

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Hakikat manusia adalah sebagai makhluk sosial yang terus menerus berkembang melewati fase kehidupan. Perkembangan yang akan terus berubah seiring dengan bertambahnya usia. Adanya perkembangan tersebut tentunya harus dilalui dengan periode waktu tertentu. Hal ini menyebabkan manusia harus mampu menyesuaikan dengan keadaan yang dialaminya. Apabila manusia tidak bisa melewati masa perkembangan dengan baik maka akan dianggap gagal. Hal ini menjadikan sebuah keabnormalitasan dalam tahap perkembangan (Erikson, dalam Kumalasari, 2017).

Menurut Erikson (dalam Emiliza, 2019) terdapat tahapan perkembangan yang salah satunya membahas mengenai masa dewasa awal. Pada dasarnya teori tersebut membagi tahap perkembangan menjadi delapan tahapan. Pada manusia sendiri tahapan pada setiap perkembangan akan terdapat masalah yang akan muncul. Menurut Erikson (dalam Ratnawulan, 2018) masalah yang muncul ini berupa konflik yang harus ditanggulangi oleh setiap individu.

Adanya tahapan ini tentunya akan berpengaruh terhadap perkembangan dan kepribadian individu. Salah satu tahapan perkembangan dalam masa dewasa awal adalah tahapan identitas vs kekacauan identitas. Pada tahapan identitas sendiri individu akan merasakan perubahan dan perbedaan dengan individu lain. Hal ini diperkuat dengan teori *identity status* yaitu dimana kondisi perkembangan ego yang ditandai dengan ada tidaknya krisis dan komitmen. Teori ini merupakan perkembangan dari dua gagasan Erikson mengenai krisis dan komitmen dimana dua elemen tersebut adalah hal krusial dalam membentuk identitas diri. Adanya perbedaan pada individu pun erat kaitannya dengan penerimaan diri pada setiap individu (Erik Erikson,

dalam Kumalasari 2017).

Penerimaan diri merupakan kualitas dan patokan yang dipengaruhi oleh masyarakat (Sheerer, 2013). Menurut Hurlock (dalam Adhyartasari,2018) penerimaan diri adalah suatu tingkatan yang dipunyai setiap individu terkait kemampuannya dalam mengetahui dan memahami karakteristik individu serta mampu menerima apa adanya atas dirinya sendiri

Berdasarkan observasi yang dilakukan kepada lima mahasiswa laki-laki dan lima mahasiswa perempuan anggota paguyuban keluarga besar borneo Madiun, mengalami kurangnya dalam penerimaan diri. Hasil dari observasi yang dilakukan menunjukkan indikator perilaku kurang menerima diri salah satunya adalah membandingkan dirinya dengan orang lain. Hal ini ditunjukkan individu tersebut dengan terus mengeluhkan keadaan fisiknya setelah melihat postingan yang terdapat pada instagram. Individu ini merasa keadaan fisiknya yang sekarang tidak menarik dan kurang percaya diri untuk berinteraksi dengan orang lain. Individu yang tidak puas terhadap dirinya sendiri, tidak menerima apa yang terjadi di masa lalunya, tidak memiliki keterbukaan, terasingkan dan tidak menerima kegagalan dalam hubungan dengan diri sendiri sehingga tidak ada minat untuk melakukan interaksi dengan individu lain.

Salah satu yang menjadi faktor rendahnya dalam penerimaan diri adalah *body image*. *Body image* sendiri adalah gambaran jiwa individu terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya, bagaimana individu memproyeksikan serta beropini terhadap sesuatu yang dipandang dan dirasakan bentuk dan ukuran tubuhnya atas stigma individu lain terhadap dirinya (Honigam dan Castle, dalam Denich dan Ifdil, 2015). Hal ini sejalan dengan hasil wawancara yang sudah dilakukan di lapangan yang digunakan untuk *preliminary study*. Hasil dari *preliminary* menunjukkan masih ada subjek terobsesi dengan bentuk tubuh yang yang dianggap ideal oleh masyarakat. Selain itu peneliti juga memanfaatkan penggalian data lebih mendalam dengan menggunakan metode wawancara. Hasil dari

wawancara tersebut menyebutkan bahwa beberapa orang mengaku masih belum bisa menerima dirinya terutama dalam bentuk fisik. Hal ini dipengaruhi oleh tingginya tuntutan terhadap standar fisik yang ada di lingkungannya. Selain itu adanya keinginan untuk mengikuti orang lain yang dianggapnya memiliki bentuk tubuh yang ideal. Tak jarang mereka mengaku rendah diri untuk berinteraksi dengan lingkungannya, hal ini dikarenakan mereka tidak dipandang menarik. Selain itu *sosial media* yang menampilkan bentuk fisik yang menarik sesuai dengan definisi cantik kebanyakan, menjadikan fisik menjadi salah satu hal yang paling diperhatikan pada seorang individu. Adanya banyak stigma tentang bentuk fisik menjadikan mereka tidak puas akan bentuk fisiknya saat ini. Pada dasarnya penggolongan terhadap standar terkait bentuk fisik yang dianut oleh masyarakat sendiri kurang bagus. Pemetaan terhadap sebuah patokan ideal ini menjadikannya sebuah tekanan pada individu, sehingga menyebabkan kurangnya penerimaan terhadap diri sendiri.

Peneliti tertarik ingin melakukan penelitian ini dikarenakan masih banyaknya individu yang kurang puas terhadap bentuk tubuhnya saat ini. Hal ini diketahui dari hasil *preliminary study* dan hasil dari wawancara. Mereka masih memiliki pemikiran negatif terhadap bentuk tubuhnya. Dengan begitu, menjadikan mereka seolah-olah tidak menerima fisik mereka sendiri sebagaimana adanya karena pengaruh lingkungan yang selalu memberikan standar terhadap bentuk tubuh seseorang. Selain itu secara tidak disadari banyak media baik media sosial maupun televisi memberikan doktrin tentang standar bentuk fisik ideal. Doktrin ini dalam bentuk sajian yang sering ditampilkan dalam media sosial maupun televisi terkait bentuk tubuh yang dianggap ideal. Hal ini menjadikan *statement* tentang standarisasi bentuk tubuh menjadi lebih paten secara tidak tertulis dan tertanam dalam pemikiran masyarakat sehingga lambat laun berubah menjadi budaya baru. Kemudian adanya diskriminasi terhadap ketidakidealan dari seseorang menjadikan alasan individu lain melakukan tindakan *bully*.

Penelitian dengan topik ini sudah pernah dilakukan oleh Wardani (2013) dengan memberikan hasil bahwa semakin tinggi penerimaan diri kita maka citra tubuh semakin rendah dan sebaliknya. Serta terdapat hubungan penerimaan diri terhadap *body image* SMA Negeri 14 Surabaya. Selain itu adapun penelitian yang dilakukan oleh Kumalasari (2017). Penelitian yang dilakukan oleh Kumalasari sendiri memberikan hasil bahwa semakin positif *body image* individu maka semakin tinggi penerimaan diri. Kemudian terdapat penelitian yang dilakukan oleh Thawafa (2020) memberikan hasil bahwa terdapat hubungan signifikan dan positif antara variabel *body image* dengan variabel penerimaan diri pada mahasiswi fakultas psikologi UIN Malang.

Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait topik penerimaan diri dan *body image*, hal ini sesuai dengan kondisi saat ini. Adanya rasa *insecure* yang berhubungan dengan bentuk fisik, serta kemajuan teknologi yang selalu menyajikan keidealan bentuk tubuh yang dianggap bagus oleh masyarakat. Hal ini menjadikan seseorang terus menerus membandingkan keadaan fisiknya dengan standar yang dipatok oleh masyarakat. Dengan begitu menjadikan seseorang kesulitan dalam menerima dan tidak puas akan bentuk tubuhnya saat ini. Hal yang membedakan dua penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah, pada penelitian terdahulu berfokuskan topik *body image* positif sedangkan pada penelitian ini berfokuskan topik *body image* keseluruhan.

Alasan mengambil topik *body image* secara keseluruhan adalah sesuai dengan keadaan fenomena yang ada. Permasalahan pada komunitas Paguyuban Keluarga Besar Borneo Madiun (PKBBM) adalah masih adanya rasa kurang menerima diri terkait penampilan secara fisik, hal ini disebabkan oleh perbedaan lokasi tempat mereka tinggal. Hal ini menjadikan peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul Penerimaan Diri Masa Dewasa Awal Ditinjau dari *Body image* pada Paguyuban Keluarga Besar Borneo Madiun (PKBBM).

## 1.2 Batasan Masalah

Penelitian ini membatasi ruang lingkup penelitian pada :

1. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *body image*. Variabel *body image* dalam penelitian ini mengacu pada konsep *body image* menurut Cash dan Pruzinsky (dalam Khaira 2018). Terdapat lima aspek *body image* menurut Cash dan Pruzinsky (dalam Khaira, 2018) yaitu evaluasi penampilan fisik, orientasi penampilan, kepuasan bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorian ukuran tubuh.
2. Konsep penerimaan diri yang digunakan adalah konsep menurut Jersild (dalam Palupi, 2020) terdapat terdapat lima aspek yang mempengaruhi penerimaan diri seseorang yaitu, persepsi mengenal diri sendiri dan sikap terhadap penampilan, sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain.
3. Partisipan merupakan individu yang berada pada tahap dewasa awal dan berstatus anggota Paguyuban Keluarga Besar Borneo Madiun. Hal ini didasarkan karena masih adanya beberapa anggota memiliki rasa penerimaan diri yang rendah. Seperti masih mengeluhkan terkait postur tubuh, berat badan dan membandingkan fisiknya dengan orang lain.

## 1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini Apakah terdapat hubungan antara penerimaan diri pada masa dewasa dengan *body image* di paguyuban keluarga besar Borneo Madiun?

## 1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri pada masa dewasa awal dengan *body image* di paguyuban keluarga besar Borneo Madiun.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

Manfaat teori dari penelitian ini adalah memberikan sumbangan pengetahuan terutama dalam bidang psikologi positif dan psikologi sosial mengenai penerimaan diri terhadap *body image*.

### **1.5.2 Manfaat Praktis**

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah, sebagai berikut :

1. Bagi anggota Paguyuban Keluarga Besar Borneo Madiun, Penelitian ini diharapkan memberikan informasi terkait penerimaan diri terhadap *body image*, sehingga anggota paguyuban dapat lebih meningkatkan penerimaan dirinya agar memiliki *body image* positif.
2. Bagi peneliti selanjutnya. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi data awal dalam kajian penerimaan diri dan *body image* untuk dapat dilakukan penelitian