

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan negara yang sedang berkembang yang masih akan terus memperbaiki segala aspek demi kemajuannya. Salah satu aspek yang perlu diperhatikan dan dikembangkan adalah sumber daya manusia khususnya generasi muda sebagai penerus bangsa yaitu remaja. Remaja merupakan generasi penerus bangsa yang mempunyai peranan penting untuk kelangsungan pembangunan dan menjadi penerus perjuangan dari generasi – generasi sebelumnya, karena remaja sebagai generasi yang akan meneruskan kehidupan masyarakat bangsa dan bernegara di masa depan.

Masa remaja merupakan masa transisi dari kanak – kanak menuju dewasa, yang berlangsung antara usia 12 tahun sampai 22 tahun (Mappiare, 1992), pada usia remaja ini terjadilah masa badai dan tekanan. Periode yang disebut masa remaja ini dianggap penting karena adanya akibat langsung maupun akibat jangka panjang baik secara fisik maupun psikologis dari masa remaja. Bagi sebagian orang yang baru beranjak dewasa, remaja adalah waktu yang paling berkesan bagi mereka. Masa remaja juga dikatakan sebagai periode perubahan, tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat.

Perubahan yang terjadi secara fisik maupun psikis ini dapat menimbulkan respon tersendiri bagi remaja, hal ini sesuai dengan pendapat Conger dan Peterson

(dalam Andea, 2010) yang mengatakan bahwa pada masa remaja, para remaja biasanya mulai bersibuk diri dengan penampilan fisik mereka dan ingin mengubah penampilan fisik mereka. Keinginan ini disebabkan karena remaja sering tidak puas terhadap penampilan dirinya. Bagaimana perasaan seseorang mengenai penampilan fisiknya inilah yang disebut dengan *body image* (Valencia, 2008). *Body image* dapat didefinisikan sebagai derajat kepuasan individu terhadap dirinya secara fisik yang mencakup ukuran, bentuk, dan penampilan umum Cash dan Deangle (dalam Andea, 2010). Thompson & Altabe (Fakhrurozi dan Henggaryadi, 2008) mengatakan bahwa *body image* seseorang merupakan evaluasi terhadap ukuran tubuh, berat badan, ataupun aspek – aspek lainnya dari tubuh yang berhubungan dengan penampilan fisik.

Tingkat *body image* pada individu digambarkan oleh seberapa jauh individu merasa puas terhadap bagian – bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan. Gambaran seseorang mengenai kondisi fisiknya, jika dia merasa bahwa keadaan fisiknya tidak sesuai dengan konsep idealnya, maka dia akan merasa dirinya memiliki kekurangan pada fisik dan penampilannya, meskipun mungkin bagi orang lain dia sudah dianggap menarik secara fisik. Seringkali keadaan demikian membuat seseorang tidak dapat menerima fisiknya seperti apa adanya sehingga ia akan menjadi rendah diri. Semua perubahan fisik yang terjadi saat remaja ini membuat remaja tidak merasa yakin terhadap dirinya yang membuat menjadi tidak percaya diri dikarenakan remaja tersebut merasa gemuk, besar, ataupun terlalu kurus yang seakan – akan semua orang memperhatikan ketidaksempurnaannya.