

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Erikson (Santrock, JW, 2007:190) berpendapat bahwa masa remaja adalah masa dimana terjadi kebingungan identitas (*identity versus identity confusion*). Dimana pada masa ini, remaja diharuskan untuk memutuskan siapakah mereka itu, apa yang menjadi keunikannya, dan apa yang menjadi tujuan hidupnya.

Rosenblum & Lewis (Santrock, JW, 2007:201) berpendapat bahwa usia remaja merupakan usia dimana terjadinya fluktuasi emosi (naik turun). Fluktuasi emosi berkaitan dengan variabilitas hormon dimasa remaja. Ketika memasuki masa remaja, suasana hati menjadi kurang ekstrem (teguh) dan berkurangnya fluktuasi emosional ini mungkin berkaitan dengan adaptasi terhadap kadar hormon seiring dengan berjalannya waktu.

Hurlock (1980:208) mengatakan bahwa masa remaja merupakan masa yang sangat penting dalam rentang kehidupan manusia, karena merupakan masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa dengan periode yang singkat. Hurlock juga mengatakan bahwa masa remaja merupakan periode mencari identitas, dimana identitas yang dicari berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya dan apa pengaruhnya pada masyarakat.

Berdasarkan pengertian tersebut, dapat kita simpulkan bahwa masa remaja merupakan masa pencarian jati diri untuk memasuki usia dewasa dalam fluktuasi emosi dengan periode yang singkat.

Fluktuasi emosi remaja yang diiringi oleh kemajuan teknologi saat ini sangat mempengaruhi perspektif serta pandangan remaja terhadap sesuatu termasuk standarisasi penampilan atau tubuh yang ideal, baik bagi laki-laki maupun bagi perempuan. Menurut Strandbu dan Kvalen (Sakinah, 2018) mengatakan bahwa tubuh ideal pada wanita digambarkan dengan tubuh yang cenderung kurus, berlekuk, kuat dan sehat sedangkan tubuh ideal laki-laki adalah yang ramping, berotot dan sehat. Standarisasi inilah yang memicu remaja terjadinya kasus *bullying*, seperti terlalu pendek, terlalu gemuk, terlalu kurus, hidung pesek, mata jengkol, dan masih banyak lagi ejekan yang diarahkan pada orang-orang yang dianggap tidak memenuhi standarisasi penampilan atau tubuh yang ideal tersebut. Kasus *bullying* yang mengarah pada bentuk tubuh, wajah dan penampilan seseorang ini disebut dengan *body shaming*.

Body Shaming adalah perbuatan mengkritik atau perbuatan mencela bentuk, ukuran dan penampilan fisik seseorang (Chaplin, 2005). Fauzia (2019) dalam jurnalnya mencatat bahwa sepanjang tahun 2018 tercatat 966 kasus penghinaan fisik atau *body shaming* yang ditangani polisi. Fauzi juga menyertakan data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), sejak tahun 2011 hingga 2016 ditemukan sekitar 253 kasus *bullying*, terdiri dari 122 anak yang menjadi korban dan 131 anak menjadi pelaku.

Hingga Juni 2017, Kementerian Sosial menerima laporan sebanyak 967 kasus; 117 kasus diantaranya adalah kasus *bullying*. Kondisi ini bahkan semakin mengkhawatirkan saat mengetahui jika korban *bullying*, baik fisik maupun verbal didominasi oleh remaja. Sakinah (2018) dalam jurnalnya mengatakan korban dari *body shaming* ini akan merasa tersinggung, sakit hati serta menurunkan kesehatan

mentalnya. Bahkan Glitz (Hayuputri.2018) mengungkapkan akibat dari perilaku *body shaming* ini membuat seorang perempuan berusia 17 tahun tewas gantung diri karena tidak sanggup menerima ejekan dari rekan-rekan sekolahnya, dimana selama hidupnya ia selalu mendapat komentar negatif akan paras wajah dan bentuk tubuhnya yang gemuk, ia mengalami depresi kemudian memilih untuk mengakhiri hidupnya sendiri. Lebih lanjut dijelaskan bahwa para pelaku *body shaming* ini biasanya jarang menyadari bahwa tindakannya itu salah dan bisa menyakiti orang lain, karena mereka menganggap perkataan mereka hanya sebatas candaan belaka.

Fokus penelitian ini adalah korban dari *body shaming* tersebut. Adanya kasus *body shaming* membuat korban mengalami *body shame*. *Body shame* adalah perasaan malu yang muncul akan suatu bagian tubuh individu ketika penilaian orang lain dan penilaian diri sendiri tidak sesuai dengan diri ideal yang diharapkan individu. *Body shame* ini menimbulkan kecemasan terhadap individu tentang penampilannya. Bagaimanapun, *body shaming* merupakan perbuatan yang tidak baik dan jika terjadi secara terus-menerus, maka korban merasa tidak puas dengan tubuh atau penampilan fisiknya dan akan semakin banyak memakan korban jiwa. Hurlock (Hurlock, E.B. 1980:211) mengatakan bahwa kegagalan remaja untuk merasa puas dengan penampilan fisiknya menyebabkan kurangnya konsep diri dan harga diri (*self-esteem*) selama masa remaja.

Self-esteem (harga diri) merupakan salah satu aspek penting yang harus diperhatikan dalam perkembangan seorang remaja. Sejalan dengan pendapat Abraham Maslow (dalam Pervin 2010:218) bahwa individu tidak dapat bertahan hidup sebagai organisme biologis jika kebutuhan seperti lapar, tidur, dan haus

tidak terpenuhi, begitu juga dengan individu tidak dapat berkembang sebagai organisme psikologis tanpa adanya pemuasan kebutuhan lainnya seperti harga diri, kasih sayang, dan rasa memiliki. Kebutuhan akan harga diri merupakan kebutuhan seseorang untuk merasakan bahwa dirinya adalah seseorang yang patut untuk dihormati dan dihargai sebagai manusia yang baik. Tentunya setiap individu yang normal berharap dapat dihormati, dipercaya, dan dihargai sebagai manusia.

Berdasarkan teori kebutuhan Abraham Maslow (dalam Pervin 2010: 218), *self-esteem* menempati posisi keempat dalam hirarki kebutuhan bagi setiap individu sebelum aktualisasi diri. Maslow membagikan kebutuhan *self-esteem* ke dalam dua bagian yaitu penghargaan diri sendiri dan penghargaan dari orang lain. Penghargaan diri sendiri terdiri atas hasrat untuk memperoleh kompetensi, kepercayaan diri, kekuatan pribadi, kemandirian dan kebebasan. Penghargaan dari orang lain terdiri atas kebutuhan untuk dihormati, dipercayai dan dihargai oleh orang lain. Apabila kebutuhan ini terpenuhi maka individu akan memiliki pemahaman yang positif tentang dirinya. Harga diri yang tinggi tentunya akan diaktualisasikan dalam bentuk emosi dan perilaku yang positif. Namun, apabila kebutuhan ini tidak terpenuhi, maka korban akan mengaktualisasikan dirinya dengan negatif. Maka harga diri yang tinggi sangat perlu dibangun dan dimiliki setiap remaja agar tidak terjadi aktualisasi yang tidak diinginkan dimasa dewasa.

Berdasarkan hasil observasi langsung di SMP Negeri 2 Datuk Lima Puluh, diketahui bahwa terdapat permasalahan tentang *body shaming* yang terjadi disekolah. Objek yang menjadi korban *body shaming* sering dijadikan menjadi objek bercanda dan akhirnya ditertawakan oleh teman-temannya. Hal ini membuat

kebutuhan psikologis korban yakni penghargaan dari orang lain yang terdiri atas kebutuhan untuk dihormati, dipercayai dan dihargai oleh orang lain tidak terpenuhi.

Berdasarkan latar belakang yang sudah disampaikan dan juga didukung observasi langsung, maka peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana pengaruh *body shaming* terhadap *self-esteem* siswa, khususnya siswa di SMP Negeri 2 Datuk Lima Puluh. Maka judul penelitian ini adalah **Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self-Esteem* Siswa Di SMP Negeri 2 Datuk Lima Puluh Tahun Ajaran 2020/2021.**

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan data diatas, maka masalah yang ditemukan adalah :

- a. Banyaknya kasus *bullying* berupa *body shaming*
- b. Sebagian besar korban *body shaming* adalah remaja
- c. *Body shaming* menyebabkan korban merasa tersinggung, sakit hati bahkan mengganggu kesehatan mental korban serta berpotensi untuk menurunkan tingkat harga diri korban
- d. Korban *body shaming* memiliki kecemasan berlebihan akan bentuk tubuh, wajah dan seluruh penampilannya

1.3. Batasan Masalah

Agar lebih mudah dalam memahami proposal penelitian ini, penulis membatasi penelitian pada “Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self-Esteem* Siswa korban *body shaming* di SMP Negeri 2 Datuk Lima Puluh”

1.4. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : Apakah ada Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self-Esteem* Siswa di SMP Negeri 2 Datuk Lima Puluh Tahun Ajaran 2020/2021?

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penelitian diatas, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh *Body Shaming* Terhadap *Self-Esteem* Siswa di SMP Negeri 2 Datuk Lima Puluh Tahun Ajaran 2020/2021.

1.6. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini terdiri dari manfaat konseptual dan manfaat praktis.

1. Manfaat Konseptual

Melalui penulisan karya ilmiah ini, diharapkan tulisan ini bisa menjadi bahan masukan dan sumber referensi pengayaan ilmu pengetahuan.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

- a. Bagi penulis dan peneliti selanjutnya penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan penulis serta sebagai bahan rujukan atau kajian lebih lanjut bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian yang lebih luas dan mendalam bagi mahasiswa sebagai calon pendidik tentang hal-hal yang berkaitan tentang *body shaming* dengan harga diri.

- b. Bagi guru BK penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan evaluasi dan masukan terkait dampak *body shaming*, sehingga dapat memberikan layanan yang tepat untuk mencegah *body shaming* ini dan memberikan layanan yang tepat juga untuk korban *body shaming*
- c. Bagi guru bidang studi penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran sehingga guru dapat memberikan pemahaman kepada peserta didik tentang dampak *body shaming*.
- d. Bagi orang tua penelitian ini diharapkan menambah wawasan bagi orang tua dalam hal membantu anak untuk memiliki perilaku yang baik dengan tidak melakukan pelecehan atau tindak kekerasan terhadap bentuk tubuh orang lain.
- e. Bagi sekolah penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman bagi sekolah untuk memperbaiki permasalahan harga diri rendah yang dihadapi oleh remaja korban *body shaming*.
- f. Bagi siswa penelitian ini diharapkan dapat dijadikan masukan untuk memperbaiki perilaku siswa yang suka melakukan melecehkan citra tubuh individu dan membantu korban untuk memperbaiki pemahamannya tentang harga dirinya.