

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Setiap individu pasti pernah merasa tidak puas dengan penampilan fisiknya sehingga mencari cara untuk bisa tampil lebih baik. Sekarang ini banyak media massa yang menawarkan produk yang dapat mengubah penampilan fisik seperti olah raga aerobik, produk minuman yang bertujuan untuk mengubah tubuh yang kurang ideal menjadi ideal yang bila dikonsumsi dapat menyebabkan efek samping bagi seseorang.

Kehadiran media massa maupun media elektronik tidak dipungkiri semakin mendorong setiap individu untuk meletakkan standar ideal dirinya, seperti yang dikehendaki oleh masyarakat. Kecantikan dan kesempurnaan fisik menjadi ukuran ideal bagi seseorang sehingga banyak yang berusaha untuk mengejar kecantikan dan kesempurnaan dengan bantuan kosmetik, fashion yang *up to date*, ke salon untuk menata rambut mode mutakhir sampai dengan melakukan koreksi wajah dan tubuh disana sini. Semua itu bisa saja membuat individu semakin stress ketika dirinya meletakkan penilaian dan penerimaan sosial di atas segala-galanya. Padahal kesempurnaan atau kecantikan itu adalah sebuah nilai yang relatif karena berbeda antara satu individu dengan individu yang lain, antara satu budaya dengan budaya lain, antara satu masyarakat dengan masyarakat lain.

Ada sebahagian individu yang merasa amat terganggu dan tidak nyaman dengan penampilan fisiknya, individu merasa banyak kekurangan yang fatal yang sulit diperbaiki, individu merasa fisiknya tidak menarik sehingga segala upaya, tenaga dan biaya digunakan untuk menutupi kekurangan itu. Namun, semua itu tidak membawa hasil karena tetap saja semua usaha tidak bisa mengubah penampilan individu. Oleh karena itu individu menggunakan gambaran dirinya sebagai suatu gaya untuk membandingkan tubuh individu itu sendiri, mencoba untuk meniru orang lain bagaimana caranya membantuk tubuh yang ideal. Menurut Roberta Honigman dan David J. Castle (1990) memberikan pendapatnya bahwa citra tubuh adalah gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang individu pikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya dan atas bagaimana kira-kira penilaian orang lain terhadap dirinya.

Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang diiringi dengan berbagai perubahan yang terjadi baik secara fisik, emosi, maupun kognisi. Ketiga aspek ini saling berkaitan dan mempengaruhi perkembangan satu sama lain. Masa yang dikenal dengan istilah *storm and stress* ini seringkali menimbulkan gejala dan tanda tanya mengenai hal-hal baru yang terjadi pada diri remaja. Salah satu hal yang menarik perhatian remaja adalah perubahan fisik yang terjadi ketika bagian-bagian tubuh tertentu mengalami perubahan dan mengambil bentuk yang berbeda dari sebelumnya. Perubahan fisik pada masa pubertas ikut menandai pemahaman baru tentang diri remaja yang berkaitan erat dengan penerimaan diri dan pencarian identitas diri remaja. Tubuh dan