

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Periode kehidupan individu ada beberapa tahapan. Dalam rentang dari individu anak-anak hingga masa lansia. Waktu transisi kehidupan manusia yang menghubungkan masa anak-anak dengan masa dewasa adalah masa remaja, dimana ada kemungkinan perubahan yang mempengaruhi perilaku remaja (Mardiyanti & Purwaningtyas, 2021). Dunia remaja merupakan dunia yang penuh warna dan unik. Dari tingkat pertumbuhan dan perkembangan remaja, masa yang paling sering menjadi perhatian adalah saat pubertas tiba. Tingkat pertumbuhan fisik, dapat dijadikan ciri pertumbuhan remaja pada tahap awal yang kemudian akan dilanjutkan masa dimana remaja mengalami fase penyesuaian interpersonal dan lingkungan sosial yang lebih luas (Fatmawaty, 2017). Remaja memang tidak memiliki tempat yang jelas dan tidak termasuk dalam kelompok anak, tetapi tidak seluruhnya dalam kelompok orang dewasa. Remaja berada di antara anak-anak dan orang dewasa (Nurhayati, 2017).

Remaja merupakan fase kehidupan dengan karakteristik biologis, kognitif, psikologis, dan sosial yang sedang berubah dalam pola yang saling berkaitan dari masa anak-anak ke masa dewasa (Lerner, Boyd dan Du ,2010). Menurut *World Health Organization* (2015) batasan usia remaja yaitu 10 sampai 20 tahun dengan pembagian remaja awal 10 sampai 14 tahun, remaja akhir 15 sampai 20 tahun.

Remaja merupakan jembatan antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang menuntut tanggung jawab (Kusmiran, 2011). Menurut Sarwono (2011) dan Hurlock (2011) ada tiga tahap perkembangan remaja, yaitu remaja awal dengan usia 11-13 tahun, remaja pertengahan dengan usia 14-16 tahun dan remaja akhir dengan usia 17-20 tahun.

Perkembangan fisik, psikis dan psikososial yang terjadi pada masa remaja tersebut mulai mengembangkan citra dirinya hampir semua remaja memperhatikan setiap perubahan yang ada pada dirinya termasuk penampilan yang akan terus diperbaiki sesuai dengan perkembangan remaja tersebut. Menurut Hurlock (1980), yang termasuk dalam minat pribadi remaja adalah selalu berhubungan dengan citra dirinya contohnya penampilan fisik, uang, dan prestasi. Perubahan yang terjadi pada remaja sangat jelas dapat dilihat dari bagaimana remaja tersebut memperbaiki citra dirinya lewat penampilan dan prestasi yang harus di raih.

Dalam proses penggambaran diri, dipengaruhi oleh banyak faktor baik faktor internal maupun eksternal. Interaksi komunikasi individu dengan orang lain, dapat membentuk suatu perspektif orang lain terhadap individu tersebut. Oleh sebab itu, pada saat kita menginternalisasikan perspektif orang lain, individu menjadi bisa melihat dirinya sendiri melalui mata orang lain tersebut. Hal inilah yang menjadi pembentukan konsep diri individu (Rahmat, 2009). Persepsi individu dan bagaimana dukungan yang melingkupinya sangat mempengaruhi pola pikir individu. Interaksi sosial yang terjadi saat ini mempengaruhi remaja untuk berkembang. Salah satunya adalah untuk meningkatkan interaksi dengan teman-teman sebayanya. Agar mendapat pengakuan dan diterima di masyarakat.

Fenomena ini terjadi karena para remaja ingin mendapatkan banyak teman dan dilihat secara positif oleh orang lain. Hal ini tidak lepas dari peranan citra diri yang ada pada diri remaja (Ramadhani & Putrianti, 2017).

Citra diri menurut Brown (1998) adalah suatu keinginan yang ditampakkan yang terdapat pada pikiran individu tentang dirinya. Citra diri dalam psikologi sosial merupakan bagian dari konsep diri, yaitu berhubungan dengan konsep diri kognitif. Citra yang dimaksud adalah anggapan yang tertanam di alam bawah sadar, yang selain dinilai oleh dirinya sendiri tetapi juga dinilai oleh orang lain. Hoft (2001) mengatakan bahwa citra diri adalah cara seseorang memandang diri sendiri, bukan hanya ketika menatap kedalam cermin dan memandang penampilan luar, melainkan apa yang mereka percayai tentang diri sendiri.

Menurut Lusi (2010) karakteristik citra diri ada dua yakni citra diri positif dan citra diri negatif. Citra diri positif adalah tahap ideal tertentu yang dibangun atas dasar yang tepat, sedangkan citra diri negatif adalah gambaran dari individu yang salah mengenai diri dan salah mendefinisikan dirinya.

Aspek-aspek citra diri menurut Brown (1998) adalah: a.) Dunia fisik, pengetahuan mengenai dunia fisik mampu memberikan pemahaman yang berkenaan dengan diri sendiri yang hanya terbatas pada atribut yang kasatmata; b.) Dunia sosial, citra atau gambaran diri yang tampak dapat pula diperoleh dari lingkungan sosial individu. Terdapat dua macam proses pemerolehan pemahaman yang berasal dari lingkungan sosial yaitu perbandingan sosial dan penilaian yang tercerminkan ; c.) Dunia psikologis, ini merupakan evaluasi yang dilakukan dari

dalam diri sendiri. Ada tiga hal yang mempengaruhi pemahaman akan citra diri yaitu introspeksi, proses mempefrsepsi diri, dan atribusi kausal.

Lebih dari 50% anak laki-laki memiliki citra diri negatif dan hampir setengahnya memiliki citra diri positif. Anak laki-laki menunjukkan citra diri positif sebesar 47% dan negatif sebesar 53% sedangkan pada anak perempuan menunjukkan lebih dari 50% memiliki citra diri positif dan hampir setengahnya memiliki citra diri negatif. Anak perempuan menunjukkan citra diri positif sebesar 54% dan negatif sebesar 46% (Marhamah & Okatiranti, 2014). Prameswari, Aisah, dan Mifbakhuddin (2013) juga menyatakan dalam hasil penelitiannya bahwa sebagian besar remaja yang menjadi responden dalam penelitiannya memiliki citra diri yang negatif sebanyak (51,9%).

Peneliti melakukan wawancara yang dilakukan pada tanggal 8 Mei 2022 pada 10 orang remaja di Yogyakarta. Dan hasil wawancara tersebut peneliti mendapatkan bahwa sebanyak 7 orang remaja dari 10 orang remaja yang diwawancarai merasa belum puas terhadap keadaan fisik yang dimiliki sehingga merasa bahwa penampilan dirinya tidak menarik dari yang lain. Hal ini berkaitan dengan aspek citra diri, dunia fisik. Melalui wawancara ini, sebanyak 8 orang remaja dari 10 orang remaja merasa bahwa ketika bergaul teman-temannya tidak menerima apa adanya sehingga membuat remaja mengalami kesulitan dalam berteman. Hal ini berkaitan dengan aspek citra diri, dunia sosial. Sebanyak 6 orang remaja menyatakan bahwa mereka merasa rendah diri terhadap kekurangan yang dimiliki dan merasa tidak memiliki bakat serta keahlian yang begitu berarti. Hal ini berkaitan dengan aspek citra diri, dunia psikologis.

Seharusnya citra diri positif dapat ditanamkan setiap manusia khususnya remaja, karena citra diri merupakan salah satu bagian penting dalam perkembangan dan pertumbuhan remaja, Hadisubrata (dalam Silfana, 2016) menjelaskan bahwa individu yang memiliki citra diri positif akan mengembangkan watak-watak seperti percaya diri, menghargai diri sendiri, menerima diri sendiri, mengembangkan potensinya seoptimal mungkin. Namun saat ini kebanyakan remaja justru malah memandang citra dirinya negatif, menurut Hurlock (1990) citra diri negatif dapat mengembangkan perasaan seseorang merasa tidak mampu dan rendah diri, sehingga dapat menumbuhkan penyesuaian pribadi dan sosial yang buruk. Jika permasalahan ini tidak ditanggulangi maka akan menimbulkan akibat individu tersebut yaitu, menurut Amma dkk (2017) remaja yang melihat tampilan dirinya secara negatif akan mempunyai citra diri yang juga negatif.

Menurut Brown (1998) faktor yang dapat menentukan citra diri seseorang yaitu: a.) Faktor perilaku b.) Faktor Sosial. Berdasarkan beberapa faktor yang mempengaruhi citra diri diatas, salah satu faktor yang mempengaruhi citra diri menurut menurut Brown (1998) adalah Faktor sosial, perbandingan sosial yang bias, sedangkan menurut Leo (2006) salah satu faktor yang mempengaruhi citra diri seseorang adalah keadaan fisik, penampilan seseorang dimulai dari fisik dan psikis bisa membentuk karakter maupun kepribadian seseorang. Dengan demikian, peneliti memilih *Body Shaming* sebagai faktor yang mempengaruhi citra diri dikarenakan menurut (Marhamah & Okatiranti, 2014) menjelaskan bahwa *body shaming* berhubungan erat dengan citra diri yakni bagaimana seseorang melihat dan memersepsikan dirinya saat ini baik sadar ataupun tidak sadar, yang berakibat

timbulnya standar penampilan yang membuat seseorang merasa rendah diri saat tidak dapat mencapainya.

Menurut Chaplin (2005) *Body Shaming* adalah kegiatan mengkritik atau mencela bentuk, ukuran, dan penampilan fisik orang lain. Dalam hasil wawancara oleh Brigitta (2018) bersama Siti Mazdafiah, selaku Direktur Savy Amira *Women Crisis Center*, menjelaskan bahwa *Body Shaming* merupakan suatu pandangan dari masyarakat tentang standar tertentu atas tubuh seseorang yang mengakibatkan hadirnya rasa malu pada diri korban. *Body shaming* ditujukan untuk mengkritik mereka yang mempunyai penampilan fisik yang dinilai berbeda dengan masyarakat umumnya. Contoh *Body Shaming* yang biasa terjadi adalah penyebutan gemuk, pesek, cungring, dan lain sebagainya yang berkaitan dengan penampilan fisik (Faudzia & Rahmiaji, 2019).

Aspek-aspek *Body Shaming* menurut Gilbert & Miles (2002) yaitu; a). Komponen kognitif sosial atau eksternal, mengacu kepada pikiran dari orang lain yang menilai bahwa dirinya rendah; b). Komponen mengenai evaluasi diri yang berasal dari dalam, mengacu pada pandangan yang buruk terhadap dirinya sendiri yang berasal dari pemikiran negatif mengenai diri; c). Komponen emosi, emosi yang terdapat dalam perasaan malu meliputi perasaan cemas, marah, dan muak terhadap diri sendiri; d). Komponen perilaku, perasaan malu mempunyai kecenderungan untuk menghindar dari lingkungan sekitarnya.

Efek dari perlakuan *Body Shaming* sangat banyak negatifnya hasil penelitian menunjukkan bahwa perlakuan *Body Shaming* dapat berdampak pada pola pikir yang negatif pada seseorang. Hasilnya menunjukkan bahwa perlakuan *Body*

Shaming dapat menimbulkan penilaian diri sendiri yang buruk (Eva, 2016). Hal tersebut sejalan dengan Marhamah (2014) mengatakan bahwa *Body Shaming* berkaitan erat dengan citra diri yaitu bagaimana seseorang melihat dan memersepsikan dirinya saat ini baik disadari maupun tidak disadari, sehingga timbul standar penampilan yang membuat seseorang merasa rendah ketika tidak dapat mencapainya.

Berdasarkan temuan penelitian dari Widiyani dkk, (2021) memperlihatkan terdapat hubungan yang signifikan antara perlakuan *body shaming* dengan citra diri mahasiswa. Berdasarkan berbagai penjelasan di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *body shaming* dengan citra diri pada remaja?”

B. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan permasalahan, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Body Shaming* dengan Citra Diri pada Remaja.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian secara teoritis diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan dalam bidang psikologi khususnya psikologi klinis dan psikologi perkembangan.

b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan masukan pada remaja tentang meningkatkan citra diri yang positif sehingga dapat mengurangi tingkat perilaku *body shaming* dikalangan remaja, serta dapat mewujudkan remaja yang positif.