kabupaten Bogor.

D. Manfaat Penelitian

1. Peneliti

- a. Menambah wawasan, pengalaman dan meningkatkan pengetahuan tentang proses dan cara-cara penelitian deskriptif.
- b. Mendapatkan informasi tentang gambaran citra diri pada remaja yang mengalami *body shaming*.
- c. Mendapatkan informasi tentang gambaran harga diri pada remaja yang mengalami *body shaming*.

2. Bagi institusi

- a. Sebagai bahan bacaan bagi mahasiswa kesehatan, khususnya mahasiswa keperawatan tentang keperawatan jiwa, Mengetahui gambaran citra diri dan harga diri pada remaja yang mengalami *body shaming*.
- b. Sebagai data dasar penelitian selanjutnya untuk lebih meningkatkan mutu asuhan keperawatan jiwa masyarakat.
- c. Sebagai bahan pertimbangan untuk menyusun program penanggulangan atau memberikan asuhan keperawatan mengenai masalah citra diri dan harga diri pada remaja yang mengalami *body shaming*