

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah suatu tahap kehidupan yang bersifat peralihan dan tidak mantap (Sofyan, 2014). Oleh karena itu, masa remaja adalah masa yang rawan oleh pengaruh-pengaruh negatif seperti narkoba, criminal, dan kejahatan seks yang dapat membahayakan mereka sehingga bisa terjangkau berbagai penyakit kelamin terutama AIDS. Masa remaja adalah masa yang amat baik untuk mengembangkan segala potensi positif yang mereka miliki seperti bakat, kemampuan, dan minat. Oleh karena itu, sebaiknya mereka di beri bimbingan agama agar menjadi pedoman hidup baginya. Ariyani, (2012) membagi masa remaja menjadi tiga fase yaitu remaja awal (10-13 tahun), remaja tengah (14-16 tahun), dan remaja akhir (17-19 tahun) (Aryani, 2012). Pada remaja pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses yang saling terkait dan berkesinambungan dan berlangsung secara bertahap. Tumbuh kembang remaja yang paling menonjol yaitu adanya perubahan fisik, alat reproduksi, kognitif, dan psikososial (Sofyan, 2014).

Masa remaja juga disebut masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, masa ini sering disebut dengan masa pubertas. dimana pada masa ini terjadi perubahan karakteristik sekunder pada perempuan meliputi pertumbuhan bulu rambut pada pubis, pertumbuhan rambut di ketiak, serta menarche atau menstruasi pertama. Perubahan tersebut juga terjadi pada laki-laki diantaranya yaitu pertumbuhan penis, pembesaran skrotum, perubahan suara, pertumbuhan kumis dan jenggot, meningkatnya produksi minyak, meningkatnya timbunan lemak, dan meningkatnya aktivitas kelenjar sehingga menimbulkan jerawat. Pada laki-laki juga terjadi pertumbuhan bentuk tubuh seperti bentuk dada yang membesar dan membidang, serta jakun lebih menonjol. Selama masa pubertas terjadi perubahan bentuk tubuh pada perempuan seperti pinggul dan payudara yang membesar serta keadaan puting susu yang menjadi lebih menonjol. Pada masa ini remaja putri mulai mengalami

perubahan-perubahan penting dalam dirinya salah satunya adalah perubahan fisik (Pieter & Lubis, 2010).

Perubahan fisik yang di alami remaja putri membuat dirinya menjadi lebih memperhatikan dirinya dan melakukan penilaian tentang penampilan fisiknya. Perhatian remaja terhadap tubuhnya ini merupakan salah satu aspek psikologis yang disebut dengan citra tubuh. Citra tubuh juga dipengaruhi oleh perkembangan kognitif dan pertumbuhan fisik. Keadaan fisik merupakan hal yang penting dalam suksesnya pergaulan. Citra tubuh itu sendiri di definisikan sebagai persepsi seseorang tentang tubuhnya, baik secara internal maupun eksternal. Citra tubuh dipengaruhi oleh pandangan seseorang tentang sifat-sifat fisik dan kemampuan yang dimiliki oleh persepsi orang lain terhadap dirinya

Mengenai persepsi remaja putri tubuh mereka terutama masalah penampilan menjadi hal utama sehingga dapat berpengaruh terhadap citra tubuh remaja putri. Semua wanita terutama remaja putri tentu ingin memiliki tubuh langsing dan menarik sesuai dengan persepsi masyarakat umum tentang citra tubuh perempuan yang ideal di mata masyarakat. Memiliki tubuh ideal dapat membuat para remaja putri merasa lebih unggul dengan menjadi pusat perhatian di antara teman-teman sebayanya. Perubahan fisik yang dramatis akan memiliki gangguan citra tubuh terhadap konsep diri pada remaja tersebut, dimana remaja memiliki perasaan tidak puas terhadap diri sendiri. Keadaan tersebut ada kalanya menyebabkan remaja sulit menerimanya, dan apabila tidak sesuai dengan harapan, maka remaja akan mencari pelarian dari keadaan yang tidak menyenangkan dengan mencari perhatian, melakukan hal-hal negatif, umumnya perilaku yang dianggap baik bagi dirinya namun bagi orang lain justru merugikan. Perubahan fisik dan perhatian remaja mengenai perubahan pada tubuh serta penampilannya berpengaruh pada citra tubuh (*body image*) dan konsep dirinya (Kusumawati & Hartono, 2012).

Konsep diri merupakan cara individu memandang dirinya secara utuh baik fisik, emosional, intelektual, sosial dan spiritual. Dimana didalamnya terkandung komponen kognitif, afektif, dan konatif. Remaja putri yang memiliki konsep diri positif lebih dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang sangat bermacam-

macam tentang dirinya sendiri. Remaja putri yang memiliki konsep diri yang positif dapat mengeksplorasi dunianya secara terbuka dan jujur karena latar belakang penerimannya sukses (Handini, 2010). Namun tidak dengan remaja putri yang memiliki konsep diri yang negatif. Hal ini karena individu dalam konsep diri negatif lebih peka terhadap kritikan orang lain sehingga hal tersebut menyebabkan individu menjadi mudah marah, merasa tidak disenangi orang lain, sangat responsive terhadap pujian dan cenderung bersifat pesimis. (Saam & Wahyuni, 2012). Upaya pemerintah dalam menangani masalah tersebut yaitu dengan mengeluarkan sistem pembelajaran PPKN (Pendekatan Moral dan Hukum) merupakan bidang studi yang mengajarkan nilai, norma, dan moral kepada siswa oleh karena itu siswa lebih memahami dirinya dan orang lain.

Data demografi menunjukkan bahwa penduduk di dunia jumlah populasi remaja merupakan populasi yang paling besar, di Negara Amerika Serikat menunjukkan jumlah remaja berumur 10-19 tahun sekitar 15% populasi, di Asia Pasifik jumlah penduduknya merupakan 60% dari penduduk dunia, seperlimanya adalah remaja berumur 10-19 tahun (Soetjningsih, 2010). Data demografi di Departemen Kesehatan (Depkes) Republik Indonesia tahun 2006, remaja Indonesia usia 10-19 tahun berjumlah sekitar 43 juta jiwa atau 19,61% dari jumlah penduduk. Di Propinsi Jawa Barat menurut Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2008 jumlah remaja usia 10-19 tahun sebanyak 8.145.616 jiwa yang terdiri dari 51,8% laki-laki dan 48,2% perempuan.

Berdasarkan hasil penelitian dari Ratnasari dkk, (2014) dengan judul *Hubungan Citra Tubuh (Body Image) Dengan Harga Diri Remaja Putri Pada Masa Pubertas di SMPN 33 Semarang* hasil penelitian didapatkan remaja putri yang memiliki citra tubuh (*body image*) positif sebanyak 82 (87,2%) dan harga diri positif sebanyak 84 (89,4%). Hasil uji statistic didapatkan nilai p value = 0,022 ($p < 0,05$) hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara citra tubuh dengan harga diri remaja putrid pada masa pubertas di SMPN 33 Semarang.

Setelah dilakukan studi pendahuluan di SMP Negeri 2 Parung dan dilakukan pengambilan data dari kelas VII-VIII sebanyak 150 dari 237 anak sudah mengalami

menstruasi. Pada saat dilakukan wawancara dengan siswi perempuan kelas VII responden mengatakan bahwa dirinya kurang nyaman dengan perubahan fisik pada tubuhnya. Responden merasa tubuhnya menjadi lebih padat dan payudaranya lebih besar terlebih lagi ketika berolahraga, siswi ini merasa tidak percaya diri karena bagian dadanya lebih menonjol ketika memakai kaos olahraga. Siswi lainnya juga mengatakan bahwa sejak mendapatkan menstruasi tubuhnya menjadi lebih sulit untuk dikontrol dan sekarang cenderung lebih gemuk. Padahal sebelum menstruasi mereka cenderung kurus bahkan salah satu dari siswi tersebut mengatakan bahwa ia sudah mencoba segala jus dan tidak makan malam agar terlihat langsing, hal ini mengakibatkan mereka kurang nyaman dengan bentuk tubuh yang sekarang.

Sebagian siswi lainnya mengatakan berat badannya sangat kurus dan siswi tersebut mengatakan mereka sangat ingin berat badannya gemuk sesuai pertumbuhan dan perkembangan mereka. Hal ini membuat kedua siswi tersebut sering sekali di hina oleh teman laki-lakinya yang mengakibatkan mereka kurang nyaman dengan bentuk tubuh sekarang dan merasa kurang menarik untuk lawan jenis. Kemudian ada juga cerita tentang 1 siswi yang mengatakan sekarang tidak cantik lagi karena wajahnya tumbuh jerawat sehingga membuat dirinya malu untuk tampil didepan teman-temannya terutama pada lawan jenis. Setelah dilakukan wawancara dengan guru BP dan beberapa guru disekolah tersebut banyak sekali remaja putri yang mengeluh karna perubahan fisik yang dialaminya. Karna perubahan-perubahan tersebut menyebabkan sebagian siswi merasa minder terhadap teman-teman sebayanya dan sulit untuk berinteraksi dengan yang lainnya.

Peran perawat dalam hal ini sangat bermanfaat guna membantu tahapan-tahapan dalam mengatasi pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi pada remaja putri yang sedang mengalami masa-masa pubertas (masa remaja) di SMP Negeri 2 Parung. Perawat dapat menjadi konselor atau seseorang yang dapat mejadi tempat untuk berbagi cerita (sharing) dalam permasalahan pencitraan tubuh remaja tepatnya dalam bidang pelajaran BK (Bimbingan Konseling). Sehingga asuhan keperawatan yang diberikan dapat lebih efesien dan efektif. Berdasarkan fenomena-fenomena

diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Citra Tubuh dengan Konsep Diri Pada Remaja Putri Yang Mengalami Pubertas”.

I.2 Perumusan Masalah

I.2.1 Identifikasi Masalah

Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, dikatakan remaja ketika seseorang berumur 13-18 tahun. Masa remaja juga disebut masa pubertas dimana pada masa ini remaja banyak mengalami perubahan-perubahan fisik yang mereka alami, salah satu perubahan yang terjadi adalah bertambahnya lemak dan tumbuh besarnya payudara pada remaja putri. Perubahan fisik yang dramatis akan memiliki gangguan citra tubuh terhadap konsep diri pada remaja tersebut, dimana remaja putri memiliki rasa tidak puas terhadap dirinya sendiri. Keadaan tersebut ada kalanya menyebabkan remaja sulit menerimanya dan mempengaruhi konsep dirinya dimana nantinya remaja putri tersebut bisa mengalami konsep diri yang negatif tentunya.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut dan menimbang dampak kemungkinan yang akan terjadi, maka peneliti tertarik untuk meneliti hubungan citra tubuh dengan konsep diri pada remaja putri yang mengalami pubertas. Sehingga hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi suatu bahan rekomendasi (data) dalam mengantisipasi terjadinya hal yang maladaptif bagi remaja dalam mendefinisikan citra tubuh itu sendiri. Oleh karena itu dalam penelitian ini, peneliti mengangkat masalah apakah ada hubungan antara citra tubuh dengan konsep diri pada remaja putri yang mengalami pubertas di SMP Negeri 2 Parung.

I.2.2 Pertanyaan Penelitian

- a. Bagaimana gambaran karakteristik remaja putri yang mengalami pubertas ?
- b. Bagaimana gambaran citra tubuh dan konsep diri pada remaja putri yang mengalami pubertas ?
- c. Apakah ada hubungan citra tubuh dengan konsep diri pada remaja putri yang mengalami pubertas ?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan konsep diri pada remaja putri yang mengalami pubertas di SMP Negeri 2 Parung.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran karakteristik remaja (Usia, BB & TB) pada remaja putri yang mengalami pubertas di SMP Negeri 2 Parung
- b. Mengetahui gambaran citra tubuh remaja yang mengalami pubertas di SMP Negeri 2 Parung
- c. Mengetahui gambaran konsep diri pada remaja putri yang mengalami pubertas terhadap citra tubuh di SMP Negeri 2 Parung
- d. Mengetahui hubungan citra tubuh dengan konsep diri pada remaja putri yang mengalami pubertas di SMP Negeri 2 Parung

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi atau masukan bagi remaja untuk lebih menerima keadaan fisiknya dan tidak mudah terpengaruh dengan penampilan fisik teman sebayanya sehingga remaja dapat menimbulkan konsep diri yang positif (body image).

I.4.2 Bagi Keluarga (orang tua)

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi atau masukan bagi orang tua agar dapat memahami perubahan (psikososial) yang terjadi saat remaja sehingga komunikasi anak dengan orangtua dapat berjalan baik dan konflik anak dengan orangtua pun tidak terjadi.

I.4.3 Bagi Puskesmas

Penelitian ini sebagai pedoman pada pelayanan kesehatan seperti puskesmas, dalam pelaksanaan terhadap *sistem reproduksi* dan sebagai salah satu peningkatan asuhan keperawatan komunitas khususnya remaja dengan masalah pertumbuhan dan perkembangan semasa pubertas.

I.4.4 Bagi Intitusi Pendidikan

Hasil penelitian dapat di gunakan sebagai bahan pertimbangan atau masukan dalam merancang kurikulum yang berkaitan dengan persepsi tumbuh kembang pada remaja

I.4.5 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan referensi dan acuan untuk penelitian selanjutnya dalam meneliti bidang yang sama.

I.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini dilakukan di lingkungan sekolah SMP Negeri 2 Parung yang terdiri dari siswi kelas VII. Batasan penelitian ini hanya dalam korteks hubungan citra tubuh dengan konsep diri pada remaja putri yang mengalami pubertas di SMP Negeri 2 Parung