

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Era globalisasi merupakan perubahan global yang mempengaruhi seluruh dunia. Fenomena ini mempunyai implikasi yang sangat besar, khususnya pada kemajuan teknologi yang semakin pesat, yang memudahkan akses terhadap informasi melalui berbagai media seperti televisi, radio, handphone, laptop, dan lain-lain. Akibatnya, hal ini mempengaruhi penyebaran nilai-nilai lokal sehingga menyebabkan pergeseran norma-norma masyarakat. Pergeseran ini dapat berdampak signifikan terhadap persepsi dan sikap masyarakat terhadap berbagai aspek, termasuk standar kecantikan masyarakat (Rahmawati dan Zuhdi, 2022). Kecantikan sering diartikan dengan bentuk fisik yang menarik untuk dipandang, istilah mengenai tubuh lebih sering dikaitkan dengan perempuan (Rahardaya, 2021).

Menurut Sakinah dalam (Rahardaya, 2021) standar kecantikan di Indonesia termasuk dalam bentuk tubuh ideal seperti wajah yang enak dipandang dan keseimbangan antara berat badan dan tinggi badan. Perempuan ideal memiliki tubuh yang kurus, berlekuk, kuat dan sehat, sedangkan laki-laki ideal memiliki tubuh yang ramping, berotot dan sehat. Fenomena standar tubuh ideal menimbulkan tekanan sosial bagi remaja yang harus memenuhi ekspektasi tersebut agar terhindar dari penilaian masyarakat. Namun kenyataannya, mencapai standar tersebut sangat sulit bagi remaja karena setiap orang memiliki bentuk fisik dan yang unik dan berbeda satu sama lain (Rahardaya, 2021). Ketidaksesuaian dalam mencapai standar tubuh di anggap ideal sering kali menyebabkan masalah seperti *body shaming*, yang sering dialami terutama oleh remaja.

Menurut Lestari (2020) dalam (Ramadhana *et al.*, 2023) mengatakan *body shaming* cenderung sering terjadi pada remaja, karena pada fase ini individu sedang mencari identitas diri. Berdasarkan fenomena yang terjadi saat memasuki usia remaja, remaja akan mengalami perubahan yang signifikan baik perubahan secara emosional, intelektual maupun perubahan bentuk fisik. Perubahan fisik remaja sangat terlihat dan dianggap penting bagi mereka karena itu remaja sangat menjaga, merawat dan memperhatikan penampilan fisiknya. Pada masa remaja inilah seputar gaya hidup dan penampilan fisik mudah dan cepat berkembang karena remaja sangat mudah mengikuti dan terbawa arus perubahan. Oleh karena itu remaja sangat memperhatikan penampilan fisiknya sesuai karakter yang melekat dalam dirinya. Adanya karakter dan ciri khas sangat penting karena hal tersebut mempresentasikan bagaimana bentuk fisik manusia dimata manusia lain. Akan tetapi sekarang ini dengan semakin berkembangnya mode tentang gaya hidup dan penampilan remaja, memunculkan banyak tindakan pembulian, tindakan tersebut berhubungan dengan penampilan fisik seseorang atau sering kita dengar dengan istilah *body shaming* (Freshtin *et al.*, 2023)

*Body Shaming* merupakan suatu tindakan mengejek seseorang karena memiliki penampilan atau kondisi tubuh yang dinilai cukup berbeda pada umumnya. Pada awalnya, *body shaming* digunakan sebagai bahan lelucon, tetapi seiring berjalannya waktu, hal ini menjadi serius dan mengarah pada pengejekkan terhadap individu, menyebabkan ketidaknyamanan bagi yang menjadi sasarannya. Jika *body shaming* terus berlangsung dalam waktu yang lama, dapat berdampak negatif terhadap harga diri dan kepercayaan diri seseorang (Fadhila *et al.*, 2023).

*Body shaming* adalah perilaku penghinaan atau ejekan terhadap ukuran tubuh atau penampilan seseorang, baik itu berkaitan dengan diri sendiri atau orang lain (Angelina *et al.*, 2021). *Body shaming* adalah merujuk pada semua bentuk komentar negatif mengenai bentuk atau bagian tubuh seseorang, yang sering kali dilakukan tanpa disadari oleh banyak orang. Meskipun tidak melibatkan kontak yang membahayakan secara fisik, *body shaming* termasuk dalam kategori perundungan secara verbal atau melalui kata-kata. Bahkan dalam percakapan sehari-hari, sering kali ada candaan yang mengarah pada *body shaming*. Dampak dari perilaku tersebut dapat menyebabkan individu merasa tidak percaya diri dengan penampilan fisiknya, yang kemudian dapat mengakibatkan mereka menarik diri dari interaksi sosial dengan lingkungan atau orang lain (Nabila Erica Ristanti, 2022).

Di dunia pendidikan dan media sosial kasus *body shaming* dilaporkan sebanyak 2.473 kasus dan diperkirakan akan terus meningkat. Menurut Sindo (2017) di Indonesia, permasalahan ini menempati peringkat tertinggi dibandingkan dengan Vietnam dan Nepal, dengan presentase sekitar 79% kasus yang dilaporkan dan diurutkan berikutnya Kamboja sebesar 73%, Pakistan sebesar 43%. Berdasarkan Hasil Riset *Programme for Intrernasional Student Assesment (PISA) 2018* yang dilakukan oleh organisasi kerja sama ekonomi dan pembangunan (OECD) 2019, Indonesia tercatat sebagai salah satu dari lima negara dengan tingkat perundungan terhadap remaja (Daerang *et al.*, 2023).

Menurut hasil survei Body Peace Recollection oleh Yahoo Health yang melibatkan 2.000 remaja usia 13-14 tahun, sebanyak 94% remaja perempuan dan 64% remaja laki-laki pernah mengalami *body shaming* (Schlüter *et al.*, 2023). Hasil penelitian oleh Alini dan Meisyalla, yang dikutip oleh (Mailiza *et al.*, 2022) ada 206 kasus *body shaming* yang dilaporkan ke polisi pada tahun 2015 dan naik menjadi 966 pada tahun 2018.

Menurut Amri (2020) yang dilansir oleh Study Fit Rated 2017, mengatakan bahwa sebanyak 92,7 dari 1.000 wanita pernah mengalami *body shaming* (Daerang *et al.*, 2023).

Menurut hidayat (2019) *body shaming* sering kali dikaitkan dengan jenis kelamin karena perempuan lebih cenderung berpikir tentang perubahan fisik yang mereka alami, cara mengatasinya, dan bagaimana tetap terlihat menarik. Sejalan dengan penelitian rosita (2019) dalam (Lestari *et al.*, 2023) mengemukakan bahwa remaja perempuan cenderung merasa tidak puas dengan tubuh mereka karena meningkatnya lemak, sedangkan remaja laki-laki lebih puas dengan peningkatan massa otot. Selain itu, *Pew Research Center* mengemukakan bahwa laki-laki dihargai karena moralitas, sedangkan perempuan dihargai karena daya tarik fisik mereka (Mailiza *et al.*, 2022).

Adapun menurut (Nabila Erica Ristanti, 2022) terdapat beberapa bentuk *body shaming*: 1) *fat shaming*, yaitu mengomentari seseorang karena kelebihan berat badan seperti gemuk atau obesitas, 2) *skinny shaming*, yaitu mengomentari seseorang karena tubuh yang kurus, 3) tubuh berbulu, yaitu mengomentari tubuh berbulu karena jumlah rambut yang berlebih atau sedikit di tubuh, dan 4) warna kulit, yaitu, mengomentari warna kulit, seperti kulit hitam atau albino. Oleh karena itu, perlakuan *body shaming* dapat menyebabkan gangguan psikologis dan membawa dampak negatif terhadap individu. Salah satu dampaknya adalah menurunkan tingkat kepercayaan diri individu secara signifikan (Rahmawati dan Zuhdi, 2022).

Menurut Haryati (2021) dalam (Fadhila *et al.*, 2023) kepercayaan diri adalah keyakinan akan kemampuan pribadi yang membuat seseorang merasa lebih tenang, mempunyai kebebasan untuk bertindak sesuai keinginan mereka, bertanggung jawab atas tindakan mereka, berinteraksi secara sopan dengan orang lain, mempunyai keinginan untuk mencapai

prestasi, dan mampu mengidentifikasi baik dan buruk dalam diri mereka sendiri. Beberapa cara untuk meningkatkan kepercayaan diri adalah melalui sikap dan perilaku asertif, yang pada akhirnya dapat mencapai komunikasi yang efektif. Menurut Kumara dalam (Haryati *et al.*, 2021) kepercayaan diri adalah bagian dari kepribadian yang mencakup kepercayaan pada kemampuan diri sendiri. Kepercayaan diri didefinisikan sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuan pribadinya, termasuk penerimaan terhadap segala hal, baik positif maupun negatif, yang dibentuk dan dipelajari melalui proses pembelajaran dengan tujuan mencapai kebahagiaan pribadi.

Menurut Utami, Syaudah dan P dalam (Dyas *et al.*, 2023) individu yang mampu beradaptasi dengan baik dalam lingkungan biasanya memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi. Kepercayaan diri ini mempengaruhi perilaku positif individu. Menurut Fatmawati (2021) dalam (Dyas *et al.*, 2023) gangguan kepercayaan diri dapat berdampak pada kehidupan seseorang. Kepercayaan diri merujuk pada perilaku, keyakinan, dan cara seseorang memperoleh dukungan sosial dari lingkungannya. Jika lingkungannya memberikan pesan negatif, kepercayaan diri dapat menurun. Oleh sebab itu, kepercayaan diri mempunyai peranan yang sangat penting bagi remaja dalam beradaptasi dan tumbuh di lingkungan sosial mereka, khususnya di sekolah. Fenomena *body shaming* yang sering terjadi saat ini, terutama di kalangan remaja, dapat memberikan dampak negatif pada keyakinan mereka akan kemampuan mereka untuk beradaptasi dan menyesuaikan diri di lingkungan sekolah.

Menurut Lilishanty dan Maryatmi (2019) dalam (Dianningrum dan Satwika, 2021). penampilan fisik adalah salah satu faktor yang mempengaruhi terhadap rendahnya kepercayaan diri remaja. Remaja sering membandingkan penampilan mereka dengan orang lain yang mereka anggap lebih dari mereka. Ketika penampilan fisik tidak sesuai harapan, hal ini dapat menyebabkan mereka menjadi sasaran perlakuan perundungan terhadap penampilan fisik yang dikenal sebagai *body shaming*. Menurut Fathi mengatakan bahwa perilaku *body shaming* dapat menyebabkan korban merasa malu, marah, tersinggung, dan stres. Sejalan dengan penelitian (Ayu *et al.*, 2022) mengemukakan bahwa ketika seseorang terus menerus mengalami *body shaming* dalam waktu lama maka akan membuat seseorang rentan terhadap stres dan depresi (Ayu *et al.*, 2022).

Berdasarkan pendapat di atas, peneliti berpendapat bahwa penampilan fisik yang tidak sesuai dengan harapan remaja dapat memicu komentar-komentar negatif terhadap penampilan mereka. Hal ini seharusnya menjadi perhatian utama karena dapat mengganggu kepercayaan diri remaja jika mereka menerima kritikan yang merendahkan. Akibatnya, rendahnya kepercayaan diri yang dialami remaja dapat berdampak negatif pada perkembangan sosial dan psikologis mereka, baik saat ini maupun di masa depan.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 27 februari 2024 di SMP Negeri 6 Banjarmasin, di dapatkan hasil dari wawancara kepada 10 siswi yang menduduki kelas VII yaitu dari 10 siswi mengatakan sering mengalami perilaku *body shaming* dalam bentuk hinaan fisik seperti kurus, gendut, pesek, dan hitam oleh teman sebaya. Kemudian 7 dari 10 siswi mengatakan tidak percaya diri karena dia malu atas dirinya. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas terkait *body shaming* sebagai faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, maka peneliti tertarik meneliti tentang “hubungan antara *body shaming* dengan kepercayaan diri”.

Hasil wawancara membuktikan bahwa adanya siswi yang mengalami body shaming di sekolah tersebut, sebanyak 10 siswi, hasil tersebut menunjukkan bahwa kepercayaan diri menjadi aspek yang sangat penting bagi siswi, terutama bagi remaja awal, sehingga penting dilakukan penelitian terkait hubungan antara body shaming dengan tingkat kepercayaan diri pada siswi SMP Negeri 6 Banjarmasin.

Berdasarkan fenomena di atas maka peneliti tertarik untuk menganalisis “Hubungan antara *body shaming* dengan kepercayaan diri pada siswi SMP Negeri 6 Banjarmasin”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Apakah Ada Hubungan Antara *Body Shaming Dengan Tingkat Kepercayaan Diri Pada Siswi Di SMP Negeri 6 Banjarmasin* ?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui Hubungan Antara *Body Shaming* dengan Kepercayaan Diri pada Siswi Di SMP Negeri 6 Banjarmasin.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Tujuan khusus sebagai berikut:

1.3.2.1 Mengidentifikasi karakteristik pada siswi di SMP Negeri 6 Banjarmasin.

1.3.2.2 Mengidentifikasi gambaran *body shaming* pada siswi di SMP Negeri 6 Banjarmasin.

1.3.2.3 Mengidentifikasi kepercayaan diri pada siswi di SMP Negeri 6 Banjarmasin.

1.3.2.4 Menganalisis hubungan antara *body shaming* dengan tingkat kepercayaan diri Pada Siswi Di SMP Negeri 6 Banjarmasin.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat teoritis

Memberikan sumbang asih di bidang ilmu keperawatan stase kejiwaan, yang berkaitan dengan *body shaming* maupun kepercayaan diri.

### 1.4.2 Manfaat bagi institusi kampus

Menambah pustaka dan informasi bagi mahasiswa Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin terkait *body shaming* maupun kepercayaan diri.

### 1.4.3 Manfaat bagi sekolah

Memberikan informasi sehingga mampu menjadi bahan pertimbangan dan koreksi bagi sekolah untuk melihat frekuensi *body shaming* yang terjadi bagi siswi dan menjadi pertimbangan untuk menciptakan budaya yang lebih sehat dan memberikan bimbingan lebih lanjut sehingga meminimalisir kecenderungan *body shaming*.

### 1.4.4 Manfaat bagi siswi

Memberikan informasi terkait dampak negatif dari *body shaming* salah satunya yaitu menyebabkan penurunan kepercayaan diri. Sehingga siswi mampu menjaga kesehatan mentalnya dan meminimalisir kejadian *body shaming*.

### 1.4.5 Manfaat bagi keluarga/masyarakat

Memberikan pemahaman yang lebih baik kepada keluarga atau Masyarakat tentang bagaimana *body shaming* dapat mempengaruhi kepercayaan diri individu, terutama remaja.

### 1.4.6 Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Memberikan gambaran dan wawasan baru pada peneliti selanjutnya terkait *body shaming* dan kepercayaan diri.

## 1.5 Penelitian Terkait

Berikut hasil penelitian sebelumnya dimana peneliti bisa melihat perbedaan dari penelitiannya. Dengan judul “Hubungan Antara *Body Shaming* Dengan Tingkat Kepercayaan Diri Pada Remaja Di Banjarmasin”.

1.5.1. Widiyani *et al.*, 2020 dengan “judul Hubungan Perlakuan *Body Shaming* Dengan Citra Diri Mahasiswa”. Penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional dengan menggunakan desain cross-sectional. Pengambilan sample menggunakan teknik purposive sampling. Sample penelitiannya yaitu mahasiswa keperawatan sebanyak 176. Hasil penelitian yang dilakukan berdasarkan hasil Analisa univariat menunjukkan bahwa 82,5% mahasiswa mengalami tingkat perlakuan *body shaming* yang rendah dan 56,2% mahasiswa memiliki citra diri yang negatif, uji statistic menunjukkan p value  $0,015 < \alpha 0,05$  dengan nilai somers'd -0,257 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara perlakuan *body shaming* dan citra diri mahasiswa.

Perbedaan :

Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya pada variabel terikat, teknik pengambilan sample serta sample yang digunakan. Variable terikat dalam penelitian sebelumnya adalah citra diri sedangkan variable terikat dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri. Metode pengambilan sample yang digunakan dalam penelitian sebelumnya adalah *purposive sampling* sementara dalam penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling* dan sample pada penelitian sebelumnya adalah mahasiswa keperawatan sedangkan sample pada penelitian ini adalah siswi menengah pertama (SMP) Negeri 6 Banjarmasin.

1.5.2. (Sari dan Rosyidah, 2020) dengan judul “Pengaruh *Body Shaming* terhadap kecenderungan *Anorexia Nervosa* pada remaja perempuan di Surabaya”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pemaja Perempuan di kota Surabaya berusia 12-21 tahun yang mengalami kecenderungan *anorexia nervosa*. Hasil penelitian yang dilakukan berdasarkan uji regresi menunjukkan bahwa F hitung sebesar 54,172 dengan taraf signifikan sebesar 0,00. Nilai signifikan tersebut lebih rendah dari 0,05, sehingga dapat diartikan adanya pengaruh antara *body shaming* terhadap kecenderungan *anorexia nervosa* pada remaja perempuan di kota Surabaya.

Perbedaan :

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak pada variabel penelitian, tempat penelitian, dan populasi penelitian. Variabel terikat dalam penelitian tersebut adalah kecenderungan *anorexia nervosa* sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri. Tempat penelitian tersebut dilakukan di kota Surabaya sedangkan tempat penelitian ini dilakukan di kota Banjarmasin. Populasi pada penelitian tersebut pada remaja perempuan kota Surabaya berusia 12 hingga 21 tahun sedangkan populasi pada penelitian ini pada siswi SMP Negeri 6 Banjarmasin.

1.5.3. Nabila Erica Ristanti, 2022 dengan judul “Pengaruh *Body Shaming* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Smk Sunan Kalijogo Jabung”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian korelasional dan menggunakan angket sebagai teknik pengumpulan data. Subjek penelitian ini adalah Siswa di SMK Sunan Kalijogo Jabung. Populasi penelitian ini adalah Siswa di SMK Sunan Kalijogo Jabung. Hasil penelitian yang dilakukan berdasarkan uji regresi dari variabel *body shaming* menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,002, yang lebih kecil dari 0,05, menunjukkan adanya pengaruh antara *body shaming* dan

kepercayaan diri. Variable body shaming mempengaruhi kepercayaan diri sebesar 77%, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Perbedaan :

Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya dalam hal lokasi penelitian dan sample penelitian. Penelitian sebelumnya dilakukan di SMK sunan kalijogo Jabung sedangkan penelitian ini (SMP) Negeri 6 Banjarmasin. Sample penelitian tersebut pada siswi SMK Sunan Kalijogo sedangkan dalam penelitian ini pada siswi SMP Negeri 6 Banjarmasin.