

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa anak-anak dan dewasa yang ditandai dengan perubahan biologis, kognitif, dan sosial. Masa remaja berlangsung dari usia 12-21 tahun yang dibagi menjadi: masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja pertengahan (15-18 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun) (Monks. dkk, 2006). Pada masa ini, terjadi berbagai perubahan pada diri remaja, salah satunya adalah perubahan fisik. Terkait dengan perubahan fisik yang terjadi, para remaja harus dapat menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif, dimana hal tersebut merupakan salah satu tugas perkembangan remaja (Santrock, 2003).

Perubahan fisik yang terjadi pada remaja diawali dengan dimulainya pubertas. Pubertas (*puberty*) itu sendiri merupakan masa kematangan fisik yang cepat, dimana melibatkan perubahan hormonal dan tubuh yang terjadi terutama pada masa remaja awal. Salah satu aspek psikologis dari perubahan fisik yang terjadi adalah para remaja menjadi sangat memperhatikan tubuhnya dan membangun citra tubuh (*body image*) mereka sendiri (Santrock, 2003).

Perhatian yang berlebihan pada bentuk tubuh yang sedang mengalami perubahan terutama terjadi selama pubertas pada masa remaja awal (Santrock, 2003). Para remaja mengembangkan gambaran pribadi tentang bagaimana bentuk tubuh mereka, dimana hal tersebut terkait erat dengan *body image*. *Body image*

merupakan pengalaman individu yang berupa persepsi terhadap bentuk dan berat tubuhnya, serta perilaku yang mengarah pada evaluasi individu tersebut terhadap penampilan fisiknya (Cash, 2012).

Periode penting terkait dengan perkembangan *body image* terjadi pada masa remaja awal, khususnya bagi para remaja putri. Perkembangan remaja putri pada masa remaja awal terkait dengan meningkatnya berat badan, *body image* yang negatif, dan dorongan yang kuat untuk memiliki tubuh yang kurus serta melakukan diet (Levine & Smolak dalam Cash & Pruzinsky, 2002).

Hurlock (1980) menyatakan bahwa sangat sedikit remaja yang merasa puas terhadap tubuhnya. Pada umumnya, remaja putri lebih kurang puas dengan keadaan tubuhnya dan memiliki *body image* yang negatif, dibandingkan dengan remaja putra pada masa pubertas (Brooks-Gunn & Paikoff, 1993; Henderson & Zivian, 1995; Richards, dkk., 1990 dalam Santrock, 2003). Hal tersebut juga didukung dengan hasil survei yang dilakukan oleh lembaga khusus yang menangani perkembangan kesehatan remaja oleh Universitas New Hampshire, menyatakan bahwa sebanyak 73% remaja putra lebih bangga terhadap tubuh yang dimilikinya dibandingkan dengan remaja putri yang hanya memiliki persentase sebanyak 47% (Winzeler, 2005).

Para remaja memiliki perhatian lebih pada tubuhnya dan membangun citra tubuh (*body image*) mereka sendiri pada masa remaja awal, dibandingkan dengan masa akhir remaja (Hamburg, 1974 & Wright, 1989 dalam Santrock, 2003). Para remaja selalu berpikir tentang siapa dirinya dan apa yang membuat mereka berbeda dengan yang lain. Berbagai upaya dilakukan oleh remaja putri agar

penampilannya sesuai dengan tuntutan kelompok teman-teman sebayanya, sehingga mereka pun merasa tidak berbeda dan lebih menyesuaikan diri dengan norma yang ada didalam kelompok. Keinginan untuk memiliki tubuh yang kurus meningkat pada masa remaja. Terdapat penelitian yang menunjukkan bahwa memiliki teman yang melakukan diet ketat akan mempengaruhi perkembangan *body image* pada remaja putri awal (Paxton, dkk., 2006).

Gross (dalam Santrock, 2003) mengungkapkan bahwa para remaja putri seringkali tidak puas dengan keadaan tubuhnya dikarenakan bertambahnya lemak tubuh pada diri mereka, sedangkan para remaja putra menjadi lebih puas karena massa otot mereka meningkat. Kekhawatiran yang berlebihan terhadap kecenderungan untuk menjadi gemuk (*overweight*) ataupun obesitas menjadi sumber keprihatinan bagi para remaja putri. Obesitas itu sendiri merupakan kelebihan berat badan sebagai akibat dari penimbunan lemak tubuh yang berlebihan (Hasdianah, dkk., 2014).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh sebuah tim dari *Imperial College* London, Harvard, dan WHO (*World Health Organization*) menunjukkan bahwa berdasarkan data terakhir pada tahun 2008, satu dari tujuh perempuan dan satu dari sepuluh laki-laki di dunia mengalami obesitas. Menurut WHO, kegemukan yang berlebihan ini membuat tiga juta orang di seluruh dunia mengalami kematian dini setiap tahun karena serangan jantung, diabetes, kanker dan berbagai jenis penyakit lainnya (“Tiga Dekade Terakhir Terjadi Tsunami Obesitas di Dunia”, 2011).

Sebagaimana yang terjadi di Indonesia, berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, bahwa prevalensi nasional obesitas umum pada perempuan lebih besar dibandingkan pada laki-laki dan meningkat dari tahun ke tahun. Pada tahun 2013, prevalensi nasional obesitas umum pada perempuan lebih tinggi daripada laki-laki, yaitu 32,9% dibanding 19,7%. Berdasarkan data tersebut, terjadi peningkatan prevalensi obesitas pada perempuan dari tahun 2007 sebesar 13,9% dan pada tahun 2010 sebesar 15,5%. (Riset Kesehatan Dasar, 2013).

Obesitas terjadi di berbagai provinsi di Indonesia, dimana salah satunya adalah provinsi Jawa Timur. Berdasarkan laporan hasil Riset Kesehatan Dasar provinsi Jawa Timur di 38 kabupaten/kota pada tahun 2007, prevalensi obesitas di Jawa Timur lebih banyak terjadi pada perempuan, yaitu 25% dibanding 15% pada laki-laki. Kabupaten Jember merupakan salah satu kabupaten diantara kabupaten di Jawa Timur, dengan prevalensi obesitas pada perempuan yang terbesar kedua setelah kabupaten Sumenep (Riset Kesehatan Dasar Provinsi Jawa Timur, 2007). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik, sebagai sebuah wilayah kabupaten, Jember memiliki wilayah yang cukup luas dan mempunyai banyak cakupan wilayah kecamatan untuk ukuran sebuah kabupaten di Pulau Jawa (“Badan Pusat Statistik”). Penulis tertarik mengambil data mengenai obesitas remaja putri di kabupaten Jember, karena sejauh ini belum ada penelitian di bidang psikologi dengan subjek penelitian remaja awal yang mengalami obesitas.

Terkait dengan pengambilan data yang dilakukan di beberapa SMP di kabupaten Jember, penulis sebelumnya melakukan wawancara kepada guru bimbingan konseling (BK) yang ada di sekolah. Berdasarkan hasil wawancara tersebut, mengungkapkan bahwa para siswi yang memiliki berat badan yang berlebih cenderung tidak puas dengan penampilan fisiknya terkait dengan interaksi para siswi tersebut dengan teman-teman sebayanya yang memiliki berat badan normal.

Terkait dengan penampilan fisik, para remaja putri juga meyakini bahwa perubahan pada bentuk tubuhnya mengurangi daya tarik penampilan mereka. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh salah satu produk kecantikan wajah yang terkenal di Indonesia, menunjukkan bahwa para remaja putri sangat memperhatikan penampilannya. *Brand* Manajer produk kecantikan tersebut juga menyatakan bahwa, tampil cantik dan menarik merupakan hal yang penting bagi para remaja putri di Indonesia (*"Beauty Class Langkah Awal Kecantikan Remaja"*, 2008).

Remaja putri seringkali lebih tidak puas dengan keadaan tubuhnya karena adanya lemak tubuh yang bertambah, terlebih lagi bagi remaja putri yang mengalami obesitas. Terkait dengan pentingnya penampilan bagi para remaja putri, klinik kecantikan di Indonesia telah banyak bermunculan, tidak hanya wanita dewasa yang melakukan perawatan kecantikan, melainkan juga para remaja putri. Manajer promosi salah satu klinik kecantikan yang terkenal di Indonesia mengungkapkan bahwa dari 81 cabang di seluruh Indonesia, 35 persennya adalah pasar remaja. Ia juga menambahkan bahwa remaja menjadi

pengguna aktif pada perawatan kulit dan produk kosmetik (“Bidik Pelanggan Remaja”, 2014).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh tim *Shape UP* Indonesia yang merupakan klinik penurunan berat badan, menyatakan bahwa banyak remaja Indonesia yang berusia dibawah 17 tahun terkena *eating disorder* (gangguan makan). *Eating disorder* yang timbul karena kesadaran untuk menjaga berat badan dengan berbagai cara menyebabkan tingginya kasus gangguan makan. Penurunan berat badan yang dilakukan dengan melakukan diet dengan cara yang salah (“*Eating Disorder* : Mengancam Kesehatan Banyak Remaja Indonesia”, 2013).

Terdapat salah satu blog di Indonesia yang berisi tentang curahan hati remaja putri yang mengalami obesitas, yang menyatakan bahwa ketika duduk di bangku sekolah dasar hingga sekolah menengah, remaja tersebut selalu mendapatkan sindiran dan celaan dari teman-teman sebayanya terkait dengan bentuk dan berat badan yang dimiliki. Ia juga mengungkapkan bahwa sindiran dan celaan tersebut membuatnya sering menangis di sekolah dan merasa tidak puas dengan keadaan tubuhnya karena tidak memiliki wajah yang cantik, serta berat badan normal seperti teman-teman sebayanya. Berdasarkan apa yang dialami oleh remaja tersebut, mendorongnya untuk melakukan diet ketat dengan membatasi asupan makanan, namun yang terjadi setelah beberapa minggu melakukan diet ketat, akhirnya ia dibawa ke rumah sakit karena mengalami kekurangan gizi (“Mengejekku Si Gendut”, 2012).

Berdasarkan paparan sebelumnya tentang kisah salah satu remaja putri yang mengalami obesitas, menunjukkan bahwa ketika para remaja putri memiliki tubuh yang tidak sesuai dengan tipe tubuh ideal yang diharapkan, maka mereka akan mengembangkan ketidakpuasan pada tubuh yang mengarah pada terbentuknya *body image* yang negatif. Terdapat penelitian yang dilakukan oleh Tiggeman (dalam Ningrum & Cahyanti, 2012) yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan ketidakpuasan tubuh pada remaja putri. Smolak & Thompson (2009) juga menyatakan bahwa terbentuknya *self-esteem* yang rendah terkait dengan ketidakpuasan remaja terhadap tubuhnya yang mengarah pada perkembangan *body image* yang negatif.

Perkembangan *body image* itu sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya sosialisasi kebudayaan, pengalaman-pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, dan faktor kepribadian. Pada faktor kepribadian, *self-esteem* merupakan hal yang sangat penting terkait dengan perkembangan *body image*. Seseorang yang memiliki *self-esteem* yang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, namun sebaliknya seseorang yang memiliki *self-esteem* yang rendah akan meningkatkan *body image* yang negatif (Cash & Pruzinsky, 2002).

Self-esteem merupakan sikap seseorang berdasarkan persepsi tentang bagaimana ia menghargai dan menilai dirinya sendiri secara keseluruhan, yang berupa sikap positif atau negatif terhadap dirinya (Rosenberg, 1965 dalam Mruk, 2006). *Self-esteem* itu sendiri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan *body image*. Seseorang yang memiliki *self-esteem* yang positif

akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, namun sebaliknya seseorang yang memiliki *self-esteem* yang buruk akan meningkatkan *body image* yang negatif (Cash & Pruzinsky, 2002).

Pada masa remaja awal, terjadinya berbagai perubahan terutama perubahan fisik membuat para remaja putri menunjukkan perhatian yang sangat besar pada bentuk tubuhnya. Remaja putri yang mengalami obesitas akan lebih merasa tidak puas dengan tubuhnya dan merasa malu dengan berat badan yang dimiliki dibandingkan dengan teman-teman sebayanya yang memiliki berat badan normal, sehingga hal tersebut menyebabkan mereka mengembangkan *body image* yang negatif (Schwartz & Brownell, 2004).

Shroff & Thompson (2006) juga mengungkapkan bahwa remaja putri yang mengalami obesitas lebih tidak puas dengan tubuhnya yang mengarah pada terbentuknya *body image* negatif dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki berat badan normal. Bagi para remaja putri, pembicaraan mengenai penampilan dan berat badan sangatlah sensitif. Tekanan yang diterima dari teman-teman sebaya untuk memiliki tubuh yang kurus sangat terkait dengan internalisasi yang kuat terhadap ketidakpuasan pada tubuh yang dimiliki. Tekanan-tekanan yang berasal dari teman-teman sebaya, mempengaruhi para remaja dalam berperilaku untuk menyesuaikan diri dengan kelompok teman-teman sebayanya.

Terdapat penelitian yang dilakukan oleh Myers & Rosen (dalam Schwartz & Brownell, 2004) yang menunjukkan bahwa *body image* negatif yang dimiliki para remaja awal yang mengalami obesitas terkait dengan stigma negatif dan kontrol

yang tinggi dalam menjaga asupan makanan. Mereka menjauhkan diri mereka dari lingkungan sosialnya dan memiliki penilaian yang negatif terhadap dirinya.

Pada masa remaja awal, para remaja putri cenderung memiliki *self-esteem* yang rendah (Guindon, 2010). Terlebih lagi para remaja putri yang obesitas mengakibatkan stigma negatif, yang membawa konsekuensi psikologis maupun sosial, dimana menimbulkan kecemasan sosial, depresi, *body image* yang negatif, dan rendahnya kepuasan hidup karena mereka lebih sering ditolak dan dikucilkan oleh teman-temannya. Remaja putri yang mengalami obesitas lebih banyak mengalami diskriminasi dibandingkan dengan remaja putra terkait dengan interaksi sosial dengan teman sebayanya yang mengakibatkan mereka tidak puas dengan keadaan tubuhnya sehingga membentuk *body image* yang negatif (Pearce, dkk., 2002).

Berdasarkan paparan-paparan diatas itulah, penulis ingin melakukan kajian apakah terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* pada remaja awal yang mengalami obesitas.

1.2 Identifikasi Masalah

Paparan-paparan yang telah diuraikan pada latar belakang, menunjukkan bahwa perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja khususnya perubahan fisik menyebabkan remaja putri cenderung lebih tidak puas dengan keadaan tubuhnya dibandingkan remaja putra, terlebih lagi bagi remaja putri yang mengalami obesitas. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa remaja putri cenderung tidak puas dengan keadaan tubuhnya dan memiliki citra tubuh yang

negatif, dibandingkan dengan remaja putra. Terkait dengan perubahan fisik yang terjadi, para remaja seharusnya dapat menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif, dimana hal tersebut merupakan salah satu tugas perkembangan remaja (Santrock, 2003).

Remaja menunjukkan perhatian yang sangat besar pada bentuk tubuhnya yang sedang mengalami perubahan dan mengembangkan gambaran pribadi tentang bagaimana bentuk tubuh mereka. Hal tersebut terkait erat dengan citra tubuh (*body image*), yaitu pengalaman individu yang berupa persepsi terhadap bentuk dan berat tubuhnya, serta perilaku yang mengarah pada evaluasi individu tersebut terhadap penampilan fisiknya (Cash, 2012).

Pada masa remaja khususnya masa remaja awal, merupakan periode penting terhadap perkembangan citra tubuh (*body image*) bagi para remaja putri. *Body image* itu sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya sosialisasi kebudayaan, pengalaman-pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, dan faktor kepribadian. Pada faktor kepribadian, *self-esteem* merupakan hal yang sangat penting terkait dengan perkembangan *body image*. Seseorang yang memiliki *self-esteem* yang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, namun sebaliknya seseorang yang memiliki *self-esteem* yang rendah akan meningkatkan *body image* yang negatif (Cash & Pruzinsky, 2002). Terkait dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis dilihat dari faktor yang mempengaruhi perkembangan *body image*, maka penulis akan mengkaji lebih dalam mengenai *self-esteem*.

Self-esteem merupakan sikap seseorang berdasarkan persepsi tentang bagaimana ia menghargai dan menilai dirinya sendiri secara keseluruhan, yang berupa sikap positif atau negatif terhadap dirinya (Rosenberg, 1965 dalam Mruk, 2006). Kearney-Cooke (dalam Guindon, 2010) menyatakan bahwa pada masa remaja awal, para remaja putri cenderung memiliki *self-esteem* yang rendah.

Harter (dalam Santrock, 2003) menyatakan bahwa penampilan fisik secara konsisten memiliki hubungan yang paling kuat terhadap *self-esteem*. Terkait dengan penampilan fisik, maka tidak terlepas dari evaluasi terhadap penampilan fisik (*body image*). Mellor, dkk., (2010) melakukan penelitian tentang hubungan antara *self-esteem* dan *body image* pada pria dan wanita. Para wanita lebih tidak puas dengan tubuhnya dibandingkan pria. Hasil penelitian menyatakan bahwa tingginya *self-esteem* yang dimiliki terkait dengan kepuasan pada *body image*.

Pada masa remaja awal yang berlangsung dari usia 12 hingga 15 tahun (Monks, dkk, 2006), kedekatan para remaja putri dengan orang tuanya semakin berkurang. Hal tersebut disebabkan karena mereka lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman-teman sebayanya. Para remaja putri menganggap kelompok sosial sebagai tempat yang aman bagi mereka, dimana mereka merasakan kebebasan karena berada jauh dari orang tua. Anderson & Olnhausen (dalam Guindon, 2010) menyatakan bahwa penerimaan teman-teman sebaya dan hubungan yang terjalin dengan teman-teman sebaya memberikan dampak yang positif maupun negatif terhadap perkembangan *self-esteem* para remaja.

Hubungan atau interaksi sosial yang terjalin akan menentukan perkembangan *self-esteem* pada individu (Coopersmith, 1967 dalam Mruk, 2006). Terdapat

penelitian yang dilakukan oleh Berndt & Hestenes (dalam Paxton, dkk., 2006) yang menunjukkan bahwa para remaja memiliki tekanan yang kuat untuk konform terhadap teman-teman sebayanya agar diri mereka dapat diterima oleh teman-temannya dapat mengakibatkan mereka mengembangkan citra tubuh yang negatif. Hal tersebut membuat para remaja putri merasa bahwa penampilan mereka tidak menarik dan tidak pantas diterima, sehingga mereka memiliki *self-esteem* yang rendah. Paxton, dkk., (2006) juga menyatakan bahwa *self-esteem* sebagai faktor yang beresiko terhadap ketidakpuasaan tubuh (*body dissatisfaction*) pada remaja putri awal.

Williams & Currie (2000) melakukan penelitian pada remaja putri mengenai *self-esteem* dan perkembangan penampilan fisik pada masa remaja awal ditinjau dari masa pubertas dan *body image*. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa antara *self-esteem* dengan *body image* memiliki hubungan korelasi yang positif. Semakin rendah *self-esteem* yang dimiliki, maka semakin rendah *body image* pada diri individu, begitu juga sebaliknya semakin tinggi *self-esteem* maka semakin tinggi *body image*.

Ermanza (2008) melakukan penelitian mengenai hubungan antara *self-esteem* dan *body image* pada remaja putri yang mengalami obesitas dari sosial ekonomi menengah atas. Subjek pada penelitian yang dilakukan oleh Ermanza adalah remaja putri dengan rentang usia pada masa remaja, yaitu 15 hingga 20 tahun, serta mengklasifikasikan subjek yang memiliki status sosial ekonomi menengah atas. Penelitian tersebut berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis karena penulis memilih remaja awal yang mengalami obesitas dengan rentang

usia 12 hingga 15 tahun sebagai subjek penelitian karena pada masa remaja awal merupakan periode penting terhadap perkembangan citra tubuh (*body image*) bagi para remaja putri (Cash & Pruzinsky, 2002).

Terdapat penelitian yang dilakukan oleh Ningrum & Cahyanti (2012) mengenai hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri. Penelitian ini lebih menekankan hubungan antara *self-esteem* dengan gangguan mental pada penampilan tubuhnya (*body dysmorphic disorder*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri yang memiliki *self-esteem* yang tinggi menyebabkan mereka memiliki gambaran positif mengenai tubuhnya. Mereka merasa puas dengan penampilan fisiknya, sehingga kecenderungan *body dysmorphic disorder* menjadi rendah, namun sebaliknya para remaja putri yang tidak puas dengan penampilan fisiknya akan menjadi terlalu fokus pada penampilan, sehingga pada tingkat yang ekstrim menyebabkan mereka memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder* yang tinggi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja putri.

Frost & McKelvie (dalam Kim & Lennon, 2007) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan kepuasan tubuh pada remaja. Levine & Smolak (dalam Cash & Pruzinsky, 2002) juga menyatakan bahwa *self-esteem* dengan *body image* pada masa remaja memiliki hubungan yang sangat kuat dibandingkan dengan masa perkembangan lainnya, dimana hal tersebut lebih banyak terjadi pada remaja putri.

Berdasarkan penelitian-penelitian yang dilakukan sebelumnya, hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* pada remaja awal yang mengalami obesitas, sejauh ini belum pernah dilakukan. Penelitian yang berkaitan dengan kelebihan berat badan pada masa remaja penting untuk dilakukan karena para remaja yang mengalami obesitas memiliki konsekuensi psikososial dan emosional, seperti sindiran dan celaan yang dilakukan oleh lingkungan sekitarnya (dalam O'Dea 2006). Para remaja putri juga lebih banyak mengalami diskriminasi dibandingkan dengan remaja putra terkait dengan interaksi sosial dengan teman sebayanya (Pearce, dkk., 2002). Hubungan atau interaksi sosial yang terjalin akan menentukan perkembangan *self-esteem* pada individu (Coopersmith, 1967 dalam Mruk, 2006).

Terkait dengan masa perkembangan remaja khususnya masa remaja awal dengan rentang usia 12 hingga 15 tahun, para remaja putri menunjukkan bahwa mereka cenderung tidak puas dengan penampilan fisiknya. Remaja menunjukkan perhatian yang sangat besar pada bentuk tubuhnya yang sedang mengalami perubahan dan mengembangkan *body image* mereka. Pada masa remaja awal juga merupakan periode penting terhadap perkembangan *body image* bagi para remaja putri (Cash & Pruzinsky, 2002). Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* pada remaja awal yang mengalami obesitas.

1.3 Batasan Masalah

Masalah penelitian ini dibatasi pada:

1.3.1 *Body Image*

Body image (citra tubuh) merupakan pengalaman individu yang berupa persepsi terhadap bentuk dan berat tubuhnya, serta perilaku yang mengarah pada evaluasi individu tersebut terhadap penampilan fisiknya (Cash, 2012).

Cash (dalam Seawell & Burg, 2005), mengungkapkan bahwa terdapat lima aspek pada citra tubuh (*body image*), yaitu:

- a. *Appearance evaluation* (evaluasi penampilan)
- b. *Appearance orientation* (orientasi penampilan)
- c. *Body areas satisfaction* (kepuasaan terhadap bagian tubuh)
- d. *Overweight preoccupation* (kecemasan untuk menjadi gemuk)
- e. *Self classified weight* (pengkategorian tubuh)

1.3.2 *Self-esteem*

Self-esteem merupakan sikap seseorang berdasarkan persepsi tentang bagaimana ia menghargai dan menilai dirinya sendiri secara keseluruhan, yang berupa sikap positif atau negatif terhadap dirinya (Rosenberg, 1965 dalam Mruk, 2006).

1.3.3 **Remaja Awal yang Mengalami Obesitas**

Remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa anak-anak dan dewasa yang ditandai dengan perubahan biologis, kognitif, dan sosial. Masa remaja berlangsung dari usia 12 hingga 21 tahun yang dibagi menjadi beberapa bagian, yaitu masa remaja awal yang berusia 12 hingga 15 tahun,

masa remaja pertengahan yang berusia 15 hingga 18 tahun, dan masa remaja akhir yang berusia 18 hingga 21 tahun (Monks. dkk, 2006).

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja awal yang mengalami obesitas. Metode yang digunakan untuk mengukur tingkat obesitas adalah dengan menetapkan indeks masa tubuh (IMT) atau *body mass index* (BMI). Indeks masa tubuh diperoleh dari berat badan (kg) dibagi dengan tinggi badan (m^2). Departemen Kesehatan Republik Indonesia (dalam Riset Kesehatan Dasar, 2013) menetapkan batasan indeks masa tubuh, dimana seseorang yang obesitas memiliki indeks masa tubuh ≥ 27 . Jadi, remaja awal yang mengalami obesitas dalam penelitian ini merupakan remaja perempuan yang berusia 12 hingga 15 tahun dan memiliki indeks masa tubuh (IMT) $\geq 27 \text{ kg/m}^2$.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis uraikan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah ada hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* pada remaja awal yang mengalami obesitas?”

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* pada remaja awal yang mengalami obesitas.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Terkait dengan teori mengenai *body image* (citra tubuh), maka penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk:

1. Memperkaya pengetahuan mengenai *body image* pada bidang ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan.
2. Menambah literatur dan referensi pada ilmu pengetahuan, terkait dengan *self-esteem* dan *body image* pada remaja awal yang mengalami obesitas.

1.6.2 Manfaat Praktis

Selain itu penelitian ini juga diharapkan dapat memiliki manfaat praktis untuk:

1. Memberikan informasi mengenai hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* pada remaja awal.
2. Memberikan masukan bagi remaja awal yang mengalami obesitas agar dapat menerima keadaan tubuhnya sehingga mengembangkan *body image* yang positif.