

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia sebagai makhluk individu selalu mengalami banyak perubahan dalam pertumbuhan dan perkembangannya. Perubahan tersebut terjadi secara dinamis dan terus berlanjut sepanjang siklus kehidupannya. Salah satu masa perkembangan yang dialami individu adalah masa remaja. Masa remaja tersebut dianggap penting karena di dalamnya terjadi proses pembentukan kepribadian.

Perubahan yang terjadi pada masa remaja diantaranya menyangkut beberapa aspek, seperti aspek pengetahuan, sifat sosial, moral, dan sebagainya. Di sisi lain, perubahan tersebut terjadi pada kepribadian dan sosialnya seperti konsep diri dan hubungan interpersonal. Tidak kalah penting juga pada fisik seperti perubahan tinggi badan dan berat badan. Perubahan pada fisik tersebut merupakan perubahan yang paling menonjol.

Berkaitan dengan hal tersebut, siswa yang merupakan bagian dalam masa remaja mulai memiliki penilaian terhadap dirinya sendiri. Penilaian seperti apakah bentuk tubuhnya ideal atau apakah warna kulitnya memuaskan mulai muncul. Pemikiran seperti apakah dirinya menarik dihadapan orang lainpun kerap muncul. Tentu saja penilaian yang diharapkan adalah penilaian positif. Namun tidak dapat dipungkiri bahwa penilaian negatif juga muncul dalam diri siswa. Pemikiran dan perasaan negatif pada tubuh atau dapat juga disebut dengan *body dissatisfaction* inilah yang dapat menyebabkan timbulnya berbagai permasalahan pada siswa.

Ketidakpuasan pada tubuh (*body dissatisfaction*) merupakan gambaran atau persepsi negatif seseorang terhadap dirinya berupa bentuk, ukuran, warna, dan karakteristiknya. Sejalan dengan pendapat Ogden dalam Kartikasari (2017:312) bahwa *body dissatisfaction* adalah kesenjangan antara persepsi individu terhadap ukuran tubuh ideal dengan ukuran tubuh mereka sebenarnya atau dapat juga diartikan sebagai perasaan tidak puas terhadap bentuk dan ukuran tubuh.

Rosen, Reiter & Orosan (2018:266) menyatakan bahwa aspek-aspek yang berkaitan dengan ketidakpuasan pada tubuh tersebut yaitu penilaian negatif terhadap bentuk tubuh, perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial, memeriksa bentuk tubuh (*body checking*), kamufase tubuh, dan menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik. Ketidakpuasan remaja terhadap keadaan tubuhnya justru bertentangan dengan salah satu tugas perkembangan yang harus dilakukan di masa remaja, yaitu mampu menerima kondisi fisiknya serta memanfaatkan tubuhnya secara efektif. Siswa yang mengalami ketidakpuasan pada tubuh (*body dissatisfaction*) biasanya tidak dapat menerima dirinya dan akan melakukan penolakan terhadap dirinya sendiri karena merasa bahwa keadaan fisiknya tidak sesuai dengan konsep ideal yang dimiliki. Akibatnya muncullah pemikiran bahwa dirinya tidak pantas bergaul dengan teman-temannya serta akan bersikap tertutup.

Fenomena lapangan yang terjadi di sekolah yaitu adanya siswa yang tidak puas dengan keadaan tubuhnya. Sesuai dengan hasil wawancara dengan salah satu guru pembimbing di sekolah pada tanggal 18 November 2020 yang

mengatakan bahwa memang ada siswa yang merasa kulitnya hitam, badannya terlalu gemuk, dan juga bentuk tubuh yang terlalu pendek merasakan ketidakpuasan tersebut. Didukung lagi oleh hasil angket bahwa beberapa siswa merasakan keraguan dalam memandang tubunya serta usaha untuk mengubahnya juga tergambar melalui angket dan juga beranggapan bahwa tubuh yang langsing adalah tubuh yang bagus. Ketidakpuasan ini menyebabkan siswa menjadi murung, enggan berkumpul dengan temannya, bersikap defend, dan bahkan menutup diri. Hal ini rentan sehingga dapat berpengaruh terhadap kemampuan komunikasi interpersonalnya.

Selain sebagai makhluk individu, manusia juga tergolong sebagai makhluk sosial. Di mana, sebagai makhluk sosial individu membutuhkan individu lainnya dalam keberlangsungan hidupnya. Hubungan antar individu tersebut membutuhkan kemampuan berkomunikasi yaitu komunikasi interpersonal. Seperti yang dikemukakan Tuaksikal. dkk., dalam Kemala dan Sukmawati (2019:02) saat komunikator menyampaikan pesan atau berbicara maka akan ada umpan balik dari komunikan sehingga membentuk sebuah interaksi. Komunikasi interpersonal siswa yang terjadi di sekolah memang terlihat sangat sederhana bahkan memang umum terjadi. Namun kenyataannya komunikasi interpersonal sangatlah kompleks karena saling berkaitan dengan faktor-faktor lainnya. Kemampuan inilah yang mendorong siswa untuk aktif menyampaikan dan menyalurkan pendapatnya. Apabila siswa memiliki komunikasi interpersonal yang kurang baik, maka akan membuat siswa tersebut enggan untuk berpendapat.

Fenomena selanjutnya yang terjadi di sekolah dari hasil wawancara dengan guru pembimbing pada tanggal 18 November 2020 adalah ada beberapa siswa yang memang tertutup. Enggan untuk bercerita ataupun sekadar berkumpul dengan teman-temannya. Bahkan adapula siswa yang bersikeras dengan pendapatnya jika berbeda dari teman-temannya. Padahal, dalam komunikasi interpersonal dibutuhkan kesetaraan agar komunikasi berjalan seimbang. Sejalan dengan hasil angket bahwa memang beberapa siswa lebih memilih untuk tidak menceritakan permasalahannya. Selain itu rasa empati yang dimiliki siswa ketika bersama temannya juga masih kurang. Hal ini tergambar dari banyaknya siswa yang menjawab tidak bisa ikut merasakan apa yang dirasakan oleh teman-temannya.

Sehingga, dapat dilihat bahwa siswa yang mengalami ketidakpuasan pada tubuh akan berdampak kurang baik pada komunikasi interpersonalnya. Padahal remaja yang mampu menerima atau puas dengan bentuk tubuhnya akan dapat memahami kelebihan maupun kekurangan dirinya sendiri. Hal tersebut menjadi salah satu modal yang baik untuk melakukan komunikasi interpersonalnya dengan teman sebaya maupun lingkungannya. Hal ini sesuai dengan pendapat Cash dan Smolak (2011:299) bahwa ketidakpuasan pada bentuk tubuh adalah penilaian negatif pada tampilan fisik yang menyebabkan dirinya malu saat berada di lingkungan sosial.

Berdasarkan hasil pengamatan dan pengalaman selama praktik lapangan konseling pendidikan di sekolah sebelumnya, peneliti menemukan adanya siswa yang kesulitan dalam melakukan komunikasi interpersonal di lingkungan

sekolah. Kesulitan tersebut tergambar melalui aktivitas saat belajar dan saat jam istirahat. Pada saat belajar ada beberapa siswa yang takut menyampaikan pendapatnya dikarenakan beranggapan bahwa dirinya tidak pantas untuk berpendapat. Serta salah satu siswa mengatakan bahwa dirinya jarang berkumpul saat jam istirahat dikarenakan tubuhnya yang gendut dan kulitnya yang hitam tidak akan ditanggapi oleh teman-temannya yang terlihat lebih cantik. Ditambah lagi berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan salah satu guru pembimbing di SMP Negeri 21 Kota Jambi pada tanggal 18 November 2020 yang mengatakan bahwa memang ada beberapa siswa yang merasa tidak puas dengan keadaan tubuh yang dimilikinya. Ada salah satu siswa yang merasa bentuk wajahnya tidak bagus dibandingkan teman-temannya sehingga berdampak pada perilakunya di sekolah. Siswa tersebut sering menjauh dari teman-temannya dan lebih sering pergi ke perpustakaan dan lebih nyaman jika mengobrol dengan guru dibandingkan dengan teman-temannya. Ada juga siswa yang merasa bentuk tubuhnya tidak ideal dibanding dengan teman-temannya. Siswa yang merasakan hal tersebut biasanya sulit untuk terbuka dengan teman-temannya.

Ketidakpuasan pada bentuk tubuh yang dialami beberapa siswa tersebut dikhawatirkan akan mempengaruhi proses komunikasi interpersonalnya di lingkungan sekolah dan juga keadaan psikologis ataupun akademiknya. Maka dari penjabaran masalah yang terjadi di lapangan, peneliti merasa tertarik untuk mengangkat permasalahan tersebut dalam suatu penelitian yang berjudul:

Hubungan Antara *Body Dissatisfaction* Dengan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 21 Kota Jambi.

B. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. *Body dissatisfaction* dalam penelitian ini dibatasi hanya pada penilaian terhadap bentuk tubuh yang gemuk, warna kulit yang gelap, ukuran tubuh yang pendek, perasaan malu, dan menghindari aktivitas sosial.
2. Komunikasi interpersonal dalam penelitian ini dibatasi pada sikap keterbukaan menyampaikan pendapat, empati pada sesama, dan kesetaraan.
3. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII di SMP Negeri 21 Kota Jambi.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan menjadi: apakah terdapat hubungan antara *body dissatisfaction* dengan komunikasi interpersonal siswa kelas VIII di SMP Negeri 21 Kota Jambi?

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dijelaskan, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah: untuk mengungkapkan ada

tidaknya hubungan antara *body dissatisfaction* dengan komunikasi interepersonal siswa kelas VIII di SMP Negeri 21 Kota Jambi.

E. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang ingin dicapai sebelumnya, maka hasil yang diharapkan dari penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi:

1. Guru Bimbingan Konseling

Dapat dijadikan bahan masukan dan pertimbangan dalam memilih strategi bimbingan di masa mendatang.

2. Peneliti

Dapat menambah pengetahuan dan pemahaman dalam upaya mengembangkan kemampuan sebagai calon guru pembimbing yang professional di masa yang akan datang.

3. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan referensi pengetahuan bagi peneliti selanjutnya terkait dengan *body dissatisfaction* dan komunikasi interpersonal serta dapat dijadikan pertimbangan bahan kajian untuk penelitian selanjutnya.

F. Anggapan Dasar

Adapun anggapan dasar dalam penelitian ini adalah asumsi dari peneliti sendiri yaitu sebagai berikut:

1. Manusia mengalami perubahan pada penampilan dan kondisi fisiknya.
2. Manusia memerlukan komunikasi dalam keberlangsungan hidupnya.

G. Hipotesis Penelitian

Sesuai dengan latar belakang penelitian, maka hipotesis yang ingin dibuktikan dalam penelitian ini adalah: terdapat hubungan antara *body dissatisfaction* dengan komunikasi interpersonal siswa di SMP Negeri 21 Kota Jambi.

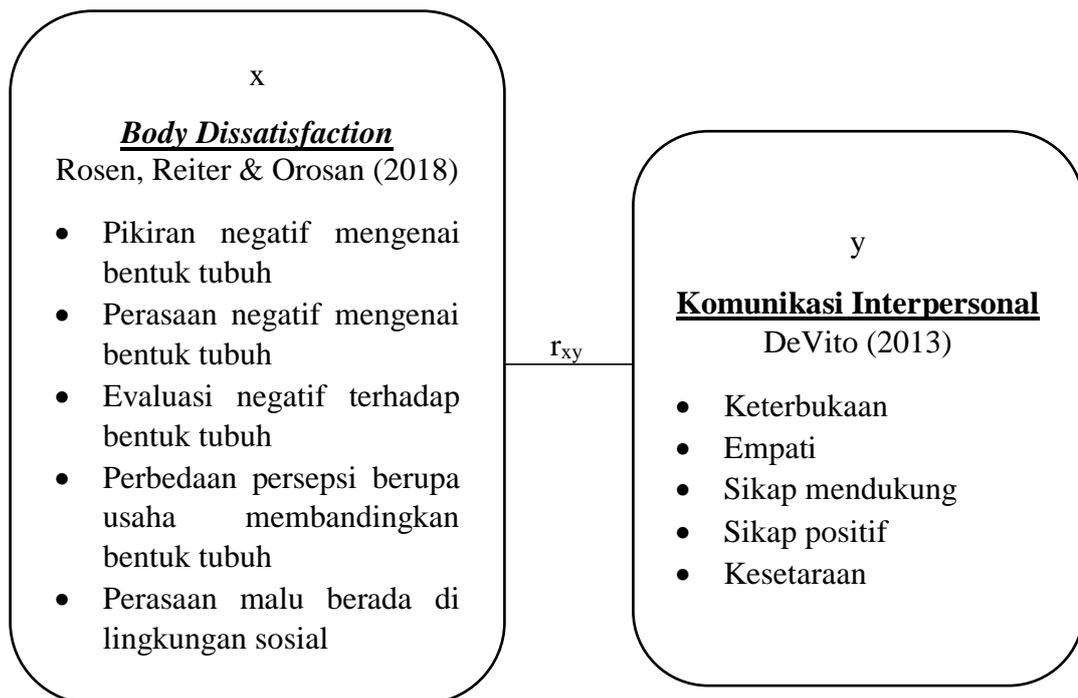
H. Definisi Operasional

Dalam penelitian ini akan dikemukakan pengertian tentang judul penelitian ini antara lain yaitu:

1. Yang dimaksud dengan ketidakpuasan pada tubuh (*body dissatisfaction*) dalam penelitian ini adalah pikiran negatif, perasaan negatif, serta evaluasi negatif terhadap bentuk tubuh baik sebagian maupun secara keseluruhan, memiliki perbedaan persepsi mengenai tubuhnya, merasa malu terhadap bentuk tubuh apabila bertemu orang lain atau berada dalam lingkungan sosial, sering mengecek atau memeriksa kondisi fisiknya seperti menimbang dan bercermin, menyamakan bentuk tubuh dari keadaan yang sebenarnya, sering merasa malas untuk mengikuti aktivitas sosial yang berhubungan dengan orang lain.
2. Yang dimaksud dengan komunikasi interpersonal dalam penelitian ini adalah suatu proses pengiriman dan penerimaan pesan antara dua orang atau sekelompok kecil orang secara timbal balik yang terjadi akibat adanya keterbukaan yaitu bersedia membuka diri, empati yaitu ikut merasakan apa yang dirasakan orang lain, sikap mendukung yaitu menghargai pendapat orang lain, sikap positif yaitu mampu

bekerjasama, dan juga kesetaraan yaitu tidak memaksakan kehendak. Sehingga nantinya akan saling mempengaruhi, saling ketergantungan dan saling pengertian.

I. Kerangka Konseptual



Gambar 1. Kerangka Konseptual Penelitian