

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Proses pertumbuhan dan perkembangan manusia melalui beberapa fase yang secara berurutan dapat dilihat dan diperhitungkan dari batas waktu selama manusia hidup. Banyak fase kehidupan manusia yang dilalui, seperti fase remaja dalam fase remaja ini yang sangat menarik, menurut (Putro, 2017) fase remaja masa transisi pertumbuhan dan perkembang antara fase anak-anak dan dewasa dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir di usia awal 20 tahun karena dalam fase remaja ini banyak terjadi perubahan secara fisik maupun psikis. Perubahan fisik yang ditandai dengan pembesaran buah dada, perubahan pinggang untuk anak perempuan, sedangkan perubahan fisik yang dialami oleh anak laki-laki yaitu tumbuh nya bulu-bulu halus seperti kumis, dan tumbuh nya jakun dibagian leher yang menimbulkan perubahan pada suara anak laki-laki menjadi semakin berat. Hal tersebut terkadang menimbulkan rasa tidak percaya diri pada remaja.

Pada fase remaja inilah menurut (Putro, 2017) terjadi perubahan seorang anak-anak menjadi individu yang dewasa, pada fase remaja mulai bisa menyampaikan pendapat dan kebebasannya sendiri. Remaja juga sering menjadi terlalu percaya diri dan kurang percaya diri bersama dengan emosi yang meningkat, akibatnya sulit menerima nasihat dari

orangtua. Pada masa remaja ini juga sebagai masa mencari jati diri, lambat laun remaja mulai menginginkan jati diri mereka dan tidak puas menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal. Kedudukan remaja ini yang menimbulkan dilema pada remaja yang menyebabkan remaja mengalami krisis identitas atau masalah identitas-ego pada remaja, dan perubahan yang terakhir yaitu perubahan yang cepat secara fisik baik perubahan internal seperti pencernaan, sistem sirkulasi, system respirasi Adapun perubahan eksternal seperti berat badan, tinggi badan, warna kulit, proporsi tubuh sangat berpengaruh dalam konsep diri remaja dan khususnya dapat berpengaruh dengan kepercayaan diri pada remaja. Percaya diri merupakan keyakinan dan sikap positif yang dimiliki individu untuk mengembangkan penilaian positif terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan sekitar atau situasi yang dihadapinya serta dapat menerima segala kekurangan dan kelebihan yang dimiliki sehingga dapat mengaktualisasikan diri terhadap lingkungan yang dihadapinya (Ratnawati & Sofiah, 2012). Permasalahan penampilan menjadi keadaan yang penting untuk remaja agar mengembangkan individu mengenai gambaran tubuhnya sehingga mempengaruhi tingkat percaya diri remaja tersebut (Handayani, 2018)

Hal tersebut dilihat sebagai masalah bahwa teman sebaya sering kali memperolokan masalah fisik didalam pertemanan meski tidak selalu menyinggung hal negative. Remaja terkadang menjadikan fisik sebagai bahan lelucon terkadang memanggil temannya dengan melihat kondisi fisik yang sangat terlihat dari temannya. Disadari hal tersebut pada

hakikatnya ini termasuk ke dalam *Body Shaming*. *Body shaming* saat ini sedang populer dan menjadi pembahasan yang serius mengingat banyak perlakuan yang di lontarkan kepada korban atau orang yang terkena perundungan mengenai anggota badannya (Serni, Harmini, & Amin, 2020). Perlakuan *body shaming* biasanya dialami oleh individu yang dianggap dan dilihat tidak sesuai dengan standar kecantikan yang sedang berlaku sehingga kritik yang menjatuhkan mengenai bentuk tubuh sering dialami oleh individu. Individu yang bertahan dalam kondisi ini dikenal dengan sebutan penyintas *body shaming* (Micheal & Azeharie, 2020).

*Body shaming* mudah terjadi pada masa remaja karena pada masa remaja ini merupakan masa pencarian identitas atau jati diri, sehingga nilai-nilai atau standar dari luar yaitu masyarakat mudah terpengaruh pada remaja. Menurut Lestari, hal ini disebabkan karena beberapa faktor penyebab terbentuknya *body shaming* terutama pada remaja yaitu ketidak sesuaian standar kecantikan ideal yang diterapkan masyarakat dengan penampilan diri dari individu, *body shaming* dianggap sebagai perilaku yang lumrah tanpa memiliki dampak negatif bagi korbannya dan pelaku tidak mengetahui dampak dari *body shaming* dan salah satu nya berdampak pada remaja menjadi kurang percaya diri (Lestari, 2020)

*Body Shaming* sering terjadi dalam interaksi sesama teman, serta dalam keluarga, dalam bentuk omongan basa-basi yang dapat mengaraha kepada *body shaming* baik dilakukan dengan maksud

sengaja ataupun tidak di sengaja. Fenomena yang berpengaruh besar terhadap perilaku *body shaming* yaitu dapat mempengaruhi rasa percaya diri serta mental individu yang menjadi korban *body shaming*.

studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti memperoleh data sebanyak 50 siswa dengan rentang usia 15-17 yang memiliki rata-rata tingkat *self-esteem* sebesar 68% sehingga termasuk kedalam kategori *self-esteem* cukup tinggi. Sedangkan rata-rata *body shaming* pada siswa sebesar 66%. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku *body shaming* mempengaruhi *Self-esteem* pada siswa. Oleh karena itu meningkatkan rasa *Self-esteem* pada siswa sangat penting karena untuk mengurangi rasa cemas dan takut, peneliti tertarik untuk mengkaji dengan mendeskripsikan hubungan *body shaming* terhadap *Self-esteem* pada siswa.

Dengan berdasarkan penjabaran diatas, untuk mengetahui bagaimana gambaran *body shaming* terhadap, maka penulisan akan mengangkat permasalahan tersebut untuk dibahas dalam judul **“Gambaran *Body Shaming* Terhadap Siswa SMA Negeri di Jakarta Utara”**

## **B. Identifikasi Masalah**

Dengan berdasarkan penjabaran diatas, untuk mengetahui bagaimana rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana gambaran *body shaming* terhadap siswa, maka penulisan akan mengangkat permasalahan tersebut

untuk dibahas dalam judul “**Gambaran *Body Shaming* Terhadap Siswa SMA Negeri di Jakarta Utara**”

1. Bagaimana gambaran *Body Shaming* terhadap siswa?

### **C. Pembatasan Masalah**

Agar penulisan ini dapat dilakukan lebih fokus, sempurna dan mendalam oleh karena itu penulis melihat permasalahan penelitian perlu dibatasi variabel nya. Berkaitan dengan “Gambaran *Body Shaming* Terhadap Siswa SMA Negeri di Jakarta Utara”. *Body Shaming* siswa SMA Negeri 75 Jakarta Utara dipilih karena perilaku tersebut dapat mempengaruhi kondisi psikologis pada siswa. dengan populasi yaitu kelas XI-XII dipilih karena perilaku tersebut dapat mempengaruhi kondisi psikologis pada siswa.

### **D. Perumusan Masalah**

1. Bagaimana gambaran *Body Shaming* terhadap siswa SMA?

### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lebih lanjut permasalahan gambaran *body shaming* pada siswa SMA Negeri 75 Jakarta

1. Untuk mengetahui gambaran *Body Shaming* terhadap siswa

### **F. Manfaat Penelitian**

Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis, praktis, maupun akademis.

a. Manfaat teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat pada bidang keilmuan khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling serta bidang psikologi pendidikan dan keilmuan yang relevan lainnya. Selanjutnya, diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu bahan informasi dan referensi untuk penelitian dalam bidang psikologi Pendidikan

b. Manfaat praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan mampu menjadi tolak ukur dalam menyikapi perilaku *Body Shaming* yang terjadi di masyarakat khususnya dilingkungan sekolah atau pendidikan. Sehingga individu dan masyarakat lainnya dapat menaruh perhatian yang lebih dan lebih peka terhadap perilaku *Body Shaming* yang terjadi didalam lingkungan sosial. Diharapkan konselor, guru dan masyarakat mampu membantu pembentukan mental yang lebih sehat pada siswa.

c. Manfaat Peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh peneliti selanjutnya dalam melakukan intervensi dan diharapkan menjadi masukan bagi peneliti dalam penelitian yang berkaitan dengan *body shaming*.