

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab ini akan dibahas latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, serta manfaat penelitian.

A. Latar Belakang Penelitian

Ketidakpuasan tubuh saat ini semakin meluas dan dianggap sebagai hal lazim yang dapat terjadi pada masyarakat. Ketidakpuasan tubuh dapat diartikan sebagai perasaan dan persepsi negatif yang dimiliki individu tentang tubuhnya dan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti bertambahnya berat badan, bentuk tubuh yang berubah, serta budaya memiliki tubuh ideal (Santhira Shagar et al., 2021). Permasalahan mengenai ketidakpuasan tubuh masih terjadi dikalangan mahasiswa (Vartanian & Dey, 2013). Mahasiswa yang baru memasuki masa kuliah memiliki rentang usia 18-25 tahun. Arnett (2013) menyatakan bahwa individu dengan rentang usia antara 18-25 tahun mengalami transisi dari masa remaja dan beranjak dewasa (selanjutnya disebut sebagai *emerging adulthood*). Masa-masa di universitas dapat menjadi perubahan gaya hidup yang dramatis dan mengakibatkan peningkatan ketidakpuasan tubuh (Rubinsky et al., 2018; Piko et al., 2022).

Mahasiswa identik dengan perubahan dalam konteks kognitif, emosional, penampilan, dan sosial. Beberapa perubahan karakteristik dari *emerging adulthood* berupa eksplorasi identitas, ketidakstabilan, harapan, dan peluang bagi diri sendiri (Lubalu et al., 2022). Mereka masih mudah dipengaruhi oleh keluarga, orang-orang di sekitarnya, dan lingkungan, faktor eksternal tersebut memegang peran penting dalam perkembangan dan prevalensi pada ketidakpuasan tubuh yang dimiliki oleh mahasiswa (Alharballeh & Dodeen, 2021). Ketika sudah terpengaruhi, mahasiswa dapat merasakan tekanan yang disebabkan oleh stereotip mengenai standar tubuh ideal. Jika individu memiliki kepuasan pada bentuk tubuhnya, individu akan menerima bagaimana bentuk tubuhnya bahkan jika tidak sesuai dengan standar kecantikan, percaya diri, merasa nyaman dengan tubuhnya, dan bahagia dengan bentuk tubuh yang dimiliki (Aimé et al., 2020). Namun, individu yang mengalami ketidakpuasan tubuh dapat menjadi rendah diri, mudah cemas, dan

melakukan diet ekstrim yang dapat memengaruhi kesehatan tubuh (Siswoaribowo et al., 2020). Ketidakpuasan tubuh juga dapat membuat mahasiswa memiliki gangguan makan seperti *anorexia* dan *bulimia* (Fitrianti et al., 2022). Terakhir, ketidakpuasan tubuh juga dikaitkan dengan peningkatan keinginan bunuh diri yang tinggi dan upaya bunuh diri pada wanita dewasa awal (Arshuha & Amalia, 2019). Ketidakpuasan tubuh yang dialami mahasiswa tidak berkaitan dengan bagaimana bentuk tubuh dan *Body Mass Index* (BMI) yang dimiliki mahasiswa.



Gambar 1. 1 Postingan dari Twitter

Setelah memerhatikan media sosial *Twitter* dari tanggal 16 Januari sampai 7 Februari 2023 ada lebih dari 100 tweet yang telah diakses, ketika memasukkan kata kunci tentang tidak puas terhadap bentuk tubuh dapat dilihat seperti pada gambar 1.1 sebagai contoh dan ditemukan banyak orang yang menjelekkan diri sendiri antara lain “orang yang gendut jelek adalah aku,” “jelek gendut item siapa? Aku.” “aku harus diet biar orang lain enggak malu jalan sama aku yang jelek dan gendut,” “bener-bener gak ada yang bisa dibanggain dari diri sendiri yang bodoh, jelek, gendut, dan kucel,” “lagi di fase *insecure* banget sama diri sendiri...ngerasa jelek banget, gendut, gak tinggi.. orang di sekitar jadi keganggu sama keberadaan aku,” “aku jadi kesel banget karena aku gendut banget jadinya selalu jelek difoto,” dan “udah jelek, gendut, enggak bisa apa-apa..najis banget aku.” Seperti itulah *emerging adulthood* memakai kata-kata negatif untuk menjelekkan dirinya sendiri. *Twitter* digunakan oleh peneliti untuk mengamati fenomena ini karena dilansir dari gadgetdiva.id (2022) 43% pengguna *Twitter* adalah mereka dengan rentang usia 18-25 tahun. Di mana *Twitter* adalah media sosial dengan 18,45 juta pengguna (dilansir dari dataindonesia.id).

Ketidakpuasan tubuh merupakan proses internal namun bisa dipengaruhi oleh faktor eksternal yang dapat berdampak pada bagaimana seseorang melihat dan merasa terkait penampilan mereka, contoh pengaruh dari eksternal adalah komentar dari orang tua (Paulina & Cahyanti, 2022). Komentar dari orang tua tentang bentuk tubuh dapat dianggap sebagai hal yang lazim. Komentar orang tua ini dapat berupa komentar mengenai berat badan, bentuk tubuh, ukuran tubuh, menggoda mengenai berat badan, dan mendorong mahasiswa untuk menurunkan berat badan (Puhl et al., 2022). Komentar orang tua juga dapat berupa membandingkan tubuh mahasiswa dengan orang lain (Longmire-Avital & Finkelstein, 2021).

Walker & McKinney (2019) mengatakan bahwa mahasiswa masih dipengaruhi oleh hubungan dengan orang tua mereka, dan dalam beberapa kasus (misalnya, bagi individu yang tinggal jauh dari rumah), mereka dapat terus bergantung secara emosional pada orang tua mereka. Dalam hal ini, meskipun orang tua dan anak sudah jarang bertemu ataupun tidak satu atap lagi, media digital dan media sosial dapat menjadi alat yang berguna bagi komunikasi orang tua dan mahasiswa. Puhl et al. (2022) menambahkan bahwa orang tua dan mahasiswa dapat merasakan perasaan emosional melalui pesan teks dan bahkan mereka dapat merasakan kedekatan relasional dalam hubungan ini.

Beberapa penelitian tentang ketidakpuasan tubuh banyak menggunakan sampel remaja hingga dewasa, studi ini umumnya menemukan bahwa ketidakpuasan tubuh meningkat pada awal masa remaja, kemudian tetap bertahan selama masa *emerging adulthood* (Gattario & Frisé, 2019). Dari berbagai faktor eksternal yang terkait dengan ketidakpuasan tubuh, orang tua adalah sumber pengaruh yang kuat (Abraczinskas et al., 2012; Lawrence et al., 2022). Selanjutnya, hasil penelitian dari Heiman dan Olenik-Shemesh (2019) menyatakan bahwa keluarga merupakan nilai dan norma yang paling kuat dan penting tentang tubuh dan penampilan anaknya. Diketahui bahwa anggota keluarga sering memberikan komentar mengenai penampilan tubuh dengan berbagai cara (Heiman & Olenik-Shemesh, 2019). Komentar orang tua terkait bentuk tubuh ini dapat anak persepsikan bahwa berat badan atau ukuran tubuh mereka saat ini tidak dapat diterima oleh orang tua sendiri (Rogers et al., 2019).

Hasil penelitian dari Lawrence et al (2022) menyatakan bahwa komentar orang tua tentang bentuk tubuh, dianggap mahasiswa Amerika Serikat sebagai komentar terburuk di hidupnya. Orang tua diketahui sering membahas penampilan fisik dan secara langsung menyatakan ketidaksukaan pada bentuk tubuh mahasiswa. Hasil penelitian Dahill et al. (2020) menambahkan bahwa komunikasi seperti ini dapat menimbulkan permasalahan yang kompleks dan memengaruhi kualitas hubungan dalam keluarga. Berdasarkan tinjauan dari penelitian sebelumnya, persepsi mengenai komentar orang tua memiliki hubungan dengan ketidakpuasan tubuh pada *emerging adulthood* di Italia (Biolcati et al., 2019).

Persepsi mahasiswa terhadap komentar orang tua tidak terlepas dari bagaimana hubungan yang terjalin dengan orang tuanya. Sikap orang tua terhadap mahasiswa memengaruhi mereka dalam melihat, menilai, dan kualitas hubungan. Ketika orang tua dapat memberikan kelekatan yang aman bagi mahasiswa, mahasiswa akan merasa dicintai dan dihargai (Wulandari & Astrella, 2020). Bagaimana orang tua memperlakukan mahasiswa berhubungan dengan bagaimana mereka menilai dirinya serta merasakan kepuasan atau ketidakpuasan pada diri sendiri (Uzochukwu et al., 2020).

Mahasiswa yang memiliki kelekatan yang baik dengan orang tua akan memiliki rasa percaya terhadap orang tua dan menjalin komunikasi yang baik dengan orang tua. Tetapi jika tidak memiliki kelekatan yang baik dengan orang tua, hal ini dapat ditandai dengan adanya perasaan marah atau pengabaian dari orang tua pada mahasiswa sehingga kurangnya kepercayaan serta jalinan komunikasi antara mahasiswa dengan orang tua (Sari et al., 2018). Ketika mahasiswa tidak memiliki kepercayaan kepada orang tuanya, mereka dapat merasa bahwa komentar yang disampaikan orang tua mengenai ukuran dan bentuk tubuhnya membuat mereka mengalami ketidakpuasan tubuh (Holsen et al, 2012).

Bagaimana interaksi antar orang tua dengan mahasiswa dapat berhubungan dengan sikap terhadap bentuk tubuh, diet, dan usaha untuk merubah bentuk tubuh. Hasil penelitian Holsen et al (2012) mengatakan bahwa kelekatan orang tua dan *emerging adulthood* di Norwegia juga terkait dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada *emerging adulthood*. Di mana, ketika hubungan mereka positif, maka tekanan

mengenai ketidakpuasan tubuh lebih rendah. Sedangkan, hubungan orang tua dan *emerging adulthood* yang cenderung negatif dapat membuat *emerging adulthood* merasakan tekanan lebih besar pada ketidakpuasan tubuhnya (Holsen et al, 2012).

Hasil penelitian Wulandari (2020) menyatakan bahwa sebesar 53% mahasiswi di Kota Bandung mengalami ketidakpuasan tubuh yang tinggi dan 47% mahasiswi di Kota Bandung mengalami ketidakpuasan tubuh yang rendah, masih sedikit informasi yang diperoleh mengenai ketidakpuasan tubuh mahasiswa pria di Kota Bandung sehingga belum dapat dipastikan persentasenya (Wulandari, 2020). Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui lebih lanjut mengenai pengaruh komentar orang tua tentang tubuh terhadap ketidakpuasan tubuh mahasiswa di Bandung dimoderasi oleh kelekatan orang tua. Komentar orang tua tentang tubuh dapat membuat individu memikirkan hal negatif pada diri sendiri dan mengarahkan pada ketidakpuasan tubuh. Pada penelitian Biolcati et al. (2019) disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk membahas bagaimana hubungan keluarga dengan individu yang dapat memengaruhi ketidakpuasan tubuh pada individu Chng & Fassnacht (2016) menyarankan penelitian selanjutnya untuk menambahkan bagaimana kelekatan yang terjalin antara individu dengan keluarganya.

Berdasarkan fenomena, faktor, dan penelitian-penelitian sebelumnya yang telah diuraikan, dibutuhkan penelitian lanjutan mengenai ketidakpuasan tubuh karena keterbatasan pada penelitian sebelumnya mengenai subjek penelitian laki-laki dan apakah hubungan keluarga dapat memengaruhi komentar orang tua terhadap ketidakpuasan tubuh. Penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui apakah subjek yang akan diteliti memiliki tingkat kepuasan tubuh yang tinggi atau tidak. Selain itu, bagaimana pengaruh kelekatan orang tua terhadap ketidakpuasan tubuh pada mahasiswa. Maka dari itu, penulis akan melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Komentar Orang Tua Tentang Bentuk Tubuh Terhadap Ketidakpuasan tubuh Mahasiswa Bandung Dimoderasi Kelekatan Orang Tua.”

B. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang penelitian, permasalahan di dalam penelitian ini diungkapkan dalam pertanyaan berikut: Apakah kelekatan orang tua memoderasi

pengaruh dari komentar orang tua tentang bentuk tubuh terhadap ketidakpuasan tubuh mahasiswa di Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh komentar orang tua tentang bentuk tubuh terhadap ketidakpuasan tubuh mahasiswa yang berdomisili di Bandung dengan dimoderasi oleh kelekatan orang tua.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat memperkaya kajian ilmu psikologi perkembangan dan pendidikan, khususnya yang berkaitan dengan komentar orang tua tentang bentuk tubuh dan kelekatan orang tua terhadap ketidakpuasan pada bentuk tubuh mahasiswa di Kota Bandung. Dari hasil penelitian diketahui bahwa kelekatan orang tua menjadi unsur penting yang memengaruhi ketidakpuasan tubuh anak dibandingkan komentar orang tua.

Hasil penelitian diharapkan bisa menjadi landasan untuk membuat psikoedukasi bagi orang tua. Psikoedukasi berkaitan dengan pentingnya menumbuhkan kelekatan orang tua pada anak, bagaimana hubungan yang seharusnya terjalin antara anak dan orang tua, serta pencegahan ketidakpuasan tubuh pada anak yang dapat dipengaruhi oleh hubungan dengan orang tua. Selain itu dapat menjadi landasan psikoedukasi bagi *emerging adulthood* mengenai ketidakpuasan tubuh.