

BAB I

PENDAHULUAN

A. Permasalahan

1. Latar Belakang Masalah

Salah satu periode dalam rentang kehidupan manusia adalah fase remaja. Masa remaja merupakan masa yang penting dalam perkembangan individu yang disebut juga sebagai masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa (Hurlock, 1993)

Masa remaja ditandai dengan masa pertumbuhan dan perkembangan fisik maupun psikologis. Dalam hal ini remaja mengalami perubahan seperti perubahan fisik atau bentuk tubuh, penambahan berat badan dan perkembangan kognitif serta sosial-emosionalnya. Masa remaja adalah individu yang berada pada rentan usia 12-13 tahun (Papilia dan Olds, 2017)

Salah satu tugas perkembangan pada remaja yaitu menerima keadaan fisik serta menggunakan tubuhnya secara efektif namun sebaliknya. Banyak remaja yang mengalami perubahan pada bentuk tubuh yang membuat remaja kebingungan. Perubahan tersebut membuat remaja mengalami perubahan secara fisik, sebab tidak semua remaja dapat menerima perubahan yang dialami.

Selama perubahan tersebut, banyak perubahan pada remaja, tidak hanya menimbulkan masalah yang baik namun masalah yang baru dimana dalam perubahan perlunya membentuk suatu sikap, nilai serta minat. Remaja juga dituntut untuk bisa menyesuaikan dengan orang lain serta lingkungan yang ada. Remaja berusaha mencari tahu siapa dirinya hal ini merupakan ciri remaja dalam proses pencarian identitas.

Dalam proses pencarian identitas, remaja mencoba hal-hal baru, salah satunya dalam hal penampilan. Remaja beranggapan bahwa penampilan fisik adalah sesuatu yang akan menjadi suatu ciri khas dirinya. Perubahan-perubahan akan penampilan pada remaja bisa diterima atau ditolak jika bertentangan dengan norma yang berlaku di masyarakat. Remaja yang tidak bisa menerima perubahan akan fisiknya akan mengalami ketidakpuasan terhadap tubuhnya (Santrock, 2007)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ferrari dkk (2013) menunjukkan bahwa sebesar 54,1% remaja perempuan merasa tidak puas dengan kelebihan berat badan yang dimilikinya serta 15,6% tidak puas dengan tubuhnya.

Penelitian yang dilakukan Swinson (2011) menunjukkan bahwa 49% remaja perempuan melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan mengubah bentuk tubuhnya, serta 42% remaja perempuan merasa tidak puas akan penampilannya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lemberg (1999) menunjukkan bahwa 34% laki-laki dan 38% perempuan merasa tidak puas akan penampilan yang dimiliki.

Fenomena ketidakpuasan tubuh pada remaja tersebut sendiri terjadi pada remaja SMP X Batu Malang. Remaja sangat memperhatikan khususnya pada tubuh maupun penampilan fisik. Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti diketahui bahwa ada beberapa siswa putri yang merasa tidak puas akan bentuk tubuh atau penampilan fisiknya. Dimana remaja memiliki pikiran dan persepsi yang negatif akan bentuk tubuh serta penampilan atau yang di sebut dengan citra tubuh.

Diketahui bahwa remaja pada SMP X Batu Malang menunjukkan ketidakpuasan akan bentuk tubuh dan penampilannya. Remaja merasa bahwa bentuk tubuh serta penampilannya tidak menarik dan tidak ideal. Remaja yang memiliki persepsi negative terhadap tubuh dan penampilannya berbeda dengan remaja satu dan yang lainnya.

Hal ini dilihat dari penilaian citra tubuh pada remaja yang menunjukkan bahwa remaja tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Remaja merasa bahwa penampilan yang dimiliki kurang menarik. Remaja merasa bahwa ada bagian-bagian tubuh tertentu yang tidak disukai. Serta remaja tidak percaya diri dengan dirinya sendiri dan sering membandingkan tubuh dan penampilannya dengan orang lain khususnya para selebgram. Berdasarkan hasil wawancara dengan remaja tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja memiliki ketidakpuasan terhadap tubuh dan penampilan fisiknya karena menurut remaja bahwa bentuk tubuh yang ideal pada umumnya memiliki bentuk tubuh yang ideal dan memiliki penampilan yang menarik.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara pada tanggal 7 Oktober 2019 pada 30 remaja siswi yang telah dilakukan menunjukkan bahwa 29,3 % memiliki citra tubuh yang positif akan tubuh serta penampilan yang dimiliki. Sedangkan 70,6% siswa memiliki citra tubuh yang negative akan tubuh dan penampilannya hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki persepsi serta penilaian yang negative akan citra tubuhnya.

Citra tubuh dikaitkan dengan keinginan untuk mengubah penampilan fisik 7%, 4% pria dan 9% wanita yang menyebabkan remaja menutup diri, kurang percaya terhadap dirinya dan memiliki harga diri yang rendah.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Husni dan Indrijiati (2014) bahwa sekitar 50-80% remaja khususnya wanita memiliki perasaan negatif akan bentuk tubuh serta ukuran tubuh yang dimiliki, sebab memiliki tubuh yang ideal dan menarik merupakan impian bagi setiap remaja. Dalam hal ini ketidakpuasan akan bentuk tubuh tampak lebih sering terjadi pada populasi wanita.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sunarto, Sukanto, dan Dianovinina (2012) bahwa seseorang sering membandingkan bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh wanita lain seperti halnya membandingkan dengan anggota keluarga 46,2% serta teman sebesar 40,6% dan bentuk tubuh wanita lain yang lebih menarik yaitu sebesar 73,3% dengan bentuk tubuh yang sering dijadikan pembandingan saat membandingkan diri sendiri.

Dalam usaha-usaha yang dilakukan remaja untuk memperbaiki dirinya tidak terlepas dari factor lingkungannya. Salah satunya yaitu media massa atau yang di sebut instagram. Para remaja mengidentifikasi dirinya dengan mengikuti selebgram di media sosial yaitu dari data survey Asosiasi penyelenggaraan jasa internet Indonesia (APJII) pada tahun 2016, pengguna internet di indonesia mencapai 132,7 juta dan media sosial instagram dengan jumlah pengguna 19.9 juta atau 15% serta pengguna terbanyak instagram salah satunya yaitu remajahinggadewasa. (<https://apjii.or.id/downfile/file/BULETINAPJIIEDISI05November2016.pdf>, diakses pada 27 November 2019)

Instagram mengklaim sudah memiliki 500 juta pengguna aktif yang menggunakan instagram. Dengan banyaknya pengguna instagram muncul beberapa selebgram (Selebriti instagram). Julukan selebgram biasanya diberikan kepada akun pribadi yang memiliki banyak penggemar atau followers karena video atau foto yang telah diupload menarik serta unik dan banyak disukai oleh pengguna instagram lainnya. Para followers juga tidak hanya mengikuti selebgram akan tetapi segala keseharian yang dilakukan oleh selebgram tersebut.

Tabel 1. Nama selebgram Indonesia yang disenangi oleh remaja 2019

No	Selebgram	Frekuensi	Presentase
1	Awkarin	30	40,0%
2	Rachel Vennya	20	26,6%
3	Anya Geraldine	14	18,6%
4	Dan lain-lain	11	14,6%
Jumlah		75	100 %

Penelitian yang dilakukan oleh Kholid (2016) bahwa peran selebgram sangat berpengaruh terhadap penampilan fisik yang dimiliki remaja serta bagaimana selebgram yang diidolakan menjadi panutan dalam fashion *followersnya*.

Dalam mengikuti selebgram sendiri mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perilaku remaja. Sebab banyak remaja menilai bahwa bentuk tubuh serta penampilannya kurang menarik. Penilaian negative yang diberikan pada remaja menunjukkan bahwa remaja memiliki harga diri yang rendah. Harga diri yang rendah bisa disebabkan oleh citra tubuh yang dimiliki individu yang memiliki persepsi negative akan dirinya.

Remaja menilai selebgram cenderung memiliki persepsi yang positif akan bentuk tubuh serta penampilannya yang menyebabkan selebgram memiliki harga diri yang tinggi. Salah satunya pakaian yang dikenakan yaitu sebagai ekspresi diri, untuk mencari perhatian dan mendapatkan perasaan berharga dari diri sendiri maupun orang lain (Burn, 1993)

Menurut Harter (dalam Santrock, 2007) bahwa citra tubuh yang negative selama pubertas karena menurunnya harga diri yang dimiliki di masa remaja awal. Harga diri juga secara tidak langsung memiliki hubungan dengan penampilan secara fisik. Terlebih pada masa remaja, kebutuhan seseorang dalam pencarian identitas akan meningkat. Yang mempengaruhi pandangan remaja mengenai dirinya di mata orang lain maupun lingkungannya.

Citra tubuh merupakan persepsi tentang penampilan diri, pikiran dan perasaan yang dihasilkan oleh persepsi itu sendiri. Perasaan ini bisa positif ataupun negative serta dipengaruhi oleh individu serta lingkungannya. Citra tubuh yang positif, yaitu seseorang menerima dan menyukai bagian-bagian tubuhnya secara keseluruhan, memandang secara tepat serta meningkatkan harga diri. Citra tubuh yang negative, yaitu dimana adanya ketidakpuasan terhadap tubuh dan bagian-bagian tubuh tertentu (Melliana, 2006)

Citra tubuh sendiri membentuk kepribadian seseorang bagaimana seseorang berpenampilan, bagaimana mengambil suatu keputusan, serta menghargai kondisi tubuh itu sendiri (Chaplin, 2012)

Factor-faktor yang mempengaruhi citra tubuh yaitu menurut Thompson (dalam Henggaryadi & Fakhurrozi, 2008) citra tubuh di pengaruhi oleh beberapa factor, yaitu: (1) Harga diri : Dalam hal ini pria dan wanita yang memasuki usia remaja harus mempunyai penilaian terhadap dirinya sendiri baik itu positif maupun negative. Serta memiliki penghargaan dan penerimaan terhadap dirinya seiring dengan perkembangan remaja menuju dewasa. (2) Tahap perkembangan : Dalam hal ini perubahan pada fisik berdampak pada tingkat kepuasan citra tubuh sebab tidak adanya perubahan yang terjadi sesuai keinginan yang menimbulkan perasaan malu.

Pada usia remaja merupakan masa harga diri seseorang menjadi kuat dimana harga diri dapat menjadi suatu patokan dalam menilai diri sendiri serta berpengaruh dalam perkembangan selanjutnya. (3) Sosialisasi : Dalam rentang kehidupan manusia, individu tidak terlepas dari pengaruh orang lain maupun lingkungannya, seperti orang tua, teman sebaya, saudara, dan yang lainnya. Menilai bahwa penampilan serta standart fisik seseorang berlaku dan disosialisasikan. (4) Tren yang berlaku di masyarakat : Dalam hal ini tren yang berlaku dalam masyarakat sangat mempengaruhi citra tubuh individu. Sebab bentuk tubuh yang ideal dapat mempengaruhi persepsi seseorang terhadap bentuk tubuhnya. Individu dituntut selalu tampil menarik serta memiliki bentuk tubuh yang ideal yang mempengaruhi wanita dalam mencapai bentuk tubuh ideal.

Harga diri merupakan penilaian serta pandangan individu yang berkaitan dengan dirinya positif atau negative secara keseluruhan yang diekspresikan melalui tingkah lakunya sehari-hari (Copersmith 1967, Burn, R.B 1993).

Menurut pendapat Robinson (1991) harga diri merupakan kebutuhan dasar setiap manusia dimana harga diri sangat penting bagi individu sebab harga diri sendiri mempengaruhi perilaku, kepuasan, motivasi serta hubungan akan kesejahteraan hidup. Masa remaja merupakan masa yang terjadi adanya perubahan, seperti perubahan fisik, emosional, kognitif, serta perkembangan sosial.

Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini karena harga diri dan citra tubuh khususnya pada remaja saling berhubungan satu sama lain hal ini dilihat dari perkembangan citra tubuh serta harga diri pada remaja. Ada beberapa peneliti yang menyebutkan bahwa harga diri merupakan factor yang mempengaruhi citra tubuh. Bahwa harga diri memiliki hubungan yang signifikan dengan citra tubuh. Seseorang yang memiliki harga diri yang rendah mudah merasa tidak puas akan bentuk tubuh yang dimilikinya. Sebaliknya, seseorang dengan harga diri yang tinggi tidak akan terpengaruh pada kultur yang berada di masyarakat akan bentuk tubuh yang ideal (Thompson, 2000)

Penelitian yang dilakukan oleh Bohrnstedt, Walster & Bersheid (1973) bahwa adanya hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada remaja. Citra tubuh remaja yang positif akan meningkatkan harga dirinya. Sebab harga diri mendorong seseorang mempunyai persepsi positif akan tubuhnya.

Menurut Davison & McCabe (2006) menemukan bahwa terdapat hubungan antara citra tubuh dengan harga diri. Harga diri merupakan evaluasi individu akan dirinya. Apabila remaja memiliki citra tubuh yang negative dengan bentuk tubuhnya maka akan mempengaruhi harga diri individu itu sendiri. Citra tubuh dan harga diri dapat mempengaruhi tahap perkembangan yang dimiliki remaja, sebab harga diri merupakan perkembangan emosional dan psikologis remaja.

Dalam hal ini jika remaja memiliki kondisi fisik ataupun citra tubuh yang baik dan sesuai dengan keinginannya maka harga diri yang dibentuk remaja akan positif. Remaja yang merasa bahwa dirinya jauh dari harapan dan gambaran ideal akan berdampak terhadap kurangnya kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan orang lain maupun lingkungan sekitar.

Sedangkan remaja yang memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan orang lain maupun lingkungan sekitar mampu mendapatkan pengakuan atau penerimaan dari lingkungan sekitarnya yang akan berdampak pada penilaian yang baik terhadap diri remaja yang membuat harga diri yang dimiliki tinggi (Baron dan Bryne,2004).

Penampilan fisik memiliki peran yang sangat penting saat menginjak usia remaja sebab dapat membentuk persepsi remaja terhadap daya pikat yang dimilikinya yang merupakan factor yang mempengaruhi harga diri remaja. Jika remaja kurang adanya penghargaan dari keluarga, teman, dan dari diri sendiri maka remaja memiliki harga diri yang rendah sedangkan jika remaja memiliki motivasi, percaya dan menghargai dirinya sendiri maka harga diri yang dibentuk oleh remajapun akan positif. Remaja memandang bahwasanya mereka bisa seperti layaknya selebgram yang selalu memiliki harga diri yang tinggi serta citra tubuh yang positif akan setiap penampilannya maupun bagian-bagian tubuh yang dimilikinya.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan remaja yang merasa bahwa dirinya jauh dari harapan atau tidak menarik menyebabkan kurangnya kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan orang lain maupun lingkungan sekitar. Harga diri sendiri sangat berpengaruh pada harapan individu, tingkah laku, serta penilaian seseorang tentang dirinya maupun orang lain. Dalam hal ini mencerminkan sikap penerimaan atau penolakan terhadap diri sendiri serta individu percaya bahwa dirinya berharga.

Salah satu factor yang mempengaruhi munculnya harga diri yang rendah yaitu remaja memiliki persepsi yang negative atau ketidakpuasan akan tubuh serta penampilan fisik yang disebut juga citra tubuh. Masalah ketidakpuasan akan citra tubuh dan penampilan fisik yang dialami remaja merupakan masalah yang sering muncul pada usia remaja khususnya pada masa pubertas sebab banyak remaja merasa kurang menarik secara fisik.

Sehingga masih banyak remaja yang mengalami masalah dalam memenuhi tugas-tugas perkembangannya dengan baik. Apabila remaja tidak mampu memenuhi

tugas perkembangannya, maka remaja akan sulit memenuhi tugas perkembangan pada fase selanjutnya.

Masalah ketidakpuasan akan tubuh serta penampilan fisik juga disebabkan oleh selebgram pada media sosial yang digunakan oleh remaja. Sebab remaja merasa bahwa para selebgram memiliki harga diri yang tinggi akan tubuh dan penampilan fisik yang dimiliki serta selebgram memberikan penilaian positif akan citra tubuhnya. Maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada remaja followers selebgram”.

B. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan Penelitian

Dari uraian diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada remaja yang menjadi followers selebgram

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pembaca mengenai hubungan harga diri dengan citra tubuh pada remaja followers selebgram. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menambah pengetahuan serta dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian-penelitian yang sejenis selanjutnya.

b. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat bermanfaat sebagai berikut:

1. Untuk Subyek, diharapkan penelitian ini menambah informasi kepada remaja untuk lebih mengembangkan harga diri yang tinggi serta memiliki citra tubuh yang positif dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.
2. Untuk Orang tua remaja, sebagai tambahan informasi bagi orang tua untuk selalu mendukung anaknya selama masa pencarian identitasnya serta perlu berhati-hati dalam mengomentari tubuh anak, sebab anak yang mengalami masa pubertas cenderung memiliki citra tubuh yang negative. Seseorang yang mempunyai citra tubuh yang negative tentunya berisiko mengalami gangguan makan, mood yang berantakan dan kurang percaya akan dirinya sendiri yang menyebabkan remaja memiliki harga diri yang rendah yang berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan mental yang buruk.
3. Untuk peneliti, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi serta acuan bagi peneliti lain untuk melakukan penelitian

selanjutnya yang terkait dengan harga diri dan citra tubuh *followers* selebgram

C. Keaslian Peneliti

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Dahlia Nur Permata Sari (2012) dengan judul “Hubungan antara Body Image dan Self-Esteem Pada Dewasa Awal Tuna Daksa”. Subyek pada penelitian ini adalah 30 dewasa awal tuna daksa yang memiliki cacat tubuh setelah kelahiran. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara body image dan self-esteem pada wal tuna daksa. Demikian hasil analisis data antara body image dengan self-esteem keseluruhan didapatkan nilai r sebesar 0,505 dengan nilai signifikansi 0,002 ($p > 0,05$), yang menunjukkan bahwa ada korelasi antara body image dengan self-esteem keseluruhan, sedangkan hasil analisis data antara body image dengan rasa berharga di mata orang lain didapatkan nilai r sebesar 0,377 dengan nilai signifikansi 0,02 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa ada korelasi antara body image dengan rasa berharga dimata orang lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Victoria Nurvita dan Muryantinah Mulyo Handayani (2015) dengan judul “Hubungan Antara Self-esteem dengan Body Image pada remaja awal yang mengalami obesitas”. Subyek penelitian ini berjumlah 41 remaja putri yang berusia 12-15 tahun yang mangalami obesitas. Hasil penelitian ini menunjukkan taraf signifikansi sebesar 0,00 yang berarti H ditolak, artinya terdapat hubungan antara variable self-esteem dan variable body image. Besar koefisien korelasi antar dua variable adalah 0,0855 yang menunjukkan hubungan positif dua variabel. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi self-esteem, maka body image yang dimiliki semakin positif.

Penelitian yang dilakukan oleh Tsamarah Zhafirah, Adi Dinardinata (2018) dengan judul “Hubungan Antara Citra Tubuh dengan Harga Diri Pada Siswi SMA Kesatrian 2 Semarang”. Subyek pada penelitian ini adalah siswi kelas X, XI, dan XII SMA Kesatrian 2 Semarang sebanyak 230 siswi dengan sampel penelitian sebanyak 172 siswi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara citra tubuh dengan harga diri ($r_{xy} = 0,233$; $p = 0,002$).

Penelitian yang dilakukan oleh Ayu Solistiawati dan Novendawati (2015) dengan judul “Hubungan Antara Citra Tubuh dengan Harga Diri Remaja Akhir Putri (Studi Pada Mahasiswa Reguler Universitas Esa Unggul)”. Subyek pada penelitian ini adalah remaja akhir pada mahasiswa reguler Universitas Esa Unggul. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil nilai sig 0.000 ($p < 0.05$) dengan korelasi sebesar 0.390, artinya terdapat hubungan positif yang lemah dan signifikan antara citra tubuh dengan harga diri pada mahasiswa reguler

UEU. Mahasiswa lebih banyak memiliki citra tubuh yang positif dan harga diri tinggi dan dimensi dominan adalah dimensi kognisi.

Penelitian yang dilakukan oleh Yulia Ratnasari, Yunani, Dita Wasthu Prasida (2013) dengan judul “Hubungan Citra Tubuh (Body Image) Dengan Harga Diri Remaja Putri Pada Masa Pubertas Di SMP N 33 Semarang”. Subyek pada penelitian ini adalah remaja putri kelas VII yang sudah menstruasi berjumlah 123 siswi dan sampel penelitian ini berjumlah 94 siswi. Hasil penelitian ini menunjukkan remaja putri pada masa pubertas SMP N 33 Semarang memiliki citra tubuh (body image) positif sebanyak 82 (87,2%) dan harga diri positif sebanyak 84 (89,4%). Hasil uji statistic didapatkan nilai p value = 0,022 ($p < 0,05$) sehingga H_a diterima, maka ada hubungan antara citra tubuh (Body Image) dengan harga diri remaja putri pada masa pubertas di SMP N 33 Semarang.

Dari penelitian yang telah diuraikan diatas, bahwa perberbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu pada penelitian yang dilakukan sebelumnya belum ada yang melakukan penelitian tentang hubungan harga diri dengan citra tubuh pada followers selebgram. Subyek penelitian yang diambil yaitu siswa SMP X Batu Malang khususnya yang aktif menggunakan instagram yang menjadi followers serta penyebab remaja followers selebgram sangat berpengaruh terhadap ketidakpuasan pada citra tubuh serta factor-faktor apa saja yang menyebabkan remaja beranggapan bahwa citra tubuh yang dimiliki selebgram lebih menarik dengan yang lain. Dengan judul “Hubungan antara Harga Diri dengan Citra Tubuh pada remaja followers instagram”.