

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Sejumlah interaksi sosial memunculkan beragam fenomena dan permasalahan baru yang ada dimasyarakat, begitu juga dengan beragam tuntutan yang harus dihadapi seperti gaya hidup (*lifestyle*), pendidikan, teknologi, budaya, serta stigma sosial. Semua lapisan masyarakat turut serta terpengaruh pada berbagai perubahan dan permasalahan yang ada tak terkecuali individu dimasa remaja akhir. Menurut (Rodman dkk., 2021) pada remaja, *trend* interaksi sosial yang dimiliki individu cenderung mencari dukungan sosial dari teman sebaya maupun dari orang tua. Sarana mencari dukungan sosial ini dapat dilakukan para remaja ini dengan menggunakan komunikasi online, digital, bahkan secara tradisional (secara langsung).

Menurut Batubara (2010) proses tahapan masa remaja (psikososial) terbagi menjadi 3 tahapan yaitu remaja awal, pertengahan, dan remaja akhir. Remaja akhir menurut Paramitasari dan Alfian (2012) adalah individu yang berusia 17 hingga 21 tahun. Pada individu masa remaja akhir menurut Azmi (2015) interaksi dengan teman sebaya serta lingkungan dan keluarga merupakan faktor penting dalam membentuk perubahan internal dalam diri dalam menghadapi permasalahan kehidupan. Azmi (2015) berpendapat bahwa remaja akhir telah memiliki pandangan terhadap diri yang menunjukkan individu tersebut memiliki sikap,

pemikiran, serta perilaku yang semakin dewasa. Remaja akhir juga sudah mampu untuk memilih cara hidup yang dapat dipertanggung jawabkan, hal ini didasari dari peran interaksi orang tua/keluarga dan teman sebaya/lingkungan yang bijaksana.

Azmi (2015) juga menambahkan bahwa pada realitanya, dalam mengembangkan nilai-nilai internal diri remaja akhir pun terbentur dengan nilai-nilai yang bertentangan dengan pandangan hidup dirinya, sehingga hal ini mendasari bagaimana permasalahan yang terus ada pada individu dimasa remaja akhir serta pandangan individu menyikapinya. Karakteristik dari individu remaja akhir berdasarkan Batubara (2010) adalah mampu memikirkan ide, identitas diri jadi lebih kuat, mampu mengekspresikan perasaan dengan kata-kata, bangga dengan hasil yang dicapai, serta lebih konsisten terhadap minat diri. *Lifestyle* yang dimiliki oleh individu remaja akhir pun menurut Batubara (2010) pun berhubungan dengan hal-hal ketertarikan kepada lawan jenis, mulai mampu menerima kebiasaan dan tradisi lingkungan, serta menurut Weilenmann & Larsson (2000) muncul sikap individualitas dan keterikatan terhadap kelompok melalui penampilan dan perilaku yang dimiliki.

Keterikatan terhadap kelompok melalui penampilan dan perilaku ini membuat individu merasa harus menyesuaikan kepada *trend* yang berkembang dikalangan kelompok. Macrae, Stangor, dan Hewstone (1996) menyatakan bahwa kebanyakan kelompok memiliki stereotip yang dibedakan melalui penampilan yang dimiliki. Penampilan yang distereotipkan tersebut menurut Macrae, Stangor, dan Hewstone (1996) didasari dari hal-hal yang penampilannya paling menarik (sesuai konsep kelompok) dengan yang tidak menarik seperti orang gemuk, orang pendek,

dan lainnya. Melalui penampilan fisik ini menurut Macrae, Stangor, dan Hewstone (1996) memunculkan kesan dan persepsi sehingga menimbulkan perilaku yang akan berhubungan langsung dengan anggota didalam kelompok sosial, hal ini menegaskan bahwa penampilan fisik mempengaruhi kesan sifat seorang individu.

Pada masa remaja berdasarkan Fauzia dan Rahmiaji (2019) terjadi perubahan yang cepat baik secara fisik maupun psikologis, pada usia remaja banyak trend yang muncul seputar gaya hidup yang berkembang dikalangan masyarakat. Kebanyakan *trend* memunculkan tindakan untuk menyamakan diri dengan keinginan kelompok, tak terkecuali mengenai penampilan fisik. Seperti yang dijelaskan oleh Macrae, Stangor, dan Hewstone (1996) penampilan fisik sendiri memiliki peranan didalam keterikatan individu pada kelompok. Menurut Fauzia dan Rahmiaji (2019) apabila individu remaja akhir memiliki penampilan fisik yang tidak sesuai dengan *trend* didalam kelompok maka akan muncul perilaku perundungan yang salah satunya perundungan terhadap penampilan fisik. Menurut Macrae, Stangor, dan Hewstone (1996) memiliki penampilan fisik yang sesuai dengan keinginan kelompok membuat individu dapat berkontribusi pada persepsi dan keinginan pandangan kelompok.

Menurut Gilbert dan Miles (2002) dalam hubungan sosial penampilan fisik memiliki peranan penting dalam menentukan ketertarikan dengan individu lain serta bersosialisasi. Sehingga menurut Chomet (2018) ketika individu mengalami perubahan fisik dan psikologis atau pubertas yang berbeda-beda, maka individu yang mengalami perubahan yang tidak sesuai dengan *trend* yang ada akan mendapatkan respon yang berbeda. Chomet (2018) mengungkapkan bahwa respon

yang berbeda inilah cenderung merupakan respon negatif yang tanpa sadar atau secara sadar seperti cibiran kepada penampilan fisik seorang individu lainnya. Cibiran dan komentar negatif ini memunculkan sikap atau perilaku perundungan. Perundungan yang dimaksud adalah perundungan mengenai penampilan fisik atau lebih dikenal sebagai istilah *body shaming*.

Berdasarkan pendapat Chomet (2018) *body shaming* adalah hasil komentar negatif terhadap orang lain, membuat orang tersebut merasa bahwa kondisi penampilan fisik atau tubuh yang dimiliki tidak “benar” atau tidak sesuai dengan standar kecantikan yang ada. Padahal menurut Jahja (2011) salah satu tugas perkembangan individu masa remaja yaitu menerima penampilan fisik diri sendiri beserta keragamannya. Menurut Wolf (2002) beberapa wanita mulai mengalami kecemasan terhadap bentuk tubuh ketika pengaruh pornografi yang mulai marak ada di masyarakat. Kecemasan terhadap penampilan fisik ini membuat individu terus memperhatikan bagaimana citra tubuh dimata orang lain. Bentuk-bentuk *body shaming* pun beragam beberapa diantaranya adalah seperti “Gendutan ya, coba kamu diet”, “Kok jerawatnya makin banyak, dirawat dong mukanya!”, “Kulitnya gelap banget deh!”, “Kurus banget sih sekarang” dan “Bajunya rame banget, gak cocok sama badan kamu yang pendek itu!” (Fenti, 2020). Selain itu *body shaming* dikategorikan sebagai bentuk tindakan kekerasan karena menyangkut pada kekerasan secara fisik maupun psikis melalui verbal.

Menurut PKBI Daerah Istimewa Yogyakarta (“Bentuk-bentuk Kekerasan Berbasis Gender (KBG) disekitar kita”, 2017) kekerasan meliputi yaitu kekerasan secara seksual, kekerasan secara fisik, kekerasan secara ekonomi dan sosial,

kekerasan secara psikis atau mental, dan terakhir praktek sosial/budaya yang membahayakan. Istilah *body shaming* memunculkan juga kampanye *body positivity* untuk lebih sadar (*aware*) terhadap mencintai diri sendiri yang ramai digalangkan diberbagai *platform* sosial media (Parhani, 2020). Mun (2019) mengungkapkan *body shaming* dapat terjadi dimana saja tidak hanya dimedia sosial, namun juga banyak ditemukan dikehidupan “*real life*” setiap individu. Sejalan dengan hasil penelitian dari Sanchez, Good, Kwang & Saltzman (2008) yang menunjukkan yaitu *body shaming* dapat meningkat ketika antara individu memiliki hubungan kedekatan, selain itu *body shaming* juga dapat terjadi oleh perempuan maupun laki-laki.

Di Indonesia sendiri berdasarkan Lestari (2020) pelaku *body shaming* dapat mendapatkan hukuman dengan rujukan pasal 27 ayat (3) UU ITE apabila tindak pidana tersebut dilakukan diranah media sosial. Sedangkan pasal 310 KUHP diperuntukan apabila tindakan *body shaming* dilakukan secara langsung verbal oleh pelaku kepada korban dilansir dari *news.detik.com* (Santoso, 2018). *Body shaming* tidak hanya terjadi di Indonesia melainkan di seluruh penjuru dunia dapat dilihat dari survei yang diadakan *Yahoo!* bertajuk “*Body Peace Resolution*” ini menghasilkan sebanyak 200 sampel (“*The Shocking Results of Yahoo Health’s Body Positivity Survey*”, 2016). Hasil survei tersebut menunjukkan bahwa 94% remaja wanita memiliki pengalaman *body shaming* dan pada laki-laki sendiri sebanyak 64% mendapatkan pengalaman *body shaming*. Sedangkan di Indonesia dilansir dari *news.detik.com* sendiri pada tahun 2018 terakhir, 966 kasus dengan

347 kasus diantaranya dinyatakan selesai ditangani kepolisian Indonesia (Santoso, 2018).

Pada kasus pertemanan anak laki-laki didalam ruang lingkup bermain atau tempat tongkrongan kerap kali menjadikan *body shaming* sebagai candaan yang wajar. *Body shaming* memiliki dampak masing-masing oleh setiap individu yang menerima dan mengalaminya, hal ini dapat mempengaruhi individu dalam kehidupannya baik secara psikis maupun biologis. Wijaya, Kebayantini, dan Aditya (2021) mengungkapkan bahwa beberapa dampak *body shaming* pada remaja adalah *self blaming* atau kondisi individu menyalahkan diri sendiri, membenci tubuhnya sendiri, menyebabkan stres, menarik diri dari lingkungan, hingga dapat menyebabkan depresi serta kematian. (Thompson & Kent (2001) menyatakan ketika individu memiliki bentuk tubuh tidak menarik, tidak diinginkan, serta dipermalukan akan beresiko mengalami gangguan psikologis dan tekanan. Gam, Singh, Manar, dan Gupta (2020) mengungkapkan bahwa *body shaming* dapat mengarahkan pada kondisi harga diri yang rendah (*low self esteem*), ketidakpuasan pada bentuk tubuh yang rendah, serta rentan terhadap gejala depresi berdasarkan pelecehan yang diterima oleh remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Nasution & Simanjuntak (2020) memiliki hasil yang menunjukkan individu yang mengalami perlakuan *body shaming* memiliki harga diri yang rendah. Berdasarkan pendapat dari Evelianti, Sukamti dan Wardana (2020) *body shaming* dapat membuat individu merasa tidak nyaman dengan penampilan fisik, menutup diri terhadap interaksi kepada orang lain dan lingkungan individu tersebut. Menurut Muhajir (2019) *body shaming* memiliki

pengaruh terhadap gejala psikologis. Gejala psikologis tersebut adalah harga diri yang rendah, kecemasan, sosiopati subklinis serta depresi dan gangguan makan. Menurut Waldeck, Tyndall, dan Chmiel (2015) harga diri yang rendah berdampak pada individu salah satunya adalah menjadi sulit untuk melakukan resiliensi diri dimana, pada individu yang memiliki harga diri tinggi hal tersebut dimiliki. Harga diri sendiri menurut Robinson, Shaver, dan Wrightsman (1991) memiliki arti yaitu komponen evaluatif dari representasi diri yang lebih luas, konsep diri, dan mengandung komponen kognitif, perilaku, serta afektif.

Harga diri sendiri dapat berhubungan langsung dengan kecakapan sosial, akademik, penampilan fisik, serta keberartian didalam kelompok. Harga diri menurut Coopersmith (1967) adalah penilaian pribadi terkait kelayakan yang diungkapkan dalam sikap yang dipegang individu terhadap dirinya sendiri, berdasarkan pengalaman yang subjektif dari laporan verbal dan perilaku ekspresif terbuka. Adapun salah satu aspek-aspek harga diri menurut ahli yaitu dari Coopersmith (1967) meliputi *power*, *significance*, *virtue*, dan *competence* yang menjadi penguat bagaimana harga diri seorang individu dalam mempresentasikan dirinya sendiri. Terdapat perbedaan antara individu dengan harga diri tinggi dan rendah, yang dapat dilihat dari ciri-cirinya. Menurut Aro dan Nurmi (2007) individu dengan harga diri tinggi memiliki ciri-ciri mampu untuk melakukan penyesuaian diri, dan tidak takut mengalami penolakan dari orang lain. Dabbs (1964) mengungkapkan ciri individu dengan harga diri tinggi juga menolak komunikasi yang bersifat pesimis.

Coopersmith (1967) juga menambahkan ciri dari individu dengan harga diri tinggi menunjukkan perilaku percaya diri, aktif, berani dalam berpendapat, serta mandiri. Taylor, Peplau, dan Sears (2012) mengatakan individu dengan harga diri rendah memiliki ciri-ciri meliputi pesimis, tidak realistis, merasa rendah diri, memiliki tujuan yang rumit, dan memandang negatif terhadap masa lalu, menurut Wijayanti, Nasir, Hadi dan Akhmad (2020) hilangnya rasa percaya diri serta menurut (Myers, 2013) ciri-ciri individu dengan harga diri rendah cenderung menyalahkan diri sendiri dan mudah untuk menyerah. Memiliki harga diri tinggi menurut (Regianis, 2018) harapannya dapat membuat individu yang mengalami perlakuan *body shaming* tidak terpengaruh dan tetap positif dalam menanggapi cemoohan yang diterima, tetap bisa mengekspresikan apa yang dirasa, tetap dapat menemukan sisi positif diri sendiri dan tidak takut akan asumsi-asumsi negatif tentang diri sendiri. Berdasarkan (Myers, 2010) dampak harga diri yang tinggi membuat individu mampu melakukan resiliensi, mampu menyelesaikan masalah, dan memiliki perasaan menyenangkan menurut. Hal inilah menunjukkan bahwa pentingnya memiliki harga diri yang tinggi.

Menurut (Aditomo & Retnowati, 2004) dampak harga diri yang tinggi bagi remaja yaitu menganggap kegagalan tidak berasal dari diri sendiri sehingga mampu meningkatkan performa setelah kegagalan maupun keberhasilan yang dialami. Selain itu (Aditomo & Retnowati, 2004) juga menambahkan individu yang memiliki harga diri tinggi cenderung lebih mudah dalam mengambil hikmah bila dihadapkan permasalahan atau pengalaman buruk. Mafazi & Nuqul (2017) juga berpendapat bahwa remaja yang memiliki harga diri tinggi memiliki pengungkapan

diri yang positif sehingga remaja tersebut memiliki wawasan luas, pemahaman yang jelas, arah yang jelas, serta mampu menjalani pengalaman yang positif. Sedangkan menurut Aro dkk (dalam Myers, 2010) dampak dari orang memiliki harga diri yang rendah kerap kali mengalami permasalahan hidup yang berhubungan dengan masalah keuangan, mengonsumsi obat-obatan terlarang, dan memiliki kecenderungan mengalami depresi. Menurut penelitian yang dilakukan Adilia (2010) harga diri yang rendah juga dapat membuat individu sulit optimis meraih kesuksesan dalam berkarir.

Beberapa penelitian menilai bahwa kasus *body shaming* justru paling banyak terjadi pada remaja. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Fauzia & Rahmiaji (2019) pada remaja perempuan yaitu merasa tiap kali mendapatkan perlakuan *body shaming* yang dirasakan adalah perlakuan tersebut meninggalkan bekas luka yang mendalam. Hasil penelitian Sakinah (2018) menunjukkan beberapa informan menganggap *body shaming* tidak membuat individu menjadi terpukul melainkan berusaha untuk memperbaiki dan melakukan perubahan pada penampilan dan menerima, hal ini menunjukkan bahwa *body shaming* tetap menimbulkan harga diri yang tinggi. Namun beberapa informan juga mengatakan bahwa perlakuan *body shaming* menyebabkan anggapan pada diri sendiri seolah tidak normal dengan orang pada umumnya, menghindari diri dari lingkungan sekitar, risih, serta memiliki perasaan malu. Ini menunjukkan bahwa perlakuan *body shaming* juga menimbulkan harga diri yang rendah pada individu yang mengalami perlakuan tersebut.

Penelitian oleh Rosita, Irmayanti, dan Hendriana (2019) menunjukkan sebanyak 341 subjek dengan persentase 49-58% siswi perempuan mengalami perasaan malu terhadap bentuk tubuh saat diperlakukan *body shaming*. Pada siswa laki-laki sebanyak 61-64% yang mana persentasinya ini termasuk kategori tinggi. 61% remaja mengkritik serta membandingkan penilaian penampilan diri sendiri dengan orang lain. Hasil penelitian Hidayat, Malfasari & Herniyanti (2019) dengan jumlah subjek sebanyak 103 mahasiswa, menunjukkan bahwa sebesar 51,5% responden mendapatkan perlakuan *body shaming* yang buruk serta 48,5% mendapatkan perlakuan *body shaming* yang baik. Efek dari perlakuan *body shaming* yang buruk membuat individu merasa tidak percaya diri, tidak layak didalam kelompok sosial, dan tidak menarik. Gani & Jalal (2021) pun melakukan penelitian yang menghasilkan sebesar 64,3% atau 28 subjek remaja yang mendapatkan perlakuan *body shaming* menutup diri dan memilih diam, 39,3% remaja menjadi tidak percaya diri, dan 21,4% remaja menarik diri dari lingkungan sosialnya.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Astuti dan Mansoer (2020) menunjukkan subjek merasa memiliki pemikiran negatif terhadap dirinya, bentuk tubuh, merasa sedih, jatuh, terpukul, selalu merasa bersalah ketika sedang makan, perasaan malu terus-menerus, tidak percaya diri, serta menghindari dari lingkungannya. Melalui wawancara observasi awal dalam penggalan data pada tanggal 22 April 2021 kepada 30 informan yaitu mahasiswa tingkat pertama, saat selesai perkuliahan Praktikum Aplikasi Komputer. Peneliti menemukan bahwa ekspresi perilaku yang disebutkan oleh subjek ketika mengalami *body shaming* antara lain meragukan dan menganggap diri sangat buruk, merasa tidak percaya

diri, menjadi tertutup, menarik diri dari lingkungan, dan menjadi takut terhadap reaksi negatif (penolakan) dari sekeliling. Namun sebagian informan juga mengungkapkan pada saat mengalami *body shaming*, individu memiliki pandangan yang positif. Pandangan positif itu berupa keinginan untuk memperbaiki diri, tidak ambil pusing, menganggap kekurangan merupakan hal yang patut disyukuri, dan tidak membuat diri menjadi terpuruk, hal ini cukup mempresentasikan aspek-aspek yang ada pada harga diri menurut Coopersmith (1967).

McClure, Tanski, Kingsburry, Gerrard & Sargent (2010) mengatakan harga diri rendah berhubungan langsung kepada fisik, konsekuensi psikologis, dan sosial yang memiliki pengaruh terhadap perkembangan remaja. Individu dengan harga diri rendah memiliki pandangan diri yang lebih negatif sehingga individu tersebut membutuhkan usaha yang lebih besar dalam hal peningkatan diri, selain itu Baumeister (1993) juga mengatakan fakta individu tersebut cenderung merasa terancam terhadap reaksi negatif yang tertuju kepadanya, menjadi terobsesi untuk membandingkan dirinya dengan penampilan orang lain terus-menerus. Leary, Schreindorfer, dan Haupt (1995) orang dengan harga diri rendah lebih mudah cemas, kesepian, cemburu, tertekan, tidak bahagia serta pemalu menurut. Menurut Sari, Rejeki, Mujab (2006) individu dengan harga diri rendah akan merasa sulit dalam melakukan pengungkapan diri.

Hal ini juga ditunjukkan melalui hasil penelitian dari Murray, Griffin, dan Holmes (2000) yaitu individu dengan harga diri rendah memiliki kecenderungan salah menafsirkan atau berasumsi terhadap orang terdekatnya. Individu akan memandang negatif seperti memandang dirinya sendiri, hal ini menunjukkan bahwa

salah satu bentuk dampak perlakuan *body shaming* yang dirasakan individu seperti memandang negatif dirinya sendiri merupakan bentuk harga diri rendah. Menurut Wells, Hughes & Jones (2010) perasaan malu digambarkan sebagaimana perasaan buruk mengenai diri yang “sejati” menjadi perasaan cacat atau secara mendalam tidak memadai, ini sejalan dengan bagaimana individu yang mengalami perlakuan *body shaming* merasa malu ketika mendapatkan cemooh terhadap penampilannya. Ini juga diperkuat melalui penelitian yang dilakukan Velotti, Garofalo, Bottazzi & Caretti (2017) bahwa rasa malu yang disebabkan *body shaming* dikaitkan langsung kepada harga diri rendah ini menjelaskan bahwa perasaan malu dampak dari *body shaming* merupakan bentuk dari harga diri rendah yang dimiliki individu yang mengalaminya.

Campbell & Lavallee (1993) menjelaskan bahwa individu harga diri rendah cenderung mudah terpengaruh, mudah mengalami rangsangan kecemasan, suasana hati yang dimiliki individu harga diri rendah cenderung mudah berubah sehingga perasaan kurang menyenangkan pun muncul, serta berhati-hati terhadap lingkungannya. (Kristjansson, 2007) juga mengatakan bahwa harga diri rendah merujuk kepada individu yang lemah lembut, kurang percaya diri, dan pemalu. Selain itu menurut Fennel (2016) individu harga diri rendah mengalami hipersensitivitas yaitu ketakutan kepada kritik, ketidaksetujuan, bahkan membuat individu melakukan penarikan diri dari segala jenis keintiman termasuk lingkungannya. Berdasarkan pemaparan bentuk ekspresi harga diri rendah atau hasil data penelitian dampak *body shaming*, menunjukkan bahwa perilaku individu yang mendapat perlakuan *body shaming* seperti menarik/menghindar diri dari

lingkungan, tidak percaya diri, perasaan tidak menarik, menutup diri, mudah cemas, konservatif terhadap sekelilingnya, serta perasaan malu terhadap bentuk tubuh merupakan bentuk indikasi dari harga diri rendah yang dimiliki seorang individu.

Gam, Singh, Manar dan Gupta (2020) juga mengungkapkan bahwa masih banyak individu yang memiliki harga diri rendah merupakan berasal dari korban *body shaming*. Seseorang yang memiliki harga diri tinggi menurut Birndorf, Ryan, Auinger dan Aten (2005) adalah orang yang telah terbukti memiliki kesehatan mental yang lebih baik, dapat mengatasi permasalahan, dan insiden depresi yang lebih rendah baik itu kepada remaja maupun orang dewasa. Baumeister, Campbell, Krueger & Vohs (2003) mengatakan bahwa orang dengan harga diri tinggi mengaku lebih disukai, menarik, memiliki hubungan dan memberikan kesan yang lebih baik kepada orang lain. Faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri itu sendiri menurut Coopersmith (1981) yaitu penerimaan atau penghinaan terhadap diri, kepemimpinan atau popularitas, keluarga atau orang tua, dan keterbukaan dan kecemasan. Sari, Rejeki, dan Mujab (2006) berpendapat bahwa kesiapan individu dalam menilai positif dirinya sendiri dan menerima diri sendiri membuat individu mampu juga untuk memahami individu lain.

Menurut (Safarina dan Maulayani, 2021) proses menerima diri pada kasus *body shaming* remaja, memiliki keterikatan dimana remaja yang menerima *body shaming* cenderung tidak bisa menerima kondisi fisiknya. Sehingga hal tersebut akan menurunkan sikap penerimaan diri pada individu. Selain itu hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti subjek pada 22 April 2021 kepada 30 informan yaitu mahasiswa tingkat pertama, saat selesai perkuliahan praktikum aplikasi komputer.

Mengungkapkan, bahwa ekspresi dampak perilaku yang ditimbulkan dari perlakuan *body shaming* menunjukkan bahwa individu merasa dan melihat diri sendiri sebagai individu yang memang buruk rupa, banyak kekurangan, secara fisik memang tidak menarik, serta merasa kecil dan rendah hati, hal ini menjadi alasan peneliti memilih faktor penerimaan diri sebagai variabel bebas dalam penelitian. Menurut Supratiknya (1995) penerimaan diri adalah keadaan dimana individu dengan penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri dan tidak bersikap merendahkan diri sendiri.

Menurut Shepard (1979) individu dengan penerimaan diri positif memiliki pemahaman diri yang baik, memiliki kesadaran yang realistis terhadap kelemahan serta kekuatan yang dimiliki, sedangkan individu yang menolak diri akan merasa dirinya individu yang kecil, tidak berdaya, dan memiliki gejala ketidaksesuaian lainnya. Menurut Branden (1994) sejatinya penerimaan diri yaitu proses memerlukan diri sendiri untuk mengalami seperti semua hal terasa nyata bagi diri sendiri, tanpa ada penyangkalan atau penghindaran diri, memikirkan apa yang dipikirkan, merasakan apa yang dirasakan, menginginkan apa yang diinginkan dan, melakukan apa yang seharusnya dilakukan apa adanya. Ketika individu dimasa remaja akhir dihadapkan situasi yang tidak diinginkan atau tidak sesuai yang diharapkan, maka akan menimbulkan respon negatif. Begitupun dengan kasus *body shaming* yang dialami oleh remaja akhir. Hal ini diperjelas berdasarkan pendapat Wijaya, Kebayantini, dan Aditya (2021) mengungkapkan bahwa individu pada masa remaja ketika mendapatkan perlakuan *body shaming* akan memiliki respon negatif melalui *self blaming*.

Wijaya, Kebayantini, dan Aditya (2021) menjelaskan lebih lanjut self blaming tersebut membuat individu menyalahkan diri sendiri, membenci tubuhnya sendiri, menyebabkan stres, menarik diri dari lingkungan, hingga dapat menyebabkan depresi serta kematian. Pada wawancara observasi awal dalam penggalan data pada tanggal 22 April 2021 kepada 30 informan yaitu mahasiswa tingkat pertama, saat selesai perkuliahan praktikum aplikasi komputer. Informan mengungkapkan bahwa sebagian besar perasaan saat mengalami perlakuan *body shaming* yaitu individu menjadi menyalahkan diri sendiri, membenci diri sendiri, dan menganggap diri sendiri memang buruk rupa. Tindakan tersebut dapat dikategorikan sebagai tindakan tidak menerima kondisi diri. Ini merupakan indikasi dari individu yang memiliki penerimaan diri yang negatif. Supratiknya (1995) juga mengungkapkan bahwa penerimaan diri menitik beratkan pada penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri dan tidak bersikap merendahkan diri sendiri.

Ryff (1989) juga mengungkapkan bahwa penerimaan diri merupakan kondisi individu dapat memiliki sikap positif, menerima, serta mengakui segala aspek dalam diri termasuk kualitas diri yang buruk. Proses penerimaan diri yang negatif akan memunculkan bentuk-bentuk atau ciri-ciri dari individu yang memiliki harga diri rendah. Hal ini dapat diperlihatkan dari bagaimana individu tidak mampu untuk memiliki perasaan berharga. Menurut Taylor, Peplau, dan Sears (2012) tidak mampu memiliki perasaan berharga membuat individu merasa rendah diri, merasa rendah diri merupakan ciri dari individu dengan harga diri rendah. Kemudian penerimaan negatif pada penelitian ini membuat individu menyalahkan diri sendiri. Menyalahkan diri sendiri menurut (Myers, 2013) merupakan sebagian besar ciri

dari individu yang memiliki harga diri rendah. Sedangkan menurut Citra dan Eriany (2015) individu yang memiliki penerimaan diri positif akan mampu untuk mempertahankan keberhargaan diri dan kepercayaan diri, yang mana ini termasuk kedalam karakteristik individu harga diri yang tinggi.

Citra dan Eriany (2015) juga mengatakan bahwa individu dengan penerimaan diri yang positif akan cenderung mudah menerima dan mengatasi kefrustasian yang berasal dari diri sendiri dan lingkungan. Hal ini sejalan dengan pendapat Aro dan Nurmi (2007) yang menegaskan bahwa individu dengan harga diri tinggi mampu untuk melakukan penyesuaian diri, dan tidak takut mengalami penolakan dari orang lain. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ketika individu secara positif menerima diri setelah mengalami *body shaming*, maka individu memiliki harga diri tinggi. Sedangkan ketika individu mengalami penolakan, respon negatif, dan cenderung untuk merendahkan diri ketika dihadapkan perlakuan *body shaming* maka individu memiliki penerimaan diri negatif dan harga diri yang rendah. Pada penelitian ini keterbaharuan ilmu yang dapat disimpulkan dari penelitian sebelumnya adalah baru penelitian ini yang mengungkapkan hubungan antara penerimaan diri dengan harga diri pada remaja akhir yang mengalami *body shaming*, selain itu penelitian ini juga menggunakan konsep lebih jelas rentang usia remaja mana yang diteliti, serta beberapa penelitian sebelumnya menggunakan hanya menggunakan konsep remaja saja namun tidak memperjelas spesifikasi remaja dimasa apa. Menurut (Kassin, Fein, dan Markus 2013) mengungkapkan bahwa proses tinggi rendahnya harga diri seseorang individu dilihat dari bagaimana individu melakukan penerimaan diri atau justru penolakan diri dan bagaimana

individu terlihat dimata orang lain. Maka berdasarkan pemaparan dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri akan mempengaruhi harga diri seorang individu. Maka peneliti merumuskan dalam permasalahan ini bahwa apakah ada hubungan antara penerimaan diri dengan harga diri remaja akhir yang mengalami *body shaming*?

B. Tujuan

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji apakah ada hubungan antara penerimaan diri dengan harga diri pada remaja akhir yang mengalami *body shaming*.

C. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsi didalam khazanah ilmu psikologi terutama pada bidang ilmu psikologi sosial dan psikologi klinis. Selain itu harapan dari penelitian ini dapat dijadikan bahan kajian penelitian-penelitian selanjutnya.
- b. Bagi peneliti sendiri, penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dalam memperluas wawasan tentang penerimaan diri dengan harga diri pada remaja akhir yang mengalami *body shaming* serta sebagai bahan informasi untuk peneliti selanjutnya yang relevan dengan penelitian ini.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat praktis yaitu adalah dapat membantu remaja untuk meningkatkan harga diri dengan penerimaan diri.
- b. Bagi institusi pendidikan diharapkan penelitian ini dapat membantu para siswa untuk meningkatkan kepekaan sosial.

