

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Permasalahan yang terjadi saat ini dikalangan remaja yaitu terganggunya *body image* seperti gangguan persepsi, mengalami ketidakpuasan dan perasaan negatif mengenai ukuran dan berat badan, serta perilaku diet atau menurunkan berat badan, dan menjadikan penampilan sebagai kriteria utama dalam evaluasi diri (Bell, 2013: 26) dalam (Merlina, 2016). Salah satu penyebabnya yaitu perlakuan *bullying* yang ditunjukkan dengan gejala merasa cemas, kecenderungan pemikiran atau percobaan bunuh diri, memiliki harga diri rendah, gangguan makan dan depresi (Wijanarko, 2017). Seseorang yang mengalami *body image* hingga menimbulkan dampak yang serius diketahui bahwa pada umumnya setiap orang memiliki standar tertentu tentang sosok ideal yang diinginkan. Misalnya standar cantik atau tampan, postur tubuh tinggi, langsing dan berkulit putih (Irawan, 2014) dalam (Pratama, 2018).

Pada usia remaja dengan berbagai perkembangan fisik dan psikososial seharusnya remaja tidak merasakan perlakuan *bullying*. Penyaringan masalah kasus tersebut sudah dilakukan di keluarga dan sekolah dengan adanya guru yang dibidang bimbingan konseling, namun hal tersebut tidak cukup membantu untuk menanggulangi tindak kekerasan dikarenakan kondisi gangguan diluar sekolah yang masif dibuktikan dengan adanya pelanggaran anak dibidang pendidikan salah satunya berupa perundungan (*bullying*) secara fisik, psikis dan seksual yang mencapai 3.184 kasus (KPAI, 2020). Kejadian *bullying* tersebut dengan cara

mengomentari penampilan fisik dan bentuk tubuh seseorang akan membuat 40% anak perempuan dan 25% anak laki-laki memiliki *body image* yang negatif (Binar,2018). Hal ini dibuktikan dengan statistik yang dilakukan oleh (Walker, 2012) dalam (Poegoeh, 2019) di Amerika Serikat 80% perempuan tidak puas dengan penampilannya dan 34% laki-laki tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Selain itu, remaja yang mengalami gangguan *body image* akan menyebabkan kurangnya percaya diri, harga diri rendah, risiko dan percobaan bunuh diri. Hal tersebut dibuktikan dengan data penelitian dari (Ifdil dkk, 2017) remaja dengan *body image* mengalami rasa percaya diri yang rendah sebanyak 75%. Penelitian dari (Rozika, dkk 2016) didapatkan data remaja dengan *body image* yang mengalami harga diri rendah sebanyak 68,8%. Remaja yang melakukan bunuh diri tertinggi di dunia yaitu pada negara Litunia dengan persentase 31,9% (WHO *Population Review*, 2018). Menurut penelitian (Hidayat, 2019) di STIKes Payung Negeri Pekanbaru, remaja korban perlakuan bullying ternyata memiliki *body image* negatif sebanyak 58,3% dan memiliki *body image* positif sebanyak 41,7% hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri mempunyai pengaruh dalam *body image* pada remaja.

Perlakuan *bullying* memiliki banyak dampak negatifnya, salah satunya berdampak pada pola pikir yang negatif pada seseorang. Hasilnya menunjukkan bahwa perlakuan *bullying* dapat menimbulkan *body image* yang negatif seperti korban tidak merasa puas dengan keadaan tubuhnya (Eva, 2016). Penampilan fisik banyak mempengaruhi pada penilaian diri sendiri terutama pada remaja bahkan seringkali berperan dalam kemampuan intelektual sehingga kadang daya tarik penampilan fisik lebih diutamakan daripada prestasi sekolah (Muri'ah, 2020).

Menurut perkembangannya, pada usia  $\geq 6$  tahun merupakan faktor pertama dari sosio-kultural mulai mempengaruhi ketidakpuasan terhadap tubuh. Pada remaja yang menarik diri dari beberapa aktivitas yang biasa dilakukan karena mereka merasa malu dengan penampilan mereka hal ini dikarenakan adanya perilaku *bullying* dan persepsi negatif terhadap bentuk tubuhnya. Oleh sebab itu, remaja akan mulai berinisiatif untuk mengelola penampilannya agar dapat tampil dalam kehidupan sosial dengan baik. Risiko dari ketidakpuasan terhadap apa yang diusahakan tersebut akan menimbulkan depresi, kecemasan, menyakiti diri sendiri bahkan tindakan bunuh diri (Gullivan, 2018) dalam (Pogoeh, 2019).

Body image negatif yang disebabkan oleh *bullying* tentunya sangat meresahkan bagi remaja yang menjadi korban, maka dari itu setiap orang harus memiliki *support system* yang kuat dapat sangat membantu dalam melewati masa sulit. Pentingnya peran keluarga memberikan *support system* terhadap anggota keluarga lainnya bertujuan untuk anggota keluarga dapat memiliki *positive behavior and decision making*, membantu melewati stress, meningkatkan motivasi, dan membantu mengeksplor diri. Percaya diri dan mencintai diri sendiri (*self love*) merupakan kunci dari individu untuk memperkecil kemungkinan terjadinya perubahan suasana perasaan negatif akibat *bullying*. Meningkatkan faktor psikologis yang positif dengan cara mengontrol faktor sosiodemografi; kategori BMI; dan gejala depresi, dan meningkatkan hubungan sosial yang positif dengan cara mencari tahu faktor predisposisi pengalaman perlakuan tindakan *bullying*, memiliki rasa percaya diri untuk menampilkan pribadi yang positif (Sutin, 2018). KPAI mendorong Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Kementerian Agama, dan Dinas Pendidikan di seluruh Indonesia, untuk memperkuat segala daya upaya

dalam percepatan terwujudnya Program Sekolah Ramah Anak (SRA) di seluruh Indonesia. Saat ini jumlah SRA di Indonesia sekitar 13 ribu dari 400 ribu sekolah dan madrasah di Indonesia (KPAI, 2020).

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan tersebut, bahwa perilaku bullying terjadi di kehidupan pergaulan remaja terutama di lingkungan sekolah, maka peneliti tertarik dengan tujuan umum untuk mengetahui hubungan perilaku *bullying* dengan *body image* pada remaja dan tujuan khusus untuk mengetahui perilaku bullying apa saja yang dilakukan oleh remaja, gangguan *body image* yang dialami remaja, serta analisis hubungan perilaku bullying dan *body image* pada remaja dalam bentuk Systematic Literature Review. Penelitian ini bermanfaat agar dapat memberikan intervensi untuk mengurangi perlakuan *bullying* pada remaja agar mampu meningkatkan *body image* positif dan dapat menjadi sumber informasi dalam pengembangan ilmu keperawatan.

