

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Media massa adalah sumber informasi yang sulit untuk dilepaskan dalam keseharian individu. Douglas Kellner (1995) mengemukakan bahwa media massa memang tidak hanya memiliki dampak langsung terhadap individu, tetapi juga mempengaruhi kebudayaan dan pengetahuan kolektif serta nilai-nilai di dalam masyarakat (Kellner,1995). Media massa menghadirkan perangkat citra, gagasan dan evaluasi yang ditampilkan melalui tampilan baik visual maupun audio visual yang menjadi sumber bagi masyarakat untuk memilih dan menjadikannya acuan dalam membentuk identitas diri (Kellner,1995).

Fouts dan Burgaff dalam Tiggemann (2006) memaparkan bahwa salah satu efek dari transmisi yang diberikan media adalah munculnya konsep cantik ideal bagi para wanita. Tayangan televisi dan majalah sering menggunakan wanita sebagai ikon yang akhirnya menjadi *role model* bagi setiap remaja putri di rumah (Tiggemann,2006). Tiggemann (2006) pun menjelaskan bahwa ikon yang ditampilkan melalui media tersebut memberikan definisi cantik yang memiliki kriteria bertubuh tinggi, berkulit putih, berambut panjang, dan bertubuh langsing. Bahkan terkadang langsing di sini menunjukkan tubuh yang benar-benar kurus (Tiggemann,2006). Field *et al* dalam Dohnt dan Tiggemann (2006) menjelaskan

media pun menyediakan informasi bagaimana cara untuk mencapai keadaan kurus tersebut (Tiggemann, 2006).

Tiggemann dalam Cash & Pruzinsky (2002) memaparkan bahwa media menayangkan gambaran mengenai figur perempuan kurus yang mempengaruhi *body image* perempuan lain pada umumnya (Cash & Pruzinsky, 2002). Tayangan yang berulang mengenai figur tersebut menghasilkan tiga proses pada wanita yaitu komparasi sosial, internalisasi dari kurus ideal, dan penekanan mengenai penampilan pada evaluasi diri (Cash & Pruzinsky, 2002). Tayangan yang berulang selanjutnya akan disebut sebagai *Exposure*. Tiggemann menambahkan dalam Cash & Pruzinsky (2002) ketika perempuan membandingkan dirinya dengan gambar yang tersaji dalam media, mereka hampir tidak menemukan apa yang mereka inginkan. Ketika terjadi *exposure* mengenai gambar seperti itu di media, maka akan mengarahkan perempuan untuk menginternalisasi kurus ideal, sampai pada akhirnya hal tersebut diterima oleh mereka dan dijadikan sebagai poin untuk menilai diri mereka sendiri (Cash & Pruzinsky, 2002).

Masih dalam Cash & Pruzinsky (2002), Tiggemann menjelaskan bahwa terdapat distorsi perseptual di mana perempuan melihat diri mereka sendiri sebagai orang yang gemuk meskipun kenyataannya tidak seperti itu (Cash & Pruzinsky, 2002). Distorsi perseptual terjadi dalam tiga domain yaitu afektif, kognitif, dan perilaku terhadap *body image* (Cash & Pruzinsky, 2002). Pada domain afektif, kegagalan untuk mendapat ukuran dan berat sesuai tujuan yang tidak realistis akan mengarahkan pada ketidakpuasan tubuh dan *mood* yang negatif

(Cash & Pruzinsky, 2002). Pada domain kognitif, penekanan mengenai penampilan sebagai kriteria yang sentral pada hasil evaluasi diri (Cash & Pruzinsky, 2002). Pada domain perilaku, perempuan melakukan diet atau cara lain untuk menurunkan berat badan agar mencapai konsep kurus ideal (Cash & Pruzinsky, 2002).

Gardiner dan Slater dalam Tiggemann (2006) mengemukakan bahwa perempuan atau gadis remaja mengindikasikan dengan jelas bahwa media memegang tanggung jawab pada perasaan negatif mereka terhadap tubuh mereka sendiri (Tiggemann, 2006). Jones, Vigfusdottir & Lee dalam Tiggemann (2006) menjelaskan majalah *fashion* dan konsumsi televisi ditemukan berkorelasi dengan ketidakpuasan tubuh, persepsi mengenai berat badan yang berlebih, dan munculnya gangguan makan (Tiggemann, 2006).

Levine dan Smolak dalam Cash & Pruzinsky (2002) pun menjelaskan bahwa pada awal masa remaja, para remaja putri yang mempertimbangkan artikel majalah dan iklan sebagai sumber yang penting dari informasi untuk mendefinisikan dan mendapatkan tubuh yang sempurna akan lebih mudah untuk merasa tidak puas terhadap tubuhnya (Cash & Pruzinsky, 2002). Banyak remaja putri membandingkan dirinya sendiri dengan wanita yang bertubuh kurus di majalah dan televisi. Komparasi dengan model yang memiliki tubuh lebih kurus membuat mereka merasa memiliki berat dan bentuk tubuh yang lebih buruk, terutama jika mereka sudah memiliki *body image* yang negatif (Cash & Pruzinsky, 2002).

Studi-studi yang dilakukan Levine dan Smolak dalam Cash & Pruzinsky (2002) mengenai remaja putri menemukan bahwa jenis tayangan yang ditonton oleh

remaja memiliki korelasi yang lebih erat dengan berat badan dan penampilan dibandingkan dengan lamanya menonton televisi itu sendiri (Cash & Pruzinsky, 2002). Jenis tayangan seperti video musik yang memiliki pengaruh lebih kuat terhadap remaja dalam memperhatikan berat badan dan penampilan (Cash & Pruzinsky, 2002).

Cash & Pruzinsky dalam Nahidah (2008) menyatakan bahwa wanita pada semua umur memiliki ketidakpuasan yang lebih besar terhadap tubuhnya dibandingkan pria, mereka lebih memperhatikan berat badan dan penampilan dirinya. Lebih jauh lagi, wanita memiliki perasaan ketidaksesuaian yang besar antara tubuh ideal dengan tubuh mereka yang sebenarnya dan mereka cenderung menerima diri mereka lebih besar atau lebih berat dari diri mereka yang sebenarnya (Nahidah, 2008). Menurut survei yang dilakukan majalah Cleo pada perempuan yang berusia 20-35 tahun, jumlah perempuan di Indonesia yang merasa tidak puas akan tubuhnya sendiri sebanyak 50 %, merasa terlalu gemuk 8 %, dan merasa terlalu kurus 5 % (Cleo, 2009).

Menurut Deborah Stewart dalam Parents Guide (2005), perkembangan fisik pada tahap perkembangan remaja memang ditandai oleh ketidakpastian tampilan fisik. Ini membuat remaja seusia ini sering membanding-bandingkan tubuhnya dengan tubuh teman-temannya dan hal ini kerap memicu munculnya masalah mengenai *body image* pada remaja (Parents Guide, 2005). Levine dan Smolak dalam Cash & Pruzinsky (2002) menyatakan bahwa *body image* adalah aspek yang paling

penting dari perkembangan psikologis dan interpersonal pada remaja, terutama remaja putri (Cash & Pruzinsky, 2002).

Hurlock (1980) menuturkan bahwa timbul rasa prihatin pada remaja karena adanya kesadaran bahwa daya tarik fisik berperan penting dalam hubungan sosial. Hurlock (1980) pun menambahkan bahwa para remaja menyadari dalam suatu hubungan sosial, mereka yang menarik secara fisik akan diperlakukan lebih baik (Hurlock, 1980).

Fuhrman (1990) memaparkan bahwa kebanyakan remaja putri ingin menjadi kurus agar tercapainya konformitas dan media yang menyajikan *stereotype* ideal dari wanita sukses berdasarkan dari penampilan fisiknya (Fuhrmann, 1990). Mereka akan merasa keluar dari lingkungan sekitar jika mereka tidak mengikuti standar dari kemenarikan fisik yang telah ditampilkan oleh teman dan media (Furhmann, 1990). Hal ini disebabkan, remaja tidak lagi mengantungkan segala sesuatunya pada keluarga melainkan teman-teman sebaya (Fuhrmann, 1990).

Selain agar tetap berada dalam kelompok teman sebaya yang diinginkan, remaja putri pun ingin dapat menjalin hubungan dengan lawan jenis. Sullivan dalam Steinberg (1992) mengemukakan bahwa pada masa remaja yaitu 12 hingga 18 tahun timbul kebutuhan akan keintiman pada lawan jenis dan kebutuhan akan kontak secara seksual (Steinberg, 1992). Beberapa penelitian yang lalu melaporkan bahwa remaja putri menganggap mereka yang bertubuh kurus akan lebih sukses dalam menjalin kencan dengan remaja putra (Paxton *et al* , 2005).

Damhorst *et al* dalam Paxton *et al* (2005) menjelaskan bahwa remaja putri memiliki kepercayaan untuk bisa populer di kalangan remaja putra mereka harus memiliki tubuh yang kurus untuk menarik perhatian (Paxton *et al* , 2005). Salah satu kelompok remaja yang memiliki perhatian tinggi untuk menjadi kurus adalah remaja yang merupakan anggota *cheerleaders* (Steinberg,1992).

Thompson dan Digsby (2004) mengemukakan bahwa *cheerleaders* biasanya mengenakan seragam yang mungkin meningkatkan kesadaran tubuh dan hasrat untuk menjadi kurus. Sejauh ini, ekstrakurikuler *cheerleading* memiliki standar berat badan untuk menjadi *cheerleaders*. Setiap *squad cheerleading* sangatlah kompetitif dan memiliki nilai tinggi yang serupa dalam hal yang berkaitan dengan olah tubuh seperti senam lantai. Menurut Thompson dan Digsby (2004) biasanya perempuan yang berpartisipasi dalam olah raga ini mungkin secara signifikan memiliki resiko untuk mengembangkan gangguan makan. Sebagaimana disinyalir oleh Thompson dan Digsby (2004) *cheerleaders* memiliki ketidakpuasan tubuh yang besar dan insidensi yang tinggi terhadap gangguan makan (Thompson & Digsby, 2004).

Penelitian ini bertempat di SMA Negeri 5 Kota Bandung disebabkan oleh ekstra kurikuler *cheerleading* SMA Negeri 5 aktif memenangkan berbagai kejuaraan, tak hanya tingkat lokal namun hingga tingkat nasional. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan salah satu anggota *cheerleaders* SMA Negeri 5 kota Bandung, peneliti menemukan fakta bahwa para *cheerleaders* yang bersangkutan memiliki tubuh ideal namun masih memiliki ketidakpuasan tubuh

(Kusumawardhani, 2009). Mereka berupaya untuk tetap menjaga berat badannya selalu ideal agar dapat menampilkan performa yang prima (Kusumawardhani, 2009).

Berdasarkan apa yang telah dipaparkan dalam latar belakang di atas disertai dengan kenyataan di lapangan, peneliti ingin melakukan penelitian yang lebih mendalam. Minimnya penelitian serupa di Indonesia memperkuat peneliti untuk melakukan penelitian ini dan bermaksud untuk meneliti hubungan antara *media exposure* mengenai konsep tubuh wanita ideal dan ketidakpuasan tubuh di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan hal-hal yang dibahas sebelumnya, maka hal yang menjadi rumusan dalam penelitian ini adalah :

- a. Bagaimana tingkat *media exposure* mengenai konsep tubuh wanita ideal di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung ?
- b. Bagaimana tingkat ketidakpuasan tubuh di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung?
- c. Berapakah besar indeks korelasi *media exposure* mengenai konsep tubuh wanita ideal dan ketidakpuasan tubuh di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung ?

- d. Apakah *media exposure* memiliki korelasi yang signifikan dengan ketidakpuasan tubuh di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung ?

### C . Maksud dan Tujuan Penelitian

Adapun maksud dan tujuan dari penelitian ini adalah :

- a. Untuk mengetahui bagaimana tingkat *media exposure* mengenai konsep tubuh wanita ideal di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung.
- b. Untuk mengetahui bagaimana tingkat ketidakpuasan tubuh di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung.
- c. Untuk mengetahui berapa besar indeks korelasi *media exposure* mengenai konsep tubuh wanita ideal dan ketidakpuasan tubuh di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung.
- d. Untuk mengetahui korelasi yang signifikan antara *media exposure* mengenai tubuh wanita ideal dan ketidakpuasan tubuh di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung.



#### D. Kegunaan Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat ;

a. Kegunaan ilmiah yaitu, sebagai berikut:

- a) Memberikan informasi dan pengetahuan tentang *media exposure* mengenai konsep tubuh wanita ideal dan ketidakpuasan tubuh di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung.
- b) Sebagai bahan masukan empiris dan untuk menambah referensi dan literatur dalam bidang ilmu pengetahuan, khususnya dalam kajian psikologi klinis di Indonesia yang menyangkut ketidakpuasan tubuh.

b. Kegunaan praktis yaitu, sebagai berikut:

- a) Bagi Sekolah, penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai bahan masukan atau informasi dalam membawahi ekstra kurikuler *cheerleaders*. Sehingga dengan informasi tersebut dapat dilakukan evaluasi tentang kebijakan yang berhubungan dengan siswi-siswi terkait.
- b) Bagi *cheerleaders*, keluarga, dan teman sebayanya, untuk menambah informasi tentang ketidakpuasan tubuh. Sehingga dapat membantu dan memberikan dukungan pada *cheerleaders* yang mengalami ketidakpuasan pada tubuhnya.
- c) Bagi masyarakat, untuk menambah wawasan mengenai permasalahan kesehatan khususnya yang berkaitan dengan ketidakpuasan tubuh yang didasari oleh media baik televisi maupun majalah yang di

konsumsi oleh remaja putri. Selain itu juga sebagai bahan kajian bagi peneliti lain yang ingin memperdalam masalah sejenis.

### **E. Asumsi**

Penulis merumuskan beberapa asumsi sebagai berikut:

- a) *Media exposure* mengenai konsep tubuh wanita ideal yang terdapat di televisi dan majalah banyak dikonsumsi oleh *cheerleaders*. Hal ini akan memicu *cheerleaders* untuk merasa tidak puas akan tubuhnya sendiri.
- b) *Cheerleaders* memiliki rasa ketidakpuasan pada tubuhnya sendiri. Karena *cheerleaders* termasuk kelompok remaja yang memiliki perhatian tinggi untuk menjadi kurus. Hal ini disebabkan seragam yang dikenakan oleh mereka meningkatkan kesadaran tubuh dan hasrat untuk menjadi kurus.
- c) Terdapat hubungan yang erat antara media *exposure* mengenai konsep tubuh wanita ideal dan rasa ketidakpuasan tubuh yang dirasakan oleh *cheerleaders*.

### **F. Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan asumsi yang dikemukakan diatas, maka penulis mengajukan hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut :

“Terdapat korelasi yang signifikan antara media *exposure* dan ketidakpuasan tubuh di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung.”

Hipotesis penelitian di atas kemudian diformulasikan dalam bentuk hipotesis statistik sebagai berikut :

$H_0$  : Tidak ada korelasi yang signifikan antara media *exposure* dan ketidakpuasan tubuh di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung.

( $H_0: \rho = 0$ )

$H_a$  : Terdapat korelasi yang signifikan antara media *exposure* dan ketidakpuasan tubuh di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung.

( $H_a: \rho \neq 0$ )

Hipotesis penelitian ini akan diuji pada  $\alpha = 0,05$

## G. Metode Penelitian

### a. Desain Penelitian

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai, penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional untuk memperoleh data empiris mengenai media *exposure* mengenai konsep tubuh wanita ideal dan ketidakpuasan tubuh pada *cheerleaders* di SMA Negeri 5 Kota Bandung.

### b. Subjek Penelitian

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Subjek pada penelitian adalah anggota *cheerleaders* yang berjumlah 38 orang di SMA Negeri 5 Kota Bandung.

c. Tempat Penelitian

Tempat penelitian dilakukan di SMA Negeri 5 Kota Bandung. Peneliti memilih SMA Negeri 5 Kota Bandung disebabkan adanya ekstrakurikuler *cheerleading* yang aktif memenangkan berbagai kejuaraan.

