

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah seseorang yang mengalami masa perubahan perilaku baik itu psikologis dan perkembangan pada dirinya. Remaja merupakan penduduk dalam rentan usia 10-19 tahun (WHO, 2014). Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang 10-18 tahun. Selain itu, Badan Kependudukan dan Keluarga Bencana (BKKBN, 2014) mengemukakan rentan usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Seorang akan dikatakan sebagai remaja diawali pada usia 11 – 12 tahun dan berakhir pada usia 18 sampai 21 tahun (Widiastuti & Ratnawati, 2020).

Perubahan fisik yang dialami remaja laki-laki maupun perempuan mencakup perkembangan rambut kemaluan, suara yang bertambah besar, pesatnya pertumbuhan badan, dan perkembangan otot, kematangan organ seksual sebagai kemampuan untuk mereproduksi yang disebut dengan pubertas. Remaja dapat dikatakan mengalami pubertas apabila telah mengalami mimpi basah bagi laki-laki dan menstruasi bagi perempuan (Wahyuni & Wilani, 2019).

Menurut Mahyu et al .(2023) tugas-tugas perkembangan remaja merupakan sekumpulan kompetensi yang harus dikuasai oleh individu dapat berupa mampu membina hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya, menerima keadaan dirinya, memahami peran seks/jenis kelamin, mengembangkan kemandirian secara ekonomi, mengembangkan tanggung jawab pribadi dan social, mandiri secara emosi, mengembangkan ketrampilan

intelektual, menerapkan filsafat hidup atau nilai sistem etika bertingkah laku, dan mempersiapkan diri untuk berkarir.

Sebuah penelitian di AS menunjukkan bahwa citra tubuh adalah masalah yang sangat mengkhawatirkan di kalangan anak perempuan, dengan 94% perempuan di AS melaporkan bahwa mereka memiliki *body image* negatif tentang diri mereka sendiri dan ingin mengubah satu bagian tubuh mereka karena kurang percaya diri. Sembilan puluh delapan persen perempuan juga mengakui bahwa mereka berfikir negatif setidaknya sekali sehari tentang penampilan mereka (Arrafi et al., 2023).

Data remaja di Indonesia tahun 2018 berjumlah 70.486.717 remaja, tahun 2020 mengalami kenaikan jumlah remaja menjadi 70.709.803 remaja (Kementerian Kesehatan RI, 2018 ; Kementrian Kesehatan RI, 2020). Perubahan yang terjadi pada remaja putri meliputi perubahan fisiologis, psikologis, kognitif, moral, sosial dan emosional (Widiastuti & Ratnawati, 2020) . Hasil Riskesdas 2018 di Indonesia menunjukkan bahwa gangguan mental dan harga diri rendah sudah mulai sejak rentang usia remaja (15-24 tahun) dengan prevalensi mencapai 6,2% (Kemenkes RI 2019). Depresi berat akan menimbulkan kecenderungan untuk menyakiti diri sendiri (*self harm*) hingga bunuh diri. Sebesar 80 – 90% kasus bunuh diri merupakan akibat dari depresi , hara diri rendah dan kecemasan (Nurwela & Israfil, 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan jumlah keseluruhan siswa kelas 11 di SMAN 1 Besuki pada tahun 2023 sebanyak 251 siswayang aktif baik laki laki dan perempuan. Salah satu kelas yang diteliti ialah kelas XI C2 dengan jumlah 36 siswa yang berusia 16 sampai 17 tahun, diantaranya 21 siswa perempuan dan 15 siswa laki laki. Setelah diteliti terdapat 20 siswa yang

memiliki gangguan citra tubuh berupa masalah berat badan, warna kulit, penampilan fisik

Body image merupakan bentuk mental seseorang terhadap tubuhnya, penilaian dan persepsi apa yg dirasakan oleh dirinya dalam bentuk tubuh, serta apa yang dinilai orang lain terhadap dirinya (Arrafi dkk, 2023). Penambahan lemak pada tubuh dianggap para perempuan sebagai suatu hal yang memalukan, hal ini mengakibatkan para perempuan merasa tidak puas terhadap penampilan fisiknya sehingga para perempuan akan melaksanakan beragam upaya untuk memonitor berat badan dan bentuk tubuh dengan melakukan diet atau membatasi pola makan agar mendapatkan tubuh yang ideal sesuai yang diinginkan yaitu kurus dan langsing (Panda et al., 2023).

Ketidakpuasan terhadap idealitas warna kulit akan meningkatkan penggunaan produk kecantikan yang sangat berlebihan atau pemakaian produk kecantikan yang tidak bersertifikat. Seseorang akan mengalami gangguan konsep diri jika ia merasa tidak percaya diri dan merasa malu akan warna kulit yang dimilikinya. Demi mewujudkan obsesinya dengan kecantikan seorang perempuan tidak segan-segan untuk melakukan suntik putih, sedot lemak, operasi bagian-bagian wajah, mengeriting rambut dan meluruskan rambut (Panda et al., 2023).

Pramesty P. M. & Suratno B. I. (2021) berpendapat bahwa pengertian teman sebaya atau *peer group* “kelompok sebaya ialah anak-anak atau remaja yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama yang saling berinteraksi dengan kawan-kawan sebaya yang berusia sama dan memiliki peran yang unik dalam budaya atau kebiasannya.

.Keberadaan teman sebaya dikalangan para remaja sangat penting. Karena penerimaan teman sebaya yang baik akan menciptakan perilaku yang positif. Dengan berkumpul bersama teman sebayanya remaja dapat mencoba hal-hal yang baru dan dapat lebih mengenali lingkungannya bahkan, remaja bisa lebih belajar untuk bertanggung jawab terhadap dirinya dan juga orang lain (Widiastuti & Ratnawati, 2020).

Teman sebaya yang memberikan dampak negatif membuat para remaja cenderung perlakuannya ke hal-hal yang tidak baik. Hal ini yang masih membuat diri remaja terkadang sering terpuruk, terlebih lagi jika teman sebayanya tidak bisa memberikan saran tentang hal yang positif atau negatif terhadap individu tersebut (Widiastuti & Ratnawati, 2020). Teman sebaya merupakan salah satu yang memberikan pengaruh pada perilaku, pikiran dan perasaan individu, terutama pada masa dalam (Widiastuti & Ratnawati, 2020).

Sebagai perawat sangat berperan penting dalam mengidentifikasi masalah citra tubuh pada remaja untuk mencegah rasa tidak percaya diri pada dirinya sehingga tidak merusak mental remaja dan membantu memberikan motivasi untuk melakukan aktivitas yang mengarah pada pembentukan tubuh yang ideal. Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan peer group support dengan tingkat citra tubuh pada remaja putri di SMAN 1 Besuki.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Perilaku seperti ini berdampak terhadap tekanan mental remaja sehingga tidak mampu memberikan kepercayaan pada dirinya dan berdampak hal yang negative pada masa perkembangan remaja. Dampak buruk pada citra tubuh yang menyimpang pada kesejahteraan fisik, psikologis, dan perilaku, sehingga meningkatkan minat global dalam memberikan kesan yang negatif melalui rasa tidak percaya diri yang meningkat. Meningkatnya jumlah kasus citra tubuh pada remaja saat dari tahun ke tahun sehingga menjadi masalah social di Indonesia. Hal ini memberikan dampak buruk terhadap masyarakat mengenai citra tubuh dalam perkembangan remaja di Indonesia.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana *peer group support* pada remaja di SMAN 1 Besuki?
- b. Bagaimana citra tubuh pada remaja di SMAN 1 Besuki?
- c. Apakah ada hubungan *peer group support* dengan citra tubuh remaja di SMAN 1 Besuki?

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan antara *peer group support* dengan citra tubuh pada remaja SMAN 1 Besuki.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi *peer group support* pada remaja di SMAN 1 Besuki.
- b. Mengidentifikasi citra tubuh pada remaja di SMAN 1 Besuki.

- c. Menganalisis hubungan antara *peer group support* dengan citra tubuh pada remaja SMAN 1 Besuki.

D. Manfaat

1. Bagi peneliti

Peneliti dapat menambah ilmu pengetahuan serta wawasan untuk masa depan yang lebih baik.

2. Bagi responden

Diharapkan hasil penelitian ini memberikan informasi dan motivasi yang baik bagi responden tentang citra tubuh sehingga dapat menerima kekurangan dan kelebihan pada dirinya yang dapat mempengaruhi citra tubuh yang positif.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber atau acuan bagi peneliti selanjutnya yang membahas mengenai dukungan sekelompok teman terhadap citra tubuh remaja.

4. Bagi sekolah

Penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk bahan pembelajaran di Sekolah.