

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Era digital membuat remaja memungkinkan untuk mendapat kemudahan dalam memperoleh berbagai informasi baik itu yang sengaja dicari ataupun berupa iklan, tayangan dalam iklan juga bisa saja membawa dampak positif ataupun negatif, seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Setiawan (2017) yang menyebutkan era digital ini memiliki dampak positif jika digunakan dengan baik, namun disisi lain tidak dapat disangkal bahwa hal itu beriringan pula dengan adanya dampak negatif sehingga menjadikan tantangan baru tersendiri dalam kehidupan manusia. Remaja saat ini disebut sebagai *digital natives*, mereka terlahir dan dimanjakan dengan kemudahan akses internet dan media sosial lainnya. Helpser & Enyon (2009) menyebutkan yang dimaksud dengan digital natives adalah individu yang terlahir saat internet sudah lebih dulu ada dan menjadi bagian hidupnya. Supratman (2018) dalam penelitiannya menemukan hasil dimana pengguna internet di Indonesia setengahnya merupakan digital natives yang dalam kesehariannya menggunakan internet selama 79% waktunya dalam sehari.

Tantangan pada era digital telah pula masuk ke dalam berbagai bidang seperti politik, ekonomi, sosial budaya, pertahanan, keamanan, dan teknologi informasi itu sendiri. Beberapa iklan tersebut diantaranya menawarkan berbagai produk kecantikan yang dibintangi oleh model-model yang memiliki postur tubuh tinggi kurus, berkulit putih dan berparas cantik. Iklan-iklan tersebut mudah dan seringkali kita jumpai di berbagai media baik media sosial, media cetak dan media audio visual lainnya dan beranggapan bahwa itu yang dimaksud dengan bentuk tubuh ideal. Seperti dalam penelitian Aristantya & Helmi (2019) *instagram* merupakan media sosial populer di kalangan remaja dimanfaatkan untuk menjadi media iklan dan promosi sehingga muncul fenomena *selebgram*. Banyak *selebgram* yang menampilkan figure tubuh ideal yang langsing dan putih sehingga tercipta istilah “*body goals*” yang merujuk pada serangkaian usaha untuk membuat tubuh menjadi yang diinginkan. Fenomena

selebgram yang populer dengan tubuh langsing nan indah membuat pengguna Instagram, terutama perempuan mengalami ketidak-puasan terhadap tubuh mereka (*body dissatisfaction*), kecemasan terkait berat badan, dan gangguan makan

Dari pandangan diatas, nyatanya benar bahwa tantangan era digital telah masuk kedalam bidang sosial budaya. Sehingga banyak trend positif maupun negatif yang tercipta dan berpengaruh terhadap berbagai aspek perkembangan di kehidupan manusia khususnya pada remaja yang memang sedang dalam masa pencarian identitas diri dan senang mengeksplorasi sehingga intensitas penggunaan alat-alat digital pada remaja bisa dibbilang cukup sering dan sebagai contoh hal ini sejalan dengan yang dikatakan (Muflih dkk, 2017) bahwa penggunaan smartphone pada remaja tidak mengenal tempat setiap harinya baik itu di rumah, di sekolah bahkan pada saat bermain dengan teman-teman di sekitarnya, sebagian besar dari mereka menggunakan smaprtphone untuk mengakses media sosial maupun games. Beberapa media sosial yang menarik minat remaja diantaranya *facebook, twitter, path* dan *instagram* dan rata-rata menghabiskan waktu 2,5 jam untuk browsing internet dan bermain game online sedangkan untuk bermain media sosial bisa menghabiskan waktu 1,5-3 jam selama sehari. (Muflih dkk, 2017). Adapun yang disebut remaja adalah individu yang seang duduk dibangku seolah menengah (Hurlock, 1999),

Dampak dari perkembangan sosial budaya yang ada di era digital dengan adanya trend *beauty vlogger* di berbagai media sosial yang juga berpengaruh terhadap perkembangan *body image* pada remaja. Dikatakan oleh (Cash & Pruzinsky, 2002) *body image* dalam perkembangannya dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti hasil sosialisasi budaya, pengalaman pribadi, karakteristik fisik dan kepribadian. Sosialisasi kebudayaan di era digital ini pun semakin pesat karena adanya koneksi internet yang dapat mempermudah penyebaran informasi dengan sangat cepat. Lebih lanjut Cash & Purzinsky (2002) menyebutkan media masa, keluarga dan hubungan interpersonal merupakan faktor yang dapat mempengaruhi *body image* (Cash & Purzinsky, 2002). Denich & Ifdil (2015) juga mengatakan *body image* merupakan sesuatu yang sifatnya tidak statis tapi berubah-ubah. Konstruksi *body image* sendiri

dipengaruhi oleh persepsi, imajinasi, emosi, suasana hati, lingkungan dan pengalaman fisik.

Tayangan-tayangan iklan ini membuat remaja memiliki citra tubuh negatif ditengah masa pubertas yang mengharuskan mereka mengalami perubahan bentuk tubuh akibat pengaktifan hormone-hormon seksual yang dimiliki, sehingga kurang menghargai diri dengan tidak merasa puas terhadap perubahan bentuk fisik yang ada. Dikatakan juga oleh Denich dan Ifdil (2015) anggapan kondisi fisik yang tidak sama dengan ideal fisik pada individu sksn menyebabkan individu merasa memiliki kekurangan pada dirinya meskipun orang lain tidak menganggap demikian dan sudah dianggap menarik. Kondisi-kondisi tersebut dapat menyebabkan individu dengan mudah memiliki body image yang negatif, terlebih hal ini dirasakan pada sebagian wanita, mereka yang merasa memiliki kelebihan berat badan cenderung merasa tidak puas dengan kondisi fisiknya sehingga menginginkan berat badannya dapat berkurang. Kesenjangan yang terlalu jauh antara tubuh yang dipersepsi dengan gambaran idealnya akan menyebabkan penilaian yang negatif terhadap tubuhnya, hal tersebut yang membuat mereka memiliki kepercayaan diri yang rendah akibat dari penilaian yang negatif terhadap body image yang tidak sesuai dengan gambaran idealnya.

Hal ini dikuatkan juga oleh pendapat dari Guindon (2010) yang menyebutkan remaja memang menjadi fase paling banyak terjadi perubahan yang dramatis misalnya seperti yang diakibatkan dari perubahan fisik, emosional, kognitif dan perkembangan sosial. Sehingga perubahan-perubahan tersebut menyebabkan remaja mengalami perubahan pada perkembangan sosioemosinya (Santrock, 2012).

Perkembangan *body image* pada kehidupan individu memang fluktuatif, tidak selamanya positif dan tidak selamanya juga negatif karena dipengaruhi faktor-faktor yang telah disebutkan diatas, juga sejauh apa kesiapan individu menerima dirinya dan kapan merasa sesuai dengan citra tubuh ideal menurutnya. Namun karena berbagai perubahan fisik yang dialami pada masa remaja, disinilah body image individu rentan mendapat penilaian yang tidak baik sebagaimana disampaikan oleh Nurvita dan Handayani (2015) dalam penelitiannya remaja awal merupakan periode yang penting

dalam perkembangan body image remaja putri. Hal ini terkait dengan adanya peningkatan berat badan, body image negatif dan keinginan yang besar untuk memiliki tubuh yang ramping dan melakukan diet. (Cash & Pruzinsky, 2002). Selain itu Santrock (2003) mengungkapkan ketidakpuasan pada tubuh lebih banyak dirasakan oleh remaja putri akibat adanya penambahan masa lemak pada dirinya, sedangkan remaja putra cenderung merasa puas karena bertambahnya masa otot.

Hal-hal diatas juga dapat memicu penurunan harga diri yang diakibatkan oleh *body image* yang negatif, sesuai dengan yang dikatakan Damon dan Lerner (2006) yang menemukan hasil dalam penelitiannya harga diri dapat mengalami penurunan disebabkan oleh citra tubuh negative yang dimiliki saat masa pubertas. Tampilan fisik menjadi hal yang penting bagi remaja, dan persepsi remaja pada apa yang menjadi daya tariknya menjadi faktor yang dapat memberi pengaruh pada harga diri remaja (Zhafiran & Dnardinata, 2018). Hal ini juga sejalan dengan yang disampaikan Schwartz & Brownell (2004) mengemukakan bahwa ketika memasuki periode remaja awal, akan terjadi beberapa perubahan termasuk perubahan fisik, dan remaja putri menaruh atensi yang besar pada hal itu.

Self esteem menyangkut bagaimana individu menyikapi penilaian pada dirinya secara keseluruhan berupa pandangan positif ataupun negatif (Rosenberg, 1965). Selain itu, Sylvia (2015) juga mengatakan self-esteem adalah salah satu aspek pembangun perilaku yang berpengaruh pada cara piker, tingkatan emosi, pengambilan keputusan terhadap nilai yang dimiliki individu yang menjadikan individu dapat menikmati dan memberi makna pada kehidupannya. Siswa dengan self-esteem yang rendah akan berpengaruh pada proses pembelajarannya karena akan menyebabkan perasaan tidak berguna, tidak bernilai dan menyalahkan diri atas ketidaksempurnaannya sehingga pada akhirnya tidak percaya diri dalam menyelesaikan tugasnya dan tidak yakin pada ide-ide yang dimilikinya. Sedangkan siswa yang memiliki self-esteem yang tinggi akan dengan mudah menghargai dirinya dengan tidak cepat-cepat menyalahkan diri atas kekurangan dan ketidaksempurnaan yang dimiliki, selalu merasa puas ketika dihadapkan pada berbagai tantangan. (Sylvia, 2016).

Peneliti juga menemukan fenomena rendahnya *self-esteem* yang diakibatkan dari *body image* negatif disamping dari hasil penelitian-penelitian diatas ketika melakukan wawancara dengan beberapa siswi di SMAN 1 Majalaya. Hasil wawancara menunjukkan bahwa pada saat ini siswi-siswi masa SMA tersebut menaruh atensi yang cukup tinggi terhadap penampilan fisik mereka, seperti memakai pakaian yang memperlihatkan bentuk tubuh yang ideal juga gaya rambut agar terlihat cantik bagi remaja putri yang tidak memakai kerudung. Tidak sedikit juga siswa yang memakai riasan wajah seperti pemutih wajah dan liptint untuk mewarnai bibir mereka agar lebih terlihat menarik. Adanya trend *beauty vlogger* di era sekarang membuat remaja berlomba-lomba agar terlihat menarik bahkan dirasa ada yang kurang dan tidak percaya diri jika tidak sempat merias wajah sehingga berimbas pada penurunan *self-esteem* mereka. Penelitian ini bermaksud melihat adakah hubungan yang positif signifikan antara *body image* dengan *self-esteem* pada remaja masa kini mengingat paradigma terkait bentuk tubuh ideal (berparas cantik, berkulit mulus, bertubuh tinggi dan kurus) banyak dipromosikan di berbagai media sosial ataupun media lainnya.

1.2 Rumusan Masalah

Teknologi informasi dan komunikasi yang berkembang dengan pesat di era digital ini menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan citra tubuh pada remaja, berbagai jenis tawaran produk peninggi, pelangsing, bahkan obat-obatan untuk menambah berat badan menjamur di berbagai media dan ditayangkan oleh model-model yang rupawan, berkulit putih, tinggi dan kurus sehingga menimbulkan stigma “tubuh ideal”, ditunjang dengan kemudahan mendapatkan barang tersebut secara *online* membuat remaja dapat leluasa membelinya kapanpun dan dimanapun sehingga *self-esteem* remaja akan dengan mudah tergoyahkan dengan berbagai tantangan yang ada.

Oleh karena itu, rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah

- 1) Seperti apa profil *body image* siswi kelas XI SMAN 1 Majalaya?
- 2) Seperti apa profil *self-esteem* siswi kelas XI SMAN 1 Majalaya?

- 3) Apakah terdapat hubungan yang positif signifikan antara *body image* dengan *self-esteem*?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian sesuai dengan rumusan masalah yang diajukan diatas adalah sebagai berikut:

- 1) Mendeskripsikan profil *body image* siswi kelas XI SMAN 1 Majalaya
- 2) Mendeskripsikan profil *self-esteem* siswi kelas XI SMAN 1 Majalaya
- 3) Mendeskripsikan ada tidaknya hubungan yang positif signifikan antara *body image* dengan *self-esteem*

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini terbagi menjadi dua bagian yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis.

1.4.1 Manfaat teoritis

Manfaat teoritis yang terdapat pada penelitian ini adalah menambah wawasan terkait kajian dari hubungan *body image* dengan *self-esteem* terutama pada remaja putri di era digital ini

1.4.2 Manfaat praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah hasil yang diperoleh dapat dijadikan sebagai bahan awal rancangan program di sekolah dan mencari alternatif bantuan jika ditemukan siswa-siswi yang bermasalah dengan *body image* atau *self-esteem* yang rendah

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi yang dibuat oleh peneliti untuk menggambarkan penelitian ini dijelaskan sebagai berikut:

- 1) BAB I, didalamnya berisi latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian baik secara teoritis maupun secara praktis, dan struktur organisasi penelitian

- 2) BAB II, didalamnya berisi kajian pustaka. Meliputi kajian teori dari dua bahasan besar penelitian yakni mengenai *body image* dan *self-esteem* juga hubungan diantara keduanya
- 3) BAB III, didalamnya berisi metode penelitian. Bagian ini membahas mengenai desain penelitian yang dipakai untuk penelitian ini dan juga komponen metode penelitian yang dilakukan oleh peneliti, seperti teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, dan teknik analisis data.
- 4) BAB IV, didalamnya berisi analisis dan pembahasan. Pada bagian ini akan dibahas hasil temuan yang berdasar penyebaran instrumen dan dikaitkan dengan teori yang ada dan untuk menjawab hipotesis yang dibuat.
- 5) BAB V, didalamnya berisi kesimpulan dan rekomendasi. Pada bagian ini akan dijawab dan dilihat kesesuaian dari rumusan masalah dan hipotesis yang sudah dibuat, serta menguraikan rekomendasi untuk penelitian selanjutnya.