

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun (WHO,2015). Data demografi menunjukkan bahwa terdapat 1,2 milyar remaja (usia 10-19 tahun) atau 18% dari populasi dunia dan lebih dari setengah remaja hidup di Asia, di Asia Timur dan Asia Pasifik ada sekitar 277 juta penduduk remaja atau 23% dari jumlah penduduk yang ada (UNICEF, 2016). Jumlah remaja di Indonesia tahun 2018 sudah mencapai 66,3 juta atau sekitar 66% dari jumlah populasi di Indonesia (BKKBN, 2018). Berdasarkan data yang ada dari Badan Pusat Statistika di Jawa Tengah pada tahun 2017 jumlah kelompok usia 10-19 tahun mengalami penurunan dari kurang lebih 5,5 juta jiwa pada tahun 2016 menjadi 5,5 juta atau sekitar 0,1% pada tahun 2017 (BPS, 2017).

Kematangan dari segi fisik pada remaja terdiri dari perubahan yang terjadi pada bentuk badan remaja. Perubahan ini terdiri dari penambahan tinggi badan, tumbuh rambut disekitar alat kelamin dan ketiak, payudara mulai membesar, pinggul semakin membesar, dan ciri khusus ini hanya ada pada wanita yaitu mengalami menstruasi (Kusmiran, 2014). Perubahan fisik ini terjadi dengan tujuan agar kematangan organ-organ reproduksi pada remaja dapat stabil dan berfungsi dengan baik. Proses kematangan remaja tidak hanya pada perubahan fisik tetapi juga perubahan psikologi dan sosial. Pada perubahan psikososial, remaja diharapkan mampu melakukan interaksi sosial yang baik dengan orang lain. Yang mana kehidupan sosialnya dengan orang lain mampu mempengaruhi psikologi remaja itu sendiri. Apabila interaksinya dengan orang lain kurang baik maka kejiwaan remaja itu sendiri akan mengalami gangguan yang mana remaja akan mudah emosi dan juga akan mudah stress. Kematangan psikososial pada remaja dibentuk dari lingkungan sekitar remaja tumbuh (Herlina, 2013).

Fase kematangan baik dari segi fisik, psikologis maupun sosial pada remaja disebut juga dengan masa pubertas. Masa pubertas merupakan suatu fase transisi dimana remaja akan mengalami perubahan dalam hidupnya. Dalam fase pubertas, seorang remaja wanita harus diberi bimbingan yang cukup, sehingga ia dapat melewati masa tersebut dengan baik (Christianti & Khomsan, 2012).

Seringkali masa pubertas membuat para remaja secara psikis merasa terbebani, sehingga mereka memiliki kecenderungan labil dan emosi yang tidak menentu hal ini sering terjadi oleh perempuan karena emosi perempuan sangat labil sehingga lebih rentan mengalami gangguan psikis dalam proses kematangan psikis dan fisik. Tidak jarang pula mereka kehilangan rasa percaya diri karena perubahan bentuk tubuhnya. Biasanya pada remaja akan muncul perubahan fisik, psikis dan sosial yang harus menjadi perhatian orang tua juga (Putri, 2018)

Perubahan pada segi psikis sendiri yakni terjadi perubahan emosi dan juga pola pikir dari remaja itu sendiri. Perubahan emosi yang tidak terkendali pada remaja dapat mempengaruhi kesehatan psikisnya karena bila emosi tidak terkendali remaja dapat mengalami stress yang nantinya mempengaruhi kesehatan remaja itu sendiri (Kusmiran, 2014). Selain perubahan psikis terdapat perubahan sosial juga pada remaja yang mana ketika remaja mengalami masa pubertas remaja akan mulai mencari jati diri dan hal tersebut terbentuk dari lingkungan sosial dan dari interaksi sosial remaja itu sendiri dengan orang lain baik orang lain, teman, maupun keluarga (Kusmiran, 2014)

Pada era globalisasi saat ini dan pesatnya alat komunikasi saat ini membuat remaja sudah mulai memperhatikan penampilannya, ditambah dengan maraknya *fashion* yang sering ditayangkan di media massa seperti yang ada di media sosial, hal ini menjadikan remaja memiliki tolak ukur untuk menilai penampilan yang mereka kenakan. Penampilan fisik yang ditayangkan di media sosial tersebut menjadi salah satu tempat seseorang dapat menemukan tentang bagaimana penampilan fisik orang lain yang dianggapnya menarik. Sehingga membuat diri seseorang tersebut jadi memiliki kriteria cantik dan menarik menurut mereka sendiri. Hal ini membuat seseorang memiliki tolak ukur atau penilaian pada tubuh sehingga mereka memiliki ideal diri (Sakinah, 2018).

Bentuk tubuh yang ideal menurut wanita yang didasarkan pada media sosial yaitu tubuh yang tinggi semampai dengan berat badan proporsional. payudara yang kencang dan pantat montok, kulit putih mulus serta gigi yang putih dan tersusun rapi. Adanya bentuk tubuh ideal yang berkembang ditengah masyarakat saat ini membuat orang menjadikannya sebagai pedoman untuk menilai hingga menghakimi (*body shaming*) bentuk tubuh orang lain jika tidak sesuai dengan kriteria ideal tersebut. Seharusnya remaja tidak perlu menjadikan penampilan fisik pada media sosial sebagai

pedoman untuk menilai penampilan fisik diri sendiri maupun orang lain. Pada sesi ini akan dijelaskan dua bentuk *body shaming* yang dialami, yaitu ucapan dan kombinasi antara ucapan dan tindakan. Data yang diperoleh ada 90% perempuan merasa tidak bahagia dengan kondisi tubuhnya. (Sakinah,2018).

Rasa tidak bahagia ini diakibatkan karena adanya ketidaksesuaian penampilan fisiknya dengan standar yang ditetapkan oleh seseorang tersebut. Standar yang ditetapkan individu hanya didasarkan pada apa yang mereka lihat tanpa pernah memperhatikan mengenai apa yang mereka mampu lakukan dan apa yang mereka miliki. Salah satu hal yang mendasari penelitian mengenai *body shaming* yakni munculnya penilaian dikalangan remaja putri bahwa standar tubuh saat ini yang mementingkan penampilan fisik dengan bentuk tubuh yang proporsional, telah membuat remaja putri saat ini menjadi kurang percaya diri, kebanyakan saat ini remaja putri menilai penampilannya didasarkan pada kaca mata orang lain baik teman sebaya maupun keluarga. Pada era sekarang teman sebaya sering menggunakan penampilan fisik sebagai bahan ejekan terhadap individu yang memiliki gaya penampilan yang tidak sesuai dengan standar yang dimilikinya (Widiasti, 2016 : 3).

Perilaku mengejek penampilan orang lain yang tidak sesuai dengan standar idealnya disebut dengan *body shaming*. *Body shaming* sendiri sering terjadi di masyarakat. Berdasarkan data yang diperoleh 90% dari 5053 perempuan merasa tidak bahagia akan tubuhnya (Febriyanti, 2018). Ada beberapa penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa *body shaming* lebih sering dialami perempuan karena perempuan cenderung senang melakukan pengamatan kemudian menilai hal yang bisa dilakukan penilaian pada tubuhnya. Tindakan seperti ini sudah banyak dilakukan oleh masyarakat tanpa mereka sadari (Sakinah , 2018).

Di Indonesia kasus *body shaming* pada tahun 2018 ada sebanyak 966 kasus,yang mana semakin lama semakin banyak terutama melalui media massa (CNN, 2018). Kasus tersebut semakin lama semakin banyak hal ini dikarenakan standar tubuh yang terlalu tinggi yang ditetapkan oleh seseorang. *Body shaming* tidak hanya dilakukan melalui ucapan, tapi juga dilakukan sekaligus dalam bentuk tindakan-tindakan yang tidak menyenangkan bagi orang lain. Ucapan dalam *Body Shaming* dapat diutarakan melalui media sosial. Ditambah sekarang kedua media sosial tersebut dapat diakses secara terbuka dan luas. Dampak dari tindakan *Body Shaming* yakni dapat berpengaruh pada harga dirinya dan juga perkembangan sosialnya. Pada kasus

tersebut remaja mengalami tindakan *body shaming* yang berupa komentar negative mengenai penampilan remaja tersebut yang membuat para remaja tersebut merasak kurang percaya diri (Rozika, 2016).

Meskipun mengomentari (bahkan menghina) bentuk tubuh orang lain seringkali dianggap hanya sebagai hal biasa, namun pada penelitian Sakinah (2018) menunjukkan bahwa perbuatan tersebut dapat berdampak langsung pada mereka yang mengalaminya. *Body shaming*, baik melalui ucapan maupun ucapan sekaligus tindakan yang dilakukan oleh seseorang dapat mengganggu kenyamanan dan menimbulkan dampak yang buruk bagi orang yang menjadi objek *bodysshaming*, yaitu semakin tidak percaya diri (*lack of self confidence*) dan merasa tidak aman (*insecure feeling*); dan berupaya untuk menjadi ideal (*strive to be ideal*). Semakin kehilangan percaya diri dan merasa tidak aman. Kehilangan kepercayaan diri dan merasa tidak aman adalah dua hal yang tak terpisahkan sebagai dampak *body shaming* (Sakinah, 2018).

Kehilangan kepercayaan diri pada remaja dapat membuat remaja merasa malu dan menjauh dari kehidupan sosial. Cara berfikir remaja mengarah pada tercapainya integrasi dalam hubungan sosial remaja dengan teman sebayanya. Apabila lingkungan sosialnya sering memberi komentar negative maka remaja tersebut akan merasa malu dan kehilangan kepercayaan diri yang selama ini dianutnya. Sehingga ketika remaja kehilangan kepercayaan dirinya maka remaja akan merasa malu untuk berinteraksi dengan dunia sosialnya. Hal ini juga berlaku pada korban *body shaming*, para remaja wanita yang menerima komentar negatif mengenai penampilannya akan merasa kurang percaya diri karena tidak sesuai dengan standar yang orang tersebut miliki yang diakibatkan oleh tingginya standar yang di kemukakan oleh orang yang mengomentari tersebut. Kurangnya kontak sosial dengan orang lain mengakibatkan terganggunya interaksi sosial karena kontak sosial merupakan salah satu syarat interaksi sosial (Pratiwi, 2016).

Berdasarkan data dari SMK Muhammadiyah 2 Klaten Utara pada tahun 2019, siswa kelas X didapatkan data bahwa ada kurang lebih 190 siswi yang memiliki tinggi badan kurang dari 155cm, serta memiliki IMT lebih dari 23(>23). Setelah dilakukan wawancara pada 10 siswi didapatkan hasil bahwa para remaja tersebut pernah mengalami *Body Shaming* karena memiliki tinggi badan kurang dari 155cm dan juga IMT Lebih dari 23. Tidak hanya itu secara tidak disadari para siswi juga menjadi

pelaku dari *body shaming* itu sendiri. Sehingga perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai dampak dari adanya *body shaming* itu sendiri.

## **B. Rumusan masalah**

Pada masa saat ini remaja sudah mulai memperhatikan penampilannya, ditambah dengan maraknya *fashion* yang sering ditayangkan dimedia massa seperti hal ini menjadikan remaja memiliki tolak ukur untuk menilai penampilan yang mereka kenakan. Sebagai contohnya apabila remaja memakai pakaian yang tidak sesuai maka remaja tersebut pasti akan merasa malu. Hal ini lah yang menyebabkan adanya sikap menilai diri sendiri tidak sesuai dengan apa yang ada pada diri orang lain, hal ini disebut *body shame*. Sehingga dengan adanya penilaian pada dirinya kurang baik begitu juga dengan persepsinya. Sikap mengomentari penampilan orang lain juga menyebabkan seseorang tersebut mengalami perkembangan sosial yang akan terganggu terlebih dengan didapatnya sikap seperti itu secara terus menerus.

Berdasarkan latar belakang diatas, memberi dasar pada peneliti untuk merumuskan pertanyaan penelitian berikut. “Hubungan *Body Shaming* dengan Interaksi Sosial pada Remaja Perempuan di SMK Muhammadiyah 2 Klaten Utara”.

## **C. Tujuan penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Perilaku *Body Shaming* dengan Interaksi Sosial pada Remaja Perempuan di SMK Muhammadiyah 2 Klaten Utara.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan karakteristik responden yang meliputi : umur, waktu menstruasi (usia *menarche*), tinggi badan, berat badan.
- b. Mendeskripsikan tentang *body shaming* pada remaja.
- c. Mendeskripsikan tentang Interaksi Sosial pada remaja.
- d. Menganalisa hubungan Hubungan *Body Shaming* terhadap Interaksi Sosial pada Remaja Perempuan di SMK Muhammadiyah 2 Klaten Utara.

#### **D. Manfaat penelitian**

Penelitian ini diharapkan secara praktis sebagai berikut :

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai referensi mahasiswa dalam menentukan tema penelitian yang akan diambil nantinya serta sebagai bahan informasi data yang nantinya dibutuhkan oleh institusi pendidikan.

2. Bagi Program Studi Kesehatan Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi terbaru tentang masalah yang baru yang terjadi pada masyarakat yang mana kurang dianggap penting oleh masyarakat sehingga untuk program studi kesehatan masyarakat dapat menggunakan jurnal ini untuk mengajak masyarakat sadar akan masalah yang ada.

3. Bagi Penyelenggara Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan penyelenggara kesehatan untuk membuat program baru dalam upaya penyelenggaraan kesehatan yang mana dapat berguna bagi masyarakat luas terutama bagi kalangan remaja yang baru saja memasuki masa menarche.

4. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan kemampuan peneliti dalam mencari masalah kesehatan yang baru kemudian melakukan eksperimen dan penelitian terhadap masalah yang didapat tersebut.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini sangat bermanfaat bagi peneliti selanjutnya karena peneliti selanjutnya dapat melengkapi kekurangan yang masih terdapat di penelitian ini untuk selanjutnya di tindak lanjuti oleh peneliti agar selanjutnya dapat menjadi penelitian yang sempurna.

#### **E. Keaslian penelitian**

1. Penelitian yang dilakukan oleh Chairani (2018) dengan judul “Body Shame dan Gangguan Makan Kajian Meta-Analisis” penelitian ini merupakan penelitian meta-analisis. Pengumpulan data pada penelitian ini dengan menggunakan teknik *random sampling*. Pada penelitiann ini peneliti ingin meneliti apakah body shame pada remaja mempengaruhi pola makannya atau tidak. Sampel yang

diambil dalam penelitian ini yaitu diambil secara acak dan dalam jumlah yang besar. Sebelumnya peneliti mengamati hasil penelitian-penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya untuk kemudian disintesa oleh peneliti untuk dilakukan penelitian ulang dengan metode serta sample yang berbeda. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini yaitu 0,005 yang artinya terdapat hubungan antara body shame dengan gangguan pola makan pada remaja ini. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa *body shame* merupakan faktor risiko yang dapat mengembangkan kebiasaan perilaku gangguan makan pada remaja.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian saya yaitu pada variabel bebas, variabel terikat dan metode penelitian.

2. J Marta-Simoes (2016) melakukan penelitian dengan tema “ *Exploring the effect of external shame on body appreciation among Portuguese young adults : The role of self-compassion*” merupakan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui dampak dari rasa malu pada tubuh remaja terhadap kehidupannya. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif analitik yaitu penelitian yang menjelaskan serta menganalisis dampak dari rasa malu terhadap tubuhnya. Penelitian ini menggunakan metode cross-sectional. Hasil dari penelitian ini dihitung dengan rumus korelasi pearson product moment dan dihasilkan hasil yaitu  $>0,005$  yang artinya ada dampak atau pengaruh body shame ini terhadap rasa menghargai dirinya sendiri. Penelitian ini merupakan penelitian pertama yang mana pada penelitian ini peneliti mencari nilai korelasi dari kedua variabel yang ada.

Perbedaan dengan penelitian yang akan saya buat yaitu pada variabel bebas, variabel terikat dan responden.

3. Sakinah (2018) melakukan penelitian dengan tema “ “Ini Bukan Lelucon” Body Shaming, Citra Tubuh, Dampak dan Cara Mengatasinya” penelitian ini termasuk kedalam penelitian eksperimental dan dilakukan melalui media massa sosial seperti instagram. Pengumpulan data dengan menggunakan teknik observasi dan wawancara. Observasi ini dilakukan dengan mengamati media sosial instagram yang mengalami *body shaming*, perlakuan mereka terhadap responden itu seperti apa serta bentuk *body shaming* yang dilakukan seperti apa. Kemudian peneliti melakukan wawancara terhadap responden tersebut dengan beberapa topik bahasan diantaranya mengenai pandangan tentang citra tubuh dan

tubuh ideal, bentuk-bentuk *body shaming* yang dialami, dampak *body shaming* itu sendiri serta cara mengatasinya.

Sebelum melakukan wawancara dan observasi peneliti terlebih dahulu menjelaskan tujuan dan manfaat dari penelitiannya yang dilakukan terhadap responden. Hasil dari wawancara tersebut kemudian disimpulkan oleh peneliti bahwasannya bentuk *body shaming* yang dialami terbagi atas dua kategori, yakni dalam bentuk ucapan dan kombinasi antara ucapan dan tindakan secara langsung. Akan tetapi Penelitian ini belum menyentuh secara spesifik tentang bagaimana kontrol diri dalam kaitan dengan *body shaming*, sehingga potensial menjadi topik penelitian berikutnya.

Perbedaan dengan penelitian saya yaitu pada variabel bebas dan variabel terikat, metode dan jenis penelitian. .