BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang masalah

Remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak menuju masa dewasa yang berperilaku sesuai dengan tumbuh kembang usia remaja, diperlukan konsep diri yang merupakan aspek penting dalam diri seseorang terutama remaja dalam berinteraksi dengan lingkungannya (Agustiani, 2009).

Masa remaja merupakan masa yang paling banyak dipengaruhi oleh lingkungan dan teman-teman sebaya, itu lah yang menjadi faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya kepribadian, sikap hingga konsep diri yang menjadi aspek penting dalam diri remaja. Adanya interaksi hingga pencarian identitas diri pada remaja, tentu akan ditemukan hal-hal yang negatif atau yang tidak diinginkan. Misalkan saja dari teman sebaya, yang melakukan tindakan intimidasi hingga merugikan diri remaja tentu itu akan berpengaruh pada proses perkembangannya.

Bullying sering dikenal dengan istilah pemalakan, pengucilan, serta intimidasi perilaku merugikan orang lain secara sadar dan dilakukan secara berulang-ulang dengan penyalahgunaan kekuasaan secara sistematis. Semua tindakan bullying, baik fisik maupun verbal, akan menimbulkan dampak fisik maupun psikologis bagi korbannya. Dampak bullying pada korban diantaranya kesehatan fisiknya menurun, dan sulit tidur (Rigby dan Thomas dalam Sudibyo, 2012). Berdampak pula pada proses pencarian identitas diri remaja, yang termasuk dalam konsep diri remaja. Konsep diri yang sangat berperan saat remaja adalah identitas diri, seperti mengakui jenis kelamin diri sendiri, memiliki tujuan, menilai diri sendiri sesuai dengan penilaian masyarakat, identitas religius, identitas pendidikan, dan kepribadian (Santrock, 2007).

Lebih dari satu dari setiap lima (20,8%) siswa melaporkan penindasan (Pusat Statistik Pendidikan Nasional, 2016). Pemerintah federal mulai mengumpulkan data tentang intimidasi sekolah pada tahun 2005, ketika prevalensi intimidasi adalah sekitar 28 persen (Departemen Pendidikan A.S, 2015). Tingkat intimidasi bervariasi di seluruh penelitian (dari 9% hingga 98%). Sebuah meta-analisis dari 80 studi yang menganalisis tingkat keterlibatan intimidasi untuk siswa berusia 12-18 tahun melaporkan tingkat prevalensi rata-rata 35% untuk keterlibatan intimidasi tradisional dan 15% untuk keterlibatan cyberbullying (Modecki, Minchin, Harbaugh, Guerra, & Runions, 2014).

Termasuk penampilan fisik, ras / etnis, jenis kelamin, cacat, agama, orientasi seksual (Pusat Statistik Pendidikan Nasional, 2016). Di Indonesia, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima 26 ribu kasus anak dalam kurun 2011 hingga September 2017, sebanyak 34 % salah satu contohnya kasus bully di Thamrin City (KPAI, 2017).

33% siswa yang dilaporkan bersekolah setidaknya satu bulan selama tahun sekolah (Pusat Nasional Statistik Pendidikan, 2016). Dari siswa yang dilaporkan diintimidasi, 13% diolok-olok, dipanggil nama, atau dihina; 12% adalah subjek rumor; 5% didorong, tersandung, atau diludahi; dan 5% dikeluarkan dari kegiatan yang disengaja (Pusat Statistik Pendidikan Nasional, 2016). Sejumlah siswa perempuan diintimidasi di sekolah (23% berbanding 19%). Sebaliknya, persentase yang lebih tinggi dari siswa laki-laki daripada laporan yang diintimidasi secara fisik (6% berbanding 4%) dan diancam dengan celaka (5% vs 3%; (Pusat Statistik Pendidikan Nasional, 2016). Siswa yang mengalami intimidasi melaporkan: lorong atau tangga di sekolah (42%), di dalam ruang kelas (34%), di kafeteria (22%), di luar di halaman sekolah (19%), di bus sekolah (10%), dan di kamar mandi atau ruang ganti (9%) (Pusat Statistik Pendidikan Nasional, 2016). 43% dari siswa yang diintimidasi melaporkan memberi tahu orang dewasa di sekolah tentang

kejadian tersebut. Siswa yang melaporkan tingkat bullying viktimisasi yang lebih tinggi cenderung melaporkan bullying (Pusat Statistik Pendidikan Nasional, 2016).

Siswa yang diintimidasi menunjukkan bahwa intimidasi memiliki efek negatif pada perasaan mereka tentang diri mereka sendiri (19%), hubungan mereka dengan teman dan keluarga dan pada pekerjaan sekolah mereka (14%), dan kesehatan fisik (9%) (Pusat Nasional untuk Statistik Pendidikan, 2016). Remaja yang menyalahkan diri sendiri dan menyimpulkan bahwa mereka pantas diintimidasi lebih mungkin menghadapi hasil negatif, seperti depresi, viktimisasi yang berkepanjangan, dan ketidaksesuaian (Perren, Ettakal, & Ladd, 2013; Shelley & Craig, 2010).

Seorang korban juga cenderung memiliki psychological well-being yang rendah, seperti perasaan tidak bahagia secara umum, self-esteem rendah, perasaan marah, sedih, tertekan dan terancam ketika berada pada situasi tertentu (Sudiby, 2012). Siswa yang mengalami peningkatan risiko penyesuaian sekolah yang buruk, kesulitan tidur, kecemasan, dan depresi. Untuk masalah kesehatan mental dan perilaku daripada mereka yang hanya diintimidasi (Center for Disease Control, 2017).

Menurut Rigby, seseorang korban akan mengalami psychological distress; misalnya adalah tingkat kecemasan yang tinggi, depresi dan pikiran-pikiran untuk bunuh diri (Sudiby, 2012). Secara akademis seorang korban akan mengalami poor results; prestasi akademis menurun, kurangnya konsentrasi korban (Sullivan, Cleary dan Sullivan dalam Sudiby, 2012). Oleh karena dampak bullying yang banyak dan sangat merugikan korban, fenomena ini harus bisa ditangani. Salah satu cara dengan tindakan preventif yaitu intervensi terhadap pihak-pihak yang terlibat dalam situasi bullying. Bullying terjadi dalam berbagai bentuk diantaranya yaitu bullying secara verbal perilaku berupa kritikan kejam, fitnah, penghinaan. Bullying secara fisik

dengan memukuli, menendang, menampar. Bullying secara relasional merupakan pelemahan harga diri korban secara sistematis melalui pengucilan, pengabaian, atau penghindaran.

Kemudian kita berfokus pada *bullying* secara verbal, *body shaming*. *Body shaming* merupakan bentuk dari tindakan mengomentari fisik, penampilan atau citra tubuh seseorang baik dilakukan oleh orang lain atau pun terhadap diri sendiri (Jakarta CNN Indonesia, 2017). Seseorang bisa dianggap melakukan tindak *body shaming* lewat beberapa cara, salah satunya dengan membandingkan diri sendiri dan orang lain, "Aku sangat jelek dibandingkan dirinya. "Ungkapan *body shaming* juga bisa ditujukan terhadap penampilan orang lain, misalnya "Apakah kamu melihat apa yang dia pakai hari ini? Sungguh tidak menarik. Setidaknya kamu tidak terlihat seperti dia!". Studi berjudul *The Relationship between Body Shame, Self-Esteem, and Depression* pada 2017 mengungkap, tindakan mempermalukan diri sendiri secara fisik karena dipicu rasa malu. Hal ini akibat seseorang tidak dapat menghargai penampilannya sendiri dikarenakan seorang individu pada hakekatnya hidup dengan berinteraksi social, saling memperhatikan dalam kehidupan pribadi, hingga muncul pandangan buruk terhadap diri sendiri karena adanya standar ideal yang dianut masyarakat itu sendiri.

Sebagian orang cenderung tidak menyadari adanya fenomena *body shaming* dalam kesehariannya, hal ini disebabkan karena fenomena *body shaming* sendiri telah merajalela dalam masyarakat bahkan menjadi hal yang biasa. Sebab lelucon menjadi alasan yang paling terlihat dalam fenomena *body shaming*. Namun manusia menurut teori interaksionisme simbolik versi Blumer memiliki khas bahwa manusia saling menerjemahkan, mendefinisikan tindakannya, bukan hanya reaksi dari tindakan seseorang terhadap orang lain. Tanggapan seseorang, tidak dibuat secara langsung atas tindakan itu, tetapi didasarkan atas "makna" yang diberikan. Dalam artian bahwa dalam proses komunikasi individu mengetahui sesuatu, menilainya,

memberi makna dan memberi tindakan dalam konteks sosial. Mayoritas orang memberikan respon negatif dengan sikap terkejut, marah, kesal, sakit hati, risih bahkan frustrasi. Beberapa orang memaknai lelucon tersebut sebagai bentuk penghinaan, bentuk ejekan, dan merendahkan diri. Mereka merasa tertekan, tidak percaya diri, frustrasi bahkan membenci dirinya. Selanjutnya akan memakasakan tubuhnya melakukan hal tak biasa untuk menghindari *body shaming* terulang kembali pada dirinya, dengan berusaha merubah dirinya untuk mendapatkan tubuh ideal yang telah diobjektifikasikan oleh masyarakat dan lingkungannya (Amy Guard, 2018).

Body shaming sangat merusak dan statistik menunjukkan angka yang sangat memprihatinkan. Menurut bullyingstatistics.org, 94 % wanita dan 84 % pria dipengaruhi oleh rasa malu terhadap tubuh mereka sendiri. Dan sebuah laporan pemerintah menemukan 60 % orang dewasa mengatakan mereka merasa 'malu' dengan penampilan mereka. 97% jumlah wanita yang memiliki momen "Aku benci tubuhku" di dunia. 91% wanita Inggris membenci pinggul dan paha mereka. 1 juta wanita di Turki memiliki diagnose *eating disorder*. 300 ribu wanita di Polandia memiliki diagnose *eating disorder* (Amy Guard, 2018).

Di Indonesia, Mabes Polri mengungkap ada 966 kasus *body shaming* alias ejekan rupa fisik di seluruh Indonesia pada tahun 2018. Sebanyak 347 kasus di antaranya selesai, baik melalui penegakan hukum maupun pendekatan mediasi antara korban dan pelaku.

(Vincentius Jyestha, 2018).

Padahal, kepuasan penampilan tubuh dapat meningkatkan harga diri serta kualitas hidup, menurut peneliti Irene Teo dari Health Psychology Research Group, University of Houston, Texas, Amerika Serikat dalam laporan hasil studinya. Kualitas hidup adalah kualitas yang dirasakan dalam kehidupan sehari-hari individu, yaitu suatu penilaian atas kesejahteraan mereka atau

ketiadaannya. Hal ini mencakup seluruh aspek emosi, sosial, dan fisik dalam kehidupan individu. Dalam perawatan kesehatan, kualitas hidup terkait kesehatan merupakan suatu penilaian tentang bagaimana kesejahteraan individu seiring berjalannya waktu mungkin terpengaruh oleh penyakit, disabilitas, atau kelainan (Bottomley, 2002).

Seorang korban cenderung memiliki psychological well-being yang rendah, seperti perasaan tidak bahagia secara umum, self-esteem rendah, perasaan marah, sedih, tertekan dan terancam ketika berada pada situasi tertentu (Rigby dan Thomas dalam Sudibyo, 2012). Korban dengan body shaming menjadi insecure dan tidak percaya diri pada diri sendiri. Korban body shaming akan menutup diri dan lebih senang menyendiri, melakukan hal ekstrem untuk memperbaiki kondisi fisiknya yang bisa saja mengancam kesehatannya hanya agar terlihat ideal sesuai standart masyarakat. Melakukan self-harm hingga bunuh diri (Desy Damay, 2016).

Saya memilih tempat penelitian di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura. Alasan saya memilih tempat penelitian disana karena ketidakpuasan terhadap citra tubuh sering kali menyasar usia yang lebih muda, terutama wanita. Di Indonesia, menurut psikolog keluarga Roslina Verauli, M.Psi., Psi mengatakan bahwa negara ini memiliki iklim budaya *in group* yang kuat, dan self esteem yang cukup rendah. Saya sebagai wanita, dan pernah melewati masa remaja yang kelam karena membenci tubuh sendiri setelah mengalami lelucon yang dilontarkan oleh pelaku bentuk penghinaan, ejekan dan merendahkan tubuh saya. Ini membuat saya bertanya-tanya, bagaimana sebenarnya karakter tersebut bisa terbentuk dalam diri si pelaku, bagaimana tindakan tersebut bisa terbentuk pada diri pelaku dan apakah itu akan mempengaruhi cara pandang dalam kehidupannya, kepribadiannya dan konsep dirinya (Rachmah, dkk 2019).

Ketika melakukan studi pendahuluan di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura, saya mengumpulkan 10 remaja putri secara acak di lingkungan sekolah, yang kemudian saya berikan pernyataan tentang contoh-contoh perilaku yang menandakan *body shaming* kepada orang lain, semisalkan pernah atau sering kah mereka mengomentari tubuh temannya, pernah atau sering kah mereka membandingkan-bandingkan tubuh temannya, dan 8 dari 10 remaja putri itu mengatakan pernah melakukan tindakan *body shaming* kepada temannya baik itu disadari ataupun tidak disadari oleh mereka, sengaja ataupun tidak mereka sengaja. 2 dari 10 orang yang mengatakan tidak pernah melakukan *body shaming*.

Berdasarkan dalam pembahasan masalah ini, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengungkap tentang bagaimana hubungan *body shaming* dengan konsep diri pada remaja putri di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura.

1.2. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan *body shaming* dengan konsep diri pada remaja?”

1.3. Tujuan penelitian

1.3.1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan *body shaming* dengan konsep diri pada remaja.

1.3.2. Tujuan khusus

1.3.2.1. Mengetahui tentang perilaku *body shaming* yang terjadi pada remaja

1.3.2.2. Mengetahui tentang konsep diri pada remaja

1.4. Manfaat penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat berupa:

1.4.1. Manfaat Teoritis

Dapat memberikan tambahan pengetahuan bagi semua pihak, berupa pengetahuan tentang hubungan *body shaming* dengan konsep diri pada remaja

1.4.2. Manfaat Praktis

1.4.2.1. Bagi remaja, dapat memberikan pemahaman mengenai *body shaming* yang berdampak psikologi pada usia remaja

1.4.2.2. Bagi institusi, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan di dalam pengembangan studi S1 Keperawatan khususnya terkait dampak bullying “Body Shaming” terhadap kondisi psikososial remaja. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi acuan terhadap penelitian skripsi yang akan datang.

1.4.2.3. Bagi penulis, dapat memberikan wawasan lebih mengenai *body shaming* pada remaja dan merupakan suatu pengalaman yang sangat berharga dalam mengaplikasikan ilmu yang telah didapat dan juga menambah wawasan pengetahuan.

1.5. Penelitian terkait

Adapun penelitian sebelumnya yang berhubungan dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh:

1.5.1. Penelitian ini dilakukan oleh Lisy Chairani (2018), tentang *Body Shame* dan Gangguan Makan Kajian Meta-Analisis. Jumlah orang dengan kelainan makan meningkat hampir di seluruh dunia. Penyebab pasti gangguan makan sulit ditentukan. Perasaan malu yang disebabkan oleh penilaian negatif pada tubuh seseorang memiliki korelasi positif dengan munculnya perilaku makan patologis. Selain itu posisi rasa malu tubuh sebagai variabel dalam penelitian tentang kelainan makan masih tidak konsisten dalam

beberapa penelitian, akibatnya ditempatkan sebagai variabel mediasi untuk obyektifikasi diri. Penelitian ini berusaha untuk melihat apakah ada korelasi langsung antara rasa malu tubuh dan gangguan makan menggunakan prosedur meta-analisis. Analisis kesalahan pengambilan sampel dan kesalahan pengukuran dilakukan pada 34 studi dari 21 artikel. Hasil analisis menunjukkan bahwa rasa malu tubuh dan gangguan makan sangat berkorelasi ($r = 0,547$) dengan $\alpha = 0,05$.

- 1.5.2. Penelitian ini dilakukan oleh Sakinah (2018), tentang *Body Shaming, Citra Tubuh, Dampak dan Cara Mengatasinya*. Penelitian ini dilakukan melalui media sosial Instagram.

Kemajuan teknologi berdampak pada penyebaran nilai-nilai yang memengaruhi perspektif dan sikap orang terhadap sesuatu, termasuk standarisasi tubuh yang ideal. Standar ideal ini kemudian membentuk persepsi diri seseorang di mata orang lain dan kapan standar yang ideal tidak terpenuhi, itu dapat menyebabkan tubuh malu. Saat ini, penampilan fisik yang dianggap tidak ideal juga sering digunakan sebagai lelucon atau ejekan, yang dikenal sebagai body shaming. Meskipun dengan cara bercanda, mempermalukan tubuh dapat dikategorikan sebagai tindakan intimidasi karena dianggap sebagai kekerasan verbal dan non-verbal. Artikel ini akan membahas citra tubuh sendiri sehubungan dengan penerimaan diri seseorang, bentuk-bentuk mempermalukan tubuh, dampak dari mempermalukan tubuh, dan bagaimana seseorang berurusan dengan mempermalukan tubuh. Penelitian dilakukan melalui media sosial, yaitu Instagram. Itu melibatkan sebelas informan yang pernah mengalami body shaming. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan observasi. Studi ini menunjukkan bahwa citra tubuh dikaitkan dengan proporsi tubuh, warna kulit, kondisi kulit wajah, gigi dan bentuk rambut. Ketika tubuh seseorang tidak memenuhi standar sosial, para peserta cenderung menghadapi

rasa malu tubuh yang bisa melalui kata-kata buruk (mis. terlihat seperti Nyonya Puff, kurus seperti papan, dll.), tindakan (yaitu sikap sinis, dipecah oleh pacar, sulit mendapatkan pekerjaan, dll.). Ini berdampak pada diri sendiri kepercayaan diri dan rasa tidak aman, upaya mereka untuk melakukan apa saja untuk memenuhi harapan sosial, termasuk menambah / mengurangi berat badan, menerima diri mereka apa adanya, berpikir positif, dan menjauh dari orang-orang yang sering mempermalukan tubuh. Dikatakan dalam artikel ini bahwa kinerja fisik seseorang dapat dikontrol secara sosial tergantung pada penerimaan diri seseorang.

- 1.5.3. Penelitian ini dilakukan oleh Tri Fajarani Fauzia, Lintang Ratri Rahmiaji tentang Memahami Body Shaming Pada Remaja pada tahun 2019.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh banyaknya kasus atau fenomena tubuh mempermalukan di masyarakat. Ada 966 kasus penghinaan fisik atau mempermalukan tubuh ditangani oleh polisi dari seluruh Indonesia sepanjang 2018. Sebanyak 347 kasus diselesaikan baik melalui penegakan hukum atau pendekatan mediasi antara korban dan pelaku. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan memahami body shaming dialami oleh gadis remaja. Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah Teori Kecemasan dan Teori Sosial dari Fenomenologi Sosial. Paradigma interpretatif dan Teknik analisis data mengacu pada metode fenomenologi Clark Moustakas. Subjek penelitian adalah wanita muda yang mengalami atau sedang mempermalukan tubuh. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku mempermalukan tubuh sama untuk semua informan sejak usia sekolah menengah dan cenderung dilakukan oleh teman sekolah. Itu Intensitas mempermalukan tubuh cenderung meningkat seiring bertambahnya usia dan kesadaran yang muncul tubuh dan penampilan. Bentuk tubuh yang mempermalukan didominasi oleh warna, bentuk dan ukuran tubuh dalam bentuk

komunikasi verbal dan bahkan beberapa dalam bentuk kekerasan fisik. Jenis Tubuh yang memalukan. Berpengalaman, informan seperti itu mendapatkan tubuh mempermalukan ucapan di tempat ramai dan mendapat tubuh malu ditemani kekerasan fisik. Bahkan mempermalukan tubuh laki-laki atau teman laki-laki pun semakin membuat stress informan, dengan bentuk komentar tubuh atau wajah tidak menarik. Tekanan tubuh mempermalukan dan membawa rasa malu yang menurunkan kepercayaan tubuh. Informan mudah peka terhadap berbagai hal, seperti dalam memilih pakaian, menolak undangan untuk meninggalkan rumah, hingga penutupan lebih lanjut dan membatasi diri. Informan dalam penelitian ini melakukan upaya verifikasi untuk menghindari tubuh malu kembali dengan perawatan tubuh, program diet, olahraga, dan belajar tata rias. Perlawanan mempermalukan tubuh mengarah pada konsep kepositifan tubuh, tetapi mereka masih mengambil langkah-langkah perubahan dalam pakaian tubuh, membentuk tubuh yang baik, dan sensitif pada hal-hal berhubungan dengan tubuh. Mengalami mempermalukan tubuh dan melakukan kepositifan tubuh mungkin tidak diselesaikan meskipun mereka bisa mengambil pertarungan. Ketika informan telah melakukan kepositifan tubuh tidak mengesampingkan kemungkinan mereka merasa tidak aman di punggungnya dan melakukan perubahan untuk mencegah terjadinya body shaming.