

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Citra tubuh (*body image*) merupakan suatu istilah yang merujuk pada bagaimana individu secara personal memaknai penampilannya. Hubungan personal antara individu dengan tubuh yang dimaksud meliputi persepsi, kepercayaan, pikiran, perasaan, dan perilaku yang berkenaan dengan bentuk fisik (Cash, 2008; Grogan, 2021). Secara umum, citra tubuh terdiri dari 2 konsep (Slade, dkk., 1990): (1) “*body percept* (persepsi tubuh)”, yang meliputi ketepatan pendugaan ukuran tubuh dan (2) “*body concept* (konsep tubuh)”, meliputi penghinaan atau ketidakpuasan terhadap tubuh. Menurut Grogan (2021) anggapan mengenai konsep tubuh terbagi atas dua, yaitu positif dan negatif. Individu dengan konsep tubuh yang positif menggambarkan dirinya merasa puas dengan segala aspek pada tubuhnya. Sebaliknya, individu dengan konsep tubuh yang negatif menunjukkan bahwa dirinya merasa tidak puas dengan berbagai aspek pada tubuhnya (*body dissatisfaction*).

Ketidakpuasan terhadap tubuh atau *Body dissatisfaction* (BD) oleh Grogan (2021) didefinisikan sebagai pikiran dan perasaan negatif yang dimiliki oleh seseorang terhadap tubuhnya, berkaitan dengan evaluasi negatif pada ukuran badan, berat badan, postur tubuh, dan massa otot, serta adanya kesenjangan antara evaluasi individu terhadap tubuhnya dengan gambaran tubuh ideal yang diinginkan. Fenomena ini dapat dijelaskan secara sosiokultural ke dalam tahap-tahap berikut: (1) Dalam suatu budaya adanya standar kecantikan yang dibentuk oleh masyarakat; (2) Standar kecantikan itu tersebar atau disebarkan di berbagai saluran sosiobudaya; (3) Individu kemudian menginternalisasi standar tersebut; (4) Kepuasan atau ketidakpuasan terhadap penampilan akan menjadi perwujudan dari sejauh mana individu memenuhi

atau tidak memenuhi standar tubuh ideal yang telah diciptakan oleh masyarakat (Cash & Smolak, 2011).

Rasa tidak puas atau rasa kecewa terhadap penampilan dapat terjadi pada siapa saja, tidak bergantung pada rentang umur maupun jenis kelamin. Namun, umumnya perempuan mengalami rasa ketidakpuasan yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki (Knauss, dkk., 2008; Rodgers, dkk., 2009; Bucchianeri, dkk., 2013; Chng & Fassnacht, 2016; Griffiths, dkk., 2017; Quittkat, dkk., 2019; Feerick, 2021). Penelitian longitudinal yang dilakukan oleh Bucchianeri, dkk. (2013) menghasilkan temuan bahwa rata-rata tingkat tertinggi ketidakpuasan laki-laki bahkan lebih rendah daripada tingkat ketidakpuasan perempuan yang paling rendah. Perbedaan BD antara laki-laki dan perempuan yang sering ditemukan pada berbagai penelitian ini mungkin disebabkan oleh suatu kondisi di mana perempuan lebih mementingkan penampilannya daripada laki-laki (Quittkat, dkk., 2019).

Perempuan bersedia menginvestasikan banyak waktunya untuk meraih penampilan ideal yang didambakan. Salah satunya yaitu ditunjukkan dengan keinginan yang kuat untuk menjadi kurus. Oleh sebab itu, menjadi kurus merupakan suatu isu yang umum di kalangan perempuan (Rodgers, dkk., 2009). Meskipun begitu, laki-laki (khususnya remaja) sering kali juga merasa khawatir dengan bentuk tubuhnya. Bahkan, kekhawatiran mereka dianggap lebih parah. Salah satu partisipan dalam penelitian Whitaker, dkk. (2021) mengatakan, salah satu penyebab mengapa laki-laki tidak terbuka dengan kekhawatirannya yaitu disebabkan oleh kurangnya edukasi mengenai isu akan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh seperti yang layaknya remaja perempuan dapatkan. Misalnya, informasi mengenai penggambaran tubuh sempurna seorang pria di berbagai media yang sering kali kurang realistis.

Dalam kaitannya dengan ketidakpuasan, sebuah studi yang dilakukan oleh Phillips & Diaz (1997; dalam Feerick, 2021) menemukan adanya perbedaan pada area tubuh yang menjadi perhatian laki-laki dan perempuan. Pada laki-laki, bagian tubuh yang cenderung menimbulkan rasa tidak puas adalah *body build*, alat kelamin, perut, serta pinggul. Sedangkan pada perempuan, area tubuh yang menjadi perhatian yaitu paha, berat badan, perut, dan pinggul (Phillips & Diaz, 1997; dalam Feerick,

2021; Bornioli, dkk., 2021). Baker, dkk. (2019) mengatakan, antara perempuan dan laki-laki terdapat rasa tidak puas yang sama terhadap tinggi badan dan massa otot. Miranda, dkk. (2018) pun mengatakan bahwa kegemukan dan timbunan lemak di bagian tengah tubuh merupakan variabel penting dari berkurangnya apresiasi terhadap tampilan fisik. Di lain sisi, BMI (*Body Mass Index*)—yaitu perbandingan antara tinggi dan massa tubuh—juga merupakan variabel yang turut memprediksi BD (Knauss, dkk., 2008). Rivera-Ochoa, dkk. (2021) mengatakan bahwa semakin tinggi BMI dan persentase massa lemak, semakin tinggi pula tingkat rasa ketidakpuasan terhadap tubuh.

Studi memperlihatkan bahwa fenomena ketidakpuasan akan bentuk tubuh bukan hanya terjadi berdasarkan gender saja, tetapi juga terjadi secara lintas usia. Penelitian Quittkat, dkk. (2019) pada 942 perempuan dan 385 laki-laki rentang umur 16-88 tahun menemukan bahwa BD tetap stabil secara lintas usia dan untuk kedua jenis kelamin. Namun, kepedulian akan penampilan akan berkurang pada wanita yang lebih tua dibandingkan wanita yang lebih muda. Sebelumnya Bucchianeri, dkk. (2013) juga telah melakukan penelitian longitudinal pada remaja di Minneapolis dalam proyek EAT (*Eating and Activity in Teen and Young Adults*)—sebuah studi longitudinal 15 tahun berdasarkan populasi—yang melibatkan partisipan sebanyak 1.902 siswa SMP dan SMA. Hasilnya, BD pada perempuan dan laki-laki ditemukan meningkat di antara periode SMP dan SMA dan terus berkembang selama transisi menuju dewasa muda. Beberapa tahun kemudian, dilakukan penelitian kembali dalam proyek yang sama. Ditemukan bahwa 95% dari total 1.455 orang (847 perempuan, 589 laki-laki) di Minneapolis mengalami BD yang relatif stabil dari masa remaja menuju kedewasaan (Wang, dkk., 2019). Temuan-temuan tersebut menandakan fenomena BD merupakan hal yang umum terjadi di usia remaja dan akan tetap stabil menuju dewasa.

Masa remaja merupakan masa di mana individu sedang mengalami pubertas. Pada masa itu, terjadi suatu proses pendewasaan meliputi perubahan hormon dan fisik yang cepat (Santrock, 2013). Adanya perubahan fisik dan hormon menjadikan remaja terpaku dengan citra tubuhnya. Erikson (1968; dalam Eysenck, 2004) mengatakan

bahwa di masa tersebut, individu berusaha untuk menghadapi krisis identitas atau ketidakpastian. Mereka akan melakukan berbagai cara demi mencapai kepastian identitas. Bentuk dari kepastian identitas yaitu seperti rasa nyaman dengan tubuh sendiri, perasaan ‘mengetahui kemana seseorang pergi’, dan keyakinan batin atas telah mendapat pengakuan dari orang lain. Dengan terjadinya perubahan besar pada fisik, Hurlock mengatakan, “hanya sedikit remaja yang mengalami kateksis tubuh atau merasa puas dengan tubuhnya”. Remaja lebih banyak mengalami rasa tidak puas di berbagai bagian pada tubuhnya

Fenomena *body dissatisfaction* tidak muncul dengan sendirinya. Ada berbagai macam faktor pendorong munculnya BD, salah satunya yaitu penggunaan telepon genggam. Studi yang dilakukan oleh Miranda, dkk. (2018) terhadap remaja perempuan rentang umur 14-19 tahun menunjukkan bahwa remaja perempuan dengan waktu penggunaan telepon genggam yang tinggi juga memiliki BD yang tinggi. Semakin lama waktu penggunaan telepon genggam, semakin lama pula individu terkena paparan isi pesan dari yang disampaikan oleh media. Pesan-pesan yang dipaparkan oleh media, di antaranya berbentuk gambar seperti ketika bermain gim, menonton film, atau berselancar di internet, cenderung dapat menumbuhkan rasa tidak puas pada tubuh sehingga membatasi paparan layar dikatakan dapat membantu mencegah munculnya BD pada remaja perempuan (Hrafnkelsdottir, dkk., 2022).

Penggunaan telepon genggam dikatakan berkaitan dengan BD dikarenakan oleh apa yang terkandung di dalamnya. Salah satu tujuan penggunaan telepon genggam adalah untuk aktif di media sosial. Sebuah penelitian menemukan adanya sedikit hubungan positif antara penggunaan media sosial dengan gangguan pada citra tubuh (Saiphoo & Vahedi, 2019). Hal tersebut terjadi karena penggunaan media sosial yang begitu intens berkontribusi pada meningkatnya paparan individu terhadap gambaran tubuh ideal juga ‘pesan-pesan’ yang berkaitan dengan penampilan (Malinowska-Cieślik, dkk., 2022). Contoh dari media sosial yang banyak digunakan oleh remaja dan menimbulkan BD ini adalah Instagram (Moreton & Greenfield, 2022; Verrastro, dkk., 2020; Feerick, 2021) serta Facebook (Prieler, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Verrastro, dkk. (2020) menyatakan adanya hubungan antara

Instagram dengan citra tubuh yang buruk, kecemasan, juga tekanan sosial yang lebih tinggi pada diri remaja laki-laki serta perempuan untuk mengikuti tipe ideal yang spesifik dan tidak realistis. Semakin tinggi tingkat adiksi terhadap Instagram, maka semakin tinggi rasa tidak puas seseorang terhadap tubuhnya (Feerick, 2021). Sama dengan Instagram, pada Facebook, Prieler, dkk. (2021) pun menemukan adanya pengaruh negatif antara sikap membandingkan penampilan (*appearance comparison*) dengan *body esteem* remaja perempuan di negara-negara Eropa (Austria, Belgia, Spanyol). Selain pada Instagram dan Facebook maupun media sosial lainnya, gambaran tubuh ideal juga dapat terekspos melalui media lain seperti televisi. Paparan terhadap gambaran tubuh ideal melalui televisi juga berpotensi menimbulkan BD. Hal tersebut diperkuat oleh pendapat dari 54% dari total partisipan penelitian Zahir, dkk. (2016) yang menyatakan setuju kalau model iklan di TV membentuk BD pada diri mereka.

Banyak temuan menjelaskan pengaruh media terhadap BD, tetapi kenyataannya faktor pemicu munculnya BD juga dapat berasal dari orang-orang terdekat. Pertama yaitu berasal dari teman sebaya. Mohd Termizi & Mohd Herwan (2022) menemukan hubungan antara pengaruh teman sebaya (*peer influence*) dengan BD. Selain itu, Ferguson, dkk. (2014) menegaskan bahwa daripada media, kompetisi teman sebaya/*peer competition* (sebuah perasaan inferior terhadap teman sebaya) berperan sebagai variabel kunci atas tumbuhnya rasa tidak puas pada tubuh. Kedua, yaitu pemicu yang berasal dari orang tua. Chng & Fassnacht (2016) menemukan adanya hubungan antara komentar positif dan negatif dari kedua orang tua dengan BD dan gangguan makan yang terdiferensiasi oleh jenis kelamin. Komentar negatif maternal muncul sebagai faktor prediktor yang konsisten atas gangguan makan untuk kedua jenis kelamin. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu di mana komentar orang tua mengenai bentuk tubuh, berat badan, dan kebiasaan makan, terlepas dari apakah komentar itu positif atau negatif, menjadi sebab meningkatnya dorongan untuk tetap kurus (Rodgers, dkk., 2009), yang jika dorongan ini tidak sejalan dengan hasil atau keadaan tubuh sebenarnya, maka akan terbentuk rasa tidak puas.

Pada akhirnya, ketidakpuasan terhadap tubuh yang akut rentan terhadap munculnya psikopatologis, atau sebaliknya, rasa tidak puas terhadap tubuh menjadi salah satu simtom dari gangguan psikologis. Gangguan psikologis tersebut seperti: gangguan makan, yaitu *anorexia nervosa*, *bulimia nervosa* (Jones, dkk., 2022), dan *orthorexic eating behavior* (Barthels, dkk., 2021); gangguan kepribadian, yaitu *Borderline Personality Disorder* (BPD); *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) (Achermann, dkk., 2022); kecemasan dan depresi (Barnes, dkk., 2020; Bornioli, dkk., 2021) atau *negative affect* (simtom dari kecemasan dan depresi) (Cruz-Sáez, dkk., 2020)). Adanya BD juga berhubungan dengan penurunan kepercayaan diri (Whitaker, dkk., 2021), harga diri (*self esteem*) (Cruz-Sáez, dkk., 2020; Vasudeva, 2021) dan munculnya pemikiran untuk bunuh diri (Fan, dkk., 2021). Dalam kaitannya dengan perilaku, BD pun berhubungan dengan perilaku yang negatif seperti *impulsive buying* (Cai, dkk., 2021; Lucas & Koff, 2017) dan *bullying* (Malinowska-Cieślik, dkk., 2022). Meski terdapat kaitan yang kuat antara BD dengan berbagai macam gangguan psikologis maupun perilaku negatif, BD tetap dapat dipertimbangkan sebagai suatu masalah kesehatan masyarakat yang mandiri atau dapat berdiri sendiri, tidak hanya dilihat sebagai faktor risiko dari gangguan makan maupun psikopatologi komorbid (Griffiths, dkk., 2017). Oleh sebab itu, menyadari dan mengurangi rasa tidak puas terhadap tubuh dapat menjadi cara yang efektif untuk mengurangi kasus gangguan mental (Bornioli, dkk., 2021)

Selain mengenai media dan lingkungan sekitar, beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa budaya memiliki peran penting dalam munculnya BD di suatu populasi. Holmqvist & Frisen (2009) telah melakukan studi literatur mengenai ketidakpuasan tubuh lintas budaya. Dalam studinya, di antara 36 studi dengan rincian: 16 studi meneliti perempuan saja, 16 studi meneliti perempuan dan laki-laki, 3 studi hanya meneliti laki-laki, Holmqvist & Frisen menemukan tiga pola pembeda di antara penelitian-penelitian tersebut yang berkaitan dengan pengaruh budaya. Ketiga poin tersebut yaitu: (1) BD lebih umum muncul pada negara-negara kaya di mana masyarakatnya menganut gaya hidup yang lebih kebarat-baratan. Gaya hidup barat yang dimaksud di sini adalah gaya hidup konsumtif dan individualistik. (2)

Masyarakat yang tinggal di negara kaya dan sangat kebaratan di Asia lebih menunjukkan rasa ketidakpuasan terhadap tubuh daripada masyarakat yang tinggal di Amerika. (3) Di antara negara-negara barat, tingkat BD Warga Amerika lebih tinggi daripada warga Eropa dan Australia. Dari ketiga poin tersebut dapat disimpulkan bahwa salah satu faktor dalam budaya yang berperan terhadap munculnya BD pada diri seseorang adalah kemampuan ekonomi dan gaya hidup kebaratan. Lebih lanjut lagi, Holmqvist & Frisen memberikan saran kepada penelitian selanjutnya untuk lebih mendeskripsikan partisipan secara detail. Daripada menyebutkan kebangsaannya, lebih baik menggambarkan partisipan dari daerah tempat tinggal yang berhubungan dengan modernisasi, standar hidup, dan paparan terhadap penampilan ideal negara Barat.

Fenomena-fenomena yang telah dipaparkan sebelumnya terjadi di berbagai negara asing. Dengan demikian, penelitian ini ingin mengkaji gambaran BD di negara Indonesia sendiri. Telah dijelaskan sebelumnya bahwa salah satu faktor pendorong munculnya BD yaitu akibat paparan terhadap bentuk tubuh ideal melalui berbagai media seperti televisi, majalah, telepon genggam, dan berbagai media lainnya. Akses atau paparan terhadap gambar-gambar tersebut kini lebih mudah dengan adanya internet. Penelitian ini mempertimbangkan hasil survei dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2020 mengenai penggunaan internet di Indonesia. Dari hasil temuannya, diketahui bahwa sekitar 196,71 juta dari 266,91 juta atau 73,7% penduduk Indonesia merupakan pengguna internet aktif. Angka tersebut bahkan meningkat dari tahun sebelumnya di mana sekitar 171,17 juta penduduk dari total 264,16 juta penduduk Indonesia merupakan pengguna internet aktif. Satu tahun sebelumnya lagi, di tahun 2018, Chasanah & Kilis (2018; dalam Putri, dkk., 2022) menemukan bahwa 237 juta penduduk Indonesia merupakan pengguna internet aktif dengan 55% di antaranya merupakan remaja umur 15-19 tahun. Ketiga temuan tersebut mengindikasikan bahwa tingkat penggunaan internet di Indonesia terbilang tinggi. Bahkan, jika dibandingkan dengan negara-negara lain, Indonesia berada di peringkat 3 pengguna internet tertinggi di Asia pada tahun 2021 (Kusnandar, 2021). Di antara seluruh masyarakat yang tinggal di Indonesia, penduduk pulau Jawa adalah

masyarakat yang berkontribusi paling banyak dalam penggunaan internet, yaitu sekitar 55,7% dari total penggunaan internet se-Indonesia. Data tersebut membuktikan bahwa masyarakat Indonesia tidak asing dengan teknologi yang berarti akses atau paparan terhadap gambar-gambar berupa penampilan semakin besar dan mudah, terutama masyarakat yang tinggal di pulau Jawa.

Untuk mendapat data yang lebih mendalam, APJII kemudian memberikan pertanyaan kepada 7.000 partisipan dari berbagai daerah di Indonesia. Dalam survei yang dilakukan oleh APJII tersebut, sampel terbanyak berasal dari pulau Jawa dan mayoritas partisipan merupakan remaja dan dewasa awal. Hasil survei menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan menggunakan internet rata-rata lebih dari 8 jam sehari. Dalam rentang waktu penggunaan internet, konten hiburan yang paling sering dikunjungi adalah video *online* (49,3%) dan *game online* (16,5%). Kemudian, Facebook menjadi media sosial yang paling sering diakses, disusul oleh Instagram. Sebanyak 61% partisipan juga menjawab sering menonton Youtube. Ketika diberi pertanyaan mengenai barang kebutuhan apa yang paling sering dibeli secara *online* lewat telepon genggam, produk *fashion* dan kecantikan menjadi barang yang dibeli dengan persentase tertinggi.

Terlepas dari intensitas penggunaan internet, semua konten di atas berkaitan dengan BD dan dapat dilihat bahwa dari temuan-temuan sebelumnya, masyarakat yang tinggal di pulau Jawa serta pada rentang usia remaja relatif rentan untuk mengalami *body dissatisfaction*. Data terbaru sensus BPS (Badan Pusat Statistik) di tahun 2021 menunjukkan, dari total 272.682,5 juta penduduk Indonesia, sebanyak 22.115,9 juta penduduknya berada dalam rentang umur 10-14 tahun dan 22.200,3 juta penduduknya di rentang umur 15-19 tahun. Rentang umur tersebut merupakan usia remaja dan jumlahnya termasuk yang paling banyak dibanding rentang usia lainnya.

Selain itu, pulau Jawa merupakan daerah yang paling maju di antara pulau-pulau lainnya di Indonesia dengan pusat perekonomian dan bisnis serta Ibu kota Indonesia yaitu DKI Jakarta terletak di pulau Jawa. Pulau Jawa bahkan dikatakan sebagai pusat pertumbuhan RI Prof. Candra Fajri Ananda, Ph.D selaku Staf Khusus Kementerian Keuangan RI pada tahun 2021 berkata bahwa struktur perekonomian



Indonesia didominasi oleh pulau Jawa. Kemudian, hingga tahun 2012, industri besar dinyatakan terkonsentrasi di Pulau Jawa. Sebagai suatu wilayah yang mendominasi, terutama dibidang ekonomi, tentu perkembangannya diiringi dengan kemajuan teknologi, kepadatan penduduk, pertumbuhan fasilitas umum dan sosial, serta aktivitas ekonomi dan sosial yang tinggi. Semua hal tersebut turut menyumbang pada peningkatan tekanan sosial dan gaya hidup. Gaya hidup dan tekanan sosial ini yang kemudian menuntut seseorang untuk tampil menarik dan prima. Kelompok masyarakat yang terpengaruh salah satunya adalah remaja sekalipun mereka belum memasuki usia kerja.

Para remaja ini sedang berada di masa senang berkumpul dengan teman sebayanya. Tempat berkumpul mereka tidak hanya di sekolah atau di rumah, akan tetapi juga di lingkungan luar. Pertumbuhan pulau Jawa yang tinggi menyebabkan banyaknya fasilitas umum yang *modern* sebagai tempat berkumpul seperti *mall*, bioskop, *café*, restoran, dan lain sebagainya. Tempat berkumpul ini menjadi tempat bersatunya masyarakat dengan strata ekonomi dan sosial yang berbeda-beda. Selain itu, ada pengaruh dari media massa dalam terbentuknya stereotip tubuh yang ideal. Oleh sebab itu, penampilan dinyatakan sebagai suatu hal yang penting dalam menunjang kemampuan sosial, karena dianggap sebagai suatu kriteria untuk memasuki kelompok sosial tertentu.

Sayangnya, data dari Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa jumlah penderita obesitas di Indonesia meningkat dengan angka kenaikan yang mengkhawatirkan (Dimiyati, Vien, 2022). Hal ini disampaikan oleh dr. Dicky Levenus Tahapary, SpPD-KEMD, PhD selaku Ketua Bidang Organisasi Himpunan Studi Obesitas Indonesia (HISOBI) pada tahun 2022. Sekitar satu dari tiga orang dewasa Indonesia diduga mengalami obesitas dan satu dari lima anak berusia 5 sampai 12 tahun mengalami kelebihan berat badan dan obesitas. Berbeda dengan kategori dewasa dan anak, tidak ditemukan data pasti mengenai tingkat obesitas pada remaja. Namun, melihat tingkat obesitas pada anak-anak yang terbilang tinggi, diasumsikan bahwa dalam beberapa tahun mendatang jumlah remaja yang mengalami obesitas juga relatif tinggi. Hal tersebut disebabkan oleh pada fase remaja, terjadi

perubahan hormon yang berpengaruh pada peningkatan berat badan. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2013-2018, prevalensi obesitas di pulau Jawa juga cukup tinggi dan merata di seluruh wilayah pulau Jawa. Obesitas pun telah dinyatakan sebagai epidemi global.

Selain itu, obesitas menjadi salah satu faktor risiko dari penyakit diabetes melitus. Menurut data *International Diabetes Federation (IDF)* 2021, Indonesia merupakan salah satu dari lima besar negara dengan kasus diabetes tertinggi di dunia. Terdapat 19,5 juta kasus diabetes di Indonesia dan diprediksi akan meningkat menjadi 28,6 juta kasus pada tahun 2045. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2013-2018, diketahui bahwa prevalensi obesitas sepanjang tahun 2013 sampai tahun 2018 turut diiringi dengan peningkatan prevalensi diabetes melitus. Provinsi DKI Jakarta menjadi provinsi dengan tingkat prevalensi diabetes melitus tertinggi, disusul dengan provinsi DI Yogyakarta. Provinsi-provinsi lainnya di pulau Jawa pun menunjukkan prevalensi diabetes melitus yang cukup tinggi. Penyakit diabetes melitus erat kaitannya dengan kondisi berat badan yang berlebih, kemudian berat badan yang berlebih juga erat kaitannya dengan kemungkinan adanya rasa ketidakpuasan terhadap tubuh yang tinggi. Dengan diketahuinya jumlah penderita diabetes yang tinggi diikuti dengan jumlah penderita obesitas, maka kemungkinan masyarakat yang tinggal di pulau Jawa untuk menunjukkan rasa ketidakpuasan terhadap tubuh juga tinggi. Jika para remaja yang diharapkan sebagai pembangun masa depan negara terganggu oleh rasa ketidakpercayaan diri atau ketidakpuasan yang menyebabkan mereka tidak dapat menjadi remaja yang produktif, maka hal ini tentu akan menjadi kerugian yang besar bagi diri sendiri maupun negara.

Oleh karena itu, dengan melihat banyaknya fenomena yang berkaitan dengan ketidakpuasan pada tubuh, terutama pada diri individu yang mengalami, juga orang di sekitarnya, serta berdasarkan kasus-kasus yang terjadi di berbagai negara, variabel BD di Indonesia penting untuk diteliti. Muncul urgensi untuk mengetahui secara dini ada tidaknya fenomena ketidakpuasan pada tubuh dalam diri remaja di Indonesia, khususnya yang tinggal di pulau Jawa. Dengan begitu, berbagai tindakan dapat dilakukan untuk mencegah munculnya atau berkembang lebih lanjutnya rasa tidak

puas terhadap tubuh, serta juga mencegah dan menanggulangi dampak yang dapat ditimbulkan. Dengan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, penulis merasa perlu untuk meneliti gambaran ketidakpuasan terhadap tubuh remaja putra dan putri Indonesia, khususnya yang tinggal di pulau Jawa, ditinjau dari faktor demografi.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan yang dapat diidentifikasi yaitu sebagai berikut:

- 1.2.1. Fenomena *body dissatisfaction* banyak terjadi di berbagai negara asing dan umumnya lebih tinggi pada perempuan daripada laki-laki
- 1.2.2. Terdapat banyak faktor penyebab munculnya rasa tidak puas pada tubuh seperti salah satunya paparan gambaran tubuh ideal melalui media
- 1.2.3. Terdapat berbagai macam akibat yang dapat ditimbulkan dari adanya rasa tidak puas pada tubuh, baik itu psikopatologis maupun perilaku
- 1.2.4. Penampilan dianggap sebagai tolak ukur utama rasa kebahagiaan diri yang menetap hingga dewasa serta aspek penting dalam keberhasilan menjadi bagian dari kelompok sosial tertentu
- 1.2.5. Pulau Jawa sebagai pusat pembangunan, perekonomian dan bisnis mendorong perkembangan teknologi serta adanya tekanan gaya hidup dan kecenderungan pola hidup yang tidak sehat sehingga remaja rentan mengalami rasa ketidakpuasan terhadap tubuhnya.

## **1.3. Batasan Masalah**

Pembatasan terhadap masalah diperlukan agar penelitian menjadi lebih fokus dan terarah sehingga hasil yang didapat juga akan menjadi lebih bermakna. Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dipaparkan, penelitian ini ingin melihat gambaran ketidakpuasan terhadap tubuh pada remaja dalam rentang umur 16-18 tahun yang tinggal di pulau Jawa, ditinjau dari faktor demografi.

#### **1.4. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah dari penelitian ini yaitu sebagai berikut:

- 1.4.1. Bagaimana gambaran ketidakpuasan terhadap tubuh (*body dissatisfaction*) remaja Indonesia yang tinggal di pulau Jawa?
- 1.4.2. Bagaimana gambaran ketidakpuasan terhadap tubuh (*body dissatisfaction*) remaja Indonesia yang tinggal di pulau Jawa ditinjau dari berbagai faktor demografi (Jenis kelamin, usia, provinsi tempat tinggal, pekerjaan kedua orang tua, total penghasilan kedua orang tua perbulan, urutan lahir dan jumlah anak dalam keluarga inti, serta indeks massa tubuh)?

#### **1.5. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah dipaparkan, tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu sebagai berikut:

- 1.5.1. Untuk mengetahui gambaran ketidakpuasan terhadap tubuh (*body dissatisfaction*) remaja Indonesia yang tinggal di pulau Jawa
- 1.5.2. Untuk mengetahui gambaran ketidakpuasan terhadap tubuh (*body dissatisfaction*) remaja Indonesia yang tinggal di pulau Jawa ditinjau dari berbagai faktor demografi (Jenis kelamin, usia, provinsi tempat tinggal, pekerjaan kedua orang tua, total penghasilan kedua orang tua perbulan, urutan lahir dan jumlah anak dalam keluarga inti, serta indeks massa tubuh)

#### **1.6. Manfaat Penelitian**

##### **1.6.1. Manfaat Teoritis**

Adanya penelitian ini diharapkan dapat membantu mengembangkan ilmu pengetahuan, khususnya pengembangan ilmu Psikologi dalam bidang Psikologi Perkembangan dan Psikologi Sosial. Namun, tidak menutup kemungkinan dapat membantu perkembangan bidang atau disiplin ilmu lainnya, terutama yang berkaitan dengan rasa ketidakpuasan terhadap tubuh (*body dissatisfaction*).

## **1.6.2. Manfaat Praktis**

### **1.6.2.1. Manfaat Bagi Remaja**

Dengan diketahuinya gambaran ketidakpuasan terhadap tubuh remaja yang tinggal di pulau Jawa, para putra dan putri Indonesia diharapkan dapat lebih peduli dengan keadaan dirinya. Remaja dapat tersadarkan untuk lebih menaruh perhatian pada berbagai aspek positif yang telah dimiliki, juga melakukan usaha-usaha untuk mengembangkan aspek-aspek tersebut dibandingkan dengan berfokus pada pikiran negatif yang berpotensi menghambat perkembangan diri.

### **1.6.2.2. Manfaat Bagi Masyarakat**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada masyarakat mengenai kondisi remaja saat ini yang berkaitan dengan ketidakpuasan terhadap tubuh beserta faktor-faktor yang diduga berkaitan dengannya. Dengan adanya kesadaran mengenai betapa pentingnya bentuk tubuh bagi remaja, juga mengetahui kemungkinan berbagai faktor yang dapat memicu tumbuhnya rasa tidak puas, masyarakat dapat memahami dinamika psikologis remaja dan diharapkan dapat memberikan dukungan yang cukup kepada mereka. Diharapkan, para remaja akan merasa dirinya diterima oleh lingkungan sekitar dan pada akhirnya mampu menerima diri sendiri.