

BAB I

PENDAHULUAN

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada masa remaja penerimaan sosial dirasakan penting dan pada masa itu pula peran teman sebaya menjadi besar. Remaja menunjukkan keinginan untuk mandiri, menjauh dari orang tua dan ingin diterima oleh kelompok sebayanya. Bagi remaja yang tidak diterima oleh kelompok sebayanya, akan menarik diri dari lingkungan, merasa rendah diri atau merasa diri kurang berharga. Menurut Corsini dan Ozaki (1984: 289-290), harga diri merupakan perasaan individu tentang dirinya sendiri termasuk di dalamnya respek diri, penerimaan diri, dan kesan terhadap nilai serta kompetensi pribadi yang dimiliki individu.

Harga diri pada dasarnya merupakan kebutuhan semua orang, termasuk remaja. Menurut Maslow (dalam Goble, 1987: 76), setiap orang memiliki dua kategori kebutuhan akan penghargaan, yakni harga diri dan penghargaan dari orang lain. Kebutuhan harga diri meliputi kebutuhan akan kepercayaan diri, kompetensi, penguasaan, kecukupan, prestasi, ketidaktergantungan dan kebebasan.

Harga diri terkait dengan pandangan remaja tentang keadaan dirinya. Menurut Hurlock (1996: 255), remaja yang penampilannya menarik di kalangan teman-temannya cenderung memiliki harga diri yang tinggi. Salah satu hal yang menyebabkan remaja menjadi populer adalah keadaan fisik dan penampilan menarik. Dalam interaksi sosial, penampilan fisik yang menarik merupakan

potensi yang menguntungkan. Salah satu keuntungan yang sering diperoleh ialah bahwa individu senang menerima pujian dari orang lain dan mudah berteman. Orang-orang yang menarik lebih mudah diterima dalam pergaulan, dapat meningkatkan penerimaan sosial dari lawan jenis maupun dari jenis kelamin yang sama dan dinilai lebih positif oleh orang lain dibandingkan dengan teman-teman lainnya yang kurang menarik.

Semua pernyataan diatas belum tentu benar, sebab tidak selalu remaja putri yang mempunyai citra tubuh negatif memiliki harga diri rendah terhadap diri mereka sendiri, ini terbukti dari kasus-kasus yang berhubungan dengan seseorang yang mempunyai citra tubuh negatif, tetapi mereka memiliki harga diri yang tinggi yaitu sebagai berikut:

“Sejak kecil Tika Panggabean (anggota Project P) sudah sadar bahwa tubuhnya gemuk dan wajahnya tidak cantik. Bahkan sempat menimbulkan perasaan tidak lengkap (*inferiority*) sejak dibangku SMP, tetapi sekarang dia sudah menjelma menjadi sosok *entertainer* yang di gemari. Modalnya terjun ke dunia *entertainer* yang secara umum menghargai fisik indah itu adalah dengan menerima diri sendiri apa adanya dan bersyukur atas keadaan dirinya. Dengan begitu dia bisa mencari kelebihan diri dan kemudian bisa menghargai diri sendiri” (Majalah Femina, Juli, 1998: 31).

Remaja yang merasa penampilan fisiknya kurang menarik, umumnya berkaitan dengan bagian-bagian tubuh yang seringkali diperhatikan oleh remaja, khususnya oleh remaja putri. Kecenderungan dan kecemasan yang banyak dialami oleh remaja putri untuk memperhatikan penampilan fisik tampak dengan adanya

media-media yang mengulas segala sesuatu mengenai kecantikan, misalnya acara TV, iklan-iklan, majalah-majalah, dan bintang-bintang film yang turut memberi sumbangan bahwa sosok tubuh tertentu merupakan sesuatu yang paling diinginkan. Hal ini menciptakan harapan tidak realistik dan menjadi tekanan yang besar bagi sebagian besar remaja putri. Kesadaran akan adanya bentuk tubuh yang kurang bagus pada individu akan menimbulkan perasaan tidak lengkap (*inferiority*). Karena itulah kemudian individu terdorong untuk melakukan upaya-upaya untuk mendapatkan bentuk tubuh yang bagus, seperti yang dikatakan oleh Adler (dalam Burn, 1993: 24-25), bahwa manusia sebagai makhluk yang sadar akan menyadari alasan-alasannya dalam bertingkah laku, mereka sadar akan inferioritasnya dan sadar akan tujuan-tujuan yang diperjuangkan.

Penampilan fisik yang menarik berpengaruh dalam pergaulan, khususnya pada remaja putri yang berusia 13 – 15 tahun. Pada masa ini, remaja mulai senang bergaul dengan kelompok sebayanya, mulai mencari identitas diri, dan tidak mudah merasa puas dengan penampilan fisiknya. Dalam diri remaja ada dorongan kuat untuk menjadi milik kelompoknya dan disenangi oleh orang lain. Mereka menjadi amat peka bila mendapatkan bagian tubuh mereka berbeda dari kelompoknya. Menjadi berbeda dari kelompoknya di mata kaum remaja merupakan kendala sosial dan penghambat pergaulan (Centi, 1993: 41). Hal ini disebabkan karena pada masa ini remaja mengalami perubahan cepat, lebih cepat dibandingkan dengan masa anak-anak dan masa dewasa. Perubahan hormon menyebabkan ketakutan tersendiri pada remaja, sebab pada anak perempuan sudah bisa dibuahi karena sudah mendapatkan menstruasi yang pertama.

Di wajahnya tumbuh jerawat karena adanya produksi hormon dalam tubuhnya dan terjadi penimbunan lemak yang membuat buah dadanya mulai tumbuh, pinggulnya mulai melebar dan pahanya membesar. Menurut Zulkifli (1993: 65-67), pada anak laki-laki, alat-alat reproduksinya mulai mengalami kematangan sehingga mudah ditumbuhi jerawat, mengalami mimpi basah yang pertama dan tanpa sadar mengeluarkan sperma, pada lehernya menonjol buah jakun yang membuat suaranya menjadi pecah, kemudian di atas bibir dan di sekitar kemaluannya mulai tumbuh bulu-bulu (rambut).

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh tim Deteksi Harian Jawa Pos tanggal 13 dan 15 Mei 2003, di kalangan remaja, tampil menarik diidentikkan dengan tubuh yang indah, wajah yang cantik, bentuk badan yang langsing, dan model rambut panjang untuk wanita. Sementara untuk pria, mereka yang berbadan kekar, berambut pendek, berkulit putih, berhidung mancung, dan berwajah yang tampan cenderung disukai oleh remaja.

Pandangan umum di kalangan remaja tentang penampilan fisik khususnya tubuh, akan membentuk persepsi remaja mengenai bentuk tubuh yang ideal sebagai contoh penampilan fisik yang ideal bisa saja diidentikkan dengan cantik dan tampan, dengan kulit yang putih dan hidung mancung seperti hasil survei yang telah disebutkan diatas. Berdasarkan persepsi yang ideal tersebut, remaja kemudian mengevaluasi bentuk tubuhnya sendiri. Gambaran mengenai kondisi, penampilan, dan bentuk tubuh yang dimiliki seseorang ini disebut sebagai citra tubuh (Fisher, 1968: 20).

Remaja dikatakan memiliki citra tubuh yang positif jika ia dapat menerima penampilan fisiknya sebagaimana adanya. Sebaliknya remaja dikatakan memiliki citra tubuh negatif ketika ia kurang menyukai penampilan yang dimilikinya (Hurlock, 1996: 211-212). Berdasarkan uraian di atas, tertarik untuk diteliti sejauhmana hubungan antara citra tubuh dengan harga diri pada remaja putri.

1.2 Batasan Masalah

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi harga diri remaja, tetapi dalam penelitian kali ini, yang ingin diteliti hanyalah faktor citra tubuh. Pengertian citra tubuh dibatasi sebagai cara individu mempersepsikan tentang dirinya sendiri khususnya mengenai tubuhnya dengan mengkaitkannya dengan harapan budaya setempat. Citra tubuh memiliki beberapa kategori antara lain karakteristik fisik, penampilan dan kerapian dalam berpakaian, kesehatan dan daya tahan tubuh, tetapi pada penelitian ini citra tubuh dibatasi hanya pada karakteristik fisik individu secara umum saja. Sementara itu, harga diri dibatasi pengertiannya pada penilaian seseorang mengenai dirinya sendiri yang didapat melalui interaksinya dengan lingkungan sosial dan sikap menghadapi segala persoalan dalam kehidupan.

Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara citra tubuh dengan harga diri pada remaja putri, maka dilakukan penelitian yang bersifat korelasional yaitu penelitian untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kedua variabel tersebut.

Agar wilayah penelitian diketahui, maka yang dijadikan subyek penelitian adalah remaja putri SMPK Santo Carolus Surabaya yang berusia 13 – 15 tahun (kelas II), dengan pertimbangan bahwa pada masa tersebut remaja menunjukkan perkembangan fisik yang pesat (masa puber), sehingga citra tubuhnya menjadi fokus perhatian utama yang diperkirakan berpengaruh besar pada perkembangan sosial emosinya.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah dan batasan masalah, maka masalah yang ada dapat dirumuskan sebagai berikut:

“Apakah ada hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan harga diri pada remaja putri?”

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan ingin mengetahui sejauhmana hubungan antara citra tubuh dengan harga diri pada remaja putri.

1.5 Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

- Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan masukan atau sumbangan bagi pengembangan teori-teori psikologi khususnya psikologi perkembangan remaja mengenai hubungan antara citra tubuh dengan harga diri.

b. Manfaat Praktis

1. Untuk Remaja

Hasil penelitian dapat memberi masukan pada remaja mengenai keterkaitan antara citra tubuh dengan harga diri pada remaja sehingga dengan bertambahnya wawasan ini, mereka lebih peka terhadap perubahan-perubahan yang terjadi dalam perkembangan fisik, dan sosial emosinya. Diharapkan nantinya mereka dapat terbangkitkan kesadarannya untuk mengantisipasi pengaruh buruk dari rendahnya harga diri.

2. Untuk Orangtua

Melalui penelitian ini, diharapkan orang tua menjadi sadar hubungan yang terjadi antara citra tubuh dan harga diri sehingga orang tua dapat melakukan usaha-usaha untuk menumbuhkan citra tubuh yang positif sehingga dapat lebih meningkatkan harga diri remaja.

3. Untuk Peneliti Lain

Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai bahan untuk penelitian lebih lanjut mengenai citra tubuh dan harga diri.