

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu tantangan yang saat ini dihadapi oleh masyarakat global maupun pemangku kepentingan terutama di bidang kesehatan mental adalah prevalensi gangguan mental yang terus meningkat tiap tahunnya (Novianty dan Retnowati, 2016). Diperkirakan pertahunnya 20-25% anak dan remaja mengalami masalah kesehatan mental, dan 40% diantaranya memenuhi kriteria diagnostik untuk berbagai jenis gangguan mental (Nastasi, dkk dalam Karyani & Subandi, 2015). Beberapa data menunjukkan sebagian besar masalah kesehatan mental pada masa dewasa, 50% nya telah dimulai pada usia 14 tahun atau pada masa remaja (Klopf, dkk dalam Karyani & Subandi, 2015).

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju usia dewasa, dimana remaja mengalami masa pubertas yaitu suatu periode dimana kematangan fisik terjadi secara pesat, terutama pada awal masa remaja (Santrock, 2012). Serangkaian perubahan fisik seseorang remaja akan disertai dengan perubahan psikologis. Perubahan-perubahan biologis yang terjadi memicu peningkatan minat terhadap citra tubuh. Satu hal yang pasti terjadi tentang aspek psikologis yang berkaitan dengan perubahan fisik pada masa remaja adalah remaja disibukkan dengan tubuhnya dan mengembangkan citra individu mengenai gambaran tubuh remaja yang sesuai dengan standar

budaya setempat (Mueller dalam Santrock, 2012). Kesadaran akan adanya reaksi sosial terhadap berbagai bentuk tubuh menyebabkan remaja prihatin akan pertumbuhan tubuhnya yang tidak sesuai dengan standar budaya yang berlaku (Hurlock, 1980).

Standar budaya tentang penampilan ideal yang ada dimasyarakat begitu gencar di sebarluaskan dalam media massa (Hurlock, 1980). Adanya informasi mengenai citra tubuh ideal yang ada di media massa seperti tayangan di televisi, membuat remaja putri yang memiliki kekurangan dalam segi fisik merasa prihatin dan mencari cara untuk menutupi kekurangannya dengan melihat iklan yang ada di televisi, salah satunya adalah iklan kosmetik. Iklan kosmetik di televisi mempunyai kemampuan untuk menarik perhatian para remaja untuk mengkonsumsi produk-produk kosmetik yang ditawarkan (Purnaningwulan, 2015). Media massa secara terus-menerus memperkuat pentingnya penampilan, sementara pada saat yang sama menciptakan harapan yang tidak realistis tentang kecantikan (Vashi, 2015). Sekelompok peneliti melakukan penelitian pada tahun 1986, dengan menganalisis lekuk-lekuk tubuh perempuan dalam *The Ladies Journal* dan *Vogue* mulai 1901-1980 menyimpulkan bahwa media massa mempromosikan perempuan bertubuh langsing sebagai ideal (Silverstein, Perdue, Peterson, Kelly dalam Hutapea, 2012). Tidak hanya yang bertubuh kurus langsing, media juga cenderung memberi gambaran bahwa cantik harus memiliki kulit putih bersih, tinggi semampai, rambut panjang, mata besar dan juga hidung mancung (Aprilita & Listyani, 2016). Hal ini dapat dilihat dari iklan-iklan

kecantikan, dimana yang digunakan untuk menjadi ikon adalah perempuan berkulit putih, rambut panjang, dan mempunyai tubuh yang ideal. Standarisasi tersebut membentuk pola pikir bahwa “cantik” itu memiliki kriteria seperti yang media gambarkan lewat iklan, film, dan sebagainya (Vilegas & Tinsley, dalam Herabadi 2007). Salah satu usaha remaja putri untuk mendapatkan tampilan fisik yang ideal sehingga terlihat menarik adalah dengan melakukan perawatan. Tempat perawatan yang sekarang sedang marak-maraknya dikunjungi remaja putri adalah klinik *dermatologis* atau klinik kecantikan (Nourmalita, 2016).

Klinik kecantikan merupakan sebuah tempat yang memberikan layanan profesional yang berkaitan dengan perawatan dan kecantikan kulit, meliputi proses peremajaan kulit, pencerahan kulit wajah, dan memperbaiki berbagai kekurangan yang muncul pada kulit, rambut, kuku dan lain sebagainya (Wibowo dan Pandu, 2013). Seiring dengan perkembangan zaman dan adanya pengaruh dari budaya luar yang masuk dan diadopsi, kegiatan merawat tubuh dan mempercantik diri di klinik *dermatologis* atau klinik kecantikan bergeser menjadi suatu gaya hidup (*lifestyle*) yang tidak terpisahkan oleh perempuan. Terutama di kota-kota besar, konsumen rela mengeluarkan uang lebih banyak demi terpenuhinya kebutuhan tersebut (Miranti dalam Soesanto, 2014). Sampai saat ini pun, perempuan menjadi sasaran yang paling empuk dan tentu saja menguntungkan. Sehingga, berbagai mitos seputar kecantikan pun dibuat untuk mengonstruksi pikiran masyarakat, terutama untuk menjadi perempuan yang “ideal” dengan

kecantikan fisik yang sempurna (Nadia dalam Soesanto, 2014). Berbagai cara dilakukan untuk memperbaiki penampilan seperti diet, menggunakan *lotion* pemutih, krim anti penuaan, merawat rambut, hingga suntik silikon atau operasi plastik, agar bisa dikatakan cantik menurut standar media massa (Aprilia dalam Soesanto, 2014). Akibatnya, sejumlah remaja putri merasakan adanya kesenjangan antara gambaran (*image*) tubuh yang ideal dengan gambaran tubuh yang sebenarnya (Denich & Ifdil, 2015).

Permasalahan mengenai gambaran (*image*) tubuh pada remaja putri tersebut bertentangan dengan salah satu tugas perkembangan remaja. Salah satu tugas perkembangan yang seharusnya dilaksanakan pada masa remaja, yaitu menerima kondisi fisiknya serta memanfaatkan tubuhnya secara efektif (Hurlock, 1980). Akan tetapi, kenyataannya tidak demikian pada remaja putri. Remaja putri kurang puas dengan tubuhnya dan mengembangkan citra tubuh (*body image*) negatif sehingga tidak mampu menerima kondisi fisiknya (Bearman, dkk dalam Santrock, 2012). Distorsi citra tubuh (*body image*) dan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh pada remaja putri yang berlebihan dapat berkembang hingga menjadi suatu gangguan yang disebut *Body Dysmorphic Disorder* (Rahmania & Yuniar, 2012).

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia atau KBBI (Alwi, 2012), Kecenderungan merupakan kecondongan, kesudian, keinginan akan suatu hal. *Body Dysmorphic Disorder (BDD)* adalah gangguan citra tubuh yang melibatkan keasyikan berlebihan terhadap penampilan fisik pada orang yang tampak normal (Rosen, Reiter dan Orosan, 1995). Menurut Mehmet &

Roizen (2010), BDD atau *Dysmorphophobia* yaitu perasaan tidak puas dengan penampilan tubuh, munculnya perasaan tidak cantik, dan persepsi khayalan yang salah mengenai penampilan tubuh sebenarnya. Selain itu, Veale & Neziroglu (2010), mengungkapkan bahwa BDD adalah gangguan mental yang diartikan sebagai keasyikan seseorang terhadap perasaan kekurangan penampilannya.

Berdasarkan uraian disimpulkan bahwa kecenderungan *body dysmorphic disorder* merupakan kecondongan individu untuk memberikan perhatian yang berlebih terhadap kekurangan penampilan fisik atau memberikan khayalan yang salah mengenai penampilan fisik yang sebenarnya. Individu dengan BDD akan diliputi dengan bayangan mengenai kekurangan dalam penampilan fisiknya. Biasanya memfokuskan pada kekurangan di bagian wajah, seperti kerutan di wajah, rambut pada wajah yang berlebihan, bentuk mulut, atau bentuk dan ukuran hidung. Perempuan cenderung pula fokus pada bagian kulit, rambut, pinggang, dada, dan kaki, sedangkan Laki-laki lebih cenderung memiliki kepercayaan bahwa laki-laki bertubuh pendek, atau memiliki terlalu banyak rambut di tubuhnya (Perugi dalam Davison, Neale, Kring, 2006).

Rosen & Reiter (1996) mengungkapkan bahwa gejala-gejala BDD diantaranya: (1) penilaian negatif terhadap penampilan, (2) perasaan malu terhadap penampilan, (3) kepentingan berlebihan yang diberikan pada penampilan dalam evaluasi diri, (4) menghindari aktivitas sosial, (5) kamuflase tubuh dan (6) *body checking*.

Berdasarkan data statistik terbaru diketahui bahwa dari 30.000 orang di US, dinyatakan 93% wanita dan 87% pria peduli terhadap penampilannya dan memiliki upaya untuk memperbaiki penampilannya. Dari data tersebut dapat dinyatakan bahwa banyak sekali orang yang tidak puas terhadap citra tubuh (Nurlita & Lisiswanti, 2016).

Taqi dkk., (2008) melakukan survey pada 156 siswa kedokteran di Pakistan, 57,1% diantaranya adalah perempuan. Sebanyak 78,8% siswa menunjukkan ketidakpuasan terhadap beberapa aspek penampilan dan 5,8% siswa memenuhi kriteria BDD menurut DSM IV. Bagian yang menjadi fokus perhatian pada perempuan yaitu masalah berat badan (40,4%), kulit (24,7%), dan gigi (18%). Selain itu, Veale & Neziroglu (2010) dalam penelitiannya menyatakan bahwa sebanyak 1-1,5% dari populasi dunia memiliki kecenderungan BDD, dan kecenderungan BDD akan lebih tinggi pada budaya yang sangat mementingkan penampilan. Phillips dkk., (2000) mengungkapkan bahwa tingkat individu dengan BDD yang melakukan perawatan dermatologi, berkisar 9-15%. Adapun, penelitian terbesar BDD dalam perawatan dermatologi, 12% dari 268 orang memenuhi kriteria untuk BDD. Individu tersebut paling sering mencari perawatan untuk jerawat (Uzun, 2003).

Penelitian lain mengenai *body dysmorphic disorder* dilakukan oleh Rahmania & Yuniar (2012) menunjukkan bahwa kecenderungan BDD pada kategori sedang dengan persentase sebesar 36%. Hasil tersebut juga didukung oleh penelitian lain yang dilakukan oleh Tito (2014) bahwa BDD masuk

dalam kategori sedang. Hasil tersebut berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Prabowo (2017) yang menunjukkan hasil kecenderungan *body dysmorphic disorder* dalam kategori tinggi dengan persentase sebesar 53,57%.

Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 23 Oktober terhadap 5 remaja putri yang melakukan perawatan di klinik kecantikan dengan menggunakan gejala-gejala BDD menurut Rosen & Reiter, (1996). Berdasarkan hasil wawancara diperoleh data sebanyak 3 dari 5 orang menunjukkan gejala-gejala BDD yang sedang.

Dilihat dari gejala penilaian negatif terhadap penampilan, ketiga subjek akan mengalami pikiran-pikiran negatif terkait penampilannya seperti ketika sedang berjerawat atau kulit kusam karena subjek akan merasa dirinya jelek. Gejala perasaan malu terhadap penampilan, ketiga subjek merasa malu ketika berada di keramaian sedangkan keadaan penampilannya ada kekurangan sehingga subjek takut orang lain memperhatikan penampilannya. Gejala kepentingan berlebihan yang diberikan pada penampilan dalam evaluasi diri, ketiga subjek merasa bahwa penampilannya harus enak dipandang orang lain sehingga nantinya tidak akan menjadi pusat perhatian banyak orang. Gejala menghindari aktivitas sosial, ketiga subjek akan melakukan penghindaran yakni malas untuk berangkat kuliah dikarenakan selain merasa malu dengan wajahnya tetapi juga menghindari pertanyaan-pertanyaan negatif orang lain mengenai wajahnya. Gejala kamufase tubuh, ketiga subjek mengungkapkan bahwa ketika wajahnya berjerawat, subjek akan menyembunyikannya

menggunakan make up ataupun masker untuk menutupi jerawatnya agar tidak dilihat orang lain. Gejala *body checking*, ketiga subjek tersebut ketika merasa mempunyai kekurangan dalam tubuhnya misal wajah yang berjerawat. Maka subjek akan memeriksa wajahnya dicerminkan sekitar 1-3 jam dalam seharinya.

Dari uraian hasil wawancara diatas, peneliti menyimpulkan bahwa 3 dari 5 remaja putri yang melakukan perawatan di klinik kecantikan memiliki kecenderungan BDD yang sedang. Seharusnya remaja putri dapat mengembangkan gambaran positif mengenai tubuhnya dan merasa puas dengan penampilan fisiknya sehingga tidak terlalu fokus pada penampilan fisik saja serta bisa melalui tugas perkembangannya yaitu menerima kondisi fisik dan memanfaatkannya secara efektif yang akhirnya remaja putri akan memiliki kepercayaan diri dan perilaku positif terhadap hubungan sosialnya sehingga kecenderungan BDD menjadi rendah (Rahmania & Yuniar, 2012).

BDD penting dilakukan penelitian karena akan berdampak pada *self-esteem*. Hal ini sesuai dengan penelitian Indrati dan Apriliana (2018) bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *body dysmorphic disorder* dan *self-esteem* Mahasiswa Universitas Kanjuruhan Malang. Semakin tinggi BDD pada mahasiswa maka *self-esteem* akan semakin rendah. Dan jika semakin tinggi *self-esteem* pada mahasiswa maka BDD akan semakin rendah juga.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya didapatkan faktor-faktor yang mempengaruhi BDD diantaranya : *self-esteem*, konsep diri, *body image*, penerimaan diri dan penggunaan *make up*. Dari beberapa faktor yang mempengaruhi *body dysmorphic disorder* tersebut, peneliti memilih *self-*

esteem sebagai faktor yang mempengaruhi kecenderungan BDD. Phillips, dkk (dalam Rahmania & Yuniar, 2012) menyatakan bahwa salah satu faktor yang dianggap memiliki peran penting dalam berkembangnya BDD adalah *self-esteem*. Selain itu, ketidaksesuaian antara gambaran bentuk tubuh yang dipersepsi oleh individu dengan gambaran bentuk tubuh yang menurutnya ideal akan memunculkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya sehingga dapat mempengaruhi *self-esteem* seseorang. Karena gambaran tubuh positif yang dikembangkan oleh individu akan meningkatkan nilai diri (*self worth*), percaya diri (*self confidence*) serta mempertegas jati diri pada orang lain maupun dirinya sendiri, dan dari keseluruhan tersebut akan mempengaruhi *self-esteem* seseorang (Henggaryadi, 2012). Menurut Heatherton & Wyland (dalam Lopez & Snyder, 2004) salah satunya pembentuk *self-esteem* adalah bagaimana cara individu memandang fisik dalam dirinya.

Self-esteem merupakan sikap tentang diri terkait dengan keyakinan pribadi atas ketrampilan, kemampuan, hubungan sosial dan hasil yang akan dicapai dimasa depan (Heatherton & Wyland, dalam Lopez & Snyder, 2004). Menurut Santrock (2007), *self-esteem* merupakan dimensi evaluatif yang menyeluruh dari diri.

Berdasarkan uraian diatas disimpulkan bahwa *self-esteem* merupakan sikap tentang diri terkait dengan keyakinan pribadi atas ketrampilan, kemampuan, hubungan sosial dan hasil yang akan dicapai dimasa depan.

Adapun aspek-aspek *self-esteem* menurut Heatherton dan Wyland (dalam Lopez & Snyder, 2004), antara lain: a) *performance self-esteem*,

mengacu pada perasaan seseorang atas kompetensi secara umum yang dimilikinya. b) *social self-esteem*, mengacu pada bagaimana individu percaya tentang perspektif orang lain atas diri mereka. c) *physical self-esteem*, mengacu pada bagaimana individu memandang fisik mereka.

Salah satu faktor yang dianggap memiliki peran penting dalam berkembangnya BDD adalah *self-esteem* (Phillips, dkk dalam Rahmania & Yuniar, 2012). Ketika individu mengalami kecenderungan BDD, mereka menghindari keramaian dan mengalami penurunan fungsi sosial karena takut diperhatikan kekurangannya oleh orang lain. Hal ini sebagai akibat dari pemikiran takut dianggap cacat oleh orang lain. Sehingga individu yang mengalami kecenderungan BDD cenderung memiliki *self-esteem* yang rendah (Oktaviana, 2013). Hal ini sesuai dengan penelitian Rahmania & Yuniar (2012) bahwa semakin tinggi *self-esteem* maka semakin rendah kecenderungan BDD dan sebaliknya, semakin rendah *self-esteem* maka semakin tinggi kecenderungan BDD. Remaja putri yang melakukan perawatan di klinik kecantikan dengan *self-esteem* tinggi, yaitu remaja putri yang percaya akan kemampuan kompetensinya secara umum termasuk kemampuan intelektualnya, memiliki keyakinan bahwa dirinya adalah orang yang berharga, dihargai dan diterima orang lain serta memiliki gambaran positif mengenai tubuhnya maka remaja putri tersebut akan merasa puas dengan penampilan fisik dan merasa tidak terlalu fokus pada penampilan fisik atau menunjukkan kecenderungan BDD yang rendah. Sebaliknya remaja putri yang melakukan perawatan di klinik kecantikan dengan *self-esteem* rendah,

yaitu tidak percaya diri akan kemampuan kompetensinya, memiliki kecemasan akan penilaian orang lain terhadap dirinya serta berganggapan bahwa tubuhnya memiliki kukurangan maka remaja putri merasa tidak puas dengan penampilan fisik dan menjadi terlalu fokus pada penampilan atau menunjukkan kecenderungan BDD yang tinggi.

Berdasarkan uraian di atas, maka permasalahan yang akan di kaji lebih lanjut dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri yang melakukan perawatan di klinik kecantikan?”

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri yang melakukan perawatan di klinik kecantikan.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang diharapkan dalam penelitian ini adalah mampu memberikan tambahan informasi dan pemahaman dalam bidang Psikologi Klinis dan Psikologi Perkembangan, terutama mengenai hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri yang melakukan perawatan di klinik kecantikan.

b. Manfaat Praktis

Apabila penelitian ini terbukti maka diharapkan dapat menjadi masukan bagi:

- 1) Peneliti, mampu menambah pengetahuan mengenai hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri yang melakukan perawatan di klinik kecantikan.
- 2) Masyarakat umum, khususnya remaja putri agar dapat terhindar dari kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan meningkatkan *self-esteem* yang rendah.