

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah suatu masa dimana individu dalam proses pertumbuhannya terutama fisik telah mencapai kematangan. Periode ini menunjukkan bahwa dalam suatu masa kehidupan sulit memandang remaja sebagai kanak-kanak namun tidak juga sebagai orang dewasa sehingga periode ini sering disebut sebagai masa transisi yaitu peralihan dari kehidupan masa kanak-kanak menuju masa dewasa karena dalam periode ini remaja mengalami pertumbuhan cepat mulai dari perubahan bentuk tubuh, cara berpikir dan cara bertindak (Daradjat, 1995: 101). Periode remaja dimulai usia 13 tahun dan berakhir pada usia 21 tahun.

Seiring perkembangan waktu, remaja tidak lagi berada dalam fase awal melainkan memasuki tahap akhir, dimana pada fase ini terjadi proses penyempurnaan pertumbuhan fisik dan perkembangan pada aspek-aspek psikis yang telah dimulai pada masa sebelumnya sehingga secara bertahap remaja akhir ini tidak lagi dijuluki anak usia belasan tahun, melainkan menyandang julukan laki-laki muda dan perempuan muda (Mighwar, 2006: 71).

Ciri khas remaja akhir pada umumnya menunjukkan peningkatan kestabilan emosi, lebih realistis dalam menerima keadaan tubuhnya dengan apa adanya sehingga menimbulkan perasaan puas dalam dirinya, lebih matang dalam kemampuan berpikir sehingga mampu memecahkan masalah yang dihadapi, dan

juga lebih tenang perasaannya dalam menguasai berbagai kekecewaan yang dihadapinya (Mighwar, 2006: 73).

Kegoncangan yang dialami remaja tidak akan sampai terjadi apabila remaja memiliki harga diri yang kuat pada dirinya sendiri sehingga pandangan yang ada di sekitarnya tidak mampu membuat dirinya menjadi goyah. Satu hal yang pasti, konflik yang sering dihadapi oleh remaja semakin kompleks seiring dengan perubahan pada berbagai dimensi kehidupan dalam diri remaja akhir salah satunya mengenai masalah harga diri (Setiono, dalam e-psikologi, 2002, 'Beberapa Permasalahan Remaja', para 4).

Masalah harga diri ini sebenarnya melanda setiap individu di semua tingkatan umur termasuk pada remaja akhir. Harga diri berbeda dengan kepercayaan diri dikarenakan menurut Angelis (2001: 10) kepercayaan diri adalah tekad pada diri sendiri untuk melakukan segala sesuatu yang diinginkan dan kemampuan dalam menghadapi segala tantangan hidup, sedangkan menurut Taylor, Peplau & Sears (2009: 119) harga diri sendiri merupakan hasil evaluasi atau penilaian mengenai diri individu sendiri, artinya remaja tidak hanya menilai seperti apa dirinya melainkan menilai kualitas dirinya juga. Hal tersebut diperkuat oleh Hogg & Vaughan (2002: 132) harga diri adalah bagaimana individu memandang dan menilai dirinya sendiri sehingga hasil penilaian itu tetap dipertahankan karena proses penilaian tersebut berasal dari interaksi dengan lingkungan yang menyangkut aspek seperti penerimaan dan perlakuan orang lain terhadap dirinya artinya ketika orang lain menganggap dirinya tidak menarik maka ia merasa harga dirinya rendah sehingga terus menerus menganggap dirinya

tidak menarik sebaliknya ketika orang lain menganggap dirinya menarik maka ia merasa harga dirinya meningkat karena dipuji oleh teman-temannya sehingga terus bangga dengan predikat yang diberikan.

Menurut Tambunan (dalam e-psikologi, 2001, 'Harga Diri Remaja', para 3) remaja yang memiliki harga diri yang positif akan membangkitkan rasa keyakinan akan kemampuan pada diri sendiri seperti pada remaja akhir yang mengikuti *modern dance* memiliki harga diri yang tinggi akan merasa bahwa dirinya mampu memberikan atraksi yang menarik dihadapan penonton, sebaliknya remaja yang memiliki harga diri yang negatif akan cenderung merasa bahwa dirinya tidak yakin akan kemampuan diri sendiri seperti remaja akhir yang mengikuti *modern dance* yang tidak dapat melakukan gerakan-gerakan yang dianggap sulit maka menimbulkan harga diri yang rendah karena merasa dirinya tidak mampu melakukan gerakan tersebut.

Hal ini terlihat dari hasil wawancara dan observasi mengenai harga diri yang peneliti lakukan pada remaja akhir anggota *modern dance* di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya hari Sabtu tanggal 25 April 2009. Dari hasil wawancara dan observasi diperoleh informasi bahwa remaja akhir tersebut merasa harga diri itu sangat diperlukan diatas panggung. Berikut ini kutipan dari jawaban salah seorang subjek remaja akhir anggota *modern dance*:

"Aku merasa harga diriku tinggi saat kita berada dipanggung ada banyak orang yang menonton dan mereka semua *interest* terhadap tarian kita dan saat terakhir mereka menonton memberikan *applause* pada tarian kita"

Tapi sebaliknya ada juga remaja akhir anggota *modern dance* yang merasa memiliki harga diri yang rendah saat diatas panggung, hal ini diketahui dari hasil

wawancara dan observasi yang peneliti lakukan pada hari Sabtu tanggal 25 Mei 2009 diperoleh informasi yang jelas. Berikut ini kutipan dari jawaban salah seorang subjek remaja akhir anggota *modern dance*:

“Aku merasa harga diriku jatuh sewaktu melakukan gerakan *six steps* diatas panggung antara kaki kiri sama kaki kanan gak sinkron makanya aku terjatuh trus dilihat banyak orang rasanya malu banget trus sempat gak ikut lomba karena aku masih merasa malu”

Dari kutipan-kutipan diatas terlihat bahwa remaja akhir yang memiliki harga diri yang tinggi antara lain memiliki pemahaman yang jelas tentang kualitas dirinya, memiliki tujuan yang jelas tentang arah hidupnya, mencerminkan rasa percaya diri, mempunyai kompetensi dalam dirinya dan selalu merasa yakin akan pemikiran-pemikiran serta perasaan yang dimilikinya (Taylor, Peplau & Sears, 2009: 120).

Remaja akhir yang memiliki harga diri yang rendah antara lain cenderung untuk tidak berani mencari tantangan-tantangan baru dalam hidupnya, kurang memiliki rasa percaya diri dalam hidupnya, cenderung tidak merasa yakin akan pemikiran-pemikiran dan kemampuan yang dimilikinya, cenderung pesimis dalam menghadapi masalah yang dilewati (Hogg & Vaughan, 2002: 136).

Maka dapat diartikan remaja akhir yang memiliki harga diri tinggi terhadap diri sendiri sangat diperlukan karena dengan menghargai dirinya merupakan hal yang bermanfaat bagi perkembangan remaja sehingga berpengaruh pada cara berpikir, penentuan sikap dan keputusan yang diambil sepanjang hidupnya. Namun remaja akhir di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang mengikuti *modern dance* sering kurang menghargai dirinya, hal ini terlihat dari

menurunnya minat dalam mengikuti kegiatan *modern dance*, dikarenakan remaja akhir yang puas terhadap bentuk tubuhnya umumnya memiliki harga diri yang tinggi tetap mengikuti kegiatan *modern dance* sebaliknya remaja akhir yang tidak puas terhadap bentuk tubuhnya cenderung memiliki harga diri yang rendah dan memilih tidak mengikuti kegiatan *modern dance* (Maria, Prihanto & Sukanto, 2001: 277) sehingga dalam hal ini dikaitkan bagaimana remaja akhir memandang bentuk tubuhnya sendiri atau yang dikenal dengan istilah citra tubuh.

Menurut Jersild, Brook & Brook (1978: 81) citra tubuh adalah suatu gambaran tentang kondisi, penampilan, dan bentuk badan yang dimiliki remaja yang terbentuk dalam pikiran sehingga gambaran tubuh tersebut mempengaruhi cara individu mengevaluasi atau memandang tubuhnya sendiri dengan orang lain, artinya remaja cenderung membandingkan bentuk tubuhnya sendiri yang tampak berbeda dari orang lain, hal tersebut dikarenakan setiap hari media massa selalu menampilkan citra tubuh yang ideal yang diwakili oleh model-model cantik yang berbadan tinggi dan memiliki bentuk tubuh yang ideal dan model-model tampan yang bertubuh tegap dan berotot, oleh karena itu citra tubuh yang dimiliki remaja akhir terbentuk sesuai dengan tuntutan lingkungan sosial untuk berpenampilan menarik (Herabadi, 2007: 19).

Dalam teori perbandingan sosial (*Social Comparison Theory*) yang diungkapkan Festinger (dalam Taylor, Peplau & Sears, 2009: 149) bahwa individu cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain yang setara atau mirip dengannya hal ini dikarenakan masyarakat terlanjur membentuk pandangan bahwa bentuk tubuh yang dimiliki para model yang ditampilkan dalam media

massa adalah bentuk tubuh yang ideal sehingga ada kecenderungan bahwa remaja membandingkan dirinya berdasarkan standar yang tidak realistis yang artinya remaja akhir yang sudah memiliki bentuk tubuh yang normal cenderung menginginkan bentuk tubuh yang ideal padahal seharusnya menerima keadaan tubuhnya apa adanya.

Berikut ini dalam tayangan Oprah pada Minggu, 18 Februari 2009 ini mengupas topik yang mewakili masalah remaja di Amerika Serikat yakni remaja perempuan yang tidak puas terhadap citra tubuhnya:

”Dalam tayangan Oprah tersebut ditampilkan bahwa, dua dari tiga cewek ingin terlihat seperti selebriti dan 80% dari cewek usia delapan belas tahun tidak puas dengan bentuk tubuhnya sehingga membandingkan dirinya dengan selebriti. Di dunia industri hiburan saat ini membuat remaja putri tersebut memiliki persepsi tertentu terhadap identitas gadis yang ingin diwujudkan, yakni berpenampilan seksi, glamour seperti selebriti, rela melakukan bedah plastik untuk menambah kecantikan dengan begitu akan memunculkan rasa bangga terhadap diri remaja putri itu sendiri” (Khalida dalam multiply, 2008, ‘Krisis Harga Diri Pada Remaja’, para 4)

Remaja akhir menyadari bahwa daya tarik penampilan fisik yang dimiliki akan meningkatkan penerimaan sosial dari lingkungan khususnya dalam hal pergaulan. Setiap remaja ingin diterima dan diakui karena tubuh yang dimiliki merupakan modal yang penting dan menciptakan kesan awal yang menyenangkan bagi orang lain yang melihatnya sehingga remaja senang apabila banyak orang yang memuji penampilan fisik dan remaja merasakan sedih apabila banyak orang yang beranggapan penampilan fisiknya buruk (Hurlock, 1978: 151). Dalam hal ini berdampak pula pada remaja akhir anggota *modern dance* khususnya yang ada di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya karena anggota ini merasa bentuk

tubuh yang ideal tentu sangat menunjang penampilan diatas panggung sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi harga diri yang tinggi.

Berdasarkan wawancara dan observasi yang dilakukan peneliti pada remaja akhir anggota *modern dance* di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya diperoleh informasi bahwa bentuk tubuh ideal menunjang penampilan diatas panggung. Berikut ini kutipan dari jawaban salah seorang subjek remaja akhir anggota *modern dance* :

“AC (20) Saya merasa bentuk tubuh yang saya miliki sekarang ini sangat berpengaruh pada harga diri saya terutama penampilan saya diatas panggung karena di MD ini banyak menggunakan gerakan-gerakan yang sulit seperti meliukkan badan dilantai tentu dong yang berbadan gede mana sanggup bisa kayak gitu apalagi saya senang banyak penonton yang puas kalo gerakan yang kita tunjukkin itu banyak akrobatnya wah pasti tambah seru tuh yah jelaslah harga diri aku tinggi artinya aku sukses melakukannya”

“DB (19) Menurut aku bentuk tubuh yang ideal sangat menunjang penampilan saat ada event dengan harga diriku meningkat karena bagi aku bentuk tubuh yang ideal enak dilihat ntar kalo ada yang gendut bisa kacau trus orang-orang yang liat pada kabur yah nambah kepuasan lah dan percaya diri kan kita latihan sekarang buat event sabtu depan jadi banyak latihan gerakan-gerakan yang sulit supaya performanceku ok diatas panggung”

Dari kutipan diatas dapat ditegaskan bahwa dengan menari *modern dance* dapat memberikan hiburan dan juga sebagai olahraga kebugaran hal tersebut dikarenakan dengan menari *modern dance* secara terus menerus pasti dapat menjadikan tubuh selalu bugar, otot-otot menjadi lentur dan bentuk tubuh menjadi ideal. Menari *modern dance* bukan hanya sekedar menggerakkan anggota tubuh tetapi juga mengekspresikan nilai seni atau keindahan melalui bahasa gerak dan bahasa wajah (Martodiwiryo, 2008, ‘Menari Itu Sehat dan Indah’, para 5).

Dengan demikian pandangan dan penilaian orang terhadap citra tubuhnya akan menyebabkan remaja akhir membentuk gambaran mengenai dirinya. Penilaian orang yang baik terhadap kondisi fisik tidak akan menimbulkan permasalahan apabila penilaian tersebut diterima dengan baik namun sebaliknya penilaian orang yang buruk terhadap kondisi fisik tentu saja akan menimbulkan permasalahan karena remaja merasa memiliki perasaan yang kurang terhadap diri sendiri sehingga berusaha untuk menutupi kekurangan yang dimilikinya. Namun sekeras apapun usaha untuk menutupi kekurangan tetap saja tidak mudah karena semua usaha yang dilakukan tidak bisa mengubah penilaian terhadap kondisi fisik itu sendiri dan yang harus dilakukan menerima keadaan tubuh apa adanya.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yaitu sejauh mana hubungan antara citra tubuh dengan harga diri pada remaja akhir yang mengikuti *modern dance*.

1.2. Batasan Masalah

Agar wilayah penelitian tidak meluas, maka dilakukan pembatasan terhadap masalah yang diteliti antara lain :

1. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi harga diri remaja, tetapi dalam penelitian ini hanya akan meneliti faktor citra tubuh yang diperkirakan mempunyai hubungan dengan harga diri.
2. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara citra tubuh dengan harga diri maka dilakukan penelitian yang bersifat korelasional yaitu penelitian untuk menguji ada tidaknya hubungan antara citra tubuh dengan harga diri.

3. Agar wilayah penelitian lebih jelas maka yang akan dijadikan subjek dalam penelitian ini adalah :
- a. Mahasiswa/i Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
 - b. Berusia 18 – 21 tahun.
 - c. Anggota *modern dance* yang aktif mengikuti latihan.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang dan batasan masalah maka permasalahan yang ada dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:
”Apakah ada hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan harga diri pada remaja akhir yang mengikuti *modern dance* ?

1.4. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan harga diri pada remaja akhir yang mengikuti *modern dance* di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

1.5 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan ilmiah dan informasi bagi pengembangan teori dibidang psikologi pada umumnya dan dibidang psikologi khususnya psikologi sosial dan psikologi perkembangan

mengenai harga diri ditinjau dari citra tubuh pada remaja akhir yang mengikuti *modern dance*.

2. Manfaat praktis

Bagi remaja akhir

Hasil penelitian dapat menjadi masukan dan informasi mengenai seberapa besar peranan citra tubuh dengan harga diri yang dimiliki remaja akhir yang mengikuti *modern dance* berpengaruh terhadap penampilan di atas panggung.

Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan pemahaman bahwa harga diri dan citra tubuh sangat berpengaruh pada kehidupan yang dijalani terutama remaja-remaja lainnya yang mengikuti kegiatan yang sama seperti *cheledder*, tarian *hiphop* dan sebagainya

Universitas

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan kajian tentang sejauhmana terdapat hubungan yang jelas antara harga diri dengan citra tubuh pada remaja akhir yang mengikuti *modern dance* yang dilakukan di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.