

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada era modern ini terutama tren gaya hidup di kalangan remaja mengenai perawatan tubuh, skincare, dan seputaran kesehatan menjadi perbincangan. *Body shaming* akhir-akhir ini sering sekali diperbincangkan baik di dunia nyata maupun media sosial, dengan maraknya kasus-kasus yang beredar seperti penghinaan dan ejekan ejekan yang terlontar. Namun disayangkan, perilaku-perilaku tersebut masih dianggap remeh dan disepelekan masyarakat. Pada kenyataannya perilaku *body shaming* bisa dikategorikan dalam kriteria *bullying* atau kekerasan verbal. Seperti yang diketahui dampak terburuk dari *bullying* dapat menimbulkan rasa depresi yang sangat berat bagi korban. Persepsi ini akan terus berkembang dikalangan masyarakat seiring dengan maraknya konfrontasi melalui berbagai media yang memperlihatkan wanita maupun pria dengan sosok dan bentuk tubuh idaman.

Menurut Papalia dan Old (Dalam Budiargo, 2015), masa remaja dimana adanya transisi atau perubahan dari anak-anak dan dewasa yang diawali pada usia 12 tahun dan akan berakhir pada usia 20-an tahun. Pada remaja itulah fenomena tentang seputar gaya hidup mudah dan cepat berkembang serta banyak diikuti oleh remaja perempuan. Usia remaja dimana merupakan masa transisi yang menjadikan remaja mudah mengikuti dan terbawa arus perubahan. Pada masa remaja terjadi proses perubahan yang cepat baik fisik ataupun psikologis.

Secara umum remaja berusaha dengan berbagai cara untuk memiliki penampilan yang menarik sehingga memperoleh kepuasan fisik. Kebanyakan remaja perempuan melakukan berbagai jenis olahraga seperti *jogging, fitness* untuk menjaga bentuk tubuhnya, melakukan diet dan menjaga porsi pola makannya. Tidak sedikit remaja sekarang melakukan cara yang instan seperti suntik pemutih ataupun obat-obatan herbal untuk mencapai berat badan yang ideal. Remaja ini menilai kepuasan jika mereka telah mendapatkan bentuk tubuh yang proporsional dan ideal meliputi warna, bentuk, dan ukuran tubuh.(Muhsin, 2015).

Bagi seorang perempuan tubuh menjadi bagian utama dan cerminan dari diri individu. Bagian tubuh selalu dilihat sehingga mudah untuk dinilai oleh diri kita sendiri(Muhsin, 2015). Penampilan bagi seorang wanita merupakan hal yang paling utama. Oleh sebab itu, sangat penting bagi dirinya sendiri untuk memperlihatkan fisik luar paling sempurna untuk menarik perhatian orang lain.

Kebanyakan masyarakat berfikir seorang perempuan sempurna itu merupakan perempuan yang berparas cantik, tubuh yang tinggi, pintar, dan tentunya bentuk tubuh yang ideal. Yang semestinya, dikatakan perempuan sempurna adalah bagaimana perempuan itu mempersepsikan dan memaknai dirinya sendiri dalam hal tersebut(Hasmawalati, 2017). Ketidakpuasan akan fisik seseorang kebanyakan khususnya wanita seringkali salah menilai. Masalah yang paling utama dan menjadi ketakutan adalah kegemukan atau tubuh yang terlihat lebih besar.

Sehingga tidak heran ketidakpuasan bentuk tubuh sering terjadi pada perempuan daripada laki-laki. Selain itu, Stice dan Shaw (Dalam Widiastati,2016) menyatakan bahwa saat perempuan melihat foto model bertubuh langsing menjadikannya stress,

depresi, merasa bersalah, malu dan semakin tidak terima dengan bentuk tubuhnya sendiri.

Sayang sekali dalam hal ini perilaku *body shaming* dianggap masih wajar. Dan masih banyak orang berpendapat *body shaming* atau mengomentari penampilan fisik dan tubuh seseorang dianggap hal yang biasa saja dan bahkan tidak sedikit orang berpikir itu adalah hal bercandaan tanpa harus di seriusi. Sedangkan mereka yang melakukannya bahkan tidak tahu apakah tindakannya itu dapat melukai atau bahkan mengganggu kondisi psikologisnya. yang sebenarnya, orang siapapun itu memiliki hak untuk kondisinya baik itu gemuk, kurus, hitam, putih ataupun yang lainnya.

Standart bentuk tubuh ideal yang diinginkan perempuan adalah keserasian atau seimbang antara BB dan TB. Gambaran tubuh ideal bagi perempuan dengan tubuh yang cenderung mengarah ke kurus berlekuk, segar, kuat. Sedangkan pada laki-laki yaitu berotot, ramping dan sehat (Widiastati, 2016).

Terdapat 966 kasus *body shaming* atau penghinaan fisik yang sudah ditangani oleh polisi dari seluruh Indonesia selama 2018. Sejumlah 347 kasus diantaranya sudah selesai. Baik dengan jalur hukum maupun jalur melalui pendekatan mediasi antar korban dan pelaku. Bahkan kondisi ini semakin mengkhawatirkan ketika mengetahui jika pelaku *body shaming* didominasi oleh para remaja.

Dalam penelitian lain yang melakukan penelitian tentang fenomena *Body Shame* pada mahasiswa oleh menyatakan bahwa munculnya *body shaming* sering kali berasal dari lingkungan sekitar. Awal mula terjadi *body shaming* pada partisipan diawali mendapatkan olokan ejekan terlebih dahulu oleh lingkungan sekitar. Dalam penelitian

yang dilakukan oleh (Fajariani, 2019) dengan judul “Memahami pengalaman *body shaming* pada remaja perempuan”.

Sejalan dengan pendapat Coopersmith dalam Rochmawati (2020) bahwa perempuan memiliki kecerdasan (EQ) dan harga diri yang lebih rendah dari pada pria, dikarenakan seorang perempuan lebih merasa kurang terus menerus dan kurangnya rasa percaya diri daripada laki-laki, sehingga perempuan lebih muda mengalami masalah sosial. Sebuah studi yang dilakukan oleh Jean M. Lamont (2015), telah menguji apakah *body shaming* itu dapat mempengaruhi kesehatan fisik yang tidak baik. Akibat dari terpengaruhnya sikap negatif terhadap proses tubuh akan mengurangi penilaian kesehatan dan pada akhirnya akan berakibat pada kesehatan fisik.

Dalam studi Sakinah dengan judul “Ini bukan lelucon :*Body shaming*, Citra tubuh dan cara mengatasinya” menyatakan terdapat juga beberapa orang sekitar yang mengetahui apa itu *body shaming* dan bagaimana cara mengatasinya.

Berdasarkan hasil Studi Pendahuluan yang telah dilakukan di SMA Negeri 1 X, 24 Agustus 2020 terdapat 8 dari 10 siswa perempuan pernah mengalami *body shaming* dan sebagian dari mereka memiliki ideal diri yang positif.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan studi pendahuluan peneliti ingin mengetahui “Bagaimanakah hubungan *body shaming* dengan ideal diri padaremaja perempuan di SMA Negeri 1 X”?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian meliputi :

1. Tujuan Umum

Menggambarkan hubungan antara *body shaming* dengan ideal diri pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 X.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi nama, umur di SMA Negeri 1 X.
- b. Mengidentifikasi *body shaming* yang dialami responden di SMA Negeri 1 X.
- c. Mengidentifikasi ideal diri yang dialami responden di SMA Negeri 1 X.
- d. Menganalisis adakah hubungan antara *body shaming* dengan ideal diri pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 X.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang di harapkan dari penelitian ini diantaranya :

1. Profesi keperawatan

Memberikan suatu kontribusi terhadap perkembangan ilmu keperawatan jiwa agar dapat bermanfaat dalam menunjang penelitian yang selanjutnya.

2. Institusi pendidikan

Diharapkan dapat menjadi referensi tambahan bagi pendidikan hubungan antara *body shaming* dengan ideal diri pada remaja.

3. Masyarakat

Dapat menjadi media pemberian informasi pada mahasiswa tentang *body Shaming* dan ideal diri di SMA Negeri 1 X.

