

BAB I

PENDAHULUAN

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Dalam setiap sendi kehidupannya, manusia dibatasi oleh norma, baik itu norma yang tertulis maupun norma sosial. Untuk norma yang tertulis dapat terlihat dalam peraturan seperti peraturan sekolah, hukum yang berlaku dan lain sebagainya. Akibat dari pelanggaran norma tertulis adalah sebuah sanksi yang sudah jelas dan disepakati sebelumnya. Sementara itu norma sosial, meskipun tidak tertulis namun keberadaannya sangat diakui oleh masyarakat. Norma sosial menjadi pedoman bagi masyarakat tentang apa yang seharusnya dilakukan (atau tidak dilakukan) pada situasi tertentu dan sebagian besar orang pada kenyataannya hampir selalu mematuhi norma tersebut (Baron & Byrne 2005: 53) Sanksi yang diberikanpun tidak harus tertulis dengan jangka waktu tertentu, namun tergantung bagaimana masyarakat mengaplikasikannya. Sebagai contoh seorang pencuri ayam yang sedang beraksi kemudian tertangkap oleh warga kampung. Meskipun pencuri tersebut sudah diproses secara hukum namun ketika kembali ke masyarakat ia tetap dijuluki pencuri. *Labelling*, gunjingan dan mungkin pengucilan dari masyarakat harus diterima sebagai konsekuensi dari tindakannya. Hal tersebut sangat mengganggu dalam kehidupan bermasyarakat.

Salah satu banyak terdapat norma sosial yang berlaku di Indonesia norma tentang pernikahan. Pernikahan dianggap sakral, sebagai satu bagian terpenting dalam rantai kehidupan masyarakat. Oleh karena itu persiapan menuju pernikahan

sangatlah penting. Dalam hal ini bukan hanya bagaimana pernikahan tersebut akan dilangsungkan, namun termasuk bagaimana seseorang dapat memperoleh calon pendamping yang sesuai untuknya.

Di jaman dulu bahkan sampai sekarang, orangtua akan sibuk mencarikan jodoh untuk anak-anaknya. Namun seiring dengan perkembangan jaman maka kegiatan ini mulai ditinggalkan. Keputusan untuk mendapatkan calon pasangan atau pacar diserahkan sepenuhnya kepada putra-putri mereka. Namun hal ini dapat menimbulkan masalah baru. Pada usia tertentu ketika seseorang dianggap matang untuk menikah sedangkan individu yang bersangkutan tidak memiliki pacar maka masyarakat sekali lagi akan menerapkan sebuah norma sosial. Misalnya bila individu tersebut adalah seorang wanita maka masyarakat cenderung memberikan stigma seperti "perawan tua", kurang dapat merawat diri dan tak jarang wanita tersebut menjadi bahan gunjingan. Hal ini akan berbeda jika terjadi pada pria, masyarakat cenderung tidak terlalu menuntutnya agar secepatnya memiliki pasangan.

Mengapa dapat terjadi perbedaan tersebut? Jika ditinjau dari sisi biologis seorang wanita memiliki waktu yang sempit sejak menstruasi hingga menopause (Santrock, 2003: 93). Padahal jarak antara menstruasi dan menopause (kurang lebih usia 11-40 tahun) adalah masa subur seorang wanita untuk dapat memiliki anak. Selebihnya sejak menopause, wanita akan susah memiliki keturunan. Sementara pria cenderung dianggap subur sampai tua (*womenshealthchannel.com*, 2006, menopause, para. 3).

Karena kebutuhan yang mendesak tersebut maka banyak wanita yang menaruh perhatian pada hubungan dengan lawan jenis terutama pada usia remaja dimana mereka mulai mencoba memasuki dunia pacaran. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Harris tahun 1985 yang dibandingkan dengan penelitian sebelumnya pada tahun 1975 menjawab hal ini. Harris menyatakan bahwa remaja masa kini lebih awal menyikapi sebuah hubungan sosial, cinta dan pernikahan (Sulaeman, 1995: 9).

Selain tentang norma dan stigma masyarakat, ada hal lain yang mempengaruhi kecemasan tidak mempunyai pacar pada remaja putri. Dalam usia remaja kontak dengan orang lain sangatlah penting sebagai standar diterima atau tidaknya mereka dalam berelasi sosial. Dalam melakukan relasi tersebut remaja putri seringkali melakukan perbandingan dengan orang lain atau teman sebayanya. Jika teman-teman sebayanya sudah memiliki pacar sementara dia tidak, maka dia akan merasa terkucilkan, dan menganggap bahwa ia tidak berhasil mendapatkan yang sama seperti yang diperoleh oleh teman-teman sebayanya. Hal itulah yang menimbulkan kecemasan bagi remaja putri tersebut (Gunarsa, 1999: 207-217).

Dalam pra penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 05 Desember 2006 pada beberapa orang mahasiswa Unika Widya Mandala Surabaya ada beberapa dari mereka yang tidak memiliki pacar. Mahasiswi-mahasiswi tersebut mengaku cemas dengan statusnya yang belum memiliki pacar. Seorang mahasiswi "A" mengakui kecemasannya atas apa yang sedang menyimpannya. A mengeluh tentang kegiatannya di malam minggu, dia lebih sering bermain *Play Station* sendiri di rumah dari pada keluar rumah bersama pasangan seperti yang dilakukan

teman-teman remaja putri sebayanya. Lalu apa yang dirasakannya saat ini dalam keadaan tidak punya pacar? "Aku merasa kesepian, dan juga was-was. Aku takut jika sampai tua belum mendapatkan pacar" jelas A mengenai kondisinya. Jika sudah memikirkan tentang hal ini maka A sering merasa pusing, dadanya tertekan dan tidak mau makan

Hampir sama dengan pernyataan A, subyek penelitian N juga mengeluhkan tentang keadaan belum memiliki pacarnya. Namun ketakutan N lebih pada sampai kapan ia harus sendiri. "Saya khawatir dengan pandangan orang-orang, rasanya mereka memandang saya sebagai orang yang kurang bisa merawat diri. Untuk saya pribadi hal tersebut bukan merupakan masalah berat, namun orang tua saya menanggapi dengan serius". Berbagai usaha telah dilakukan N untuk mendapatkan pacar, mulai dari mengikuti komunitas-komunitas tertentu (seperti muda mudi gereja) hingga berkenalan dengan cara *cyber* (*chatting, friendster* dll,) namun hal tersebut juga belum berhasil. Akibat tidak memiliki pacar yang paling dapat terlihat dari pengakuan N adalah, dia tidak mampu berperilaku santai jika ditanyai mengenai hal tersebut. N sengaja langsung mengalihkan ke pembicaraan yang lainnya apalagi jika bertanya adalah orang tuanya atau teman-teman orang tuanya.

Dari pra penelitian tersebut dapat terlihat bahwa remaja yang tidak memiliki pasangan cenderung mengalami kecemasan. Hidup dengan hal ini merupakan dilema yaitu keadaan dimana mereka menemukan tindakan atau kesimpulan mereka berbeda dengan orang lain (Baron dan Bryrne, 2005: 55).

Pendapat Kartono (1989: 136) bahwa halangan mendapatkan pacar dan hidup sesuai dengan tuntutan budaya yang menganggap bahwa pernikahan adalah hal normal akan menimbulkan ketidak seimbangan pada remaja (18-21 tahun) yang diharapkan mulai berpikir kearah tersebut. Padahal suara mayoritas di masyarakat sering dianggap sebagai pedoman yang benar. Meskipun tidak menutup kemungkinan bahwa ada beberapa orang yang memilih menjadi minoritas. Tingkah laku dalam mengikuti atau menolak konformitas (kohesivitas) akan menentukan tingkah laku apa yang diterima atau tidak diterimanya dalam situasi tertentu (Baron dan Bryrne, 2005: 55). Jika hal ini terjadi secara berlarut-larut maka akan menimbulkan kecemasan atau kekhawatiran terhadap sebuah ketidakpastian akan kejadian yang akan datang (Herawati dkk, 1994: 69) bahkan sejak usia remaja.

Karena memiliki pacar adalah sebuah kebutuhan bagi remaja putri maka banyak hal yang dilakukan oleh remaja putri untuk mendapatkan pacar. Remaja putri mengikuti kontak jodoh di berbagai media cetak atau salah satu cara yang paling terkenal adalah memperbaiki penampilan yang dirasa kurang bagus. Hal ini tentu saja bukan tanpa alasan. Wyatt (dalam Parrott, 2001: 143) menyatakan bahwa seorang wanita akan jatuh hati kepada pasangannya melalui telinga seperti rayuan yang manis, tutur kata yang halus dan lain sebagainya. Berbeda dengan pria yang jatuh hati pada seorang wanita melalui matanya. Dalam hal ini, yang dimaksudkan bukan selalu penampilan harafiah seorang wanita namun bagaimana cara seorang wanita menampilkan atau memaknai tubuhnya atau yang disebut citra tubuhnya.

Menurut Santrock (2003: 93) perbedaan gender memang menandai persepsi remaja mengenai tubuhnya. Pada umumnya remaja putri lebih kurang puas dengan keadaan tubuhnya dan lebih banyak memiliki citra tubuh negatif dibandingkan pria remaja pria. Remaja putri seringkali merasa tidak puas dengan keadaan tubuhnya mungkin karena lemaknya bertambah, sedangkan remaja putra menjadi lebih puas karena dengan memasuki masa pubertas massa otot mereka meningkat. Citra tubuh berarti gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang ia pikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya dan bagaimana kira-kira penilaian orang lain terhadap dirinya (Jersild, 1978: 81).

Citra tubuh tersebut tidak selalu berkaitan dengan bentuk tubuh seseorang. Walaupun seorang remaja putri tersebut memiliki tipe tubuh yang endomorfik, tetapi jika mereka memiliki citra tubuh yang positif maka peluang mendapatkan pacar akan lebih besar. Hal ini dapat terjadi karena citra tubuh yang positif akan mendorong seseorang bersikap menerima keadaan tubuhnya sehingga jauh dari kesan minder, kurang percaya diri. Tentu saja, hal tersebut akan membuat sebuah nilai tambah pada seseorang tersebut. Jika dibandingkan remaja putri yang meskipun memiliki bentuk tubuh ektomorfik (tinggi dan kurus) namun citra tubuhnya negatif. Citra tubuh yang negatif akan menampilkan kesan kurang percaya diri sehingga berpengaruh pada bahasa tubuh seseorang, dapat menghambat dalam relasi dengan lawan jenis, dan pada akhirnya menghambat seseorang untuk mendapatkan pacar.

Citra tubuh yang tidak selalu berkaitan dengan bentuk tubuh dapat dilihat contohnya pada gadis-gadis di Myanmar yang membubuhi lehernya dengan gelang-gelang besar hingga terlihat seperti jerapah. Gelang-gelang tersebut akan membuat gadis-gadis Myanmar terlihat lebih seksi dan diminati oleh laki-laki Myanmar. Sementara itu pada abad ke 18 sampai awal abad 19 perempuan di Eropa merasa mempesona ketika berat badannya melebihi batas normal (Majalah A+, April 2006: 95). Jadi permasalahan citra tubuh bukan permasalahan tentang kondisi fisik seseorang, namun lebih pada persepsi dan pandangan orang tentang tubuh seseorang.

Dengan demikian citra tubuh negatif maka secara tidak langsung menimbulkan kecemasan bagi remaja putri untuk memiliki pacar terutama karena keadaan tidak memiliki pacar akan berdampak pada stigma sosial masyarakat akan dirinya. Melihat fenomena tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut apakah benar citra tubuh dapat menimbulkan kecemasan tidak memiliki pacar pada remaja putri.

1.2. Batasan Masalah

Peneliti dalam hal ini akan hanya akan meneliti adanya hubungan antara citra tubuh dan kecemasan tidak memiliki pacar pada remaja putri pada :

1. Remaja putri yang saat ini tidak memiliki pacar
2. Remaja putri yang saat ini berusia 18-21 tahun (Gunarsa, 1984: 128).
3. Remaja putri yang berstatus mahasiswa di Unika Widya Mandala Surabaya

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena yang telah disebutkan sebelumnya, ada remaja-remaja putri yang merasa cemas karena tidak memiliki pacar dan seringkali mereka meninjau dari citra tubuhnya. Dari hal tersebut maka peneliti ingin mengkaji "Apakah ada hubungan antara citra tubuh dan kecemasan tidak memiliki pacar pada remaja putri?".

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. untuk mengkaji hubungan antara kecemasan tidak memiliki pacar dan citra tubuh remaja putri.
- b. untuk melihat sumbangan efektif citra tubuh terhadap kecemasan tidak memiliki pacar pada remaja putri.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat teoritis yaitu dapat memberi sumbangan bagi pengembangan teori terutama dalam psikologi sosial dan teori tentang remaja mengenai hubungan antara citra tubuh pada remaja putri tahap perkembangan akhir, usia 18-21 tahun dan kecemasan tidak memiliki pacar.

1.5.2. Manfaat praktis

Adapun beberapa manfaat praktis yang didapat dari penelitian ini diantaranya bagi:

a. subyek penelitian

agar para remaja dapat memperoleh gambaran mengenai cara pandang mereka terhadap tubuhnya (citra tubuhnya), dengan demikian mereka dapat memperoleh gambaran pula tentang cemas tidaknya mereka terhadap kondisi tidak memiliki pacar.

b. remaja putri

masukan kepada remaja putri bahwa dapat diketahui ada hubungan antara citra tubuh dengan kecemasan tidak memiliki pacar sehingga remaja putri dapat mencari cara untuk menampilkan citra tubuh yang positif. namun bila tidak diketahui tentang adanya hubungan antara citra tubuh dan kecemasan tidak memiliki pacar berarti ada aspek-aspek lain selain citra tubuh yang mempengaruhi kecemasan remaja putri yang tidak memiliki pacar.

c. untuk orang tua dan masyarakat

memberi masukan kepada orang tua dan masyarakat untuk memberi masukan kepada para remaja putri bahwa citra tubuh tidak selalu berkaitan dengan kondisi fisiknya saja namun lebih pada bagaimana seseorang dapat menampilkan dirinya dengan baik. jika remaja putri mampu menampilkan citra tubuh yang positif maka kecemasan tidak memiliki pacarnya akan terminimalisir. orang tua diharapkan dapat lebih terbuka dan memberikan pendampingan untuk remaja putri yang memiliki permasalahan dengan citra tubuh.