

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Tahapan perkembangan setiap manusia diawali dari masa kanak-kanak, masa remaja, dan masa dewasa. Proses menuju kedewasaan akan melewati tahap masa remaja. Masa remaja membuktikan dengan tegas sifat perubahan atau peralihan karena pada masa remaja belum memperoleh status dewasa tetapi juga sudah tidak lagi menyandang status anak. Garis pemisah antara awal dan akhir masa remaja berada di sekitar usia tujuh belas tahun; usia dimana rata-rata setiap remaja memasuki sekolah menengah tingkat atas. (Hurlock, 1980, h. 206).

Masa remaja sebagai fase yang esensial karena pada fase inilah perubahan fisik maupun psikologis berlangsung. Perkembangan fisik yang laju dan fundamental disertai dengan adanya perkembangan intelektual yang laju, terutama pada masa remaja awal. Transisi yang terjadi dari awal anak-anak ke masa remaja itu bukan berarti retas atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, akan tetapi peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Yang artinya, meninggalkan segala sesuatu yang bersifat kekanak-kanakan dengan mempelajari acuan perilaku dan sikap baru untuk menggantikan perilaku dan sikap yang akan ditinggalkan. Namun, perlu disadari bahwa apa yang terjadi akan meninggalkan jejak yang akan berpengaruh terhadap acuan perilaku dan sikap yang baru. Seperti yang dijelaskan oleh Osterrieth, “ Bentuk kejiwaan anak remaja berasal dari masa anak-anak serta banyak karakteristik yang umumnya dianggap sebagai ciri khas masa remaja yang sudah pada akhir masa kanak-kanak. Perubahan fisik yang terjadi selama tahun awal masa remaja mempengaruhi derajat perilaku seseorang yang

dapat menyebabkan adanya evaluasi kembali mengenai adaptasi perubahan nilai-nilai (Hurlock, 1980, h. 207).

Tingkat peralihan pada sikap dan tingkah laku remaja setara dengan tingkat perubahan pada fisik. Pada masa remaja awal, perubahan fisik terjadi dengan pesat maka peralihan sikap dan perilaku juga pesat. Sebaliknya, perubahan fisik yang kurang pesat maka peralihan sikap dan perilaku juga ikut berkurang. Fase remaja sering dikategorikan sebagai usia problematis. Karena, masing-masing fase mempunyai masalahnya tersendiri yang mana problema tersebut tidak mudah ditangani oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Kelemahan inilah yang mengakibatkan remaja dalam menyelesaikan permasalahannya merasa tidak sesuai dengan harapan mereka. (Hurlock, 1980, h. 208).

Pada fase ini, remaja mengarahkan diri untuk menemukan identitas atau jati diri sehingga dapat memunculkan konflik baik melalui diri sendiri, orang lain ataupun lingkungan sekitar. Ada beberapa remaja merasa belum puas dengan tubuhnya. Tingkat kepuasan dan ketidakpuasan yang dirasakan oleh seseorang terhadap berbagai bagian dan aspek disebut *cathexis tubuh*. Ketidakpuasan dapat dirasakan pada bagian tubuh tertentu. Beberapa keprihatinan akan bentuk fisik yang ditemui remaja merupakan kelanjutan dari beragam keprihatinan diri yang dialami pada masa remaja awal yang didasari pada keadaan yang tergolong valid. Pemahaman akan adanya tindakan sosial pada berbagai bentuk fisik mengakibatkan remaja merasa sedih dan prihatin akan pertumbuhan tubuhnya yang tidak memenuhi ketentuan yang berlaku di masyarakat (Hurlock, 1980, h. 211-212).

Keperihatinan akan wujud tubuh yang tidak memenuhi standar tubuh ideal yang berlaku menyebabkan banyak remaja mengalami pergolakan tubuh yang ideal. Masalah ini muncul karena adanya pemahaman bahwa pesona tubuh memiliki peran utama dalam relasi sosial. Setiap remaja mengerti bahwa mereka yang memiliki tampilan menarik biasanya akan diperlakukan dengan baik dibandingkan mereka yang kurang menarik secara tampilan. Akibatnya, para remaja yang merasa dirinya kurang memiliki pesona akan mencari cara akan membenahi penampilannya (Hurlock, 1980, h. 212). Adanya standarisasi ataupun kategorisasi kecantikan yang dianggap ideal memicu timbulnya konflik remaja, salah satunya yaitu kasus *bullying* secara verbal yakni tindakan *body shaming* dengan perkataan mengomentari tubuh orang lain seperti gemuk berlebihan, terlalu kurus, terlalu pendek, memiliki warna kulit yang gelap, bentuk hidung pesek atau besar serta masih banyak lagi celaan lainnya terhadap manusia yang tidak sesuai standarisasi kecantikan serta penampilan yang ideal. Perilaku *body shaming* sewajarnya sudah melekat dalam masyarakat dilingkungan kita, terutama dalam komunikasi sehari-hari yang tidak disadari bahwa terdapat kalimat candaan yang justru ucapan tersebut mengandung makna kata-kata yang bersifat *body shaming*.

Bersumber dari pemantauan di lapangan dan pengaduan langsung dari masyarakat menurut Data KPAI yang diperoleh pada tahun 2018 bahwa terdapat berbagai kasus pelanggaran pada anak dalam dunia pendidikan sangat memprihatinkan. Data ini menyangkut kasus kekerasan dan *bullying* terdapat 77 kasus dari 161 kasus yang ada dengan rincian sebagai berikut: 36 (22,4%) kasus anak sebagai korban kekerasan dan *bullying* dan 41 (25,5%) kasus anak sebagai pelaku kekerasan dan *bullying*, tutur Retno Listyanti selaku Komisioner KPAI

Bidang Pendidikan. Kasus *bullying* dan kekerasan yang sering terjadi di kalangan pelajar cukup beragam, salah satunya adalah verbal *bullying* atau kekerasan secara verbal melalui kata-kata. Bentuk kekerasan verbal yang sering terjadi salah satunya adalah *body shaming* (Puspitasari dkk, 2019, h. 110). Selain itu, pada tahun 2018 terdapat 966 laporan *body shaming* dan sebanyak 374 kasus telah diterima oleh Pihak Kepolisian Indonesia dan dapat diselesaikan dengan baik melalui jalur hukum serta mediasi, dimana kasus ini diberitakan melalui media cetak dan elektronik (Widiyani dkk, 2021, h. 68).

Schlorke, et al, (2016) mengemukakan pendapatnya bahwa *body shaming* merupakan suatu kalimat pernyataan yang bersifat negatif dan tidak layak dikemukakan terkait berat ataupun ukuran badan orang lain. Sejalan dengan itu, Rezvan et al (2018) mendefinisikan *body shaming* adalah suatu penilaian umum terhadap individu mengenai kelebihan atau kekurangan berat badan. Perbuatan ini termasuk penghinaan yang berkaitan dengan penampilan seseorang dengan menggunakan bahasa yang yang memalukan (Karyanti dan Aminudin, 2019, h. 82). Tindakan *body shaming* memiliki dampak negatif bagi mereka yang melakukan atau memberikan perlakuan tersebut.

Hasil temuan peneliti yang berkaitan dengan penelitian relevan sesuai variabel yang akan diteliti merujuk pada hasil analisis yang telah dilakukan oleh Aprilia Yolanda, dkk (2021) yang berjudul “Pengaruh *Body Shaming* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa SMA Negeri 1 Batulayar”. Menyimpulkan bahwa hasil analisis data yang diperoleh adalah sebesar 0,560 sementara itu, nilai r_{tabel} dengan taraf signifikan 5% dengan $df (29-1) = 28$ adalah 0,374 bukti ini menunjukkan bahwa nilai r_{xy} yang di peroleh dalam penelitian ini adalah lebih kecil dari pada

nilai r_{tabel} ($0,560 > 0,374$) yang berarti signifikan, maka kesimpulan dari penelitian ini adalah: Ada Pengaruh *Body Shaming* Terhadap Kepercayaan Diri Pada Siswa Kelas XI di SMAN 1 Batulayar Tahun Pelajaran 2020/2021. Perbedaan penelitian yang dilakukan dengan judul yang diangkat oleh peneliti yaitu terletak pada penggunaan layanan serta pendekatan. Penelitian sebelumnya ini dilakukan hanya untuk melihat bagaimana pengaruh dari *body shaming* terhadap tingkat kepercayaan diri siswa. Sedangkan penelitian yang akan dijalankan ini untuk mengetahui bagaimana pengaruh dari layanan konseling kelompok pendekatan *person centered* terhadap perilaku *body shaming* pada siswa.

Sejalan dengan hasil wawancara dan tanya jawab dengan salah satu guru Bimbingan dan Konseling di SMK Swasta Jambi Medan yang telah dijalankan oleh peneliti, ditemukan siswa/siswi yang berperilaku *body shaming* antar temannya baik sesama atau berbeda jenis kelamin. Berdasarkan penuturan dari guru BK bahwa tindakan *body shaming* yang dilakukan oleh siswa/siswi di sekolah tidak dalam tingkat yang terlalu buruk. Hal ini sering dilakukan secara spontan dan tanpa disadari. Dimana, ketika siswa/siswi melihat sesuatu yang dianggap janggal mereka akan mengatakan hal tersebut. Contoh perilaku *body shaming* yang dilakukan seperti mengejek atau diejek oleh teman-temannya karena gemuk berlebihan, terlalu kurus, bertubuh pendek, memiliki kulit berwarna gelap, wajah berjerawat dan lain sebagainya. Kata-kata yang terkesan janggal itu diucapkan dalam keadaan bercanda dan mendapatkan respon tertawa dari korban *body shaming*. Walaupun korban merespon demikian, hal tersebut termasuk dalam tindakan *body shaming*. Perilaku yang dilakukan seperti penjelasan diatas sudah termasuk kedalam jenis tindakan *bullying* secara verbal atau tindakan *body shaming*.

Upaya yang bisa diberikan untuk meminimalkan perilaku *body shaming* pada siswa yakni dengan melakukan layanan bimbingan dan konseling. Dimana, relevan dengan definisi bimbingan dan konseling yang dikemukakan oleh Bimo Walgito (2004, h.6), bimbingan ialah pertolongan yang diberikan kepada seseorang atau sekumpulan orang dalam mencegah atau memecahkan berbagai bentuk kesusahan dalam kehidupan pribadi untuk mencapai keamanan hidupnya. Layanan bimbingan dan konseling memiliki tujuan secara umum seperti yang telah dipaparkan dalam Permendikbud 111 Tahun 2014 adalah untuk membantu peserta didik/konseli untuk mencapai kedewasaan serta kemandirian di dalam hidupnya dengan melaksanakan tugas-tugas perkembangannya yang terdiri atas aspek pribadi, sosial, belajar dan karir secara maksimal. Merujuk pada tujuan diatas, maka pribadi merupakan bagian dari pusat pelayanan Bimbingan dan Konseling, seperti siswa/siswi yang memiliki tingkatan perilaku *body shaming* yang buruk.

Dengan adanya kegiatan layanan BK diharapkan mampu menolong siswa/siswi agar dapat mengurangi tindakan *body shaming* yaitu dengan pemberian konseling kelompok pendekatan *person centered*. Hal tersebut sejalan dengan definisi konseling kelompok yang dipaparkan oleh Juntika Nurihsan (Kurnanto 2013, h. 7) Konseling kelompok ialah kegiatan menolong yang diberikan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat mencegah dan penyembuhan dengan pengarahan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Pengertian tersebut relevan dengan pendapat Adhiputra (2015, h. 24) yang mendefinisikan bahwa konseling kelompok adalah usaha untuk menolong individu dalam situasi kelompok yang berfungsi untuk mencegah, mengatasi dan mengembangkan, serta mengarah kepada pemberian kemudahan dalam rangka

pengembangan dan pertumbuhannya. Layanan konseling kelompok ini ialah sistem layanan menolong yang baik untuk membantu pengembangan kemampuan pribadi, mengatasi dan mengenai masalah antarpribadi maupun individu lainnya.

Fokus pendekatan yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini ialah pendekatan *person centered*. Menurut, Rogers pendekatan *person centered* berpusat pada tanggungan serta kemampuan konseli untuk menentukan bagaimana cara menghadapi kesaksian secara optimal. Konseli sebagai individu yang paling memahami dirinya sendiri akan lebih cocok dan pantas bagaimana menentukan keputusan bagi dirinya (Corey, 2005, h. 92). Pendekatan *person centered* berpusat pada kesanggupan konseli untuk menentukan apa yang utama bagi dirinya dalam mengentaskan permasalahan. Pendekatan ini berpusat pada bagaimana membantu dan membimbing konseli dalam mengaktualisasikan diri untuk dapat menyelesaikan permasalahan pribadi serta menggapai kesejahteraan untuk membentuk individu yang berguna sepenuhnya. Konsep inti yang hakiki adalah berkenaan tentang konsep-konsep berkenaan dengan diri (*self*), aktualisasi diri, teori kepribadian, dan hakikat kecemasan. Pendekatan *person centered* memiliki beberapa tujuan, yaitu: terbuka terhadap pengalaman, adanya kepercayaan terhadap organismenya sendiri, kehidupan eksistensial yaitu sepenuhnya dalam setiap tempo kehidupan, perasaan bebas dan kreatif (Latipun, 2017, h. 72). Selain itu, Mcleod. J. (2006, h. 187) mengatakan bahwa pendekatan *person centered* memiliki tujuan yaitu mengharuskan individu berupaya berubah ke arah konsep diri idealnya dengan membentuk ideal yang diinginkan. Keuntungan yang diberikan dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok pendekatan *person centered* dapat

terlihat pada perubahan sikap yang lebih baik dan terarah untuk tidak melakukan tindakan *body shaming* terhadap individu lainnya.

Bersumber pada penjelasan di atas merupakan keterangan yang menggambarkan bagaimana mengurangi dan mengatasi perilaku *body shaming* pada siswa melalui pemberian layanan bimbingan dan konseling. Maka peneliti merasa penting dan tertarik untuk melaksanakan penelitian tentang **“Pengaruh Konseling Kelompok Pendekatan *Person Centered* Terhadap Perilaku *Body Shaming* Siswa Kelas X AKL SMK Swasta Jambi Medan Tahun Ajaran 2022/2023”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang sebelumnya, maka dapat diidentifikasi permasalahan yang timbul dalam penelitian ini yaitu:

1. Terdapat siswa/siswi yang masih berperilaku *body shaming* seperti mengejek, mengomentari serta membandingkan diri sendiri dengan orang lain yang dianggap tidak ideal.
2. Kemampuan mengontrol diri siswa/siswi untuk tidak berperilaku *body shaming* terhadap orang lain masih tergolong rendah.
3. Belum optimalnya layanan bimbingan dan konseling yang dijalankan di sekolah.

1.3 Batasan Masalah

Bersumber pada paparan latar belakang masalah yang dikemukakan di atas, bahwa diperlukan pembatasan masalah agar penelitian tidak terlalu meluas dan

berpusat maka peneliti membatasi masalah menjadi “Pengaruh Konseling Kelompok Pendekatan *Person Centered* terhadap Perilaku *Body Shaming* Siswa Kelas X AKL SMK Swasta Jambi Medan Tahun Ajaran 2022/2023”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah yang di paparkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: Apakah ada pengaruh konseling kelompok pendekatan *person centered* terhadap perilaku *body shaming* siswa kelas X AKL SMK Swasta Jambi Medan tahun ajaran 2022/2023?.

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok pendekatan *person centered* terhadap perilaku *body shaming* siswa kelas X AKL SMK Swasta Jambi Medan tahun ajaran 2022/2023.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Hasil temuan ini diharapkan bisa menjadi sumber referensi untuk menambah wawasan dan sebagai bahan saran bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling yaitu mengenai penerapan konseling kelompok pendekatan *person centered* terhadap perilaku *body shaming* siswa.

1.6.2 Manfaat Praktis

- a) Bagi Sekolah, sebagai suatu masukan untuk melaksanakan rencana program konseling kelompok khususnya dengan berbagai pendekatan yang sesuai dalam proses layanan BK di sekolah.
- b) Bagi Guru BK atau Konselor Sekolah, temuan ini diharapkan memberikan gambaran dan sebagai suatu solusi yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah serta mengentaskan permasalahan di sekolah khususnya masalah *body shaming* pada siswa.
- c) Bagi Siswa, temuan ini diharapkan memberikan bimbingan dan arahan kepada siswa untuk tidak berperilaku *body shaming* terhadap orang lain.
- d) Bagi Peneliti Lain, sebagai tambahan wawasan atau pengetahuan serta bahan referensi dan masukan untuk penelitian berikutnya yang ingin melakukan penelitian serupa.