

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, psikologis dan sosio emosional (Makinen, dkk., 2012). Remaja perempuan pada saat masa puber, mengalami peningkatan yang sangat drastis pada tinggi dan berat badan, *menarche*, pertumbuhan buah dada dan pertumbuhan rambut kemaluan. Remaja laki-laki mengalami perubahan tubuh pada tinggi badan, bentuk penis, testis dan rambut kemaluan (Santrock, 2003). Perubahan lain yang juga terjadi pada remaja perempuan yaitu peningkatan jaringan pengikat di bawah kulit (lemak) yang menyebabkan bertambahnya berat badan (Monks, 1999). Perubahan-perubahan biologis yang terjadi pada masa remaja tersebut, memicu peningkatan minat terhadap citra tubuh (Santrock, 2002).

Minat remaja terhadap citra tubuh semakin meningkat dengan adanya ketertarikan pada lawan jenis. Pernyataan tersebut selaras dengan yang diungkapkan oleh Havighurst bahwa salah satu tugas perkembangan remaja adalah mencapai relasi baru dan lebih matang bergaul dengan teman seusia dari kedua jenis kelamin (Agustiani, 2006). Berdasarkan tugas perkembangan tersebut, banyak remaja yang menginginkan bentuk tubuh ideal dan penampilan yang sempurna. Kecenderungan menjadi gemuk pada remaja saat masa puber membuat remaja memiliki peningkatan terhadap minat citra tubuh (Santrock, 2003). Perhatian remaja terhadap penampilan dan kondisi fisik merupakan bagian dari

konsep diri. Konsep diri pada mulanya adalah citra tubuh, yaitu sebuah gambaran yang dievaluasikan mengenai diri fisik. Sosok tubuh, penampilannya dan ukurannya merupakan hal teramat penting didalam mengembangkan pemahaman tentang evolusi konsep diri seseorang (Burns, 1993).

Minat remaja yang semakin meningkat pada citra tubuh membuat remaja sibuk untuk memeriksa perubahan yang terjadi pada dirinya. kesibukan tersebut membuat remaja mudah merasa tidak puas terhadap tubuhnya (Santrock, 2003). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perempuan lebih cenderung tidak puas terhadap bentuk tubuhnya dan cenderung memiliki *self-esteem* yang rendah dibanding dengan laki-laki (Makinen, dkk., 2012). Perasaan yang kuat akan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (*Body Dissatisfaction*) sebagai faktor yang berisiko dalam pengembangan gangguan makan (Cattarin dan Thompson, 1994; Stice, 2001 dalam Drewes, Kristin M, 2005).

*Body dissatisfaction* merupakan suatu kondisi dimana seseorang mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya. Seseorang dengan *body dissatisfaction* biasanya membandingkan persepsi bentuk tubuhnya dengan persepsi bentuk tubuh ideal. Persepsi yang negatif terhadap bentuk tubuhnya membuat seseorang semakin merasa tidak puas terhadap bentuk, ukuran maupun berat badannya (Grogan, 1999). Persepsi seseorang dapat dipengaruhi oleh lingkungan sosialnya. Menurut Tiggemann (2001), media massa yang banyak memuat bahwa perempuan cantik merupakan perempuan yang memiliki tubuh ideal, membuat perempuan merasa tidak puas dengan bentuk, ukuran dan berat badannya.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan di Amerika mengungkapkan bahwa 55% perempuan dan 35% laki-laki mengalami ketidakpuasan terhadap ukuran, bentuk, dan berat badan mereka (Wood, Becker, and Thompson, 1996 as cited in Thompson and Smolak, 2001 dalam Drewes, Kristin M, 2005). Penelitian lain yang dilakukan di Australia menunjukkan hasil bahwa 33% remaja perempuan terindikasi mengalami *body dissatisfaction* (26% menyesuaikan), dan 29% remaja laki-laki mengalami *body dissatisfaction* (21% menyesuaikan) (P. McCabe et al., 2000). Penelitian lain yang dilakukan di Surabaya dengan 100 partisipan dari salah satu SMA menunjukkan bahwa 82% tidak mengalami kepuasan terhadap penampilannya, dan yang puas dengan penampilannya sebesar 18%. Remaja yang tidak puas dengan penampilannya melakukan segala macam cara demi memperbaiki penampilannya, yaitu 56,50% memeriksa penampilannya berkali-kali, 6,10% olah raga dengan tidak mengenal waktu, 8,54% melakukan perawatan ke klinik kecantikan, 3,66% mengikuti program pelangsingan, 1,22% mengikuti fitness, 8,54% mengikuti diet ketat, 15,85% lain-lain (Rahmania P. N, 2012).

*Body dissatisfaction* menjadi penting karena dalam beberapa hasil penelitian sebelumnya selalu berasosiasi dengan *eating disorder*, selain itu ketidakpuasan juga dapat meningkatkan risiko *eating pathology*. *Body dissatisfaction* menjadi penyebab utama diet berlebih yang dapat memicu gangguan makan seperti *anorexia nervosa* dan *bulimia nervosa*. *Body dissatisfaction* juga merupakan penyebab munculnya emosi negatif yang dapat mengakibatkan perilaku makan berlebih (Makinen, dkk., 2012). Ketidakpuasan terhadap bentuk, ukuran dan berat badan dipengaruhi oleh beberapa faktor psikologis. Konsep diri negatif dapat

mengakibatkan rendahnya *self-esteem*, yang menyebabkan ketidakpuasan terhadap bentuk, ukuran, dan berat badan. Kesenjangan antara konsep diri atau *real self* dengan *self ideal* yang dimiliki oleh seseorang juga dapat mempengaruhi kepuasan seseorang terhadap bentuk tubuh. Remaja yang memiliki *self ideal* yang tinggi namun tidak sesuai dengan keadaan yang ada pada dirinya akan memiliki tingkat kepuasan yang rendah pada dirinya. Pernyataan tersebut sesuai dengan apa yang diungkapkan oleh Feist & Feist 2002, *Self ideal* merupakan bagian dari *self* yang diartikan sebagai pandangan seseorang terhadap dirinya untuk menjadi seperti apa yang diharapkan. Kesenjangan antara *self ideal* dengan *real self* membuat seseorang mengalami gangguan.

Terdapat aspek lain yang mempengaruhi ketidakpuasan seseorang terhadap bentuk, ukuran, dan berat badan, yaitu kepribadian. Kepribadian seseorang dapat dilihat melalui sifat dasar yang ada dalam diri individu tersebut. *Trait* merupakan sifat dasar seseorang yang dapat menggambarkan kepribadiannya sehingga dapat membedakan individu yang satu dengan individu lainnya (Fieldman, 1993 dalam Mastuti, 2005). Kepribadian yang berbeda-beda pada setiap individu membuat berbeda pula respon yang diberikan oleh setiap individu untuk stimulus yang diterimanya. Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *big five personality* dengan *body dissatisfaction*. Kasus kelebihan berat badan yang berhubungan dengan karakteristik kepribadian, terutama *neuroticism dan extraversion*. Rubinstein, menemukan bahwa wanita dengan kelebihan berat badan namun tidak melakukan diet, terbukti lebih neurotik, kurang terbuka, *conscientious, agreeable, and extravert* dibandingkan

dengan wanita yang memiliki berat badan berlebih dan berat badan normal, namun melakukan diet (Rubinstein, 2006 dalam Tok, dkk., 2010). Pernyataan tersebut didukung oleh hasil penelitian lain yaitu dalam penelitian Davis, Claridge, and Brewer (1996) mengatakan bahwa individu yang memiliki skor tinggi pada *neuroticism* diprediksi memiliki evaluasi negatif terhadap penampilan, dan berhubungan dengan ketidakpuasan dengan penampilan wajah (Thomas and Goldberg, 1995 dalam Tok, dkk., 2010).

*Big five personality* terbukti mampu memprediksi dalam hubungannya dengan *body image* (Chamorro-Premuzic, 2007 dalam Swami, dkk., 2010). Hasil penelitian yang konsisten adalah *neuroticism* berkorelasi positif dan *extraversion* berkorelasi negatif dengan *body dissatisfaction* (e.g., Davis, Dionne & Lazarus, 1996; Davis, Shuster, Blackmore & Fox, 2004; Swami et al., 2008 dalam Swami, dkk., 2010). Pernyataan tersebut didukung oleh hasil penelitian lainnya yang dilakukan di London, yang menunjukkan bahwa *body dissatisfaction* memiliki korelasi negatif dengan *big five personality extraversion, emotional stability/neuroticism, and openness* (Swami, dkk., 2010).

Berdasarkan uraian diatas, penulis bertujuan untuk menyoroti ada atau tidaknya hubungan *big five personality* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja. Penulis akan melakukan penelitian ini di Surabaya, karena dari hasil penelitian sebelumnya yang telah dilakukan di Surabaya menunjukkan bahwa remaja yang mengalami ketidakpuasan cukup banyak, hingga mencapai 82%. Data tersebut membuat penulis tertarik dengan fenomena ketidakpuasan yang banyak terjadi pada remaja di Surabaya. Fenomena tersebut membuat penulis ingin meneliti

lebih lanjut tentang hubungan *big five personality* terhadap *body dissatisfaction* pada remaja di Surabaya.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka masalah yang ingin diperhatikan adalah hubungan *big five personality* yang terdiri atas *neuroticism*, *extraversion*, *openness to experience*, *agreeableness*, dan *conscientiousness* terhadap ketidakpuasan bentuk tubuh (*Body Dissatisfaction*).

Anggapan masyarakat bahwa cantik adalah seseorang yang memiliki tubuh ideal, membuat para remaja merasa tidak puas akan bentuk tubuh yang dimilikinya. Ketidakpuasan terhadap bentuk, ukuran dan berat badan dipengaruhi oleh beberapa faktor psikologis. Konsep diri negatif dapat mengakibatkan rendahnya *self-esteem*, yang menyebabkan ketidakpuasan terhadap bentuk, ukuran, dan berat badan. Kesenjangan antara konsep diri atau *real self* dengan *self ideal* yang dimiliki oleh seseorang juga dapat mempengaruhi kepuasan seseorang terhadap bentuk tubuh. Remaja yang memiliki *self ideal* yang tinggi namun tidak sesuai dengan keadaan yang ada pada dirinya akan memiliki tingkat kepuasan yang rendah pada dirinya. Pernyataan tersebut sesuai dengan apa yang diungkapkan oleh Feist & Feist 2002, *Self ideal* merupakan bagian dari *self* yang diartikan sebagai pandangan seseorang terhadap dirinya untuk menjadi seperti apa yang diharapkan. Kesenjangan antara *self ideal* dengan *real self* membuat seseorang mengalami gangguan.

Terdapat aspek lain yang mempengaruhi ketidakpuasan seseorang terhadap bentuk, ukuran, dan berat badan, yaitu kepribadian. Dimensi kepribadian dalam *big five personality* terdiri atas *neuroticism*, *extraversion*, *openness to experience*, *agreeableness*, dan *conscientiousness*. Rubinstein, menemukan bahwa wanita dengan kelebihan berat badan namun tidak melakukan diet terbukti lebih neurotik, kurang terbuka, *conscientious*, *agreeable*, and *extravert* dibandingkan dengan wanita yang memiliki berat badan berlebih maupun wanita dengan berat badan normal namun tidak melakukan diet (Tok, dkk., 2010). Pernyataan ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan di Turki, dengan subjek mahasiswa dengan status atlet dan non atlet. Menunjukkan hasil bahwa *big five personality* memiliki hubungan dengan kepuasan terhadap sosok tubuh. Mahasiswa dengan status atlet tipe kepribadian *openness* dan *extraversion* memiliki hubungan yang positif dengan kepuasan sosok tubuh, sedangkan *neuroticism* memiliki hubungan negatif dengan kepuasan tubuh. Hasil dari peserta mahasiswa non atlet menunjukkan bahwa tipe kepribadian *extraversion* berhubungan positif dengan kepuasan sosok tubuh, dan *neuroticism* berhubungan negatif dengan sosok tubuh, namun *openness* tidak menunjukkan hubungan dengan kepuasan sosok tubuh pada sample non atlet (Tok, dkk., 2010). Individu yang memiliki skor tinggi pada *neuroticism* diprediksi memiliki evaluasi negatif terhadap penampilan, dan berhubungan dengan ketidakpuasan dengan penampilan wajah (Thomas and Goldberg, 1995 dalam Tok, dkk., 2010). Seseorang dengan skor rendah pada dimensi *extraversion* akan cenderung tidak percaya diri sehingga mengakibatkan rendahnya penghargaan pada dirinya sendiri. Remaja dengan dominan *agreeableness* akan cenderung

mudah percaya, sehingga lebih mudah terpengaruh dengan norma-norma ideal yang ada di masyarakat.

Remaja seharusnya dapat menerima kondisi fisiknya, sesuai dengan tahapan perkembangan remaja yang dikemukakan oleh Harvinghurt “menerima perubahan fisiknya dan menggunakannya secara efektif” (Agustiani, 2006). Remaja yang dapat menerima kondisi fisik yang dimiliki, akan terhindar dari ketidakpuasan terhadap bentuk, ukuran dan berat badannya, sehingga dapat mengurangi risiko terkena gangguan makan.

### **1.3 Batasan Masalah**

Peneliti berupaya membatasi permasalahan dengan jelas agar tidak menyimpang dengan permasalahan yang akan diteliti, maka dibutuhkan pembatasan masalah. Adapun pembatasan masalah sebagai berikut:

1. Remaja yang dimaksud dalam penelitian ini adalah remaja yang berusia 15 tahun hingga 18 tahun, bertempat tinggal di Surabaya, dan memiliki status sebagai pelajar atau mahasiswa di Surabaya.
2. Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (*Body Dissatisfaction*) adalah pikiran dan perasaan negatif seseorang terhadap tubuhnya (Grogan, 1999).
3. *Big five personality* adalah suatu pendekatan yang digunakan dalam psikologi untuk melihat kepribadian manusia melalui *trait* yang tersusun dalam lima faktor kepribadian yang telah dibentuk menggunakan analisis faktor (Pervin, 2001).

#### **Lima Faktor dalam Big Five Personality:**

Lima dimensi faktor kepribadian dalam *big five* menurut Friedman (2008):

- a. *Extraversion*: orang yang memiliki skor tinggi pada dimensi ini cenderung penuh semangat, antusias, dominan, ramah, dan komunikatif. Orang yang memiliki skor rendah pada dimensi ini akan cenderung pemalu, tidak percaya diri, submisif, dan pendiam.
- b. *Agreeableness*: orang yang memiliki skor tinggi pada *agreeableness* cenderung ramah kooperatif, mudah percaya dan hangat. Orang yang memiliki skor rendah pada dimensi ini cenderung dingin, konfrontatif, dan kejam.
- c. *Conscientiousness*: orang yang memiliki skor tinggi pada dimensi ini umumnya berhati-hati, dapat diandalkan, teratur dan bertanggung jawab. Orang yang memiliki skor rendah pada dimensi ini atau impulsif cenderung ceroboh, berantakan, dan tidak dapat diandalkan.
- d. *Neuroticism*: orang yang tinggi dalam dimensi *neuroticism* cenderung gugup, sensitif, tegang, dan mudah cemas. Sebaliknya cenderung tenang dan santai.
- e. *Openness*: orang yang memiliki skor tinggi pada dimensi *openness* umumnya terlihat imajinatif, menyenangkan, kreatif, dan artistik. Sebaliknya akan cenderung dangkal, membosankan atau sederhana.

#### 1.4 Rumusan Masalah

Masalah yang ingin diangkat oleh peneliti dalam penelitian ini adalah “apakah *big five personality* yang terdiri atas *extraversion*, *agreeableness*,

*conscientiousness, neuroticism* dan *openness to experience* memiliki hubungan terhadap tingkat ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (*Body Dissatisfaction*)?”.

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *big five personality* yang terdiri atas *extraversion, agreeableness, conscientiousness, neuroticism* dan *openness to experience* terhadap tingkat ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (*Body Dissatisfaction*)”.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

#### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

1. Penelitian ini diharapkan dapat membantu menambah pengetahuan bagi pembaca mengenai konsep *body dissatisfaction, big five personality* yang terdiri atas *extraversion, agreeableness, conscientiousness, neuroticism* dan *openness to experience*.
2. Hasil dari penelitian ini jika didapatkan adanya hubungan *big five personality* yang terdiri atas *extraversion, agreeableness, conscientiousness, neuroticism* dan *openness to experience* terhadap *body dissatisfaction* maka diharapkan dapat membantu pengembangan dalam melakukan penelitian-penelitian selanjutnya.

#### **1.6.2 Manfaat Praktis**

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada para remaja atau *significant other* akan hubungan *big five personality* yang terdiri atas

*extraversion, agreeableness, conscientiousness, neuroticism* dan *openness to experience* dengan *body dissatisfaction* pada remaja. Sehingga dapat mengantisipasi agar tidak mengalami *body dissatisfaction*.

2. Jika hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan *big five personality* yang terdiri atas *extraversion, agreeableness, conscientiousness, neuroticism* dan *openness to experience* terhadap *body dissatisfaction*. Diharapkan dapat membantu untuk menyusun langkah-langkah pencegahan guna menurunkan tingkat *body dissatisfaction* pada remaja, sehingga dapat mengurangi risiko gangguan makan maupun gangguan *body image* pada remaja.