

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan pada fisik, kognitif, sosial dan emosional (Santrock dalam Wiranatha, 2015). Masa remaja dibagi kedalam dua kategori yakni remaja awal dan akhir, remaja awal masuk pada usia 12 sampai 16 tahun sedangkan remaja akhir berada pada rentangan usia 17 sampai dengan 21 tahun (Paramitasari dan Alfian, 2012). Pada masa perkembangan remaja akhir terdapat beberapa tugas perkembangan salah satunya ialah menerima keadaan fisik dan mampu menggunakannya secara efektif (Desmita dalam Hidayati dan Farid, 2016). Hal ini sejalan dengan teori perkembangan Sosial-Kognitif yang dikemukakan oleh Pavlov dimana suatu perilaku dapat dibentuk berdasarkan keadaan yang diberikan.

Seperti yang telah dijelaskan pada paragraf sebelumnya terkait tugas perkembangan remaja akhir dimana kondisi seharusnya remaja menerima keadaan fisik dan mampu menggunakannya secara efektif, tentunya berhubungan dengan kematangan emosi daripada remaja itu sendiri. Hal ini didukung dengan pernyataan Albin dalam Muawanah dan Pratikto (2012) dimana salah satu ciri kematangan emosi pada remaja adalah mampu untuk mengendalikan diri memahami emosi untuk dialihkan pada perilaku positif lainnya, serta pengendalian diri yang baik juga dibutuhkan untuk menerima kondisi diri sendiri baik itu dalam kelebihan dan kekurangan fisik ataupun secara psikis.

Kematangan emosi pada remaja tentunya juga didukung dengan peran lingkungan dalam membentuk kematangan emosi remaja tersebut, mengingat salah satu faktor pembentuk kematangan emosi pada remaja ialah interaksi dengan teman sebaya (Muhammad Ali dan Asrori dalam Fitri dan Adelya, 2012). Menurut Yanti dalam Muawanah dan Pratikto (2012) menyatakan bahwa remaja yang memiliki pengaturan emosi yang rendah menyebabkan gangguan perilaku terutama pada saat berinteraksi dengan orang lain dan memilih melakukan tindakan agresi/menyerang guna menyelesaikan masalah yang dialami oleh individu tersebut, salah satu bentuk agresi yang seringkali terjadi ialah *Bullying*.

Pada tahun 2018 KPAI menyatakan dari total 455 kasus pada data bidang pendidikan bahwasanya masalah perundungan terdapat 161 kasus dan di antaranya 41 kasus adalah kasus anak pelaku kekerasan dan *bullying*, sekitar 228 kasus kekerasan dan selebihnya kasus kekerasan fisik pada pelajar dan kasus anak korban kebijakan. Kondisi ini bahkan semakin menyedihkan saat mengetahui jika pelaku perundungan, baik perundungan tradisional (lewat perkataan dan fisik) maupun *cyberbullying* didaulati oleh kalangan remaja. (<https://kumparan.com/@kumparanstyle/kasus-bullying-meningkat-pelaku-didominasi-oleh-remaja>).

Salah satu bentuk daripada *bullying* ialah *bullying* secara verbal. Dimana bentuk *bullying* secara verbal antara lain memaki, menghina, cat calling dan mempermalukan individu didepan umum. *Body shaming* termasuk tindakan *bullying* secara verbal (Zakiyah dan Zain, 2017). *Body shaming* sendiri merupakan perbuatan mengkritik atau perbuatan mencela bentuk, ukuran dan penampilan fisik orang lain. (Chaplin dalam Eva dan Baharuddin, 2019).

Adapun bentuk daripada *body shaming* menurut Fauzia dkk (2019) ialah *fat shaming* (menghina ukuran tubuh yang besar), *thin shaming* (menghina ukuran tubuh yang kurus), tubuh berbulu (menghina tubuh individu yang memiliki kelebihan bulu) dan warna kulit. Jadi, menurut peneliti ketika pelaku melakukan salah satu bentuk *body shaming* tersebut sudah bisa dikatakan perilaku *body shaming*.

Terdapat 966 kasus penghinaan fisik atau *body shaming* yang ditangani polisi dari seluruh Indonesia sepanjang 2018. Sebanyak 347 kasus di antaranya selesai, baik melalui penegakan hukum maupun pendekatan mediasi antara korban dan pelaku. (<https://news.detik.com/berita/d-4321990/polisi-tangani-966-kasus-body-shaming-selama-2018>). Pasal 310 ayat (1) KUHP menegaskan terkait larangan Negara bagi masyarakat Indonesia tentang *Body shaming* yakni berisi "Barang siapa sengaja menyerang kehormatan atau nama baik seseorang dengan menuduhkan sesuatu hal, yang maksudnya terang supaya hal itu diketahui umum, diancam karena pencemaran dengan pidana penjara paling lama sembilan bulan atau pidana denda paling banyak empat ribu lima ratus rupiah."

Berdasar pada hasil wawancara dan observasi pada mahasiswa yang termasuk pada kategori remaja akhir berkisar umur 18-22 tahun, menyatakan bahwa pernah mengalami *body shaming* seperti dihina bentuk tubuhnya. Tentunya hal ini tidak dilakukan sekali atau dua kali oleh pelaku *body shaming* tapi berkali-kali mendapatkan komentar terkait tubuhnya. Biasanya korban mendapat komentar terkait tubuhnya di lingkungan kampus (teman-teman kampusnya) saat sedang membahas seputar tubuh ideal menurut teman-temannya dan bahkan di rumah korban sendiri (adik, kakak, sepupu, tante, dan anggota keluarga yang secara intens atau jarang bertemu). Dengan adanya *body shaming* tersebut membuat korban merasa sedih, marah dan kesal. Tidak sedikit dari mereka yang mengatakan

merasakan kecewa karena yang seharusnya orang terdekat korban memberi dukungan justru menambah keruh situasi dengan memberikan kritikan seputar tubuh.

Salah satu dampak daripada *body shaming* adalah yang penilaian yang buruk terhadap diri sendiri (Eva dalam Hidayat, 2019). Disamping itu dampak dari *body shaming* menurut Lestari dalam Lestari (2019) ialah dapat menyebabkan gangguan mental salah satunya keterpakuan pada kekurang sempurnaan tubuh dengan respon yang berlebihan. Pada hasil wawancara diperoleh data bahwasanya dampak dari perlakuan *body shaming* yang mereka alami antara lain menyebabkan hilangnya kepercayaan diri bahkan sampai kehilangan minat interaksi pada lingkungan sosial sekitarnya, mudah tersinggung Disamping itu korban juga kehilangan nafsu makan, memiliki keinginan untuk merubah fisik yang menjadi sasaran *body shaming* tanpa memikirkan efek samping daripada perubahan yang dihasilkan dengan berbagai cara.

Untuk menghadapi *body shaming* beragam cara dilakukan, yakni dengan mengubah gaya hidup, membuktikan kualitas diri, berusaha menerima kelebihan dan kekurangan diri, berpikir positif (Sakinah, 2018). Hal tersebut merupakan faktor yang membentuk *Locus of Control* pada diri individu. Ada beberapa factor pembentukan *Locus of Control* yakni faktor internal dan eksternal. Faktor internal mengacu pada Fadhilah dan Mahyuni (2018) ialah faktor yang berasal dalam diri sendiri seperti jenis kelamin, usia, serta usaha individu tersebut mengontrol lingkungan sedari dini hingga dewasa. Sedangkan yang dimaksud faktor eksternal ialah faktor yang berasal dari luar diri individu seperti lingkungan keluarga, pendidikan, sosial atau lingkungan sekitar individu tersebut (budaya dan lain sebagainya). Mc. Donald (dalam Robinson & Shaver, 1980; Tanuwijaya, 2010) menyatakan bahwa ada 2 faktor yang mempengaruhi perkembangan Locus of

Control. Pertama *episodic antecedents*, yaitu kejadian-kejadian yang relatif memiliki makna penting dan muncul dalam kurun waktu tertentu, seperti kematian orang-orang yang dicintai, kecelakaan atau bencana alam. Kejadian signifikan yang tiba-tiba terjadi pada diri individu akan mempengaruhi perkembangan orientasi control. Hal ini secara signifikan dapat merubah cara pandang atau persepsi individu terhadap kehidupannya. Kedua, *accumulative antecedents*, yaitu factor-faktor yang bersifat terus menerus ada dan dapat mempengaruhi *locus o control* seperti diskriminasi social, pola asuh orang tua, dan ketidak mampuan yang berkepanjangan seperti kebutaan atau kelumpuhan yang menyebabkan individu pasrah karena merasa tidak berdaya.

Locus of control bukan merupakan suatu konsep yang tipologik, melainkan berupa konsep kontinum, yaitu pusat kendali internal pada satu sisi dan eksternal pada sisi yang lain. Oleh karenanya tidak satupun individu yang benar - benar internal atau yang benar - benar eksternal. Kedua tipe pusat kendali terdapat pada setiap individu, hanya saja ada kecenderungan untuk lebih memiliki salah satu tipe pusat kendali tertentu. Disamping itu, pusat kendali tidak bersifat statis, tetapi dapat berubah. Individu yang berorientasi pusat kendali internal dapat berubah menjadi individu yang berorientasi pusat kendali eksternal. Begitu pula sebaliknya, hal tersebut disebabkan situasi dan kondisi yang menyertainya, yaitu ditempat mana ia tinggal dan sering melakukan aktivitasnya. ( Ghufron & Risnawita S, 2010).

Menurut Rotter (1973) konsep Locus of Control adalah bagian dari Social Learning Theory yang menyangkut kepribadian dan mewakili harapan umum mengenai masalah faktor-faktor yang menentukan keberhasilan pujian dan hukuman terhadap kehidupan seseorang. Melalui proses wawancara, diperoleh hasil

bahwasanya kebanyakan individu yang merasa menjadi korban *body shaming* berasal dari kalangan wanita atau perempuan. Hal ini sejalan dengan faktor internal yang mengusut terkait peran gender dalam proses *Locus of Control* pada individu. Para korban *body shaming* juga mengaku kurang memiliki kontrol terhadap lingkungannya seperti tidak berani melawan pelaku *body shaming*. Disamping itu, beberapa korban juga mengaku bahwasanya beberapa pelaku justru berasal dari keluarga terdekat, dalam hal ini faktor eksternal juga berperan dalam pembentukan *Locus of Control* pada diri individu. Lingkungan memiliki kendali yang cukup besar terhadap perkembangan *Locus of Control* seseorang. Apabila individu berada di lingkungan yang sehat maka individu cenderung memiliki *Locus of Control internal*, sebaliknya, apabila individu berada di lingkungan yang tidak sehat maka individu tersebut cenderung memiliki *Locus of Control eksternal* (Phares dalam Zakiyah, 2017)

*Locus of Control* memiliki beberapa aspek, menurut Nowicki Strickland (1973) ia menjabarkan aspek *Locus of Control* menjadi 5 yakni; *Powerlessness-Helpness* (terkait dengan kurangnya power diri dan kurang kemampuan dalam menolong diri sendiri). pada hasil wawancara diperoleh data bahwasanya beberapa subjek merasa kurang mampu menolong diri sendiri dalam perilaku *body shaming*, subjek cenderung menarik diri dari lingkungan pertemanan, subjek juga tidak bisa melawan perilaku *body shaming* dan memikirkan terkait *body shaming* yang dilontarkan dengan tujuan mengkritik bagian tubuhnya secara terus menerus.

*Social Power* (terkait dengan peran individu dalam lingkungan sosialnya). Dalam hasil wawancara diperoleh data bahwasanya subjek yang terdampak *body shaming* cenderung mengurangi intensitas komunikasi dengan rekan-rekannya karena takut akan kembali menjadi bahan *body shaming*. Disamping itu korban *body*

*shaming* juga mengalami kecemasan ketika ada sosok lain yang memiliki bentuk tubuh ideal dikarenakan subjek cemas dan takut dibanding-bandingkan dengan yang ia rasa lebih baik dari dirinya. Hal tersebut yang menyebabkan subjek menarik diri dari lingkungannya.

*Supersition* (terkait dengan kepercayaan individu terhadap hal-hal yang membawa keberuntungan bagi dirinya). Dalam hasil wawancara diperoleh informasi bahwasanya beberapa subjek yang menjadi korban *body shaming* mempercayai adanya benda yang membawa keberuntungan bagi mereka salah satunya adalah *make up* yang mampu menutupi noda di wajah dan lipstik yang mampu menutupi bibir yang berwarna gelap dan pucat. Contoh selanjutnya bagi beberapa korban *body shaming* terkait *fat shaming* maka benda yang dianggap membawa keberuntungan ialah teh dan obat pelangsing serta salep pelangsing. Subjek mempercayai bahwa benda-benda tersebut merupakan benda-benda yang membawa kebaikan bagi subjek, tak jarang beberapa subjek menyebut benda-benda tersebut sebagai jimat keberuntungan karena mampu menolong mereka dari perilaku *body shaming*.

*Futility* (terkait dengan kepasifan sikap individu ketika menghadapi kegagalan dalam kesehariannya). Dalam hasil wawancara diperoleh data bahwasanya beberapa subjek merasa tidak ada yang salah pada tubuh mereka. Subjek meyakini bahwa yang salah adalah cara dan pola pikir subjek, namun jika tidak diiringi dengan usaha yang kuat untuk merubah beberapa anggota tubuh yang menjadi objek *body shaming* maka subjek akan terus menjadi korban dari *body shaming*. Namun ada beberapa subjek yang menyatakan bahwa dirinya kadang menyerah menghadapi perilaku *body shaming* karena tidak tau harus berbuat apa untuk menghindari *body shaming* tersebut.

*Useless* (terkait dengan kecenderungan individu dalam melihat ketidakbergunaan dan kemungkinan pengalaman yang menurut individu tidak adil). Hal ini sejalan dengan yang disampaikan pada paragraf sebelumnya terkait *futility*. Beberapa Subjek merasa tidak ada gunanya untuk merubah penampilan mereka untuk menghindari *body shaming*, subjek cenderung memilih untuk berdiam diri dan menghindar dari keramaian masyarakat karena merasa ketidakadilan bagi dirinya yang menjadi korban *body shaming*. Subjek merasa hanya orang yang sempurna saja yang dapat diterima oleh masyarakat.

Mengacu pada pengertian *Locus of Control* yang dikemukakan oleh Wallstone dalam Nurjannah dan Rahmatika (2017) apabila dikaitkan dengan dampak yang dirasakan oleh korban *body shaming* ialah bagaimana kontrol yang diberikan oleh pelaku *body shaming* terhadap korban *body shaming* memberikan pengaruh terhadap emosi, kognitif dan fisik bagi korban *body shaming* tersebut. Pada hasil wawancara diperoleh data bahwasanya korban *body shaming* pada mulanya tidak menghiraukan kritikan dari pelaku *body shaming*, namun disebabkan intensitas *body shaming* yang terus menerus pada akhirnya membuat korban memikirkan secara terus menerus kritikan terkait bentuk tubuh oleh pelaku *body shaming* tersebut. Hal ini menyebabkan korban menjadi merasa *insecure* ketika berada didekat pelaku *body shaming*, disamping itu walaupun berada jauh dari pelaku *body shaming* korban tetap merasa tidak nyaman dan takut apabila penampilannya tidak sesuai dengan harapan orang sekitar. Korban mengaku hal ini juga berdampak pada kesehatan korban, korban merasa setelah mendapat kritikan terkait bentuk tubuh menjadi malas untuk makan, memakai alat bantu untuk mempercantik salah satu bentuk tubuh yang justru membahayakan korban itu sendiri seperti softlens. Para korban meyakini bahwa kendali atas dirinya ditentukan oleh orang lain atau lingkungan sekitarnya.

Hal ini dapat disimpulkan bahwa kontrol yang diberikan oleh pelaku *body shaming* mempengaruhi emosi, kognitif dan fisik bagi korban *body shaming* tersebut. Jika ditarik kesimpulan pada hasil wawancara diatas yakni masuk pada bagaimana orang lain atau lingkungan mengendalikan diri individu tersebut dalam berfikir terkait dengan bentuk tubuh yang ideal.

Berdasar pada hasil yang didapat pada data diatas, peneliti ingin mengetahui bagaimana gambaran dari *Locus of Control* pada mahasiswa yang pernah menjadi korban *body shaming* atau pernah mendapat kritikan terkait dengan penampilannya, mengingat dampak daripada peristiwa *body shaming* ini dapat melemahkan mental individu apabila dilakukan secara terus menerus, maka dari itu perlu adanya kontrol untuk meminimalisir adanya dampak *body shaming* dalam kelompok masyarakat terutama mahasiswa dan mahasiswi. Selain itu penelitian ini memiliki pembaharuan yakni belum ada peneliti yang meneliti terkait gambaran *Locus of Control* pada korban *body shaming*.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasar pada latar belakang yang telah disampaikan, maka permasalahan dalam penelitian ini ialah :

1. Bagaimanakah gambaran dinamika *locus of control* pada mahasiswi korban bodyshaming?
2. Bagaimanakah gambaran dinamika *locus of control* pada mahasiswi korban bodyshaming ditinjau dari segi per-aspek?

### **C. Tujuan**

Tujuan daripada penelitian ini ialah untuk mengetahui gambaran *Locus of Control* mahasiswa korban *body shaming*.

### **D. Manfaat Penelitian**

## 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih bagi perkembangan ilmu psikologi sebagai bahan informasi dan referensi yang dapat berguna untuk bahan bacaan khususnya kajian tentang pengaruh *Locus of Control* terhadap perilaku *body shaming*.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Manfaat Bagi Mahasiswa

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada mahasiswa sehingga dapat menghindari dan ikut berperan dalam mencegah perilaku *body shaming*.

### b. Manfaat Bagi Peneliti

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dan sumber tambahan informasi bagi peneliti selanjutnya.

## E. Keaslian Penelitian

Guna melengkapi penelitian ini, penelitian menggunakan kajian dari penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan masalah yang serupa kajian peneliti, yaitu gambaran *Locus of Control* pada Mahasiswi korban *Body shaming* di beberapa Universitas di Jember. Penelitian sebelumnya antara lain :

1. Indah dan Rosydah (2020) dengan judul Pengaruh Body Shaming terhadap kecenderungan Anorexia Nervosa pada remaja Perempuan di Surabaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh atau hubungan antara *body shaming* terhadap kecenderungan Anorexia Nervosa pada remaja perempuan yang tinggal di Surabaya berusia 12 sampai dengan 21 tahun. Hasilnya, dalam penelitian ini dapat dikatakan semakin tinggi *body*

*shaming* maka semakin tinggi pula kecenderungan anorexia nervosa yang dialami.

2. Hidayat Dkk (2019) dengan judul Hubungan Perilaku *Body shaming* dengan Citra diri Mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perlakuan *body shaming* dengan citra diri pada mahasiswa STIKES Payung Negeri Pekanbaru. Karakteristik subjek dalam penelitian ini ialah mahasiswa dengan rentan umur 17-27 tahun (remaja akhir dan dewasa), berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Hasil dari penelitian ini ialah wanita lebih banyak mendapatkan perlakuan *body shaming*. Sebagian besar menganggap serius ejekan terkait tubuh (gendut atau kurus) sehingga mempengaruhi citra dirinya yang negatif. Hal ini menimbulkan rasa tidak nyaman bagi korban seperti rasa tidak percaya diri, merasa malu dan tidak mau makan.
3. Sumijah (2019) dengan judulnya *Locus of Control* pada Masa Dewasa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tentang *Locus of Control* guru secara umum serta perbedaan *Locus of Control* guru laki-laki dan perempuan. Subjek penelitian adalah guru SMK Negeri 4 Malang berjumlah 50 orang terdiri dari 29 laki-laki dan perempuan. Penelitian ini menggunakan alat ukur "Adult Nowicki-Strickland Internal-External Control Scale". Hasil daripada penelitian ini ialah tidak ada perbedaan *Locus of Control* antara guru laki-laki dan perempuan. Hal tersebut menunjukkan bahwa laki-laki dan perempuan dalam hal ini guru SMK memiliki locus of kontrol yang hampir sama, meskipun sering terjadi proses pemahaman gender khususnya bagi perempuan yang seringkali masih terkesan dikesampingkan peran perempuan dalam berbagai bidang kehidupan

4. Dipayanti dan Chairani (2012) dengan judul *Locus of Control* dan resiliensi pada Remaja yang Orang Tuanya Bercerai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Locus of Control* dengan Resiliensi pada remaja yang orang tuanya bercerai. Subjek penelitian berjumlah 60 remaja yang orang tuanya bercerai. Hasil daripada penelitian tersebut ialah terdapat hubungan antara *Locus of Control* dengan resiliensi pada remaja yang orang tuanya bercerai. Artinya semakin semakin internal *Locus of Control* remaja yang memiliki orang tua yang bercerai maka semakin baik resiliensi yang dimiliki oleh remaja tersebut dan sebaliknya semakin eksternal *Locus of Control* yang dimiliki oleh remaja maka semakin buruk resiliensi yang dimiliki remaja dalam menghadapi perceraian orang tua.
5. Atmojo Dkk (2019) dengan judul Hubungan Antara *Locus of Control* Internal dengan Perilaku Bullying. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi antara *Locus of Control* Internal dengan Perilaku Bullying pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Tengaran Tahun Ajaran 2018/2019. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan *Locus of Control* Internal dengan Perilaku Bullying siswa kelas X Sosial SMA Negeri 1 Tengaran Tahun Ajaran 2018/2019.