BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia mengalami perkembangan dan pertumbuhan salah satunya adalah masa remaja. Masa remaja adalah masa seseorang sedang di fase mencari jati diri dan belum juga dapat dikatakan masa dewasa. Usia remaja dimulai dari 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi remaja putri sedangkan usia 13 sampai dengan 22 tahun bagi remaja putra. [1] Di usia remaja awal, biasanya mereka berteman dengan siapa saja, bergaul sesuka hati dikarenakan beban yang mereka rasakan masih mengenai tugas dari sekolah dan permasalahan siklus pertemanan.

Pada usia ini remaja banyak mengalami perubahan yang cepat, seperti emosional yang kurang stabil, bahkan sampai perubahan fisik. Usia ini dapat disebut sebagai masa puberitas. Pada masa ini perubahan fisik remaja menjadi hal yang patut diberikan perhatian lebih. Perubahan fisik pada remaja putra adalah suara menjadi lebih berat, tinggi badan serta berat badan. Begitupun dengan remaja putri perubahan tinggi. badan, berat badan yang mengalami perubahan. Perubahan yang terjadi ini menjadi perhatian para remaja karena dilihat oleh banyak orang.

Masa sekarang masyarakat masih memiliki pemikiran bahwa standar kecantikan pada remaja putri ialah putih, langsing, tinggi atau yang sering disebut"*body goals*", standar demikian juga dimiliki oleh laki-laki. Hal tersebut terjadi karena banyaknya model cantik di sosial media sehingga masyarakat berekspektasi tinggi pada standar kecantikan. Namun, ada pula *influencer* (seseorang

[1] Muhammad Ali dan Muhammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2010), h 9.

CENTRAL LIBRARY OF STATE OF ISLAMIC INSTITUTE PAREPARE

yang dapat memberi pengaruh dimasyarakat) yang membuktikan bahwa cantik bukan entang putih, langsing, tinggi tetapi cantik adalah ketika mencintai diri sendiri, bersyukur dan tetap menjadi diri sendiri tanpa mendengar omongan orang lain.

Pemikiran masyarakat terhadap standar kecantikan memengaruhi terbentuknya citra tubuh pada remaja. Menurut Arthur *body image* atau citra tubuh merupakan imajinasi subjektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini. Pengertian *body image* merupakan gambaran yang dimiliki seseorang mengenai dirinya sendiri sebagai makhluk yang mempunyai fisik (bentuk tubuh seorang remaja) karena pada masa remaja seseorang akan mengalami pubertas diketahui ketika seorang remaja harus siap menerima perubahan pada dirinya menurut Burn.[2]

Citra tubuh akan selalu berubah dan tidak statis, perubahannya dipengaruhi oleh suasana hati, lingkungan, emosi, sosial media, bahkan sampai pada pengalaman fisik. Maka dapat disimpulkan citra tubuh adalah gambaran seseorang tentang tubuhnya baik ukuran ataupun bentuk tubuhnya serta mereka dapat mengetahui baik kekurangan maupun kelebihan fisiknya. Citra tubuh positif atau negatif tergantung penilaian seseorang terhadap dirinya. Ideal dari citra tubuh seseorang adalah positif agar mampu menerima dirinya tanpa harus memikirkan standar tubuh orang lain.

Remaja yang merasa citra tubuh negatif akan berusaha agar tubuh mereka ideal menurut perkataan orang lain. Namun, jika dipandang secara normal bentuk tubuh ataupun ukuran tubuh mereka normal-normal saja. Sebagian remaja putri

[2] Amandha Unziila Denich, Ifdil, 'Konsep Body Image Remaja Putri', *Konseling dan Pendidikan*, 3.2 (2015), h. 56.

CENTRAL LIBRARY OF STATE OF ISLAMIC INSTITUTE PAREPARE

berkeinginan memiliki tubuh langsing dengan cara diet, berolahraga joging, bersepeda dan berusaha mempercantik diri dengan menggunakan rangkaian *skincare*.

Akibat dari penilaian mengenai tubuh seseorang remaja, pada zaman sekarang banyak remaja yang mengalami rasa *insecure* atau rasa ketidaknyamanan. *Insecure* atau dalam bahasa Indonesia rasa ketidaknyamanan dapat diartikan sebagai rasa takut akan sesuatu yang dipicu oleh rasa tidak puas dan tidak yakin akan kapasitas diri sendiri, saat ini sering kita jumpai remaja yang memiliki karakter seperti pencemas, penakut, perasaan rendah diri dan pemalu oleh para profesional perilaku, menyebut ini adalah sebagai jenis perilaku neurotik atau *insecure* (perasaan tidak aman). Namun rasa ketidaknyamanan atau *insecure* membuat para remaja menutupi sisi lain dari mereka agar tidak terlihat oleh orang lain, remaja berusaha menutupi sisi lain mereka dengan melakukan sesuatu yang menurut mereka, bisa tampak hebat di mata orang lain.[3]

Salah satu hal yang membuat remaja putri sering merasa masih sering *insecure* atau rasa ketidaknyamanan bersumber dari sosial media, sosial media atau media sosial adalah tempat berinteraksi sosial dengan banyak orang. Contohnya dengan seseorang mengunggah foto ke sosial media semua orang dapat mengomentari postingan tersebut, baik komentar positif ataupun komentar negatif. Terkadang komentar-komentar tersebut yang membuat remaja merasa tidak nyaman atau *insecure*, tidak dapat dipungkiri kita sendiri terkadang tidak sengaja melontarkan hal tersebut. Remaja akan merasa tidak percaya diri bahkan ada yang sampai bunuh diri.

Dari sebuah penelitian Cash menjelaskan sekitar 40-70% gadis remaja tidak puas dengan dua atau lebih aspek dari tubuh mereka. Ketidakpuasan biasanya

[3] Uyu Mu'awwanah, *Perilaku Insecure Pada Anak Usia Dini*, Pendidikan Anak Usia Dini 2.1 (2017), h. 48.

CENTRAL LIBRARY OF STATE OF ISLAMIC INSTITUTE PAREPARE

berfokus pada jaringan adipose substansial dalam tubuh bagian tengah atau bawah, seperti pinggul, perut dan paha. Diberbagai negara maju, antara 50-80% gadis remaja ingin menjadi langsing dan melakukan diet bervariasi dari 20% hingga 60%. [4]

Studi kasus yang dilakukan oleh Muhsin pada tahun 2015 tentang citra tubuh negatif terhadap remaja putri yang berusia 19-22 tahun ditemukan hasil bahwa remaja tidak puas dengan kondisi rambut, gigi, kulit wajah, badan kurus dan kakinya yang berkeloid dan warna kaki hitam. Dampak yang mereka rasakan adalah stress, percaya diri rendah dan terganggunya interaksi sosial.[5]

Padahal telah jelas sebagaimana sabda Rasulullah SAW

عَنْ أَبِيْ هُرَيْرَة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ : قَالَ رَسُوْلُ اللهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : إِنَّ اللهَ لاَ يَنْظُرُ إِلَى صُوَرِكُمْ وَ أَمْوَالِكُمْ وَ لَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى قُلُوْبِكُمْ وَ أَعْمَالِكُمْ

Artinya:

Dari Abu Hurairah Radhiyallahu ‘anhu, ia berkata :
Nabi Shallallahu ‘alaihi wa sallam telah bersabda, “Sesungguhnya Allah tidak memandang kepada rupa kalian, juga tidak kepada harta kalian, akan tetapi dia melihat kepada hati dan amal kalian”. [HR. Muslim no. 2564][6]

Dari hadist di atas menjelaskan bahwa Allah Swt. tidak akan memberi ganjaran terhadap bentuk tubuh atau rupa manusia ataupun hartanya. Adapun yang terbebani hukum adalah perbuatan yang berkaitan dengan diri manuia, demikian pula sifat dan bentuk yang diluar manusia seperti : rupa, putih, tinggi, pendek. Allah juga tidak melihat kaya atau miskin. Amal hati merupakan dasar keimanan, sebagai tonggak agama seperti mencintai Allah Swt. dan Rasulnya sabar terhadap putusannya, takut dan berharap kepadanya, amal wajib bagi seluruh setiap makhluk.

---

[4] Amandha Unziila Denich & Ifdil, ‘Konsep Body Image Remaja Putri’, h. 57.

[5] Elis Sulistiya, Dwi Yuwono Puji Sugiharto & Mulawarman, ‘ Dampak Konseling Kelompok Cognitive Behavior Therapy (CBT) Teknik Cognitive Restructing untuk Meningkatkan Body Image, 6.2 (2017), h. 136.

[6] Muhammad Abduh Tuasikal, ‘Perhatikanlah Hatimu’, (Rumaysho.com, 2014).

CENTRAL LIBRARY OF STATE OF ISLAMIC INSTITUTE PAREPARE

Sejalan dengan QS. Al-Hujurat ayat 13 sebagai berikut:

يٰٓاَيُّهَا النَّاسُ اِنَّا خَلَقْنٰكُمْ مِّنْ ذَكَرٍ وَّاُنْثٰى وَجَعَلْنٰكُمْ شُعُوْبًا وَّقَبَاۤىِٕلَ لِتَعَارَفُوْا ۚ اِنَّ اَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللّٰهِ اَتْقٰىكُمْ ۗاِنَّ اللّٰهَ عَلِيْمٌ خَبِيْرٌ

Terjemahannya :

> "Wahai manusia! Sungguh, Kami telah menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan, kemudian Kami jadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kamu saling mengenal. Sesungguhnya yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling bertakwa. Sungguh, Allah Maha Mengetahui, Mahateliti" (QS. Al-Hujurat).[7]

Dalam al-Qur'an diatas menjelaskan bahwa manusia jangan merasa bangga ataupun lebih tinggi daripada manusia lainnya, baik dari suku, bangsa, warna kulit atau kondisi bawaan yang lain. Dalam surah ini tidak ada perbedaan nilai kemanusiaan baik laki-laki-laki ataupun perempuan, karena semua sama dimata Allah swt. Hanya ketaqwaan yang akan menjadi bekal di akhirat nantinya.

Dari hasil observasi yang dilakukan terdahulu terdapat beberapa remaja putri yang merasa *insecure* atau rasa ketidaknyamanan terhadap citra tubuh mereka, sebagian mereka berusaha membuat tubuh mereka tampak lebih baik dengan melakukan diet berlebihan, berolahraga joging, bersepeda dan yang lain. Tidak hanya itu sebagian remaja pun mulai terkontaminasi dengan produk-produk kecantikan, mulai dari yang ber-BPOM, hingga yang tidak. Jika dipandang ukuran dan bentuk tubuh mereka normal-normal saja, tetapi setiap remaja putri memiliki gambaran citra tubuh mereka masing-masing.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti ingin menunjukkan rasa ketidaknyamanan atau rasa *insecure* yang dapat diartikan sebagai rasa takut, gelisah

---

[7] Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya.*

CENTRAL LIBRARY OF STATE OF ISLAMIC INSTITUTE PAREPARE

hingga tidak percaya diri. Adapun dampak dari rasa ketidaknyamanan pada remaja putri yaitu menyalahkan diri sendiri, merasa tidak percaya diri, sering membandingkan diri dengan orang lain. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Citra Tubuh Terhadap Rasa Ketidaknyamanan Remaja Putri di Kelurahan Tiro Sompe Kecamatan Bacukiki Barat Kota Parepare".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang dapat dirumuskan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran citra tubuh bagi remaja putri di Kelurahan Tiro Sompe Kecamatan Bacukiki Barat Kota Parepare?
2. Mengapa citra tubuh membuat rasa ketidaknyamanan remaja putri di Kelurahan Tiro Sompe Kecamatan Bacukiki Barat Kota Parepare?

C. Tujuan Penelitian

Pada dasarnya segala hal yang dilakukan mempunyai tujuan tersendiri yang ingin dicapai, begitupun dengan penelitian ini. Berdasarkan rumusan masalah di atas maka penelitian ini bertujuan:

1. Untuk mengetahui gambaran citra tubuh bagi remaja putri di Kelurahan Tiro Sompe Kecamatan Bacukiki Barat Kota Parepare.
2. Untuk mengetahui alasan citra tubuh membuat rasa ketidaknyamanan bagi remaja putri di Kelurahan Tiro Sompe Kecamatan Bacukiki Barat Kota Parepare

CENTRAL LIBRARY OF STATE OF ISLAMIC INSTITUTE PAREPARE

D. Kegunaan Penelitian

Dalam setiap penelitian akan menyajikan kegunaan baik secara teoritis ataupun secara praktis. Kegunaan penelitian ini ialah sebagai berikut:

1. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan bacaan dan referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) serta tambahan informasi tentang citra tubuh terhadap rasa ketidaknyamanan remaja putri.
2. Secara praktisi, hasil penelitian ini dapat membantu remaja putri agar tidak merasa *insecure* atau rasa ketidaknyamanan pada citra tubuh mereka dan dapat dijadikan sebagai bahan kajian untuk pengembangan penelitian selanjutnya.

PAREPARE
CENTRAL LIBRARY OF STATE OF ISLAMIC INSTITUTE PAREPARE

PAREPARE

CENTRAL LIBRARY OF STATE OF ISLAMIC INSTITUTE PAREPARE