

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Remaja menurut *World Health Organization* (2015) adalah penduduk yang tergolong dalam rentang usia 10-19 tahun. Remaja berasal dari kata latin yaitu *Adolescence* yang artinya bertumbuh dengan ciri-ciri kematangan fisik, sosial, serta psikologis (Sarwono, 2012). Masa remaja bisa diartikan sebagai masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa (Febristi, Arif, & Dayati, 2020). Masa remaja juga diasosiasikan dengan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, dimana pada masa remaja juga termasuk ke dalam kelompok populasi yang cukup besar.

Dari jumlah penduduk dunia jumlah remaja diperkirakan berkisar 1.2 miliar atau 18% , kemudian seperlima jumlah penduduk di Asia Pasifik menunjukkan remaja yang berumur 10-19 tahun (WHO, 2014). Sedangkan menurut proyeksi tahun 2013, penduduk Indonesia pada tahun 2015 yang merupakan remaja usia 10-24 tahun menunjukkan lebih dari 66 juta atau 25 % dari jumlah penduduk keseluruhan (Bapenas, BPS, UNFPA 2013).

Memasuki masa peralihan, remaja mengalami banyak perubahan baik perubahan fisik, psikis, ataupun sosio-emosional (Lintang, Ismanto & Onibala, 2015). Perubahan mulai terjadi ketika remaja mengalami pubertas. Perubahan paling nyata ialah perubahan fisik seperti tinggi badan, berat badan berlebih, bertambahnya lemak, ukuran tubuh, bahkan raut wajah. Kekhawatiran yang sering terjadi pada remaja ialah ketakutan bertambahnya berat badan yang

berlebih (overweight). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2013), prevalensi obesitas di Indonesia mengalami kenaikan dari 26% menjadi 35% dan pada remaja usia 16-18 tahun. Menurut Riskesdas (2013), diketahui bahwa prevalensi obesitas pada kelompok umur 13-15 tahun di Indonesia sebesar 2,5%. Kemudian Prevalensi Nasional obesitas umum pada perempuan lebih tinggi daripada laki-laki, yaitu 32,9% dibanding 19,7%. Oleh sebab itu, remaja menjadi amat memperhatikan kondisi tubuh mereka dan membangun citranya sendiri mengenai bagaimana tubuh mereka tampaknya. Selain melakukan penilaian terhadap tubuhnya, remaja wanita tentunya juga melakukan penilaian terhadap keberhargaan dirinya (Julianti Jessi, 2015).

*Self esteem* atau harga diri pada remaja merupakan salah satu hal yang penting dalam perkembangannya. *Self esteem* bisa dikatakan sebagai evaluasi diri seseorang secara keseluruhan. Dimana evaluasi tersebut dilakukan terhadap diri individu yang dibandingkan dengan pencapaian ideal diri yang telah ditetapkan sebelumnya. *Self esteem* ialah dari hasil interaksi individu terhadap lingkungannya dan atas sejumlah penghargaan, penerimaan dari orang lain, serta pengertian orang lain terhadap dirinya. (Myers, 2014).

Berdasarkan Data Rumah Sakit Jiwa Provinsi Bali tahun 2015 di dapatkan data pasien yang *self esteem* rendah sebanyak 773 orang. Dan pada tahun 2016 ada penambahan pasien yang mengalami *self esteem* rendah menjadi 808 orang. Berdasarkan data penderita *self esteem* rendah yang diambil di RSKD Provinsi Maluku, yang pernah dirawat 3 tahun terakhir (2016 – 2018) adalah tahun 2016 sebanyak 20 dengan persentase 35,08%, tahun 2017 sebanyak 25 persentase

43,85%, tahun 2018 sebanyak 12 dengan presentase 21,05%. Dari total kasus harga diri rendah yang terjadi 3 tahun terakhir (2016 - 2018) adalah 57 dengan persentase 99,98%.

Dampak jika remaja memiliki *self esteem* yang baik adalah akan percaya diri, bertindak dengan mandiri, mudah menerima tanggung jawab, mengatasi frustrasi dengan baik, menanggapi tantangan baru dengan antusiasme. Semakin menarik atau efektif kepercayaan diri terhadap tubuh maka semakin positif *self esteem* yang dimiliki, karena *body image* positif akan meningkatkan nilai diri, kepercayaan diri, serta mempertegas jati diri terhadap orang lain maupun dirinya sendiri, yang akan mempengaruhi *self esteem* (Henggaryadi dan Fakhurrozi, dalam Sari, 2012). Sedangkan dampak yang didapat jika seorang remaja memiliki *self esteem* rendah adalah remaja akan menghindari sesuatu yang dapat mencetuskan kecemasan, mengalami stress, percaya diri rendah, merendahkan bakatnya sendiri, selalu merasa tidak ada yang menghargainya, mudah terpengaruh oleh orang lain, mudah frustrasi, merasa tidak berdaya, serta menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang sempit (Fianinda Corona Fatma, 2017).

Terbentuknya *self esteem* menurut (Novara,2018) dapat dipengaruhi oleh Kondisi Fisik (yang berhubungan dengan *body image*), Jenis Kelamin, Intelegensi, Lingkungan social, Keluarga. Dari semua faktor terbentuknya *self esteem* yang paling penting ialah faktor kondisi fisik. Kondisi fisik yang dimaksud ialah berkaitan dengan *body image* dimana secara konsisten memiliki hubungan yang paling erat terhadap *self esteem*. Selain itu, menurut (Cash,

2012) menyatakan bahwa *body image* ini meliputi persepsi mengenai keseluruhan penampilan fisik, yang dimana pada remaja unsur ini merupakan unsur terpenting dari terbentuknya *self esteem* secara keseluruhan (*global self-esteem*).

*Body image* menurut Philips, Pinto & Jain (dalam Normalita, 2016 : 547) bisa diartikan dengan pengalaman individu berbentuk persepsi terhadap gambaran tubuh serta berat tubuhnya, dan tingkah laku yang mengarah kepada evaluasi individu tersebut terhadap penampilan fisiknya. *Body Image* terbentuk ketika memasuki perkembangan remaja. Remaja putri lebih terpengaruh oleh bayangan atau citra tubuh ideal yang diajarkan oleh kebudayaan atau lingkungan sekitar. Remaja putri banyak menunjukkan ketidakpuasaan terhadap tubuh, khususnya remaja putri yang lebih banyak mengembangkan *body image* negative

Tingkat *body image* individu digambarkan oleh seberapa jauh individu merasa puas terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan. Kesenjangan yang terlalu jauh antara tubuh yang dipersepsi individu dengan tubuh ideal akan menyebabkan penilaian yang negatif terhadap tubuhnya. Semakin besar ketidaksesuaian ini maka semakin rendah pula penilaian terhadap tubuhnya, sedangkan orang yang memiliki penilaian yang positif terhadap tubuhnya akan mampu memanfaatkan tubuhnya dengan baik secara maksimal.

*Body image* memiliki peranan penting dalam proses perkembangan remaja. Dampak buruk dari *body image* pada remaja dibagi menjadi 2 yaitu

*body image* positif dan *body image* negative. *Body image* positif terjadi ketika remaja tersebut merasa puas dan bangga akan penampilannya, lebih menghargai bentuk tubuh serta memahami bahwa penampilan fisik tidak ada yang sempurna, dan jika dimaknai dengan baik *body image* positif akan membuat remaja berkembang dengan mental yang lebih baik.

Dampak dari *body image* negative terjadi ketika individu tersebut merasa dirinya sangat jauh dari harapan dan gambaran idealnya, merasa tidak percaya diri sehingga menyebabkan kurangnya kemampuan dalam menyesuaikan diri dari orang lain dan lingkungan sekitarnya. Kemudian akan berpengaruh buruk pada kehidupan remaja, dimana remaja tersebut akan merasa minder atau malu, cemas tentang tubuhnya, dan bisa menurunkan *self esteem* remaja tersebut. (Romansyah & Natalia, 2012 dalam Prasetya Yudhi 2018). *Body image* negatif yang berlebihan dapat berkembang menjadi suatu gangguan yang disebut *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) dan sebanyak 1-1,5% dari populasi dunia memiliki kecenderungan BDD, dan kecenderungan BDD akan lebih tinggi pada budaya yang sangat mementingkan penampilan (Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, Vol.1 No, 02 Juni 2012. Hal 111). Kemudian (Cash & Pruzeinsky, dalam Connie Jason P Sihombing 2019) juga mengemukakan bahwa 40-70% remaja putri memiliki *body image* yang relative rendah atau negative dikarenakan ketidakpuasan pada beberapa aspek tubuhnya, seperti bertambahnya masa lemak tubuh pada bagian pinggul, paha, pantat dan perut.

Penelitian yang dilakukan di Indonesia juga memperlihatkan hasil bahwa *self esteem* sangat berperan penting dalam berkembangnya *body image*.

Dikarenakan penampilan fisik yang berkaitan dengan *body image* secara konstan mempunyai kolerasi yang paling kuat terhadap *self esteem* (Cash & Pruzinsky dalam Nurvita Victoria 2015). Semakin rendahnya *self-esteem* maka semakin negatif *body image* pada remaja tersebut, begitu juga sebaliknya. *Body image* negatif dalam hal ini berarti remaja memandang negative mengenai tubuh yang dimilikinya, seperti remaja tersebut kurang puas terhadap penampilannya, mengalami kekhawatiran yang berlebih akan badannya, atau kurang percaya diri. Sebaliknya remaja yang memiliki *body image* positif berarti memandang tubuhnya dengan positif pula, dengan menunjukkan kepuasan terhadap tubuhnya, penerimaan terhadap tubuhnya, dan kepercayaan diri yang tinggi terhadap tubuhnya sendiri.

Hasil penelitian lain mengenai *body image* menunjukkan bahwa dari 12 subjek sebanyak 29,27% memiliki *body image* rendah, hal ini berarti menunjukkan bahwa subjek tersebut di kategorikan *body image* negatif. Sedangkan subjek dengan *body image* positif sebanyak 3 orang dengan persentase sebesar 7,32%. Pada kategori *self-esteem* 10 subjek berada dalam kategori *self esteem* yang rendah dengan presentasi sebanyak 24,39%. Dan 6 subjek lain di kategorikan dengan *self esteem* tinggi dengan persentase sebesar 14,63% (Nurvita Victoria 2015). Baskova et al 2017; Anez et al, (2018) menjelaskan bahwa penampilan fisik yang berkaitan dengan berat badan, tinggi badan, warna kulit dan penampilan berkaitan dengan kepuasan dan ketidakpuasan remaja putri terhadap tubuhnya dan *self esteem* remaja putri.

Maka dari latar belakang masalah yang telah dipaparkan, dapat di simpulkan bahwa pada tahap remaja *body image* yang positif adalah salah satu hal yang penting dan perlu diperhatikan demi membentuk sebuah *self esteem* yang positif pula. Hal ini yang mendasari peneliti untuk melakukan penelitian terhadap hubungan antara *body image* dengan *self esteem* pada remaja dengan metode *literature review* dengan pendekatan *systematic literature review*.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian yang telah di paparkan pada latar belakang, maka peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut : “Bagaimana Hubungan Antara *Body image* dengan *Self esteem* pada Remaja?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Untuk mengidentifikasi bagaimana Hubungan Antara *Body image* dengan *Self esteem* pada Remaja.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Manfaat penelitian yang kami lakukan adalah agar remaja lebih mengetahui hubungan *body image* dan *self esteem* pada remaja.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

- 1) Penelitian ini berguna untuk peneliti sendiri yaitu memperluas wawasan yang baru tentang *body image* dan *self esteem*.
- 2) Secara khusus kegunaan penelitian ini untuk jurusan Keperawatan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya dengan kajian yang

sama, dan untuk mahasiswa yang akan meneliti dengan variabel yang sama secara umum.

- 3) Bagi masyarakat umum penelitian ini berguna untuk mengetahui Hubungan Antara *Body image* dengan *Self esteem* pada Remaja.

### 1.5 Ruang Lingkup

Ruang Lingkup penelitian ini adalah Keperawatan Jiwa yang merupakan penelitian literature review dengan pendekatan *systematic literature review* dengan judul “Hubungan *Body Image* dengan *Self Esteem* Pada Remaja”. Variabel independen ialah *body image* dan variable dependen nya ialah *self esteem*. Populasi penelitian ini adalah artikel nasional dan internasional dengan kategori ada kaitannya dengan *body image* dan *self esteem*. Menggunakan teknik sampling *Purposive Sampling*. Data Base yang digunakan pada penelitian ini adalah *google scholer*, *portal garuda*, dan *scienceGate*. Penelitian ini dilakukan dari bulan Desember-Agustus.