

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia selalu mengalami fase pertumbuhan dan perkembangan dalam setiap fase hidupnya, salah satunya terjadi pada masa remaja (Ramdani, 2021). Masa remaja merupakan fase transisi dari anak-anak menuju dewasa, dimana pada masa ini remaja perempuan dan laki-laki mengalami kematangan fungsi fisik, dan psikososial (Laode, 2023). Pada masa ini remaja akan mengalami perubahan fisik maupun psikososial. Pada remaja laki-laki ditandai dengan tumbuhnya jakun, suara menjadi berat, tumbuh kumis serta jenggot, dan dada atau bahu yang semakin bidang. Pada remaja perempuan perubahan fisik ditandai dengan menstruasi, pertumbuhan pinggul dan payudara. Remaja juga akan mengalami perubahan mental pada perkembangan psikososial seperti sering emosi, cemas, tertekan, muncul perilaku agresif, keras kepala dan mudah berubah dalam cara berpikir dan membuat keputusan yang terkadang membuat mereka tidak percaya diri (Khoirunisa, 2023). Dalam perkembangan psikososial remaja akan mulai mencari identitas diri. Pada tahap ini perkembangan individu akan dipengaruhi oleh interaksi sosial, mereka akan mulai melakukan penyesuaian diri dalam lingkungan masyarakat dan teman sebayanya (Suryana, 2022).

Dalam kehidupan remaja peran teman sebaya sangatlah penting. Pada umumnya remaja akan membentuk kelompok sesuai dengan kesamaan gender dan usia teman sebaya untuk berinteraksi sosial. Melalui interaksi sosial, remaja merasa mendapatkan dukungan dari teman dapat menyebabkan seseorang merasa tenang, aman, dicintai, dan lebih percaya diri. Mereka akan saling memberikan dukungan, nasihat, dan perhatian yang membuat mereka merasa nyaman dan diterima dalam kelompok pertemanannya. Setiap hal akan menjadi lebih mudah ketika seseorang diterima dengan baik oleh lingkungannya (Khoirunisa, 2023).

Remaja yang kurang berinteraksi dengan lingkungan dan teman sebayanya akan menyebabkan tumbuhnya sikap asosial, sikap asosial ini membuat remaja cenderung menarik diri dari lingkungan sosialnya, sehingga kurangnya interaksi dengan individu lain yang menjadikan mereka bertindak sesuai keinginannya

sendiri dan tidak percaya diri untuk bergaul dengan orang lain, dan akan menyulitkan mereka berkomunikasi dengan orang lain (Munawaroh, 2019).

Individu yang memiliki keterbatasan dalam kemampuan interaksi sosialnya akan menghambat kemampuan mereka untuk berinteraksi secara efektif, sehingga akan semakin dikucilkan dari lingkungannya dan tidak mendapatkan dukungan sosial dari relasi teman sebayanya, maka hal tersebut akan menyebabkan dampak yang serius pada remaja seperti depresi, bunuh diri dan harga diri rendah (Madya et al., 2022). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Simanjutak (2021) menyatakan bahwa semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka harga diri akan semakin rendah. Seseorang dengan harga diri rendah cenderung untuk mengkritik diri sendiri dan mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial, serta cenderung menarik diri dari lingkungan sosial (Ramadhani dkk., 2021). Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan interaksi sosial remaja pada teman sebaya sangatlah penting, remaja perlu mendapatkan dukungan sosial di lingkungan pertemanannya. Interaksi sosial pada remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor, penampilan menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi interaksi sosial, orang yang berpenampilan menarik mempunyai keuntungan sosial karena penampilan fisiknya (Santoso et al., 2019).

Membahas tentang kondisi fisik dapat menjadi topik yang sensitif bagi remaja (Laily, 2020). Timbulnya rasa ketidakpuasan dengan kondisi fisik yang dimiliki menyebabkan kurangnya keyakinan pada diri sendiri. Masyarakat memiliki pandangan tentang bentuk tubuh yang dianggap ideal, seperti laki-laki yang dianggap tampan memiliki tubuh tinggi dan berotot, sementara perempuan yang dianggap cantik memiliki tubuh langsing dan kulit cerah. Hal ini menjadikan remaja memiliki pedoman untuk menilai bentuk tubuh. Ketika remaja memiliki bentuk tubuh yang tidak ideal, mereka akan menjadi korban perundungan terhadap bentuk tubuhnya, perilaku ini biasa kita sebut dengan *body shaming* (Iskandar, 2023).

Body Shaming adalah tindakan negatif yang melibatkan kritik terhadap penampilan dan bentuk tubuh seseorang (Lestari, 2020). Bentuk perilaku *body shaming* memiliki beberapa jenis yaitu mengejek berat badan yang lebih atau

kurang, warna kulit yang gelap, rambut yang tidak lurus, bentuk wajah atau kondisi muka yang tidak sesuai orang lain (Daisy, 2019). Hasil survey yang di Amerika menunjukkan bahwa bahwa 64% remaja laki-laki dan 94% remaja perempuan pernah menjadi korban *body shaming* (WCNC, 2017). Pada tahun 2018 kasus *body shaming* di Indonesia mengalami peningkatan yaitu sebanyak 966 kasus yang mulanya sebanyak 206 kasus di tahun 2022 (Purba, 2022).

Kasus *Body Shaming* menyebabkan dampak negatif bagi korban, korban akan merasa cemas, malu, emosi, harga diri rendah, melakukan diet ketat yang menyebabkan gangguan makan dan timbulnya penyakit mental dimana korban selalu merasa kurang pada penampilannya (Lestari, 2019). Korban yang mendapatkan perlakuan *body shaming* secara terus menerus akan mengalami depresi dan berujung memilih mengakhiri hidupnya (Daisy, 2019).

Dampak perlakuan *body shaming* tersebut akan mempengaruhi rasa kurang percaya diri di lingkungan sosialnya. Remaja akan lebih banyak berinteraksi dengan teman sebayanya dibandingkan dengan keluarganya (Winata, 2017). Kehadiran teman sebaya di kehidupan remaja merupakan hal yang penting, dukungan kasih sayang dan perhatian yang diberikan oleh teman sebayanya membuat mereka merasa diterima di lingkungan teman sebayanya. Dalam pertemanan remaja menggunakan fisik sebagai lelucon menjadi hal yang biasa bagi mereka. Gangguan emosional yang tidak stabil dapat mengganggu kesejahteraan mental remaja jika lelucon tersebut menyertakan kritik yang bersifat negatif. Oleh sebab itu, perilaku *body shaming* dengan interaksi teman sebaya akan menyebabkan dampak negatif pada perkembangan sosial di masa remaja (Khoirunisa, 2023).

Menurut penelitian Rusminingsih (2021) terdapat 56 dari 129 siswa perempuan memiliki interaksi sosial yang kurang akibat mendapat perlakuan *body shaming*. Pada penelitian yang dilakukan Setyowati (2017) mengenai dampak *bullying* terhadap interaksi sosial kepada anak SMA dengan responden terbanyak adalah laki-laki, menurut penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat interaksi sosial yang kurang pada korban *bullying*. Korban *bullying* menjadi kesulitan

untuk berinteraksi dengan teman sebayanya karena merasa takut dan rendah diri (Nafingah, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Esri (2021) dalam jurnalnya “Hubungan *Body Shaming* dengan Interaksi Sosial pada Remaja Perempuan” menunjukkan hasil ada korelasi antara *Body Shaming* dengan Interaksi Sosial yang berarti semakin tinggi perilaku *Body Shaming*, semakin buruk pula interaksi sosialnya. Hasil penelitian lain oleh Iskandar (2023) di SMA N 1 Tempel Sleman mengenai pengukuran body image dan pencegahan *body shaming* pada remaja menunjukkan bahwa mayoritas siswa sebanyak 55% atau 70 responden memiliki body image yang negatif sehingga berpotensi untuk mengalami tindakan *body shaming*.

Berdasarkan hasil penelitian studi pendahuluan pada bulan Maret 2024 di SMA N 1 Tempel pada siswa dan guru Bimbingan Konseling. Hasil wawancara pada 5 siswa perempuan dan laki-laki didapatkan bahwa 4 dari 5 murid tersebut pernah mengalami *body shaming* oleh temannya seperti diejek berjerawat, kulit hitam, pendek, kurus dan gendut. Mereka mengatakan merasa sakit hati saat diejek oleh temannya, mereka juga sering merasa *insecure* atau membandingkan dirinya dengan temannya. Hubungan interaksi sosial mereka dengan temannya cukup baik, mereka bergabung ketika ada tugas sekolah, mempunyai kelompok belajar dan bercerita dengan teman-temannya saat disekolah. Beberapa dari mereka mengatakan akan merasa sakit hati saat temannya berbuat salah terhadap mereka. Guru Bimbingan Konseling SMA N 1 Tempel mengatakan ada siswi yang menjadi korban *bullying* oleh teman sekelasnya. Pada saat diwawancara siswi tersebut mengatakan mengalami *bullying* diejek badan kecil oleh teman laki-laki dikelasnya. Korban *bullying* mengatakan merasa takut saat *bully* namun berupaya untuk melawan. Upaya yang dilakukan dari pihak sekolah yaitu memanggil pelaku *bullying* ke ruang BK untuk diberikan teguran.

Berdasarkan uraian dan data tersebut, peneliti merasa tertarik untuk melakukan studi penelitian lebih lanjut mengenai *body shaming* dan interaksi sosial. Perilaku *body shaming* jika terus terjadi akan menimbulkan dampak negatif bagi remaja salah satunya dapat mengganggu interaksi sosial remaja dengan teman

sebayanya, interaksi sosial yang terganggu akan menimbulkan sikap asosial dan kurang percaya diri, melihat dari permasalahan tersebut maka penelitian ini penting untuk dilakukan sehingga memberikan manfaat bagi remaja dan pihak sekolah agar kasus *body shaming* tidak terjadi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai “Hubungan *Body Shaming* dengan Interaksi Sosial Teman Sebaya Pada Remaja di SMA N 1 Tempel Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dengan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini “Apakah ada hubungan *Body Shaming* dengan Interaksi Sosial Teman Sebaya di SMA N 1 Tempel Yogyakarta?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya hubungan antara perilaku *body shaming* dengan interaksi sosial teman sebaya pada remaja SMA N 1 Tempel.

2. Tujuan Khusus

1. Diketuinya gambaran *body shaming* siswa kelas X SMA N 1 Tempel.
2. Diketuinya gambaran interaksi sosial siswa kelas X SMA N 1 Tempel.
3. Dikekutuinya keeratan hubungan antara *body shaming* dengan interaksi sosial siswa kelas X SMA N 1 Tempel.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai landasan penelitian dalam bidang keperawatan jiwa dan dapat bermanfaat untuk menambah referensi bagi penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Remaja atau Responden

Memberikan pemahaman terkait dampak dari *body shaming* dan mendorong remaja untuk menghindari perilaku *body shaming*, serta meningkatkan interaksi remaja dengan teman sebayanya yang lebih positif sehingga mereka memiliki kepercayaan diri yang baik.

b. Bagi Guru

Penelitian ini dapat memberikan masukan kepada para pendidik agar kasus *body shaming* tidak terjadi di sekolah.

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat sebagai bahan evaluasi pihak sekolah untuk dapat menyusun kebijakan dalam upaya pencegahan *body shaming* dan upaya dalam membangun interaksi sosial yang nyaman bagi siswa.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya terutama dalam fenomena *body shaming* dan interaksi sosial.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA