

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab I ini berisikan paparan mengenai hal-hal yang mendasari dari penelitian ini, yaitu latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian

1.1 Latar Belakang

Standar kecantikan yang tidak dapat dicapai, hidup dalam budaya “*first impression*”, dan perasaan tidak puas yang mendalam dalam diri sendiri menyebabkan terjadinya ketidakpuasan tubuh (Brehm dalam Iswari & Hartini, 2005). Selain itu, tekanan dari orang-orang sekitar untuk menjadi kurus merupakan penyebab munculnya ketidakpuasan tubuh (Tylka & Sabik, 2010). Remaja merupakan saat dimana individu mengalami pertumbuhan, dan perkembangan dalam berbagai aspek, diantaranya aspek fisik, kognitif, dan sosioemosional (Santrock, 2011).

Pada remaja putri penampilan fisik dengan bentuk yang ideal dianggap sangat penting. Hal ini terjadi dikarenakan remaja putri lebih terpengaruh oleh bayangan tubuh ideal yang diajarkan oleh kebudayaan, atau lingkungan mereka (Nourmalita, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Sartika Budiarti pada tahun 2017 menunjukkan bahwa 382 dari 400 responden remaja putri di kota Bandung memiliki ketidakpuasan tubuh yang tinggi. Kesenjangan yang terjadi antar konsep tubuh ideal dengan kondisi tubuh sebenarnya yang dimiliki akan menyebabkan perasaan tidak puas terhadap tubuh (Husna, 2013).

Individu yang mengalami ketidakpuasan tubuh merasa tidak puas dengan bentuk, ukuran, proporsi, atau karakteristik fisik tertentu pada tubuhnya (Ferreira et al., 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Rahmania & Yuniar (2012) menunjukkan bahwa terdapat 40%-70% remaja putri merasa tidak puas terhadap dua, atau lebih bagian tubuhnya yang meliputi, pinggul, pantat, paha, dan perut. Beberapa Faktor yang mempengaruhi ketidakpuasan tubuh adalah media sosial, persepsi teman

sebaya, pengalaman diskriminasi, dan faktor internal seperti *self-esteem*, dan *neuroicisme* (Tylka et al., 2020).

Menurut Grogan (2008) Ketidakpuasan tubuh merupakan pikiran, dan perasaan negatif individu pada tubuhnya. Ketidakpuasan Tubuh merupakan persepsi negatif pada bentuk tubuh sendiri, dimana individu tersebut merasa bahwa orang lain lebih menarik, merasa bentuk tubuhnya adalah suatu kegagalan, tidak percaya diri, cemas terhadap tubuh, merasa tidak nyaman dengan bentuk tubuhnya, dan merasa malu (Sunartio et al., 2012). Dampak dari ketidakpuasan tubuh yang berkelanjutan dapat berupa penurunan kesehatan mental dan fisik, serta dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan makan dan obesitas (Haines et al., 2020).

Pada sebuah penelitian ditemukan bahwa perasaan tidak puas terhadap tubuh menjadi faktor internal yang mendorong terjadinya perilaku diet yang tidak sehat, hal ini terjadi karena persepsi ketidakpuasan diri pada tubuhnya (Abdurrahman, 2014). National Eating Disorder Association mengatakan bahwa ketidakpuasan tubuh menjadi penyebab kegagalan secara personal, merasa memalukan, cemas terhadap bentuk tubuh yang dimiliki, serta merasa tidak nyaman dengan tubuhnya.

Andi Mappiare (dalam Catur Baimi, 2013: 36) menyatakan bahwa remaja putri usia 12-21 tahun sangat mudah terpengaruh oleh trend yang selalu berkembang dan juga dipengaruhi oleh idolanya. Dibandingkan remaja laki-laki, remaja perempuan lebih kurang puas dengan keadaan tubuhnya (Brooks-Gun. dkk dalam Rahmania and Ika, 2012: 2), terlebih lagi remaja putri dengan citra tubuh yang negatif (Jones, 2004). Perhatian terhadap gambaran tubuh sangat kuat dialami oleh remaja yang berusia 12 hingga 18 tahun, baik itu remaja perempuan maupun remaja laki-laki (Santrock, 2011).

Muhith (2015) Menyatakan bahwa citra tubuh merupakan sikap, persepsi, keyakinan, dan pengetahuan individu secara sadar, ataupun tidak sadar pada tubuhnya, misalnya : ukuran, fungsi, struktur, keterbatasan, makna objek yang kontak secara terus menerus (makeup, pakaian, lensa kontak, kursi roda, anting) dari masa lalu ataupun masa sekarang. Citra tubuh ialah sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya berupa penilaian negatif, dan positif (Cash &

Shofi Choirun Nisa, 2024

***PENGARUH CITRA TUBUH DAN PERBANDINGAN PENAMPILAN FISIK
TERHADAP KETIDAKPUASAN TUBUH PADA REMAJA PUTRI DI KOTA
BANDUNG***

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Pruzinsky, 2002). Citra tubuh dibentuk oleh faktor internal, seperti pemikiran, dan perasaan individu terhadap tubuhnya, serta faktor eksternal, seperti media massa, budaya, dan lingkungan sosial (Grogan, 2016).

Citra tubuh mempengaruhi ketidakpuasan tubuh, dimana individu yang memiliki persepsi negatif tentang tubuhnya cenderung merasa tidak puas dengan tubuhnya. Perhatian yang berlebih terhadap citra tubuh secara negatif dapat mengakibatkan ketidakpuasan tubuh (Zainab, 2013). Penting untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi citra tubuh, dan ketidakpuasan tubuh untuk meningkatkan kesehatan, dan kesejahteraan individu secara keseluruhan (Haines et al., 2020). Hal ini dikarenakan citra tubuh, dan ketidakpuasan tubuh dapat mempengaruhi kesehatan mental, dan fisik individu secara keseluruhan (Tylka et al., 2020).

Menurut Santrock (2011:299) pada masa remaja terdapat dua transisi penting, yaitu masa kanak-kanak ke masa remaja dan dari masa remaja ke masa dewasa. Remaja merupakan masa pubertas dimana terjadinya perkembangan fisik yang cepat, hal ini menyebabkan remaja sangat memperhatikan tubuhnya, dan membangun citra tubuh mereka (Santrock, 2011). Pada masa remaja, mereka akan terobsesi dengan tubuhnya sendiri, serta mengembangkan gambaran dari bentuk tubuh yang remaja sukai (Allen dkk, Mueller dkk, dalam Santrock 2011: 305). Citra tubuh remaja terbentuk seiring dengan pertumbuhan fisik, dan kematangan mentalnya (Close & Giles, 2007).

Remaja sering mengalami kegusaran hati yang paling dalam hal ini disebabkan oleh perhatian yang besar pada diri, apalagi ketika terjadinya penyimpangan, untuk remaja yang mengalami masa pertumbuhan yang cacat dapat menghambat kepribadiannya hal ini menyebabkan dirinya merasa rendah diri, dan tidak percaya diri (Izzaty, 2008: 127). Dacey and Kenny (2004) menyatakan bahwa remaja dengan persepsi *negative* terhadap gambaran tubuhnya dapat mengakibatkan terhambatnya perkembangan kemampuan interpersonal, dan kemampuan membangun hubungan yang positif dengan teman sebayanya.

Individu yang memiliki citra tubuh dengan nilai tinggi dinilai memiliki citra

Shofi Choirun Nisa, 2024

**PENGARUH CITRA TUBUH DAN PERBANDINGAN PENAMPILAN FISIK
TERHADAP KETIDAKPUASAN TUBUH PADA REMAJA PUTRI DI KOTA
BANDUNG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

raga yang positif, hal ini dapat dilihat dari kepedulian diri sendiri (Melliana, 2006). Belgrave & Faye (2009) menyatakan bahwa citra tubuh yang positif dimiliki individu yang merasa puas terhadap penampilan fisiknya (*body satisfaction*), sedangkan individu yang tidak puas terhadap penampilannya (*body dissatisfaction*) memiliki citra tubuh yang negatif.

Perbandingan penampilan fisik dapat menyebabkan konsekuensi negatif pada citra tubuh individu (Fardouly & Vartanian, 2015). Pada studi pendahuluan yang dilakukan Brahmini pada tahun 2017 menunjukkan bahwa remaja perempuan cenderung membandingkan tubuh mereka dengan orang lain seperti artis, teman sebaya, bahkan orang lain yang tidak dikenal di Instagram. Schaefer and Thompson (2014) menyatakan kecenderungan seseorang membandingkan penampilan dirinya dengan penampilan orang lain, misalnya membandingkan seseorang yang lebih menarik, atau kurus disebut dengan *physical appearance comparison* dan membandingkan penampilan diri dengan seseorang yang lebih menarik dari dirinya disebut dengan *upward comparison*.

Pada penelitian ini perempuan lebih banyak membandingkan diri mereka dengan orang lain, dibandingkan laki-laki (Myres & Crowther, 2009). Pada perempuan, perbandingan penampilan fisik banyak dikaitkan dengan *self-esteem* yang rendah, dan depresi (Keery, van den Berg, & Thompson, 2004; Paxton, Neumark-Sztainer, Hannan, & Eisenberg, 2006; van den Berg et al., 2007), ketidakpuasan tubuh yang tinggi (Jones, 2004; Schutz, Paxton, & Wertheim, 2002), *social physique anxiety* (Dittmar & Howard, 2004; Etu & Gray, 2010), dan *eating behaviors* seperti diet (Humphreys & Paxton, 2004; Stice, 2002; van den Berg et al., 2007). Lalu ditemukan bahwa *physical appearance comparison* ini lebih memiliki dampak negatif terhadap citra tubuh perempuan daripada laki-laki (e.g., magazines, television; Tiggemann, 2003). Citra tubuh negatif dapat menyebabkan adanya suatu kebutuhan yang tidak terpenuhi untuk mencapai tubuh ideal. Menurut McKee et al (2016) menyatakan bahwa objek perbandingan pada perbandingan penampilan fisik sering menggunakan perbandingan yang ekstrim, seperti aktor, model, dan atlet yang sudah jelas berbeda dari dirinya.

Shofi Choirun Nisa, 2024

**PENGARUH CITRA TUBUH DAN PERBANDINGAN PENAMPILAN FISIK
TERHADAP KETIDAKPUASAN TUBUH PADA REMAJA PUTRI DI KOTA
BANDUNG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Kebutuhan yang tidak terpenuhi dapat menyebabkan ketidakpuasan terhadap tubuh (Thompson, 2000 dalam Denich and Ilyas, 2017). Permatasari, (2006) melakukan penelitian terhadap 86 mahasiswi yang berasal dari Universitas X, hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa perbandingan penampilan fisik berkorelasi dengan body dissatisfaction. Melihat hasil dari penelitian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa perbandingan penampilan fisik menjadi salah satu faktor yang memunculkan ketidakpuasan tubuh. Penelitian yang dilakukan oleh Khotamanisah pada tahun 2017 menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara persepsi citra tubuh ideal terhadap ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal. Maka dari itu peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian mengenai “ Pengaruh Citra Tubuh dan Perbandingan Penampilan Fisik Terhadap Ketidakpuasan Tubuh pada Remaja Putri di Kota Bandung “.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat pengaruh citra tubuh, dan perbandingan penampilan fisik terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di Kota Bandung ?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui bagaimana pengaruh citra tubuh, dan perbandingan penampilan fisik terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di Kota Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini dapat dilihat melalui salah satu atau beberapa aspek yang meliputi :

1.4.1 Manfaat dari segi teori

Memberikan wawasan untuk dunia pendidikan mengenai pengaruh citra tubuh, dan perbandingan penampilan fisik terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di Kota Bandung.

1.4.2 Manfaat dari segi praktik

1. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan, dan

Shofi Choirun Nisa, 2024

***PENGARUH CITRA TUBUH DAN PERBANDINGAN PENAMPILAN FISIK
TERHADAP KETIDAKPUASAN TUBUH PADA REMAJA PUTRI DI KOTA
BANDUNG***

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

informasi untuk remaja putri mengenai pengaruh citra tubuh, dan perbandingan penampilan fisik terhadap ketidakpuasan tubuh pada remaja putri di kota Bandung. Agar remaja putri mengetahui pentingnya perasaan puas terhadap tubuh yang dimiliki.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memberikan peningkatan pengetahuan, dan wawasan mengenai pengaruh citra tubuh, dan perbandingan penampilan fisik terhadap ketidakpuasan tubuh remaja putri di kota Bandung. Serta dapat dijadikan referensi oleh mahasiswa untuk pengembangan karya ilmiah