

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Isu *Body image* telah menjadi fenomena global yang semakin mengkhawatirkan, terutama di kalangan remaja putri (Della & Yudiarso, 2021). Di Amerika Serikat, 90% dari 5.053 tidak puas dengan bentuk tubuh mereka, termasuk yang mengalami kelebihan berat badan (Tasman et al., 2023). Penelitian (Prastia et al., 2023) juga menunjukkan *body image* merupakan isu serius dikalangan perempuan, dengan 94% memiliki pandangan negatif terhadap tubuh mereka dan ingin mengubah bagian tertentu tubuhnya karena kurang percaya diri. Di Indonesia remaja putri berusia 13-25 tahun cenderung memiliki *body image* negatif dalam katagori tinggi hingga sedang (Rahayu et al., 2024).

Fenomena ini diperparah oleh pengaruh media sosial yang sering kali mempromosikan standar kecantikan yang tidak realistis, mengakibatkan perbandingan sosial yang merugikan (Prastia et al., 2023). Sekitar 80% remaja putri merasa tertekan memenuhi ekspektasi penampilan yang dipromosikan di media sosial seperti Instagram dan Tiktok, yang berdampak negatif pada pandangan tubuh mereka (Miracle Tombeng & Satyo Yuwono, 2022). Ketidakpuasan terhadap penampilan sering kali berhubungan dengan rendahnya *self-esteem*, dimana banyak remaja merasa tidak percaya diri dan tidak puas terhadap bentuk tubuh mereka (Rizqiyah & Maryam, 2023).

Prevalensi masalah *Body image* berdasarkan indeks massa tubuh (IMT), WHO menunjukkan bahwa 2,3 milyar remaja usia 15 tahun keatas mengalami kelebihan berat badan dengan 700 juta di antaranya obesitas, prevalensi 11% remaja laki-laki dan 15% remaja perempuan. Asia Tenggara memiliki prevalensi 14% overweight dan 3% obesitas (Fatmala et al., 2022). Di Indonesia, RISKESDAS 2018 menunjukkan 8,1%

remaja usia 16-18 tahun mengalami kekurangan berat badan dan 13,5% memiliki berat badan berlebih (Mauridha & Hardiningsih, 2023). Di Provinsi Jawa Timur, RISKESDAS 2018 menunjukkan 8,7% remaja usia 13-19 tahun mengalami kekurangan berat badan dan 16,0% memiliki kelebihan berat hal ini membuat prevalensi kelebihan berat badan pada remaja usia 16-19 tahun di Jawa Timur melebihi rata-rata nasional dengan persentase sebesar 11,3% (Novarin et al., 2023). Di Kota Malang, RISKESDAS 2018 menunjukkan prevalensi obesitas pada usia di atas 15 tahun mencapai 44% sehingga menjadikannya sebagai kota dengan prevalensi tertinggi ketujuh setelah Surabaya (Najib et al., 2021).

Body image berkaitan dengan penampilan tubuh yang meliputi penilaian ukuran, berat dan aspek tubuh (Alfita & Sianipar, 2021). Seseorang dapat menilai *body image* secara positif atau negatif. Penilaian positif menghasilkan persepsi tubuh yang realistis, kepercayaan diri tinggi dan self esteem baik, sebaliknya, penilaian negatif menghasilkan persepsi tubuh yang tidak realistis, ketidakpuasan tubuh, malu dan rendah diri, serta penurunan self esteem yang berdampak pada kesehatan mental dan hubungan sosial (Alfita & Sianipar, 2021). *Body image* negatif lebih sering terjadi pada remaja perempuan terutama terkait ukuran tubuh dan berat badannya (Aisyah & Simatupang, 2023). Ketidakpuasan terhadap *Body image* merupakan salah satu faktor yang menyebabkan remaja memiliki *self-esteem* yang rendah. (Khawaja & Aleemi, 2022).

Self-esteem sangat penting dalam perkembangan *Body image* (Fatimah et al., 2020).

Self-esteem adalah cara seseorang menilai dirinya sendiri dengan fokus pada keyakinan bahwa mereka mampu dan berharga (Nuryanti & Nuraini, 2023). Terkadang standar ideal di lingkungan sering mempengaruhi seseorang sehingga dapat menjadikannya sebagai suatu tuntutan yang harus dipenuhi demi memperoleh pengakuan dan penghargaan (Fatimah et al., 2020). *Self-esteem* mempengaruhi kepribadian, sikap,

motivasi dan keberhasilan dan *self-esteem* yang tinggi membantu seseorang bersikap positif dan percaya diri dalam mencapai tujuan, sedangkan *self-esteem* rendah dapat menghambat keberhasilan karena menimbulkan ketidakpercayaan pada kemampuan diri dalam mencapai tujuan dan menghadapi tekanan (Najiya & Thomas, 2021). *Self-esteem* yang rendah dapat meningkatkan resiko masalah kesehatan fisik dan mental seperti depresi dan kecemasan (Khawaja & Aleemi, 2022).

Penelitian oleh (Akpasa et al., 2022) menemukan *self-esteem* sedang (91,3%) dan *self-esteem* rendah (8,7%) pada remaja memiliki masalah terhadap persepsi diri terhadap senyum dan susunan gigi yang kurang menarik. (George et al., 2020) menemukan (69,2%) remaja dengan *self-esteem* rendah tidak puas dengan ukuran tubuhnya. (Tayel et al., 2020) menemukan rendahnya *self-esteem* terjadi pada remaja mesir yang memiliki masalah jerawat dengan lebih banyak terjadi pada remaja perempuan (67,0%) dibandingkan dengan laki-laki (45,0%). (Uchôa F et al., 2020) menemukan (33,8%) remaja memiliki *self-esteem* rendah, (27,8%) pada remaja yang menunjukkan tingkat ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh bagian tertentu dan (5,8%) pada keseluruhan tubuhnya. Dari beberapa hasil penelitian ini disimpulkan bahwa remaja dengan persepsi diri rendah dan masalah terhadap tubuhnya remaja cenderung memiliki *self-esteem* sedang hingga rendah terutama pada perempuan.

Selain berdasarkan penelitian, hal ini juga ditemukan pada siswi kelas XI AKC 2 di SMK Negeri 2 Malang. Dari studi pendahuluan terhadap 28 siswi melalui penyebaran kuesioner *google formulir* didapatkan 78,6% menilai penampilannya kurang menarik dan 67,9% merasa tidak puas dengan tubuhnya. alasan mereka beragam, seperti wajah yang tidak simetris, kulit berjerawat dan berwarna gelap, memiliki *stretch mark* atau bekas luka, gigi tidak rapi, serta merasa tubuhnya kurang ideal seperti pendek, gemuk ataupun kurus. Sehingga didapatkan 82,1% merasa tidak percaya diri dan 39,3

% merasa tidak berharga. Hal ini mendorong mereka untuk memperbaiki penampilannya melalui diet, gym, dan memakai banyak produk kecantikan. Jurusan kesehatan memiliki fokus khusus pada bidang kesehatan, sehingga siswa-siwinya mendapatkan pengetahuan dan keterampilan lebih dalam tentang berbagai aspek kesehatan dibandingkan jurusan lainnya (Novarin et al., 2023). Remaja dengan pengetahuan kesehatan yang baik akan lebih memperhatikan kesehatan tubuhnya seperti kritis dalam memilih makanan yang dikonsumsi, pengkategorian berat badan dan ukuran tubuhnya (Purwanti & Marlina, 2022).

Penting untuk segera mengidentifikasi ketidakpuasan *Body image* dan rendahnya *self-esteem* pada remaja sebelum berpengaruh secara signifikan pada kesehatan mental dan fisik (Khawaja & Aleemi, 2022). Upaya meningkatkan *self-esteem* dapat dilakukan melalui program edukasi tentang tugas perkembangan remaja terkait pembentukan identitas diri, pembentukan kelompok teman sebaya yang positif dan pendampingan oleh keluarga dan guru dalam pencapaian tugas perkembangan remaja (Budiarto et al., 2023). Konseling kelompok remaja juga dapat membantu mencegah penyakit mental, dan memungkinkan penanganan dini bagi yang sudah mengalaminya (Taşar & Paksoy, 2021)

Berdasarkan latar belakang yang telah diungkapkan, dengan melihat betapa pentingnya *self-esteem* bagi siswi, peneliti tertarik meneliti Hubungan *Body image* dengan *Self-esteem* pada remaja putri jurusan Asisten Keperawatan dan Caregiver di SMK Negeri 2 Malang. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi baru dan menjawab tujuan penelitian yaitu apakah ada hubungan *Body image* dengan *self-esteem* pada remaja putri jurusan Asisten Keperawatan dan caregiver di SMK Negeri 2 Malang.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan pada bagian sebelumnya, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan menjadi “Apakah terdapat hubungan *Body image* dengan *Self-esteem* pada Remaja putri jurusan Asisten Keperawatan dan Caregiver di SMK Negeri 2 Malang?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan *Body image* dengan *Self-esteem* pada remaja putri jurusan Asisten Keperawatan dan Caregiver di SMK Negeri 2 Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi *Body image* pada remaja putri jurusan Asisten Keperawatan dan Caregiver di SMK Negeri 2 Malang
2. Mengidentifikasi *Self-esteem* pada remaja putri jurusan Asisten Keperawatan dan Caregiver di SMK Negeri 2 Malang
3. Menganalisis hubungan *Body image* dengan *Self-esteem* pada remaja putri jurusan Asisten Keperawatan dan Caregiver di SMK Negeri 2 Malang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam perkembangan ilmu keperawatan dan memberikan pemahaman lebih mengenai *Body image* yang dapat berpengaruh bagi *Self-esteem* pada remaja putri

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini bermanfaat dalam pengembangan ilmu keperawatan khususnya keperawatan jiwa dan sebagai bahan pertimbangan perawat dalam memberikan edukasi atau konseling mengenai *Body image* dan *Self-esteem* pada remaja.

1.5 Keaslian Penelitian

Berdasarkan kajian Pustaka yang dilakukan oleh peneliti, penelitian tentang hubungan *Body image* terhadap *Self-esteem* remaja putri jurusan Asisten Keperawatan dan Caregiver di SMK Negeri 2 Malang belum pernah dilakukan, namun ada beberapa penelitian yang sudah pernah dilakukan dan memiliki persamaan, sehingga penelitian sebelumnya dijadikan sebagai sumber referensi atau acuan seperti kesimpulan penelitian yang tercantum sebagai berikut :

1. Penelitian (Tayel et al., 2020) dengan judul "*Acne vulgaris : prevalence, severity, and impact on quality of life and self-esteem among Egyptian adolescents*". Penelitian tersebut bertujuan untuk menganalisis prevalensi jerawat, tingkat keparahan jerawat, dan dampaknya terhadap kualitas hidup dan harga diri pada remaja mesir. Penelitian tersebut menggunakan design penelitian *cross-sectional study* dengan menggunakan *multistage stratified random sampling*, dengan jumlah partisipan sebanyak 787 siswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa remaja yang memiliki masalah jerawat disertai harga diri rendah lebih banyak terjadi pada remaja perempuan dibandingkan laki-laki. Penelitian yang dilakukan oleh Tayel et al. memiliki persamaan dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu sama-sama meneliti *self-esteem*. Perbedaanya penelitian yang peneliti lakukan menggunakan *body image* sebagai variabel bebas, sedangkan penelitian Tayel et al. menggunakan masalah jerawat sebagai variabel bebas.

2. Penelitian (Akpa et al., 2022) dengan judul "*Impact of severity of malocclusion and self-perceived smile and dental aesthetics on self-esteem among adolescents*". Penelitian tersebut bertujuan untuk menilai pengaruh tingkat keparahan maloklusi dan persepsi diri terhadap senyum dan estetika gigi terhadap harga diri remaja di Logos, Nigeria. Penelitian tersebut menggunakan design penelitian analitik cross-sectional, dengan jumlah partisipan sebanyak 390 remaja berusia 10 hingga 19 tahun keturunan Nigeria. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan persepsi senyum dan estetika gigi. Penelitian yang dilakukan oleh Akpa et al. memiliki persamaan dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu sama-sama meneliti *self-esteem*. Namun pada penelitian yang peneliti lakukan menggunakan satu variabel bebas yaitu *Body image* sedangkan penelitian yang Akpa et al. lakukan menggunakan dua variabel bebas yaitu dampak keparahan maloklusi dan persepsi senyuman dan estetika gigi.
3. Penelitian (George et al., 2020) dengan judul "*Self-esteem and body-image dissatisfaction among adolescents : A cross-sectional study*". Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui tingkat ketidakpuasan terhadap ukuran tubuh (DDBS) dan menganalisis pengaruhnya terhadap *self-esteem* pada remaja. Penelitian tersebut menggunakan design penelitian cross sectional study dengan metode pengambilan sampel convenience sampling, dengan jumlah partisipan sebanyak 110 remaja awal dan 73 remaja akhir. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia dan BMI dengan *self-esteem* dan persepsi citra tubuh. Penelitian yang dilakukan oleh George et al. memiliki persamaan dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu sama-sama meneliti *self-esteem*. Namun pada penelitian yang peneliti lakukan menggunakan *Body image* sebagai variabel bebas. Sedangkan penelitian George menggunakan *body-image dissatisfaction* sebagai variabel bebas.

Selain itu peserta pada penelitian yang peneliti lakukan yaitu remaja awal pada tingkat SMA, sedangkan penelitian George et al. peserta remaja awal tingkat SMA dan remaja akhir tingkat mahasiswa.

4. Penelitian (Audrey et al., 2020) dengan judul "*The Correlation Between Self-esteem and Body image: A Study on female Adolescent Instagram Users*". Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui apakah *self-esteem* berhubungan dengan *Body image* pada remaja putri pengguna Instagram. Penelitian tersebut menggunakan metode kuantitatif non-eksperimental dengan teknik snowball sampling, dengan jumlah partisipan sebanyak 150 remaja putri (12-18 tahun) pengguna Instagram. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara harga diri dan *Body image* pada remaja putri. Penelitian yang dilakukan oleh Audrey et al. memiliki persamaan dengan peneliti yang peneliti lakukan yaitu sama-sama meneliti *self-esteem* dan *Body image*. Namun pada penelitian yang peneliti lakukan menggunakan *Body image* sebagai variabel bebas dan *self-esteem* sebagai variabel terikat. Sedangkan penelitian Audrey et al. *Body image* sebagai variabel terikat dan *self-esteem* sebagai variabel bebas. Selain itu pada penelitian Audrey et al. berfokus pada peserta remaja putri pengguna Instagram, sedangkan penelitian yang peneliti lakukan tidak.
5. Penelitian (Virk & Singh, 2020) dengan judul "*A Study on relationship between body-image and self-esteem among medical undergraduate students*". Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui proporsi siswa yang tidak puas dengan citra tubuh dan hubungan berbagai faktor penentu dengan ketidakpuasan citra tubuh dan harga diri. Penelitian tersebut menggunakan design penelitian cross sectional, dengan jumlah partisipan sebanyak 125 mahasiswa kedokteran tahun pertama di desa Haryana. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self-esteem* dan *Body image*. Penelitian yang dilakukan oleh Virk & Singh

memiliki persamaan dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu sama-sama meneliti *self-esteem* dan *Body image*. Namun penelitian yang peneliti lakukan menggunakan peserta remaja SMA. Sedangkan penelitian Virk & Singh menggunakan peserta mahasiswa kedokteran tahun pertama

