

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah suatu tahap dalam perkembangan kehidupan individu yang sangat penting dan berdampak luas bagi perkembangan berikutnya dimasa dewasa, jika pada tugas perkembangan remaja tidak optimal maka menjadi penghambat bagi perkembangan individu selanjutnya (Ganecwari & Wilani, 2019). Menurut Ardi, Ibrahim, dan Said (2012) masa remaja adalah suatu masa perubahan. Pada masa remaja terjadi perubahan yang sangat cepat baik secara fisik maupun psikologi. Masa remaja disebut juga masa dimana perkembangan fisik berlangsung cepat yang menyebabkan remaja menjadi sangat memperhatikan tubuh mereka (Santrock, 2003). Monks, dkk (1999) membatasi masa remaja yang berkisar dari 12 tahun sampai 21 tahun yakni sampai selesainya pertumbuhan fisik.

Menurut Desmita (2011) masa remaja ditandai dengan sejumlah karakteristik penting yang meliputi pencapaian hubungan yang matang dengan teman sebaya, dapat menerima dan belajar peran sosial sebagai pria atau wanita dewasa yang dijunjung tinggi oleh masyarakat, menerima keadaan fisik dan mampu menggunakannya secara efektif, mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya, memilih serta mempersiapkan karier dimasa depan sesuai dengan minat dan kemampuannya, mengembangkan sikap positif terhadap pernikahan hidup berkeluarga dan memiliki anak, mengembangkan keterampilan intelektual serta konsep-konsep yang diperlukan sebagai warga negara, mencapai

tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial dan memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika sebagai pedoman dalam bertingkah laku.

Nurlita dan Lisiswanti (2016) mengatakan bahwa jutaan manusia memiliki obsesinya sendiri, dan dari keseluruhan obsesi yang ada obsesi yang paling banyak ditemukan adalah obsesi bagaimana mereka dapat terlihat, dengan segala kekurangan yang tampak pada penampilan masing-masing individu atau obsesi terhadap penampilan fisik individu. berdasarkan data statistik terbaru diketahui bahwa dari 30.000 ribu orang di *US*, dinyatakan 93% wanita dan 78% pria peduli terhadap penampilanya dan memiliki upaya untuk memperbaiki penampilanya (Nurlita & Lisiswanti, 2016).

Perempuan dan kecantikan merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan. Dalam diri perempuan meyakini bahwa kecantikan itu penting, sehingga banyak timbul permasalahan bagi perempuan ketika mereka berusaha menjadi cantik yang menyebabkan perempuan banyak mengalami ketidakpuasan terhadap tubuhnya. Para perempuan dalam permasalahan fisiknya bukan lagi masalah baru, bahkan bisa dikatakan problem klasik perempuan (Nourmalita, 2016).

Salah satu yang dinilai makin banyak terjadi, permasalahan psikologis pada perempuan adalah sindrom kelainan *dismorphic* tubuh (*body dysmorphic disorder*) terutama pada kalangan remaja putri. Menurut Philips (2009) kecenderungan *body dysmorphic disorder* adalah kecenderungan gangguan psikiatris yang menyakitkan secara emosional, perhatian yang berlebihan terhadap bagian tubuh normal yang dianggap cacat atau kecacatan yang dianggap mengurangi penampilan. Gangguan

tersebut semakin sering terjadi terutama di kalangan remaja putri. Adanya informasi mengenai bentuk tubuh ideal di media masa seperti televisi membuat remaja putri yang memiliki kekurangan dalam segi fisik merasa prihatin dan mencari cara untuk menutupi kekurangannya (Purnaningwulan, 2015). Penelitian menunjukkan bahwa sekitar 50-88% dari remaja putri merasa negatif tentang bentuk tubuh mereka atau ukuran bentuk tubuhnya (Croll, 2005). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Rahmania & Yuniar, 2012 tentang Kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada 100 orang remaja yang berusia 15- 18 tahun didapatkan data kecenderungan *body dysmorphic disorder*, sebanyak 35 orang (35%) masuk kedalam kategori tinggi, 36 orang (36%) memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* sedang, dan sebanyak 29 orang (29%) memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* rendah. Subjek memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* tinggi. Hal tersebut dapat membuktikan bahwa usia remaja merupakan usia yang memang rentan mengalami kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Data di atas sekaligus didukung oleh fakta yang ada di lapangan yang berhasil diperoleh oleh peneliti dengan melakukan wawancara terhadap 3 orang subjek perempuan remaja putri berusia 15-18 tahun. Wawancara dilakukan pada tanggal 4 November 2020. Peneliti mendapat hasil bahwa 3 orang subjek tersebut memiliki gejala kecenderungan *body dysmorphic disorder*. Remaja yang mengalami gejala *body dysmorphic disorder* sering merasa cemas, tidak nyaman, tidak aman, tidak percaya diri kurang menghargai diri sendiri sehingga menyebabkan terganggunya perkembangan yang optimal (Edmawati, Hambali & Hidayah, 2018). Hal ini mengakibatkan kehidupan sehari-harinya tidak berjalan

semestinya. Penilaian lebih sering ditujukan pada bentuk tubuh yang terlihat gemuk maupun kurus, kemudian terhadap wajah yang berjerawat. Salah satu subjek mengatakan bahwa setiap kali bepergian, subjek selalu mementingkan penampilanya dan tak jarang subjek harus memeriksanya dengan bercermin berkali-kali sebelum pergi. Subjek juga sering merasa tidak percaya diri jika tidak memakai *make-up* saat bepergian terutama pada bagian alisnya, subjek merasa alisnya terlalu tipis dan itu membuatnya tidak percaya diri sehingga subjek selalu memakai pensil alis kemana-mana bahkan kewarung kecil di dekat tempat tinggalnya. Selanjutnya, salah seorang subjek mengaku sering menangis ketika di ejek gendut oleh salah satu anggota keluarganya dan itu membuat subjek kurang percaya diri sehingga subjek berusaha diet dan berolah raga ketat supaya bisa menurunkan berat badanya.

Kemudian subjek lainya merasa tidak percaya diri dengan badanya yang kurus, subjek sering mengeluh bagaimana cara menggemukkan tubuhnya karena orang-orang di dilingkungan subjek memiliki pandangan bahwa perempuan dengan badan yang kurus tidak terlihat cantik, subjek juga memiliki rasa tidak percaya diri terhadap wajahnya yang berjerawat, sering kali subjek melakukan perawatan dan membeli produk-produk kecantikan wajah sebagai upaya untuk mempercantik wajahnya karena menurutnya orang-orang akan sangat tidak nyaman jika melihat banyaknya jerawat yang ada di wajahnya.

Dari data di atas dapat disimpulkan bahwa kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri masih tinggi dan rentan. Remaja dituntut untuk bisa melalui salah satu tugas perkembanganya dengan menerima kondisi fisiknya serta

memamfaatkan secara efektif (Nourmalita, 2016). Akan tetapi tidak demikian terhadap remaja putri. Karena di sisi lain pada masa remaja ini banyak timbul masalah dalam psikologis seperti seorang remaja yang memiliki konsep diri yang kurang baik seperti remaja yang tidak menerima keadaan fisiknya, hal ini di sebabkan oleh alasan pribadi dan alasan lingkungan tempat remaja tersebut tinggal (Ranny dkk, 2017).

Nourmalita (2016) mengemukakan bahwa individu yang merasa tidak puas akan bentuk tubuhnya selalu mengalami beberapa gejala seperti membenci dengan diri sendiri, selalu merasa jelek atau iri dengan kesempurnaan fisik orang lain yang membuat individu melakukan hal yang mengkhawatirkan, walau berkali-kali memperbaiki atau merawat diri mereka individu selalu merasa diri mereka buruk. Sehingga individu harus menyadari bahwa perilakunya mengarah kepada hal yang negatif yang dapat merugikan diri individu tersebut (Nourmalita, 2016). Secara tidak langsung hal ini menjadi sangat penting. Apabila masalah tersebut tidak diatasi maka dapat menyebabkan terganggunya penyesuaian diri dan penyesuaian sosial individu sehingga menimbulkan frustrasi, berkurangnya kepercayaan diri pada remaja, rendahnya self respect dan depresi (Edmawati, Hambali & Hidayah, 2018). Menurut Philips (2009) seseorang dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* seringkali melakukan pemeriksaan diri di cermin, melakukan perawatan yang berlebihan, memastikan setiap detil penampilanya, dan perilaku lainnya. Philips (2009) juga menyebutkan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kecenderungan *body dysmorphic disorder*, yaitu (1) faktor genetik/biologis, mencakup persoalan gen yang rusak meningkatkan kemungkinan

resiko kecenderungan *body dysmorphic disorder*, perhatian selektif dan terlalu fokus pada setiap detil, serotonin dan neurotransmitter (2) faktor psikologis mencakup pengalaman hidup awal, ejekan, penganiayaan masa kecil, nilai dan sifat kepribadian serta fokus pada estetika (3) faktor sosial budaya, lingkungan yang menekan seseorang mengenai pentingnya penampilan memiliki peranan dalam mengembangkan kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

Budaya berarti cara atau sikap hidup manusia dalam hubungannya secara timbalbalik dengan lingkungan hidupnya baik fisik maupun psikologis (Husaini & dkk, 2017). Setiap individu memiliki lingkungan sosial yang senantiasa memberlakukan adanya nilai-nilai sosial budaya yang diacu oleh warga masyarakat penghuninya termasuk keluarga, teman sebaya, masyarakat, sekolah, media masa yang harus bisa saling menghargai dan sama dalam hal ingin memperoleh kesenangan, kenyamanan, keselamatan, keberhasilan dan sebagainya (Suranto, 2015). Baron dan Byrne (2005) mengemukakan bahwa kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain adalah dukungan sosial. Fajarini dan Nuristighfari (2014) mengatakan bahwa kelekatan aman dengan orang tua pada remaja dapat membantu kompetensi sosial dan kesejahteraan sosial remaja. Santrock (2002) menambahkan bahwa remaja yang memiliki hubungan aman dengan orang tua lebih memiliki harga diri yang tinggi dan kesejahteraan emosi yang lebih baik. Dalam hal ini remaja yang matang secara fisik maupun matang secara emosional tidak terlepas dari dukungan dan kasih sayang orang tua (Maentingsih, 2008). Sarafino & Smith (2012) menyatakan bahwa kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu dari orang-orang atau kelompok-kelompok

lain diartikan sebagai dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan faktor pendukung dalam penerimaan diri yang berasal dari lingkungan keluarga, guru, dan lingkungan yang menyenangkan (Listiani, 2015). Haber (2010) mendefinisikan dukungan sosial sebagai bentuk perhatian membantu dan menghargai yang diterima individu dari orang lain.

Dari uraian di atas, maka penulis bermaksud untuk mengetahui apakah hubungan antara dukungan sosial terhadap kecenderungan *body dismorphic disorder* pada remaja putri. kecenderungan *body dismorphic disorder* merupakan kecenderungan gangguan psikiatris yang menyakitkan secara emosional, perhatian yang berlebihan terhadap bagian tubuh normal yang dianggap cacat atau kecacatan yang dianggap mengurangi penampilan. Ketidakpuasan atau gangguan pada bentuk tubuh tersebut adalah keterpakuan dengan keadaan fisik ketika berada di lingkungan sosial. Dukungan sosial merupakan faktor pendukung dalam penerimaan diri yang berasal dari lingkungan keluarga, guru, dan lingkungan yang menyenangkan. Oleh karena itu peneliti ingin meneliti mengenai “ Hubungan dukungan sosial dengan kecenderungan *body dismorphic disorder*”.

B. Tujuan dan Mamfaat Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi dukungan sosial dengan kecenderungan *Body Dymorphic Disorder* pada remaja.

Hasil dari penulisan ini diharapkan memberi mamfaat teoritis dan mamfaat praktis:

1. Mamfaat teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dan pengetahuan di bidang psikologi tentang dukungan sosial dan kecenderungan *body dysmorphic disorder* dan menjadi bahan/ sumber refrensi bagi peneliti selanjutnya.

2. Mamfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk mengurangi terbentuknya kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja melalui dukungan sosial .