

BAB I

PENDAHULUAN

I.1. Latar Belakang Masalah

Setiap individu tentunya akan melalui suatu perubahan yang terjadi secara dinamis dan melalui beberapa masa yang dapat disebut dengan pertumbuhan dan perkembangan, masa remaja merupakan salah satunya (Stuart 2016). Pada masa remaja terjadi fase pertumbuhan dan perkembangan yang paling dominan dikarenakan pada masa ini terjadi fase perpindahan dari masa anak-anak menuju masa dewasa dan individu akan melalui bermacam-macam pertumbuhan baik secara fisik, kognitif maupun emosional (Wati et al. 2019). Raphita Diorarta (2020) menjelaskan bahwa terdapat tiga tahapan pertumbuhan dan perkembangan remaja yakni masa remaja awal (12-15 tahun), remaja pertengahan (15-16 tahun), dan remaja akhir (17-20 tahun). Diungkapkan juga dalam Sari, Isworo, and Erawati (2019) bahwa perkembangan yang signifikan ketika remaja adalah perkembangan pembentukan konsep diri. Perubahan yang bersifat fisik, kognitif maupun emosional tersebut pada remaja akan mengakibatkan permasalahan yang berhubungan dengan konsep diri terutama pada fisik remaja.

Persepsi dan perasaan tentang diri sendiri disebut sebagai konsep diri seseorang, dimana persepsi tentang diri sendiri memiliki sifat fisik, sosial, dan psikologis. Terdapat lima elemen konsep diri seperti citra tubuh, harga diri, identitas diri, ideal diri, dan peran, yang mana setiap elemen-elemen yang termasuk dalam konsep diri tersebut nantinya akan mempengaruhi remaja (Agustin, Iqomh, and Prasetya 2019). Salah satu perubahan yang mempengaruhi remaja dalam konsep diri adalah citra tubuh. Masalah citra tubuh remaja sering kali menimbulkan berbagai masalah karena salah satu perubahan yang paling signifikan yang dialami remaja adalah perubahan fisik., yang mana perubahan tersebut nantinya akan menjadi permasalahan dan akan berakibat pada bagaimana remaja bersikap dan berperilaku (Santrock 2020)

Sebagian besar remaja percaya bahwa perubahan fisik yang mereka alami tidak sejalan dengan konsep idealnya menyebabkan remaja memiliki konsep tubuh yang

negatif dimana konsep tubuh negatif dan tidak realistis terjadi pada masa remaja karena bentuk tubuh yang dilihat tidak sesuai dengan bentuk tubuh yang diharapkan atau *body dissatisfaction*. (Hurlock 2019). Perubahan fisik yang dialami remaja menyebabkan mereka mempunyai macam-macam pandangan tentang citra tubuh atau *body image*. Remaja memiliki pandangan yang berbeda tentang citra tubuh, maka hal tersebut membuat remaja tidak bisa menerima kondisi fisik mereka apa adanya dan citra tubuh remaja memburuk (Girindra, Weliangan, and Pardede 2018). Remaja yang menerima kondisi fisiknya dan menyukainya memiliki citra tubuh yang positif, sedangkan remaja yang memandang dirinya secara negatif disebut dengan *body dissatisfaction* (Prameswari 2020).

Citra tubuh negatif, sering dikonseptualisasikan sebagai *body dissatisfaction* atau harga tubuh yang rendah, merupakan perhatian umum di kalangan remaja dengan implikasi kesehatan fisik dan mental yang luas (Chua, Tam, and Shorey 2020). Remaja khususnya rentan mengalami citra tubuh negatif karena karakteristik tahap perkembangan ini cenderung mengalami perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial (Patton et al. 2016). Hal tersebut di dukung dengan penelitian Puspitasari dan Ambarini (2017) pada 111 remaja perempuan yang menunjukkan kategori *body dissatisfaction* (41%) atau sebagian besar remaja perempuan mengalami *body dissatisfaction* sedang. Selain itu, sejalan dengan penelitian Wahyuni dan Wilani (2019) pada 100 remaja laki-laki di Denpasar yang menunjukkan bahwa laki-laki di Denpasar presentase subjek (31%) berada di kategori rendah, hal ini memiliki arti bahwa 31% remaja laki-laki kurang puas terhadap citra tubuh yang mereka miliki. Hal tersebut memperlihatkan bahwa terdapat hubungan antara remaja dengan perilaku citra tubuh yang negatif yaitu *body dissatisfaction*.

Body dissatisfaction yang dialami remaja telah dikaitkan dengan tingkat kepuasan tubuh yang lebih rendah, hal ini kemungkinan besar terjadi karena proses *social comparison* (Pedalino and Camerini 2022). *Social Comparison* adalah cara individu untuk mengevaluasi dirinya secara keseluruhan dan menilai apakah citra tubuhnya sesuai dengan keinginannya (Sari and Suarya 2018). Pengertian tersebut sangat relevan dengan remaja yang menurut Erikson (1959), sedang mengalami 'krisis identitas' dan mungkin beralih ke teman sebaya untuk mendapatkan

Nada Tasya Anggini, 2022

**HUBUNGAN ANTARA SOCIAL COMPARISON DENGAN BODY DISSATISFACTION
DARI LINGKUNGAN SOSIOKULTURAL PADA REMAJA DI SMAN 13 DEPOK**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Keperawatan
Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

informasi tentang diri sendiri untuk mengurangi ketidakpastian akan identitasnya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Puspitasari dan Ambarini (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar remaja perempuan (93,8%) responden penelitian yang memiliki tingkat *social comparison* yang tinggi memiliki *body dissatisfaction*. Selain itu, penelitian Wahyuni dan Wilani (2019) menjelaskan bahwa dalam kategori remaja laki-laki yang mengalami *social comparison* menunjukkan hasil subjek (33%) berdasarkan *social comparison* berada pada kategori sedang, dan memiliki arti bahwa 33% responden melakukan perbandingan sosial dengan orang lain.

Pada hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan di SMAN 13 Kota Depok, didapatkan data jumlah keseluruhan siswa-siswi pada SMAN 13 Depok berjumlah 1.236 Siswa. Peneliti melangsungkan wawancara pada 10 orang siswa perempuan kelas XI yang berjumlah 5 orang dan siswa laki-laki yang berjumlah 5 orang dengan pertanyaan terkait aspek-aspek *body dissatisfaction*, diantaranya yakni evaluasi penampilan, tujuan penampilan, kepuasan area tubuh, kecemasan berubah menjadi gemuk, dan kesan terhadap ukuran tubuh. Didapatkan hasil bahwa, 3 dari 5 siswa perempuan mengatakan mereka memiliki kecemasan menjadi gemuk dan tidak puas dengan penampilan mereka secara keseluruhan Sedangkan 2 siswa perempuan mengatakan mereka khawatir karena penampilan mereka yang merasa khawatir karena terlalu kurus dan tidak puas dengan persepsi tubuh mereka. Sedangkan, siswa 2 dari siswa laki-laki sadar jika tubuh mereka gemuk dan kurang puas dengan penampilan mereka sedangkan 3 siswa laki-laki menyatakan bahwa mereka tidak terlalu khawatir tentang bagaimana ukuran tubuh mereka di persepsikan atau dapat disimpulkan bahwa siswa perempuan lebih memiliki kategori *body dissatisfaction* yang rendah dibandingkan dengan siswa laki-laki yang cenderung sadar atau bahkan tidak peduli tentang bagaimana citra tubuh mereka terlihat.

Peneliti juga melakukan wawancara tentang *social comparison* pada 5 siswa dan 5 siswi kelas XI dengan pertanyaan terkait aspek-aspek *social comparison* kepada diantaranya seberapa sering mereka memikirkan penampilan, bagaimana tekanan keluarga mereka tentang penampilan, bagaimana tekanan teman sebaya mereka terhadap penampilan, dan bagaimana media dan orang lain mempengaruhi

penampilan mereka. Didapatkan hasil 2 dari 5 siswa perempuan mengatakan mereka sering mendapatkan tekanan dari orang tua mereka seperti perkataan tidak enak, sedangkan 3 siswa perempuan lainnya mengatakan bahwa mereka setuju jika teman sebaya serta media sosial sangat berpengaruh dalam bagaimana mereka melihat penampilan mereka sendiri dan nantinya berpengaruh akan seberapa sering mereka memikirkan penampilannya dan mengakibatkan mereka tidak puas dengan penampilannya sendiri. Sedangkan 2 dari 5 siswa laki-laki yang mempunyai berat badan berlebih mengatakan jika tanggapan dan komentar dari teman sebaya dan guru sangat berpengaruh terhadap bagaimana pandangan mereka melihat dan memberi penilaian pada diri mereka sendiri, dan 3 siswa laki-laki lainnya mengatakan bahwa mereka tidak terlalu memikirkan hal tersebut tetapi media sangat berpengaruh karena mereka ingin memiliki tubuh yang ideal menurut masyarakat. Dapat disimpulkan bahwa *social comparison* yang dilakukan oleh orang tua dan media sosial lebih mempengaruhi siswa perempuan dibandingkan siswa laki-laki yang tidak terlalu mementingkan pandangan orang tua dan lebih mementingkan teman sebaya dan media sosial.

Berdasarkan hasil diskusi peneliti dengan guru bimbingan konseling dan juga wali kelas sebagian besar siswa memiliki keluhan masalah yang di timbulkan oleh *body dissatisfaction* dan *social comparison* seperti *bullying*, *body shaming*, perilaku diet yang tidak sehat, dimana hal ini juga dirasakan oleh siswa yang mengalami penurunan prestasi akademik dimana peneliti mengkhawatirkan hal ini akan berdampak pada masalah jangka panjang citra tubuh *negative* seperti depresi, gangguan makan bahkan masalah seperti isolasi sosial dan penarikan diri.

Berdasarkan paparan di atas, disimpulkan bersama-sama, ada kebutuhan yang jelas untuk penelitian berbasis bukti untuk *body image* dalam hal ini *body dissatisfaction* terjadi karena banyaknya pengaruh sosiokultural di golongan remaja yang bisa disebabkan oleh *social comparison* pada siswa di SMAN 13 Kota Depok untuk membantu siswa melawan standar ideal penampilan yang tidak realistis dan mendukung remaja untuk meningkatkan harga diri mereka secara keseluruhan lingkungan sosiokultural yang mempengaruhi remaja di Indonesia membuat peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* pada remaja terutama di SMA Negeri 13 Depok.

Nada Tasya Anggini, 2022

**HUBUNGAN ANTARA SOCIAL COMPARISON DENGAN BODY DISSATISFACTION
DARI LINGKUNGAN SOSIOKULTURAL PADA REMAJA DI SMAN 13 DEPOK**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Keperawatan
Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

I.2. Rumusan Masalah

Remaja dimulai antara usia 12 dan 21, dengan 12-15 pada masa remaja awal, 15-17 pada usia pertengahan, dan 17-20 pada masa remaja akhir. Remaja sering mengalami perubahan yang signifikan dalam emosi, tubuh, minat, dan sikap mereka. Perubahan tubuh adalah salah satu perubahan yang paling mencolok dimana kondisi fisik remaja dianggap paling signifikan, namun jika kondisi fisik tidak sesuai dengan yang diharapkan (ketidaksesuaian antara citra tubuh dan citra diri), dapat menimbulkan ketidakpuasan remaja dan kurangnya rasa percaya diri.

Penelitian tentang hubungan antara *body image dissatisfaction* dan *social comparison* belum tersebar luas, sehingga peneliti merumuskan pertanyaan-pertanyaan untuk dipertimbangkan dalam bentuk pertanyaan-pertanyaan berikut. Bagaimanakah hubungan antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* dari lingkungan sosiokultural pada remaja di SMAN 13 Depok?

I.2.1. Pertanyaan Penelitian

- a. Apa saja bentuk *social comparison* dan *body dissatisfaction* pada siswa-siswi SMA Negeri 13 Depok?
- b. Bagaimana *body dissatisfaction* mempengaruhi sosiokultural pada siswa-siswi SMA Negeri 13 Depok?
- c. Bagaimana *social comparison* mempengaruhi sosiokultural pada siswa-siswi SMA Negeri 13 Depok?
- d. Bagaimana karakteristik remaja mempengaruhi *social comparison* dan *body dissatisfaction* pada siswa-siswi SMA Negeri 13 Depok?
- e. Menganalisis hubungan antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* dari lingkungan sosiokultural pada remaja.

I.3. Tujuan Penelitian

I.3.1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan hubungan antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* dari lingkungan sosiokultural pada remaja.

I.3.2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran karakteristik *social comparison* dan *body dissatisfaction* pada lingkungan sosiokultural siswa-siswi SMA Negeri 13 Depok.
- b. Mengidentifikasi gambaran *body dissatisfaction* mempengaruhi sosiokultural siswa-siswi SMA Negeri 13 Depok.
- c. Mengidentifikasi gambaran *social comparison* mempengaruhi sosiokultural siswa-siswi SMA Negeri 13 Depok.
- d. Mengidentifikasi gambaran karakteristik remaja mempengaruhi *social comparison* dan *body dissatisfaction* siswa-siswi SMA Negeri 13 Depok.
- e. Menganalisis hubungan antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* dari lingkungan sosiokultural pada remaja.

I.4. Manfaat Penelitian

I.4.1. Teoritis

Pemahaman yang diperoleh dari penelitian ini, terutama di bidang keperawatan jiwa, dimaksudkan untuk memajukan pemahaman tentang hubungan antara *social comparison* remaja dan *body dissatisfaction* sebagai akibat dari konteks sosial budaya mereka.

I.4.2. Praktis

a. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa mendapatkan harga diri, terlibat dalam perilaku yang lebih sehat, dan meningkatkan penerimaan diri.

b. Bagi Orang Tua

Mengetahui permasalahan yang dihadapi oleh remaja mengenai konsep diri yaitu *body dissatisfaction*, dapat mendorong remaja untuk lebih menerima keadaan dirinya dan tidak membandingkan remaja untuk membuat remaja menjadi lebih percaya diri.

c. Bagi Perawat Jiwa

Memberikan pengetahuan dan pendidikan kesehatan tentang *body*

dissatisfaction dari lingkungan sosiokultural dengan *social comparison* serta memberikan kesadaran terhadap kekurangan dan kelebihan dari individu untuk mengurangi efek tekanan ideal dari penampilan.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat membantu memajukan pengetahuan keperawatan, khususnya keperawatan jiwa, dan diantisipasi untuk memberikan informasi tentang *body dissatisfaction* dari perspektif sosiokultural dengan *social comparison*.

e. Bagi Guru Bimbingan Konseling dan Sekolah

Sekolah dan Guru Bimbingan Konseling dapat menggunakan informasi ini sebagai sumber dan panduan untuk membantu siswa yang berjuang melawan ketidakpuasan tubuh. yang berhubungan dengan *social comparison* untuk memberikan layanan informasi yang berbasis bukti dengan harapan nantinya siswa akan lebih memanfaatkan layanan bimbingan konseling yang difasilitasi sekolah dalam menghadapi masalah yang dialaminya.

f. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berharap bahwa temuan penelitian ini akan berguna bagi peneliti lain dan pihak lain yang mungkin memerlukannya di masa depan, dan bahwa penelitian ini akan digunakan sebagai sumber atau referensi dalam penelitian mendatang, terutama penelitian di bidang keperawatan jiwa