

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap manusia akan melewati beberapa tahap perkembangan, mulai dari masa kanak-kanak, masa remaja, masa dewasa, hingga masa tua. Masa remaja merupakan salah satu fase dalam rentang perkembangan manusia. Pada masa ini, mempunyai ciri yang berbeda karena masa ini remaja tidak termasuk dalam kategori anak-anak dan juga tidak termasuk masa dewasa. Sebagaimana dikemukakan oleh Huda (2013, hlm.3) dalam jurnal yang berjudul *Pertumbuhan Fisik dan Perkembangan Intelek Usia Remaja*, “istilah remaja dikenal dengan “*adolescere*” (kata bendanya *adolescentia* = remaja), yang berarti tumbuh menjadi dewasa atau dalam perkembangan menjadi dewasa.

Pada saat remaja, berlangsung perkembangan fisik. Perkembangan ini ditandai dengan bertambahnya tinggi dan berat badan, munculnya ciri-ciri kelamin primer dan sekunder. Ciri-ciri kelamin primer berkenaan dengan perkembangan alat-alat produksi, baik pada pria maupun wanita. Pada awal masa remaja anak wanita mulai mengalami menstruasi dan laki-laki mimpi basah, dan pengalaman ini merupakan pertanda bahwa mereka telah memasuki masa kematangan seksual. Pada masa ini, remaja mengalami perkembangan kematangan fisik, mental, sosial, dan emosi. Remaja memiliki energi yang besar, emosi yang berkobar – kobar sedangkan pengendalian diri belum sempurna.

Masa remaja menurut Yudrik Jahja (2011: 221) masa remaja dibagi menjadi dua bagian, yaitu masa remaja awal dan masa remaja akhir.

Garis pemisah antara awal dan akhir masa remaja terletak kira-kira disekitar usia 17 tahun, usia dimana rata-rata setiap remaja memasuki sekolah tingkat menengah atas. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13 tahun sampai 16-17 tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 atau 17 tahun hingga 18 tahun, yaitu usia matang secara hukum.

Remaja memiliki perhatian yang besar pada penampilan, salah satunya adalah pada bentuk tubuh yang disebabkan perubahan fisik dan psikis yang dialami remaja, sehingga menimbulkan respon berupa tingkah laku yang sangat memperhatikan perubahan bentuk tubuhnya (Hurlock, 1999; Briawan et al., 2008).

Suatu penelitian oleh *Centre for Appearance Research & Central* (YMCA, 2011) dalam Swinson (2011) menyatakan bahwa 34% remaja laki-laki dan 49% remaja perempuan melakukan diet untuk menurunkan berat badan mereka dan untuk mengubah bentuk tubuh mereka. Selain itu, diungkapkan juga sebesar 42% remaja perempuan merasa bahwa bagian paling negatif tentang menjadi seorang wanita adalah tekanan untuk terlihat menarik. Hal lain yang diungkapkan yaitu sepertiga dari populasi laki-laki akan mengorbankan satu tahun kehidupan mereka untuk mencapai tubuh yang ideal.

Sebagian besar remaja memiliki perilaku *worshipping* dalam mengidolakan tokoh idola. Baran dan Davis (2000) mengungkapkan bahwa perilaku *worshipping* mengacu pada rasa kagum yang sangat atau luar biasa terhadap seseorang atau idola yang dikagumi seorang individu. Hal ini dapat dinyatakan dalam perilaku seperti aktif mengumpulkan informasi

dan hal-hal terkait dengan idolanya, dan mencoba untuk bertemu dengan sang idola secara pribadi. Lain halnya dengan modeling yang mengacu pada keinginan untuk menjadi seperti sang idola, dengan cara meniru apa yang terdapat pada idolanya, misalnya meniru gaya pakaian, rambut, gaya bicara, serta kegiatan-kegiatan yang dilakukan sang idola.

Adanya perubahan baik di dalam maupun di luar dirinya membuat kebutuhan remaja semakin meningkat terutama kebutuhan sosial dan kebutuhan psikologisnya. Untuk memenuhi kebutuhan tersebut remaja memperluas jaringannya di luar lingkungan keluarga, seperti lingkungan teman sebaya dan lingkungan masyarakat lain. Sebagian remaja saat ini menghubungkan persepsi tubuh yang diharapkannya dengan figur atau seseorang yang diidolaknya (Cheng, 1997; Raviv, 1996 dalam Desty 2013). Remaja biasanya mengidolakan selebriti tertentu agar tidak dianggap “kuper” oleh teman-temannya (Biran & Prawasti, 2004 dalam Desty 2013). Individu akan mengikuti gaya, penampilan, maupun perilaku seperti yang dilakukan oleh idolanya. Individu juga akan mengumpulkan benda-benda yang menjadi ikon dari idola yang disukainya. NeumarkSztainer, Goeden, dan Story (2004 dalam Desty 2013) mengungkapkan bahwa 46% perempuan dan 26% laki-laki mengalami ketidakpuasan akan bagian tubuhnya. Hal senada diungkapkan Marasabessy (2013) dan Briawan et al (2010) bahwa sebagian besar remaja putri menunjukkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya karena merasa bentuk tubuhnya belum ideal. Penelitian oleh Agliata dan Dunn (2014) menemukan bahwa terdapat dampak negatif bagi citra tubuh individu khususnya perempuan yang disebabkan oleh adanya media massa. Selain itu, ditunjukkan juga pada penelitian

Hargreaves dan Tiggemann (2004) yang menunjukkan bahwa iklan komersial mampu meningkatkan rasa ketidakpuasan akan tubuh pada beberapa perempuan.

Evaluasi terhadap citra tubuh sangat penting terhadap fungsi psikologis dan hubungan sosial individu (Holsen, Jones, & Birkeland, 2012). Akan tetapi jika remaja memiliki citra tubuh negatif akan menjadi salah satu faktor terjadinya depresi, gangguan makan, dan harga diri yang rendah pada diri individu tersebut (Holsen, Kraft, & Roysamb, 2001; Paxton, Neumark-Sztainer, Hannan, & Eisenberg, 2006). Selain itu ketidakpuasan pada tubuh juga memberikan dampak negatif pada kepercayaan diri, konsep diri dan pengungkapan diri (Sejcova, 2011).

Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rombe (2014) bahwa individu yang memiliki pandangan citra tubuh positif akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Selain itu Mighwar (2012) mengatakan bahwa remaja yang merasa gelisah akan tubuhnya yang berubah dan merasa tidak puas dengan penampilan dirinya akan sulit untuk menerima dirinya sendiri (*self acceptance*).

Faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh adalah usia (Papalia, Olds & Feldman, 2009), media masa (Michael dkk, 2012), hubungan anak dengan orang tua (Mills & D'Alfonso, 2010), serta dukungan orang tua (Bearman, Presnell, Martinez, & Stice, 2010; Stice, Presnell, & Spangler, 2012).

Remaja yang mengalami perubahan fisik membutuhkan dukungan orang tua sebagai tempat untuk belajar bagaimana memahami perubahan yang terjadi dan melakukan transisi dari kanak-kanak sampai dewasa dengan berhasil serta memenuhi tugas

perkembangan pada masa remaja (Corah, 2011). Remaja juga harus memahami segala perubahan yang ada pada tubuhnya pada masa pubertas, sehingga tidak mengalami kesulitan dalam pencarian identitas (Soetjaningsih, 2011). Dukungan orang tua juga sangat berarti dalam memberikan perhatian dan mengarahkan remaja pada persepsi yang positif terhadap diri sendiri (Sam & Wahyuni, 2012 dalam Sahban, 2014).

Adanya perubahan baik di dalam maupun di luar diri remaja membuat kebutuhan remaja semakin meningkat terutama kebutuhan sosial dan kebutuhan psikologisnya. Oleh karena itu peran keluarga dirasa dapat memberikan pengaruh positif terhadap pembentukan citra tubuh remaja karena memiliki kelebihan dalam hal intensitas hubungan kekeluargaan (Moy, 2015).

Keluarga sebagai faktor lingkungan yang terdekat dengan remaja, orang tua dan saudara merupakan orang yang dapat mempengaruhi mereka. Pada usia remaja, faktor teman, guru, dan orang tua cenderung mempunyai pengaruh yang sama terhadap konsep diri seseorang (Moy, 2015). Ketika remaja sedang mengalami kebingungan dalam hidupnya, remaja memerlukan dukungan keluarga untuk membantunya mengambil jalan yang terbaik ketika menghadapi berbagai perubahan baik dalam dirinya ataupun lingkungannya. Memberikan bimbingan agar rasa ingin tahunya yang tinggi dapat terarah kepada kegiatan-kegiatan yang positif, kreatif, produktif dan tidak menjurus pada perilaku-perilaku yang negative. Dukungan yang diperlukan remaja terutama berasal dari keluarga (Mutia, 2012).

Remaja yang mendapat dukungan dari keluarga berkeyakinan bahwa mereka disayangi, diperhatikan, akan mendapat bantuan dari orang lain bila mereka membutuhkannya remaja yang mendapat dukungan keluarga akan mengalami berkurangnya kelelahan emosi dan stress sehingga remaja menjadi tidak sedih lagi, tidak merasa kecewa dan mendapatkan masukan-masukan untuk masalah yang sedang dihadapi, akibatnya remaja akan mampu menyelesaikan masalah dengan sikap yang positif (Mutia, 2012). Gangguan psikologi muncul dikarenakan perubahan kondisi lingkungan pada masa remaja, kondisi lingkungan sosial yang menjadikan permasalahan salah satunya yaitu terganggunya ruang publik remaja kota.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sahban (2014) hubungan dukungan orang tua dengan citra tubuh pada remaja obesitas di SMK Widyapraja Ungaran, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan antara dukungan orang tua dengan citra tubuh pada remaja obesitas di SMK Widyapraja Ungaran. Hasil ini memberikan gambaran bahwa dukungan orang tua berpengaruh terhadap pembentukan citra tubuh remaja. Penelitian ini mencoba menggali lebih dalam terkait pengaruh peran orang tua terhadap pembentukan citra tubuh pada kasus lain yaitu pembentukan citra tubuh remaja pada masa pubertas.

Menurut Cash (2014: 1) citra tubuh merupakan pengalaman individu yang berupa persepsi terhadap bentuk dan berat tubuhnya, serta perilaku yang mengarah pada evaluasi individu tersebut terhadap penampilan fisiknya. Menurut Honigam dan Castel (Vili

Januar & Dona Eka Putri, 2013: 53) citra tubuh adalah gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran

tubuhnya, bagaimana seseorang mempersepsikan dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya, dan atas penilaian orang lain terhadap dirinya. Sebenarnya, apa yang dipikirkan dan rasakan belum tentu benar-benar mempresentasikan keadaan yang aktual, namun lebih merupakan hasil penilaian diri yang bersifat subjektif.

Citra tubuh ini secara umum dibentuk dari perbandingan yang dilakukan seseorang atas fisiknya sendiri dengan standar kecantikan yang dikenal oleh lingkungan sosial dan budayanya (Galuh Henggaryadi & Fakhrrurozin, 2013: 4). Citra tubuh adalah bagian dari citra diri, yang punya pengaruh terhadap cara seseorang melihat dirinya. Selanjutnya akan menentukan juga cara seseorang menilai dirinya positif atau negatif. Sloan mengungkapkan apabila seseorang menilai dirinya positif, maka remaja akan yakin akan kemampuan dirinya (Galuh Henggaryadi & Fakhrrurozin, 2014: 4).

Monks dkk mengungkapkan remaja mempunyai perhatian yang sangat besar terhadap penampilan fisik (Dhian Riskiana Putri, 2010: 10). Apabila remaja mampu menerima keadaan fisik dengan rasa puas, remaja akan mampu melakukan penyesuaian dengan baik. Sebaliknya, apabila remaja mempunyai persepsi negatif mengenai bentuk tubuh, hal ini dapat mempengaruhi proses sosialisasi pada individu tersebut.

Berdasarkan wawancara dengan beberapa siswa kelas di SMA Negeri 6 Banjarmasin diperoleh informasi dari siswa rata rata mengidolakan seorang idola mempunyai alasan, alasan yang muncul fisik yang oke, gaya hidup seperti berpakaian, tatanan rambut dan yang mengaku belum percaya diri dengan fisiknya, dan merasa belum menarik karena merasa memiliki bentuk tubuh yang tidak ideal seperti kegemukan dan merasa minder karena warna kulit yang gelap. Ada juga siswa yang sudah puas dan percaya diri dengan penampilannya sehingga mempunyai keyakinan akan kemampuan diri yang baik. Siswa yang puas dengan penampilannya mengatakan suka mengikuti mode dari tokoh idola mereka seperti penampilan pemain peran drama korea. Berdasarkan hasil wawancara mereka juga mengatakan, mendapat dukungan dari keluarga dalam hal penampilan seperti memfasilitasi mereka dalam membeli pakaian, alat kecantikan serta memberikan pujian jika mereka berpenampilan menarik.

Permasalahan-permasalahan siswa yang berkaitan dengan pengaruh idola terhadap kepribadian remaja ada yang bersifat positif ada yang negative ada yang mengidolakan sebagai sumber inspirasi oleh para remaja untuk memberdayakan potensi yang ada pada diri mereka, idola sebagai panutan untuk menumbuhkan jiwa pada remaja,sebagian besar juga ada yang mengikuti bentuk tubuh tokoh yang diidolakan seperti berat badan, bentuk tubuh, trend yang sedang berjalan pada saat ini, banyak yang melakukan suntik putih karna kurang puas dengan warna kulit merasa kurang yakin dalam bergaul,sedot lemak bagi yang berat badannya berlebihan, bagi remaja yang menumbuhkan kepercayaan diri dengan memiliki citra tubuh yang baik. Berdasarkan pemikiran dan

berbagai permasalahan tersebut peneliti bermaksud untuk mengetahui adanya pengaruh citra tubuh terhadap keyakinan diri pada remaja.

Berdasarkan fenomena pada latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “hubungan dukungan orang tua dan tokoh idola dengan citra tubuh pada remaja di SMA PGRI 6 Banjarmasin”.

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan uraian masalah terdapat pada latar belakang di atas, maka dirumuskan permasalahan “hubungan dukungan orang tua dan tokoh idola dengan citra tubuh pada remaja SMA PGRI 6 Banjarmasin ? ”

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Tujuan ini adalah untuk menganalisis hubungan dukungan orang tua dan tokoh idola dengan citra tubuh pada remaja di SMA PGRI 6 Banjarmasin.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan Khusus Dari Penelitian Ini Yaitu:

- 1.3.2.1 Mengidentifikasi dukungan orang tua pada remaja di SMA PGRI 6 Banjarmasin.
- 1.3.2.2 Mengidentifikasi tokoh idola pada remaja di SMA PGRI 6 Banjarmasin.
- 1.3.2.3 Mengidentifikasi citra tubuh pada remaja di SMA PGRI 6 Banjarmasin

1.3.2.4 Menganalisis hubungan dukungan orang tua dengan citra tubuh pada remaja di SMA PGRI 6 Banjarmasin.

1.3.2.5 hubungan dukungan tokoh idola dengan citra tubuh pada remaja di SMA PGRI 6 Banjarmasin

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi peneliti

Penelitian ini bermanfaat menambah pengetahuan dan pemahaman peneliti tentang hubungan dukungan orang tua dan tokoh idola dengan citra tubuh pada remaja di SMA PGRI 6 Banjarmasin.

1.4.2 Bagi manfaat ilmiah

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang keperawatan.

1.4.3 Bagi responden

Untuk menambah wawasan dan pengetahuan tentang hubungan dukungan orang tua dan tokoh idola dengan citra tubuh pada remaja di SMA PGRI 6 Banjarmasin.

1.4.4 Bagi orang tua

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan pada orang tua tentang hubungan dukungan orang tua dan tokoh idola dengan citra tubuh pada remaja di SMA PGRI 6 Banjarmasin.

1.5 Keaslian penelitian

- 1.5.1 Sahban (2014), dalam penelitiannya tentang “Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Citra Tubuh pada Remaja Obesitas di SMK Widyapraja Ungaran”. Desain dalam penelitian ini berbentuk desain deskriptif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini adalah remaja obesitas di SMK Widyapraja Ungaran, dengan sampel 34 responden menggunakan teknik total sampling serta alat pengambilan data menggunakan kuesioner. Uji analisis data menggunakan analisis chi square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan orang tua pada remaja obesitas di SMK Widyapraja Ungaran sebagian besar dalam kategori kurang baik yaitu sebanyak 18 orang (52,9%). Citra tubuh pada remaja obesitas SMK Widyapraja Ungaran sebagian besar dalam kategori negatif yaitu sebanyak 20 orang (58,8%). Ada hubungan dukungan orang tua dengan citra tubuh pada remaja obesitas di SMK Widyapraja Ungaran, dengan p-value 0,006 ($\alpha = 0,05$). Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Sahban (2014) adalah pada fokus penelitian yang dianalisis. Pada penelitian sebelumnya, fokus penelitian adalah meneliti dukungan keluarga terhadap citra tubuh pada remaja obesitas di SMK Widyapraja Ungaran. Sementara pada penelitian ini, fokus penelitian adalah untuk mengidentifikasi dukungan orang tua dan tokoh idola dalam pembentukan citra tubuh pada masa pubertas pada remaja.
- 1.5.2 Desty (2013). Dalam penelitiannya tentang “Citra Tubuh Pada Remaja Yang Mengidolakan Tokoh Idola di SMAN 1 Depok”.”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang gambaran citra tubuh remaja yang mengidolakan tokoh idola. Citra tubuh merupakan persepsi individu dan orang lain tentang bentuk dan ukuran tubuh individu. Remaja biasanya mengharapkan ukuran dan bentuk

tubuhnya menjadi ideal seperti apa yang sering dilihatnya, salah satunya tokoh idola. Metode penelitian deskriptif sederhana dengan teknik pengambilan sampel secara acak sederhana pada remaja sebagai instrumen penelitian. Hasil penelitian menunjukkan 89,3% remaja yang mengidolakan tokoh idola di SMA PGRI 6 Banjarmasin memiliki citra tubuh positif. Pemahaman tentang citra tubuh perlu diberikan kepada remaja seperti di lingkungan sekolah agar remaja mengerti perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuh beserta dampaknya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Desty (2013) adalah pada fokus penelitian yang dianalisis. Pada penelitian sebelumnya, fokus penelitian adalah meneliti citra tubuh pada remaja yang mengidolakan tokoh idola. Sementara pada penelitian ini, fokus penelitian adalah untuk mengidentifikasi dukungan orang tua dan tokoh idola dalam pembentukan citra tubuh pada masa pubertas pada remaja.