

BAB I PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG MASALAH

Monks (dalam Caroline, 2014). mengatakan bahwa masa remaja merupakan salah satu fase perkembangan dalam kehidupan manusia. Masa remaja menunjukkan dengan jelas sifat-sifat masa transisi atau peralihan dikarenakan remaja belum memperoleh status orang dewasa tetapi juga tidak lagi memiliki status kanak-kanak. Anak remaja belum mempunyai tempat yang jelas, tidak termasuk golongan anak, tetapi tidak pula termasuk golongan orang dewasa. Remaja yang sedang mengalami perkembangan fisik kerap kali membuat mereka resah dan tidak nyaman. Perkembangan fisik adalah suatu perubahan fisik yang terjadi pada seseorang dan juga merupakan gejala primer dalam pertumbuhan remaja. Menurut Hurlock (dalam Catur, 2013) pertumbuhan fisik remaja meliputi perubahan ukuran tubuh, perubahan proporsi tubuh, perkembangan ciri-ciri seks primer, dan perkembangan ciri-ciri seks sekunder. Remaja masih belum mampu untuk menguasai fungsi-fungsi fisik maupun psikisnya. Masa remaja terjadi dari usia 12 sampai 21 tahun yang terbagi dalam tiga fase, yaitu remaja awal, remaja pertengahan atau madya dan remaja akhir, dan menurut Hall (dalam Andea, 2010) usia remaja adalah masa antara usia 12 sampai 23 tahun. Sebagai remaja, sosok individu yang sedang dalam proses perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Perubahan-perubahan tersebut terjadi baik secara fisik, biologis maupun psikologis dan sosial. Perubahan fisik yang terjadi menimbulkan respon tersendiri bagi remaja perempuan, dan hal ini menjadikan remaja tidak bisa menerima keadaan dirinya terutama keadaan fisik yang dimiliki dan cenderung akan sangat memperhatikan perubahan bentuk tubuh atau *body image*. *Body Image* merupakan gambaran sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya berupa penilaian positif atau negatif (Cash & Pruzinsky dalam Andea, 2010). Pandangan positif terhadap tubuh adalah kunci utama yang dapat

membangun kesehatan psikologis dan perkembangan fisik pada wanita. Seperti yang dinyatakan oleh Wertheim (dalam Catur, 2013),

“Citra tubuh yang positif memainkan peran penting dalam mendorong perkembangan psikologis dan fisik yang sehat pada anak perempuan”. Remaja yang memiliki citra tubuh negatif akan membuat mereka mengalami banyak masalah dengan tubuhnya, Hal ini sesuai dengan pendapat Conger dan Peterson (dalam, Andea, 2010) yang mengatakan bahwa pada masa remaja, mereka biasanya mulai bersibuk diri dengan penampilan fisik mereka dan ingin mengubah penampilan mereka. Keinginan ini disebabkan karena remaja sering merasa tidak puas terhadap penampilan dirinya, contohnya merasa tidak puas dengan tubuh yang dimiliki karena sering merasa gemuk, kulit kurang cerah, hidung kurang mancung, gangguan makan, melakukan diet yang terlalu ketat, depresi, dan lain-lain.

Body image atau citra tubuh lebih sering dikaitkan dengan perempuan daripada pria karena perempuan cenderung lebih memperhatikan penampilannya (Mappiare dalam Bestiana, 2012). Perubahan-perubahan fisik yang dialami oleh perempuan, terutama pada masa remaja, menghasilkan persepsi yang berubah-ubah mengenai citra tubuhnya, namun hampir selalu bersifat negatif dan menunjukkan penolakan terhadap fisiknya (Suryanie dalam Bestiana, 2012). Hal ini disebabkan pada masa tersebut akan terjadi perkembangan fisik yang sangat pesat baik perkembangan tinggi badan maupun berat badan sehingga perubahan fisik ini memiliki efek psikologis tersendiri bagi remaja perempuan. Remaja akan lebih mudah peduli mengenai penampilannya dibandingkan dengan memperhatikan aspek lain dalam dirinya. Dan ketidakpuasan pada tubuh lebih banyak dialami oleh remaja perempuan dari pada remaja laki-laki. Pada umumnya ketidakpuasan seseorang terhadap tubuhnya bisa muncul karena orang tersebut telah memiliki konsep tubuh ideal dalam pikirannya, namun dia merasa bahwa tubuhnya sendiri tidak atau belum memenuhi kriteria tubuh ideal tersebut (Cash & Szymansk dalam Grogan, 1999).

Pada umumnya setiap wanita memiliki standar-standar tertentu tentang tubuh ideal yang didambakan. Misalnya standar cantik yaitu berpostur tubuh tinggi, langsing dan berkulit putih. Dan sekarang ini sudah banyak iklan-iklan yang menampilkan model dengan karakteristik bentuk tubuh yang ideal. Menurut pendapat Tiggeman (dalam Irawan, 2014). Majalah-majalah wanita terutama majalah fashion, film dan televisi menyajikan gambar model-model yang kurus sebagai figure yang ideal sehingga menyebabkan banyak wanita merasa tidak puas dengan dirinya dan mengalami gangguan makan. Dan ini sudah mempengaruhi pemikiran tentang tubuh yang ideal pada remaja perempuan. Dan hal ini semakin diperburuk dengan adanya kenyataan dari penelitian terbaru yang menyebutkan bahwa paham “tubuh langsing itu ideal” yang telah semakin meluas di berbagai negara, terutama di negara-negara yang telah mengadakan kontak dengan media dan budaya Barat, misalnya di Amerika Selatan, Korea Selatan, dan Jepang (Grogan, dalam Bestiana 2012). Dan ini sudah mempengaruhi pemikiran tentang tubuh yang ideal pada remaja perempuan. Rasa minder itupun timbul karena remaja menyadari bahwa daya tarik fisik berperan penting dalam hubungan sosial. Remaja menyadari bahwa mereka yang menarik biasanya mendapat perlakuan lebih baik dari pada mereka yang kurang menarik (Hurlock, dalam Andea, 2010). Ketidakpuasan terhadap citra tubuh pada umumnya terjadi pada remaja, tidak terkecuali juga pada remaja di Jakarta Berdasarkan observasi awal yang dilakukan pada tanggal 15 oktober 2020 diketahui bahwa ada beberapa siswa atau remaja yang merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Mereka juga suka merasa memiliki hidung yang kurang mancung, rambut keriting bahkan bercabang, kulit yang kusam, dan bentuk betis kaki yang besar. Selain itu siswa atau remaja merasa kurang menerima keadaan fisiknya, mereka melakukan upaya untuk memperbaiki diri agar terlihat lebih menarik. Hal ini biasa dilihat dari beberapa upaya remaja yang merubah penampilannya dengan mencatok rambut, dan membeli skincare yang cocok untuk kulit mereka. Usaha-usaha yang dilakukan ini upaya dalam memperbaiki diri dan pasti tidak lepas dari faktor yang ada di lingkungan dan pergaulannya. Salah satunya adalah media massa, baik itu televisi, film, Majalah, Koran dan sebagainya. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Nemeroff (dalam Bell dan Rushforth, 2008:3 dalam Catur,

2013) bahwa faktor yang mempengaruhi citra tubuh adalah media massa seperti majalah fashion, iklan, televisi dan pertunjukan yang banyak menghadirkan perempuan kurus sebagai sosok yang ideal, jadi media massa yang menampilkan sosok bintang-bintang yang sempurna dan ideal membuat remaja memiliki harapan yang tinggi untuk menyerupai idolanya. Dan saat ini social media seperti Instagram juga Facebook juga menjadi wadah untuk ajang menampilkan kecantikan diri karna semakin cantik wanita semakin banyak orang yang mengikuti akunnya, dan semakin bagus fotonya maka semakin banyak *likes* yang didapat dari foto tersebut. Berdasarkan penjelasan diatas selanjutnya peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran *body image* remaja putri.

1.1 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, dapat diidentifikasi permasalahannya sebagai berikut:

- 1.1.1 *Body image* pada remaja Putri
- 1.1.2 Adanya siswa yang mengalami *body image* tubuh negative
- 1.1.3 Adanya siswa yang melanggar peraturan tata tertib sekolah agar kelihatan lebih menarik, seperti menggunakan pensil alis saat sekolah.

1.2 Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini dapat dilakukan lebih fokus dan terarah maka penulis melihat permasalahan penelitian yang diangkat perlu dibatasi variabelnya. Oleh sebab itu, penulis membatasi pembahasan yang berkaitan dengan permasalahan yang terdiri dari:

- 1.2.1 Penelitian ini dilakukan pada remaja putri
- 1.2.2 Penelitian ini untuk melihat *body image* pada remaja putri di Jakarta.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah dituliskan diatas, dapat dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut:

- 1.3.1 Bagaimana gambaran *body image* pada remaja putri di Jakarta ?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian merupakan jawaban atau sasaran yang ingin dicapai penulis dalam sebuah penelitian. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *body image* pada remaja putri di Jakarta.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

- 1.5.1.1 Hasil dari penelitian ini diharapkan akan memberikan manfaat pada ilmu psikologi pada khususnya mengenai hubungan *Body Image* pada Remaja Perempuan. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi tambahan untuk peneliti-peneliti selanjutnya yang ingin meneliti lebih dalam mengenai *Body Image*.

1.5.2 Manfaat Praktis

1.5.2.1. Remaja Putri

Remaja dapat berupaya memiliki citra tubuh yang positif dan meningkatkan penerimaan diri.

1.5.2.2. Masyarakat

Masyarakat dapat memberikan penilaian yang positif kepada perkembangan remaja dan mengajarkan arti kecantikan yang tidak hanya dinilai dari fisik.