

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa pencarian dan peralihan identitas. Menurut Santrock (2003) masa remaja dikenal juga dengan masa peralihan perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang menyangkut berbagai perubahan baik secara biologis, kognitif maupun sesioemosional. Adapun menurut Hurlock (2002) yang menyatakan bahwa remaja dibedakan menjadi dua periode yaitu individu yang berumur 13-16 tahun disebut dengan remaja awal dan rentang umur 16-18 tahun disebut dengan remaja akhir (Yuanita H., dan Sukamto, 2013). Pada masa perkembangan remaja, perubahan bentuk tubuh tersebut lebih sering kali menimbulkan permasalahan tersendiri, sehingga banyak remaja yang dapat menerima dan memanfaatkan keadaan fisik tubuhnya secara efektif (Safitri, A. O., dkk, 2019).

Secara umum, bagi remaja perempuan penampilan fisik sangatlah diperhatikan. Sebagian besar remaja perempuan pasti menginginkan penampilan fisiknya terlihat menarik didepan semua orang, misalnya seperti memiliki tubuh yang langsing, kulit putih serta memiliki lengan dan kaki yang ramping (AI-Mighwar, 2006). Hal tersebut menyebabkan banyak remaja perempuan yang tidak puas dan merasa cemas jika tidak memiliki karakteristik badan tersebut, sehingga dapat membuat remaja melakukan

banyak cara untuk mendapatkan penampilan yang ideal sehingga terlihat menarik misalnya seperti melakukan diet atau olahraga (Yonaniko, 2017). Hal tersebut pula sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Neumark-Sztainer dan Hannan (2000) pada remaja sebanyak 6728 dari tingkat 5 hingga 12 yang mendapatkan hasil berupa, sebesar 88,5% yaitu perempuan lebih sering memperhatikan berat badannya dibanding dengan laki-laki, dan hampir setengahnya (45,5%) mengatakan bahwa remaja perempuan telah menjalankan diet dengan berbagai macam alasan. Alasan terbesar mereka dalam menjalankan diet adalah agar tubuh mereka terlihat lebih baik lagi.

Pada masa-masa ini, banyak remaja perempuan yang merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya dikarenakan hasil dari pengalaman dan interaksi mereka dengan lingkungan sekitarnya, baik itu dengan teman sebayanya atau bahkan dari keluarga terdekatnya sendiri (Sumali, E., dkk, 2008). Ketidakpuasan tubuh ini memiliki arti bahwa seseorang merasa memiliki bentuk tubuh yang kurang atau tidak sesuai dengan apa yang diinginkannya sehingga muncul perasaan ingin merubah bentuk tubuhnya seperti melakukan diet agar badannya lebih bagus (Prima, E., dan Sari, 2013). Seseorang yang sedang mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya sendiri ini akan memeriksa atau melihat kondisi tubuhnya secara berkala, baik itu dengan menimbang berat badan atau mengecek penampilan tubuhnya didepan cermin (Putri, D. A., dan Indryawati, 2019). Remaja perempuan yang kurang puas dengan bentuk tubuhnya dikarenakan mereka sedang mengalami perubahan fisik berupa peningkatan lemak yang berada didalam tubuhnya, sehingga

cenderung menimbulkan perilaku diet agar dapat menurunkan berat badannya (Abdurrahman, 2014).

Menurut Adlard, (2006) ketidakpuasan tubuh merupakan suatu bentuk perbedaan persepsi seorang individu mengenai bentuk tubuh yang ideal engan bentuk tubuhnya sendiri. (Sumali, E., Sukamto, dkk, 2008) menyatakan bahwa ketidakpuasan pada bentuk tubuh dikarenakan hasil dari pengalaman dan interaksi mereka dengan lingkungan sekitarnya.

Ketidakpuasan tubuh merupakan suatu keyakinan seseorang yang merasa bahwa penampilannya tidak memenuhi atau tidak sesuai dengan standar pribadinya, sehingga individu tersebut menilai rendah bentuk tubuhnya sendiri (Putri, D. A., dan Indryawati, 2019). ketidakpuasan tubuh sebagai suatu evaluasi negatif yang subyektif dari seseorang terhadap bentuk tubuh atau bagian tubuh orang lain (Yuanita H., dan Sukamto, 2013).

Bersumber dari pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa ketidakpuasan tubuh merupakan suatu gambaran seseorang yang merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya, yang diakibatkan oleh penilaian negatif orang lain terhadap bentuk tubuhnya sehingga membentuk persepsi bahwa ia merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya.

Cyberbullying menurut Noviana, dkk , (2020) merupakan suatu bentuk perilaku agresif yang bersifat negatif yang dilakukan oleh seorang atau kelompok yang bukan saudara kandung atau yang memiliki hubungan dengan korban, *bullying* melibatkan gangguan fisik, psikologis, sosial yang berulang, dan sering terjadi di sekolah atau tempat-tempat dimana mereka berkumpul

atau bisa lewat media online. Pendapat lain dinyatakan oleh Coloroso, (2007) *cyberbullying* merupakan tindakan intimidasi yang dilakukan secara berulang-ulang oleh pihak yang lebih kuat terhadap pihak yang lebih lemah, dilakukan dengan sengaja dan bertujuan untuk melukai korbannya secara fisik maupun psikologis.

Kasus *cyberbullying* di sekolah semakin marak terjadi, seperti yang diungkapkan oleh Komisioner KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) (Ningsih, S. dkk, 2022) merilis catatan akhir tahun terkait kasus perundungan atau kekerasan yang terjadi di lingkungan sekolah sepanjang 2021. Berdasarkan catatan KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia), sebanyak 17 kasus kekerasan telah terjadi dengan melibatkan para siswa dan juga guru selama periode 2 Januari hingga 27 Desember 2021. Diketahui pada kasus tersebut, bullying terjadi di lingkungan sekolah dan ada pula yang di luar sekolah namun melibatkan siswa dan guru. Dikutip dari (lampung.idntimes.com, 2022) Kepala Seksi Kelembagaan Dinas Pendidikan Kota Bandar Lampung mengatakan terdapat kasus bullying terhadap teman satu kelas terjadi di salah satu sekolah Kota Bandar Lampung. Hasil laporan orang tua korban merasa curiga karena setiap korban pulang sekolah terlihat murung, kemudian korban dipaksa bercerita hingga mengatakan hal tersebut sudah terjadi keempat kalinya. Akibat bullying tersebut akhirnya korban pindah sekolah karena sudah tidak nyaman.

Perilaku *cyberbullying* menurut Sejiwa terdiri dari fisik, non fisik, psikologis, dan *cyberbullying*, *bullying* secara fisik meliputi menendang,

memukul, mendorong, menonjok, bahkan mencubit. Perilaku *cyberbullying* non fisik meliputi mengejek, mencaci, mengancam, memeras, menghasut, serta mengintimidasi. Bullying psikologis meliputi mengucilkan, mengabaikan, menyebar gosip tidak benar, meneror, menghancurkan reputasi seseorang, dan mengasingkan secara sosial. *Cyberbullying* meliputi seseorang yang dihina dan diteror melalui media sosial. Perilaku bullying berdampak pada korban seperti perasaan takut, minder, dan merasa tidak dihargai (Sari, A., dkk, 2022).

Dampak yang terjadi akibat perilaku *bullying* yaitu korban menyendiri, menangis, depresi, takut, pendiam, dan menimbulkan gangguan mental. Selain itu, dampak lainnya korban *bullying* takut ke sekolah dan terkadang bisa mengambil keputusan yang tidak masuk akal seperti ingin bunuh diri, dan mereka juga mengalami masalah belajar yang mengakibatkan penurunan prestasi akademik. Bullying juga memberikan dampak terhadap korban secara psikologis. Korban merasakan banyak emosi negatif (marah, dendam, tertekan, takut, malu, sedih, tidak nyaman, terancam) namun tidak berdaya menghadapinya. Emosi-emosi ini berujung munculnya perasaan rendah diri bahwa dirinya tidak berharga (Kusumawardani, dkk, 2020).

Beberapa karakteristik, yaitu panggilan tertentu dengan memberikan nama khusus yang tidak menyenangkan pada korban, pelaku *bullying* umumnya seorang siswa yang memiliki fisik besar dan kuat, pelaku bullying yang memiliki fisik kecil atau sedang namun memiliki dominasi psikologis yang besar di kalangan teman-teman sebayanya, memiliki kekuatan dan kekuasaan

di atas korban *bullying*, memiliki rasa puas apabila pelaku berkuasa di kalangan teman sebaya, pelaku memiliki kepercayaan diri yang rendah dan harga diri atau *self esteem* rendah sehingga cenderung melakukan bullying untuk menutupi kekurangan pada diri pelaku (Sari, dkk, 2022).

Hasil dari studi pendahuluan yang peneliti lakukan di SMP Negeri 2 Ungaran pada Oktober 2023, dengan melakukan wawancara kepada sepuluh murid kelas delapan yang melakukan kecenderungan perilaku bullying. Kecenderungan perilaku bullying yang sering terjadi yaitu adanya murid yang merasa paling berkuasa diantara siswa lainnya baik paling merasa berkuasa di sekolah, di kelas, maupun di geng pertemanannya, selain itu murid juga merasa bahwa dirinya paling hebat dalam hal kekuatan yang dimilikinya, dan juga adanya siswa yang mempengaruhi murid lainnya untuk mengucilkan temannya. Faktor yang mempengaruhinya adalah iri hati karena murid yang biasanya menjadi korban bullying adalah murid yang cerdas, berprestasi, pendiam, gemuk, kurus dan yang tidak memiliki *circle* pertemanan. Dilihat dari hal tersebut, semua pihak sekolah khususnya guru BK memiliki peranan penting untuk mencegah maupun mengatasi permasalahan *bullying* di sekolah

Berdasarkan beberapa penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwa *cyberbullying* dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja . Dengan demikian, maka peneliti kemudian tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan *cyberbullying* dengan ketidakpuasaan tubuh pada remaja.

Dinamika persahabatan adalah kumpulan orang dengan karakteristik sama dan dapat saling memengaruhi perilaku dan keyakinan. Teman memiliki

pengaruh besar terhadap kecenderungan menjadi pelaku cyberbullying (Kenny dkk., 2018). Dinamika persahabatan adalah bagian inti dari masa remaja, dan keterlibatan dengan teman sebaya dapat meningkatkan kematangan sosioemosional, harga diri, dan kesejahteraan (Berndt, 2002). Menurut Sullivan (dalam Santrock, 2011) pertemanan di masa remaja memiliki peran penting untuk memenuhi kebutuhan sosialnya, dimana jika remaja gagal membentuk pertemanan yang akrab, maka remaja akan kesepian dan penghayatan akan martabat diri (self worth) akan menurun. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Allen, dkk, (2022) menemukan bahwa kualitas pertemanan dekat pada remaja adalah prediktor yang lebih baik secara signifikan pada hasil hubungan teman sebaya dan hubungan romantis pada saat dewasa, performa kerja, dan gejala depresi daripada hubungan remaja-orangtua.

Ketika memasuki masa remaja, individu mulai beradaptasi dengan kehidupan dan sering berinteraksi dengan teman, serta secara bertahap mengurangi ketergantungan mereka kepada orang tua, yang mewakili perubahan dalam hubungan orang tua-anak dan teman sebaya (Brown, BB, dan Larson, 2009). Menurut Talcot dan Parson (dalam Yusuf, 2014) berkurangnya pengaruh orang tua dikarenakan remaja memasuki kelompok pertemanan sebaya untuk perkembangan kemandiriannya, yang dianggap dapat menawarkan atau memberikan ganjaran sosial yang lebih menarik dibanding keluarga. Dibandingkan dengan saat masa kanak I kanak, remaja

lebih banyak menyesuaikan diri dengan standar teman-teman sebayanya (Santrock, 2011).

Ketika individu memiliki evaluasi negatif dan ketidakpuasan atau rasa malu mengenai tampilan eksternalnya merupakan tanda dari citra tubuh yang negatif, dimana faktor-faktor yang berkontribusi terhadap citra tubuh negatif di awal masa remaja adalah bahwa mereka menganggap diri mereka memiliki penampilan yang kurang baik, memiliki pengalaman pengaruh teman sebaya yang negatif, atau mengalami ketidakpuasan secara keseluruhan dan kurangnya harga diri yang meluas ke citra tubuh mereka (Gattario, KH, dan Frisén, 2019). Remaja dengan citra tubuh negatif lebih mungkin mengalami harga diri rendah, depresi, dan gangguan makan (Chen, dkk, 2020).

Penelitian menunjukkan bahwa pertemanan dan lingkungan teman sebaya memberikan subkultur yang menekankan pentingnya menjadi kurus melalui peer dieting, tekanan teman sebaya untuk diet dan menjadi kurus, dan ejekan dari teman sebaya tentang berat dan bentuk tubuh (Paxton, 1996). Melalui investigasi selama satu setengah tahun Chen dan Jackson (2009) menemukan bahwa ejekan dari teman sebaya dapat secara signifikan meningkatkan ketidakpuasan remaja terhadap tubuh mereka. Gerner dan Wilson (2005) menemukan variabel pertemanan berkontribusi signifikan terhadap prediksi kekhawatiran akan citra tubuh, ketidakpuasan tubuh, dan menahan untuk makan. Sejalan dengan penelitian tersebut, penelitian Schutz dan Paxton (2007) menemukan adanya hubungan yang konsisten antara ketidakpuasan tubuh, gangguan makan, dan kualitas pertemanan yang negatif.

Kualitas pertemanan adalah bagaimana kebutuhan sosial, emosional, dan instrumental seseorang dipenuhi oleh sahabatnya. Pertemanan yang berkualitas tinggi selalu ditandai dengan fitur positif tingkat tinggi seperti perilaku prososial, keintiman, dan loyalitas sedangkan fitur negatif tingkat rendah seperti konflik dan persaingan, tingkat kualitas pertemanan yang tinggi juga memberikan efek yang positif seperti tingkat distress yang dirasakan lebih rendah (Berndt, 2002). Pertemanan berkualitas tinggi tidak hanya memberi remaja dukungan sosial eksternal (seperti perhatian teman sebaya), tetapi juga membantu meningkatkan nilai diri internal mereka (seperti pengakuan diri), memungkinkan mereka untuk secara aktif mengatasi kemunduran dan kegagalan, sehingga menguntungkan pertumbuhan dan perkembangan mereka, Salah satu fungsi pertemanan yakni Intimacy dalam hubungan pertemanan dapat memprediksi adanya kekhawatiran akan citra tubuh pada perempuan (Gerner, B., dan Wilson, 2005).

Berdasarkan beberapa penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwa kualitas pertemanan memiliki keterkaitan dengan citra tubuh pada remaja. Dengan demikian, maka peneliti kemudian tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan dinamika persahabatan dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja.

Alasan saya meneliti judul hubungan antara *cyberbullying* dan dinamika persahabatan dengan ketidakpuasaan tubuh pada remaja di SMP N 2 ungaran karena diindonesia jumlah remaja yang menjadi korban *cyberbullying* sebesar 80%, selain itu komisi perlindungan anak (KPPI) menyatakan bahwa para

pelajar disekolah rentan menjadi korban *cyberbullying*. Dan data pada kasus diatas terungkap bahwa korban *cyberbullying* paling banyak terjadi pada remaja perempuan disbanding remaja laki-laki, dan asalan saya meneliti judul tersebut ingin mengetahui lebih dalam hubungan antara *cyberbullying* dengan ketidakpuaasan tubuh pada remaja dimana remaja sekarang sangat memperhatikan bentuk tubuhnya, dan dinamika persahabatan cara menyikapinya saat terjadi *cyberbullying* (Ningrum dan Amna, 2020).

Alasan saya memilih penelitian di SMP Negeri 2 Ungaran karena dimana saat saya wawancara sepuluh murid kelas delapan terdapat perilaku *cyberbullying* dimana Kecenderungan perilaku *bullying* yang sering terjadi yaitu adanya murid yang merasa paling berkuasa diantara siswa lainnya baik paling merasa berkuasa di sekolah, di kelas, maupun di geng pertemanannya, selain itu murid juga merasa bahwa dirinya paling hebat dalam hal kekuatan yang dimilikinya, dan juga adanya siswa yang mempengaruhi murid lainnya untuk mengucilkan temannya. Faktor yang mempengaruhinya adalah iri hati karena murid yang biasanya menjadi korban *bullying* adalah murid yang cerdas, berprestasi, pendiam, gemuk, kurus dan yang tidak memiliki *circle* pertemanan. Dilihat dari hal tersebut, semua pihak sekolah khususnya guru BK memiliki peranan penting untuk mencegah maupun mengatasi permasalahan *bullying* di sekolah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara *cyberbullying* dan dinamika persahabatan dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja di SMP N 2 Ungaran?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu mengidentifikasi hubungan antara *cyberbullying* dan dinamika persahabatan dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran *cyberbullying*
- b. Mengetahui gambaran dinamika persahabatan
- c. Mengidentifikasi ketidakpuasan tubuh pada remaja
- d. Menganalisis adanya hubungan antara *cyberbullying* dan dinamika persahabatan dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

Hasil dari penelitian diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan dan menambah informasi tentang Hubungan antara

cyberbullying dan dinamika persahabatan dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja .

2. Bagi instansi pendidikan

Sebagai bahan informasi bagi mahasiswa tentang Hubungan antara *cyberbullying* dan dinamika persahabatan dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja dan dapat dijadikan bahan acuan bagi mahasiswa dalam memberikan asuhan keperawatan.

3. Bagi remaja

Menambah wawasan bagi remaja yang kurang percaya diri dengan tubuh dealnya .

4. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai bahan informasi bagi peneliti selanjutnya dan sebagai bahan perbandingan apabila ada peneliti yang ingin melakukan penelitian dengan judul yang sama atau ingin mengembangkan penelitian ini lebih lanjut.