

## BAB I LATAR BELAKANG

### 1.1 Latar Belakang

Pada beberapa tahun terakhir ini *bullying* merupakan istilah yang sudah tidak asing di telinga masyarakat Indonesia. *Bullying* ini masih marak terjadi, hal ini dapat dilihat dari beberapa kasus, baik sosial media, lingkungan sekolah, keluarga maupun di lingkungan sekitar. Oleh karena itu perilaku *bullying* dapat dilihat dari tahun ke tahun mengalami peningkatan. Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), mencatat dalam waktu 9 tahun, dari 2011 sampai 2019 terdapat 2.473 pengaduan terhadap kasus *bullying* baik di lingkungan sekolah maupun sosial media. Data tersebut mengalami peningkatan dimana pada tahun 2023 dilaporkan terdapat kasus perilaku *bullying* sebanyak 1.138 kekerasan fisik, psikologis (KPAI, 2020).

Menurut *American Psychiatric Association* (APA) *bullying* adalah perilaku agresif yang dikarakteristikan dengan tiga kondisi yaitu: a. perilaku negatif, bertujuan untuk merusak atau membahayakan, b. perilaku yang diulang selama jangka waktu tertentu, c. adanya kekuatan atau kekuasaan dari pihak yang terlibat (Silabus, 2022). Jadi Istilah *bullying* merupakan sebuah kondisi dimana telah terjadi penyalahgunaan kekuatan atau kekuasaan yang dilakukan oleh perseorangan atau kelompok bertujuan untuk menyakiti orang lain secara fisik, verbal atau psikologis yang dilakukan secara terus menerus. Bentuk dari *bullying* yaitu kekerasan fisik, verbal terhadap seseorang atau sekelompok yang lebih lemah. Fenomena *bullying* tidak hanya dalam bentuk fisik saja namun juga dalam bentuk verbal, salah satunya yaitu *body shaming*.

Menurut Vargas (dalam Chairan, 2018) *body shaming* ditandai dengan ciri-ciri: a. Mengomentari diri sendiri, dengan cara menilai atau membandingkan dengan orang lain (contoh : rambut saya kusut). b. Mengomentari penampilan atau fisik seseorang di depan orang tersebut dan membandingkannya dengan orang lain (contoh : orang tersebut kulitnya gelap, sehingga harus memakai pemutih ,dengan kuku seperti itu, tangan anda tidak akan pernah cantik). c. Mengomentari penampilan atau fisik orang lain tetapi tanpa sepengetahuan mereka (seperti membicarakan penampilan orang lain yang menggunakan pakaian yang tidak sesuai).

*Body shaming* merupakan tindakan seseorang yang mencela bentuk tubuh dengan cara negatif dimana bentuk tubuh tersebut tidak ideal dan tidak seperti bentuk tubuh pada umumnya (Chairan, 2018). Sedangkan Dolezal (2015) *body shaming*

merupakan tindakan mengkritik, mengomentari, dan membandingkan fisik orang lain maupun fisik dirinya sendiri. Kemudian menurut *Association of Anorexia Nervosa and Associated Disorder (ANAD)*, *body shaming* merupakan sesuatu tindakan buruk dimana seseorang menghina ukuran tubuh orang lain. *Body shaming* ini menjadi salah satu yang dapat dilakukan oleh siapapun melalui komentar negatif yang diberikan oleh netizen melalui media sosial atau secara langsung (Ananda, 2021).

Databoks (2020) melaporkan sebanyak 36,4% mengalami *body shaming* karena memiliki kulit yang berjerawat, 28,1% memiliki bentuk wajah yang tembem, 23,3% karena warna kulit yang gelap, 19,6% memiliki tubuh yang kurus (Rizaty, 2021). Data ZAP *beauty index* (2020) menyatakan sekitar 62,2% perempuan Indonesia mengalami *body shaming*, 47% mengalami *body shaming* karena tubuhnya dianggap terlalu berisi (ZAP, 2020). Seiring berjalannya waktu, *body shaming* semakin berkembang begitupun dengan dampak yang terjadi.

Dampak yang ditimbulkan dari *body shaming* dapat mengakibatkan gangguan makan seperti *Bulimia Nervosa*, *Anorexia Nervosa*, *Binge Eating*. Kemudian individu yang mengalami *body shaming* akan melakukan penilaian diri dengan terus melakukan *body checking* pada tubuhnya atau penampilanya (Tirtonegoro, 2022). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sa'diyah (2021) berjudul "Hubungan antara *body shaming* dengan gangguan makan pada mahasiswi". Bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *body shaming* dengan gangguan makan pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam. Sedangkan hasil penelitian Sari & Rosyidah (2020) berjudul "Pengaruh *body shaming* terhadap kecenderungan *Anorexia Nervosa* pada remaja perempuan di Surabaya". Terdapat pengaruh *body shaming* terhadap kecenderungan *Anorexia Nervosa* pada remaja perempuan.

Menurut data *United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF)*, terdapat 45% anak berusia 14-24 tahun, mengalami *body shaming* dengan jenis *body shaming* diejek atau dikomentari (Unicef, 2020). Pada tahun 2018 Indonesia menempati posisi ke 5 dari 78 negara dengan kasus *bullying* terbanyak salah satunya *body shaming* (dalam Sofia, 2023). Berdasarkan data survey *body peace resolution* yang di dilakukan oleh Yahoo! *Health*, survey terhadap 20.000 orang berusia 13-64 tahun melaporkan sebanyak 94% remaja perempuan pernah mengalami *body shaming*, sementara remaja laki-laki hanya 64% (dalam Hestianingsih., 2018). Berdasarkan data tersebut remaja adalah usia yang rentan mengalami *body shaming*.

Menurut Hurlock (1991) istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata latin (*adolescence*) yang berarti "tumbuh" atau "tumbuh menjadi dewasa". Kemudian remaja diartikan sebagai periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional. Dalam penelitian ini remaja sering dikategorisasikan sebagai usia

bermasalah, hal ini berkaitan dengan fase dimana remaja cenderung membutuhkan suatu pengakuan dan ingin selalu mencoba, meniru apa yang dia sukai, ingin terlihat seperti orang lain. Selain itu ciri-ciri khusus remaja dimana masa remaja sebagai periode yang penting, masa remaja sebagai periode peralihan, masa remaja sebagai periode perubahan seperti meningginya emosi, perubahan tubuh, perubahan minat peran dalam pergaulan sosial, masa remaja sebagai usia bermasalah, masa remaja sebagai masa mencari identitas, masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan, masa remaja sebagai masa yang tidak realistis, masa remaja sebagai ambang masa dewasa. Selain itu remaja memiliki tugas perkembangan yaitu diharapkan mampu menerima keadaan fisiknya, dapat mencapai kemandirian emosional, membina hubungan baik dengan teman sebaya dan mampu membina hubungan baik dengan lingkungan sosial (Hurlock, 1991). Apabila tugas perkembangan tersebut dapat dilakukan dengan baik dan terpenuhi maka tidak akan mengalami kesulitan. Hal tersebut bisa dimaknai kenapa remaja mengalami *body shaming* dimana pada masa remaja perubahan fisik sangat diperhatikan, selain itu saat dia tidak di terima di lingkungan akan mengalami ketakutan karena perubahan bentuk fisiknya itu karena ejekan sehingga menjadi hal yang menyakitkan bagi dia, akhirnya terbawa perasaan, hal tersebut akan berdampak dalam kehidupannya dan harga diri dia dimana akan membawa akibat negatif dalam kehidupan sosial, serta menyebabkan ketidakbahagiaan pada remaja tersebut.

*Body shaming* terjadi pada remaja berinisial RA, 14 tahun dimana dia mendapatkan kata-kata yang tidak pantas dengan bentuk tubuh yang dianggap berlebihan selain itu di hina dipanggil badak, serta dikomentari hal negatif lainnya karena dengan kondisi fisik yang berlebihan, hingga dia tidak percaya diri dengan kondisi fisik yang dimiliki, hal ini membuat dirinya trauma dan malu untuk bergaul dengan orang lain (Pere, 2020). Pada korban remaja ANM, 18 tahun nekat membakar tubuhnya sendiri diduga karena depresi, sering kali mendapatkan perlakuan *bullying* verbal seperti diejek anak orang miskin hingga dijauhi oleh teman-temannya (Siregar, 2022). Namun berbeda dengan korban *body shaming* remaja Putri Ariani penyanyi tuna netra yang menginjak usia 17 tahun, dari kecil sampai sekarang dia kerap mendapatkan diskriminasi karena kondisi fisiknya, saat bernyanyi tidak dianggap, karena memiliki kekurangan/difabel, dia mendapatkan *body shaming* terhadap fisik terutama pada bagian mata karena tidak bisa melihat atau berbeda dengan yang lain, selain itu dia juga tidak memiliki banyak teman, akan tetapi dengan kekurangannya itu dia mampu menonjolkan kelebihan dibalik kekurangannya, selalu berkarya, berusaha untuk mencapai tujuan, selalu percaya diri, mampu membuktikan potensi yang dia miliki, hingga menganggap kekurangan sebagian dari suatu kelebihan (Detikhot, 2023).

Hal ini diduga terkait dengan harga diri yang dia miliki. *Body shaming* sering

terjadi karena korban dirasa tidak memenuhi standar kecantikan yang ada pada masyarakat, dimana yang beredar adalah kurus merupakan hal mutlak di mana seseorang dapat dikatakan cantik bila memiliki fisik yang cantik atau didasari adanya upaya menilai tubuh seseorang dengan mengacu pada citra tubuh ideal (Abdi, 2023). Menurut Mackay & Fredricson (dalam Lestari, 2019) *body shaming* terjadi sebagai bentuk evaluasi negatif terhadap individu karena mereka dianggap tidak mampu mencapai standar kecantikan ideal yang berkembang di masyarakat. Dari berita di atas, dapat diketahui bahwa remaja korban *bullying* itu ketika menerima *body shaming* mengakibatkan dia menjadi terpuruk, trauma, malu untuk bergaul dengan orang lain hingga mengakhiri hidupnya. Namun ada juga yang berusaha untuk menonjolkan kelebihan dibalik kekurangannya, selalu berkarya, mampu membuktikan potensi yang dia miliki, hingga menganggap kekurangan sebagai dari suatu kelebihan.

Menurut Santrock (2007) harga diri merupakan cara seseorang mengevaluasi dirinya secara positif evaluasi ini memperlihatkan bagaimana individu menilai dirinya sendiri dan diakui atau tidaknya kemampuan dan keberhasilan yang diperolehnya. Sedangkan menurut Coopersmith (1967) harga diri merupakan hasil evaluasi individu tentang keberhargaan yang diekspresikan dalam sikap penerimaan atau penolakan yang menunjukkan sejauh mana individu percaya bahwa dirinya mampu, berarti dan berharga. Berdasarkan pengertian di atas dapat dikatakan bahwa harga diri merupakan penilaian individu berdasarkan persepsi tentang bagaimana individu menghargai dan menilai dirinya sendiri secara keseluruhan, memiliki kemampuan, memiliki arti, keberhargaan dan kompetensi akan dirinya sendiri berdasarkan penilaiannya terhadap lingkungan sosial yang berupa sikap positif atau negatif.

Harga diri yang dimiliki oleh masing-masing individu bervariasi, ada yang rendah dan ada yang tinggi hal ini berkaitan dengan pembentukan harga diri. Menurut Coopersmith (1967) pembentukan harga diri dipengaruhi beberapa faktor yaitu keberartian individu, keberhasilan individu, kekuatan individu, performansi individu yang sesuai dalam mencapai prestasi yang diharapkan. Hal ini tentunya membuat proses perkembangan remaja tidak selalu berlangsung secara lancar, pada kebanyakan individu akan lebih mudah untuk menilai kekurangan diri pada menemukan kelebihan/kemampuan yang dimiliki. Tentunya hal ini sangat penting agar remaja mempunyai harga diri yang tinggi. Hal ini sangat berkaitan dengan proses penilaian mengenai harga diri remaja tersebut. Pada perkembangan remaja, harga diri akan sangat menentukan keberhasilan atau kegagalan yang akan datang.

Dari penjelasan di atas dapat dikatakan remaja korban *body shaming* memiliki harga diri tinggi, remaja percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan, merasa dirinya memiliki arti, berharga berdasarkan versi terbaik dari dirinya sendiri, individu mampu

mencapai keberhasilan, mampu mengatasi setiap hambatan yang muncul, mampu menghargai dan saling menghormati satu sama lain, adanya sikap menghargai dan mencintai diri sendiri, individu mampu menerima diri, perasaan bahagia, tetap tenang saat mendapatkan komentar negatif, kemudian mampu menerima apa adanya, percaya diri, dia mengetahui potensi/kemampuan, mampu mengembangkan potensi yang dimiliki, mempunyai etika, moral yang baik di lingkungan, menilai kekurangan sebagai sebuah kelebihan. Begitupun menurut Coopersmith (1967) karakteristik *self esteem* individu yang memiliki *self esteem* tinggi, ditunjukkan dengan sikap yang lebih aktif dalam mengekspresikan diri dengan baik, memiliki kemampuan dalam bersosialisasi dengan lingkungan maupun dalam bidang pendidikan, menerima kritikan dari orang lain, percaya terhadap persepsi diri, meyakini bahwa dirinya memiliki kemampuan, tidak fokus kepada kekurangan, tidak mudah merasa lemah atau gagal atas pendapat orang, mudah beradaptasi dengan lingkungan dan bersosialisasi dengan orang lain. Sedangkan *self esteem* rendah yaitu memiliki rasa tidak puas atas apa yang telah dimiliki, takut akan kegagalan dalam menjalin interaksi sosial, selalu merasa putus asa, merasa tidak diperhatikan, dan selalu menyalahkan diri sendiri.

Sedangkan pada remaja korban *body shaming* dengan harga diri rendah, remaja akan merasa sedih karena mendapatkan cemoohan dari pelaku, dia merasa dirinya tidak berarti, merasa kekurangan, merasa takut saat dirinya ditindas, mengalami rasa malu saat dikomentari fisiknya, tidak mempunyai kekuatan untuk melawan saat pelaku melakukan komentar negatif, tidak mampu mempertahankan diri saat diperlakukan dengan sebutan sebutan aneh, dirinya merasa terlalu lemah, merasa minder dengan penilaian diri karena komentar pelaku, sulit untuk memulai hubungan dengan lingkungan baru, berusaha menjauh dari lingkungan sosial karena kurang adanya penerimaan terhadap dirinya, merasa tidak berharga saat pelaku melakukan komentar negatif, cenderung pendiam, merasa tidak berharga saat pelaku melakukan komentar negatif, hingga sulit bergaul.

Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan (Iflah, 2022) berjudul “gambaran *self esteem* pada perempuan korban *body shaming*”. Menunjukkan bahwa kelima subjek merasa malu akan bentuk tubuh, terdapat tiga yang bisa menerima perlakuan *body shaming*, dua cenderung tidak bisa menerima perlakuan *body shaming*, terdapat tiga cenderung bisa menghargai dan menerima keadaan dirinya sedangkan dua cenderung belum bisa menghargai dan menerima keadaan dirinya.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah responden dalam penelitian ini remaja laki-laki dan perempuan, penelitian ini dilakukan di Indonesia, metode penelitian ini kuantitatif deskriptif, sampel dalam penelitian ini berjumlah 272 dengan teknik *purposive sampling*, dengan kriteria remaja laki-laki dan perempuan usia 13-18 tahun korban *body shaming*, teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan skala likert, teknik analisis data dalam penelitian ini

adalah analisis tabulasi silang (*Crosstab*).

Sedangkan pada penelitian yang dilakukan Iflah (2022) responden yang diteliti remaja perempuan, penelitian dilakukan hanya di Sungai Pauh Kecamatan Langsa Barat Kota Langsa, metode yang digunakan penelitian kualitatif dengan metode fenomenologi, informal dalam penelitian berjumlah lima orang dengan teknik *purposive sampling* dengan kriteria perempuan remaja akhir usia 18-21 tahun, teknik pengumpulan data yaitu wawancara semi terstruktur dan dokumentasi, analisis data penelitian yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Berdasarkan penjelasan di atas tentunya penelitian ini sangat penting untuk diteliti dimana cukup memprihatinkannya dampak yang terjadi pada remaja yang menjadi korban *body shaming*, cenderung mudah mengidap depresi bahkan ada yang sampai bunuh diri, selain itu korban bisa mengalami masalah dengan resiko tinggi terhadap gangguan makan serta kurang percaya diri akan kemampuan yang dimiliki, tidak bisa dibayangkan jika remaja ini tidak terbentuk *self esteem* nya bisa banyak yang mengalami depresi bahkan bunuh diri hal ini bisa merugikan individu tersebut bahkan orang terdekatnya. Oleh karena itu perlunya untuk diteliti.

Berdasarkan penjelasan latar belakang, maka peneliti akan melakukan penelitian tentang gambaran *self-esteem* pada remaja yang mengalami *body shaming*.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran *self esteem* pada remaja yang mengalami *body shaming*, dengan menggunakan data penunjang dan dilakukan dengan teknik analisis berupa tabulasi silang (*Crosstab*).

## 1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian

### 1.3.1 Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui gambaran *self esteem* pada remaja yang mengalami *body shaming*, dengan menggunakan data penunjang dan dilakukan dengan teknik analisis berupa tabulasi silang (*Crosstab*).

### 1.3.2 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas, maka penelitian ini memiliki manfaat sebagai berikut:

#### 1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis pada penelitian ini, antara lain: Diharapkan dapat

memberikan manfaat serta menambah pengetahuan, terutama pada masalah yang berkaitan dengan *body shaming* bagi peneliti. Dapat digunakan sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya.

## 2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis pada penelitian ini, antara lain: diharapkan dapat meningkatkan harga diri remaja korban *body shaming*. Diharapkan penelitian ini membuat remaja menjadi orang berani, percaya diri akan potensi yang dimiliki sehingga meningkatkan harga dirinya. Diharapkan dengan penelitian ini menjadikan remaja menjadi pribadi yang lebih baik.