

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja di Indonesia dipandang sebagai generasi muda yang memiliki peranan sangat penting dan strategis dalam pembangunan masyarakat, bangsa, dan negara, yaitu sebagai generasi penerus nilai-nilai bangsa dan cita-cita pembangunan. Oleh sebab itu, remaja diharapkan dapat tumbuh dan berkembang menjadi manusia dewasa yang berkualitas, bertanggung jawab, dan mandiri. Perkembangan media dan teknologi yang semakin pesat sudah tersebar ke kota besar di Indonesia, tidak terkecuali Kota Bandung. Secara terus-menerus, keadaan ini mempengaruhi standarisasi dan nilai-nilai dalam berbagai bidang kehidupan di masyarakat, tidak terkecuali mengenai fisik ideal bagi kaum wanita maupun pria. Bagi sebagian besar negara di dunia terutama negara maju dan berkembang termasuk Indonesia, standar fisik yang ideal adalah tubuh yang memiliki keserasian antara berat badan dan tinggi badan. Kota Bandung atau yang dikenal dengan budaya Sunda yang sangat menjunjung tinggi sopan santun. Pada umumnya karakter masyarakat sunda, ramah tamah (someah), murah senyum lemah lembut dan sangat menghormati orang tua. Itulah cermin budaya dan kultur masyarakat sunda. Di dalam bahasa Sunda diajarkan bagaimana menggunakan bahasa halus untuk orang tua. Seiring dengan berjalan waktu remaja Kota Bandung mulai terpengaruh dengan pergaulan-pergaulan sosial yang bebas yaitu verbal bullying bahkan body shaming yang memberi dampak tidak percaya diri bahkan tidak menghargai diri terhadap perkembangan remaja yang merupakan masa remaja termasuk masa yang sangat menentukan, karena pada masa ini seseorang mengalami banyak perubahan, baik pada fisik, kognitif, psikologis, maupun sosial. Berbagai perubahan yang terjadi pada masa remaja ini akan saling berpengaruh antara satu dengan yang lainnya. Masalah yang dialami remaja dapat berhubungan dengan situasi dan kondisi di rumah, sekolah, kondisi fisik, penampilan, emosi, dan penyesuaian sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Kostanski dan Gullone (1998) menemukan hampir 80% remaja mengalami ketidakpuasan dengan kondisi fisiknya. Ketidakpuasan terhadap fisik ini berdampak pada

kebiasaan remaja melakukan diet ketat sehingga remaja mengalami gangguan makanan. Perubahan pada masa remaja merupakan masa sulit dalam hidup, karena remaja harus mengaktualisasikan dirinya dengan baik dan benar. Pada masa remaja, seseorang berusaha untuk mencari tahu bagaimana penilaian orang-orang tentang dirinya. Penilaian-penilaian dari orang-orang di sekitar remaja tentang dirinya, tentu saja dapat memengaruhi remaja. Penilaian yang diperoleh remaja dari orang sekitar mengenai potensi dirinya akan diinternalisasikan ke dalam diri, sehingga akan mempengaruhi penilaian dirinya sendiri atau disebut juga sebagai *self-esteem* (Coopersmith, 1967).

Pengaruh faktor psikologis berasal dari berbagai macam yang dapat menunjang kesehatan mental, antara lain *self-esteem* (harga diri). Apabila *self-esteem* individu rendah maka hal itu akan mengakibatkan hal-hal yang negatif pula *low self-esteem* (harga diri rendah) sering dihubungkan dengan permasalahan gangguan mental seperti, depresi, kecemasan, dan permasalahan belajar. Juga beberapa kesulitan seperti, kegagalan, kerugian, dan kemunduran. Sebaliknya, *high self-esteem* (harga diri tinggi) diyakini menjadi dasar bagi perkembangan mental yang sehat, kesuksesan, dan kehidupan yang efektif. Salah satunya kebutuhan untuk beradaptasi dengan perubahan fisik dan psikologis. Fakta yang ada menunjukkan bahwa *self-esteem* penting bagi perkembangan mental remaja. *self-esteem* yang tinggi sangat berperan bagi pembentukan pribadi yang kuat, sehat, dan memiliki kemampuan untuk menentukan pilihan, termasuk mampu berkata 'tidak' untuk hal-hal yang negatif dengan kata lain tidak mudah terpengaruh oleh berbagai godaan yang dihadapi seorang remaja setiap hari dari teman sebaya mereka sendiri (*peer pressure*) (Utamadi, 2001). *Self-esteem* yang rendah akan memperlemah hubungan yang dibina dengan orang lain, sedangkan *self-esteem* yang tinggi akan mendukung remaja mengembangkan hubungannya dengan orang lain.

Menurut Reasoner (2004), sebanyak 12% individu menunjukkan adanya penurunan *self-esteem* setelah memasuki sekolah menengah pertama, dan 13% memiliki *self-esteem* yang rendah pada sekolah menengah. Siswa SMP-SMA mulai mengembangkan pemahaman dirinya secara menyeluruh. Seorang sisawa SMP-SMA mulai berpikir mengenai siapa

dirinya dan apa yang membuatnya berbeda dari orang lain. Siswa pun membuat evaluasi terhadap potensi dirinya. Pada umumnya siswa SMP-SMA membuat penilaian atas dirinya berdasarkan penampilan fisiknya dan potensi akademiknya. Perubahan fisik yang dialami siswa SMP-SMA menjadi masalah baginya, siswa memiliki perhatian yang besar terhadap penampilan seperti cara berdandan dan berpakaian. Siswa berusaha mengikuti *trend* atau mode yang sesuai dengan usia mereka. Siswa akan merasa dirinya berharga jika mereka berdandan, berpakaian, dan bertingkah laku seperti teman-teman mereka. Dengan demikian siswa dapat merasakan adanya pengakuan dan penerimaan atas diri mereka di antara teman-teman sebayanya. Selain itu, prestasi akademik yang diraih siswa menjadi penilaian bagi dirinya. Siswa akan memandang dirinya berarti dan berharga di antara temantemannya jika ia memiliki prestasi yang baik. Sedangkan jika prestasi akademiknya dirasa kurang, siswa cenderung minder, merasa diri tidak berguna, bodoh, dan menutup diri. Siswa dengan *self-esteem* rendah akan cenderung mencari jalan pintas dalam menyelesaikan sesuatu seperti menyontek, bolos, atau melanggar aturan sekolah. Sumber yang merupakan hal mempengaruhi *self-esteem* seseorang yaitu hubungan antar lingkungan keluarga dan hubungan antar lingkungan sosial seperti pertemanan sosial di sekolah dengan teman sebaya. Dalam hubungan ini terkandung dukungan secara emosional dan persetujuan sosial dalam bentuk konfirmasi dari orangtua. *self-esteem* seseorang tidak bisa diperoleh dengan mudah. Melainkan melalui proses yang berlangsung sejak usia dini dalam hubungan keluarga dan sejak remaja dengan hubungan teman sebaya. Maka dari itu diperlukannya edukasi mengenai *self-esteem* (penghargaan diri) terhadap remaja agar mencegah terjadinya *self-esteem* yang rendah.

1.2 Permasalahan dan Ruang Lingkup

Berdasarkan rangkuman yang telah diuraikan pada latar belakang masalah di atas, berikut akan diuraikan beberapa permasalahan sebagai berikut.

1. Bagaimana memperkenalkan *self-esteem* dan tahap meningkatkan *self-esteem* terhadap remaja ?

2. Bagaimana menyampaikan pemahaman tentang *self-esteem* terhadap remaja agar mudah dipahami dengan baik ?

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, ruang lingkup permasalahan akan dibatasi pada penyampaian segala informasi mengenai *self-esteem* dan perancangan media kampanye meningkatkan *self-esteem* di kalangan remaja. Perancangan ini ditujukan untuk remaja di kota besar, usia 12-18 tahun. Perancangan di tujukan untuk remaja perempuan.

1.3 Tujuan Perancangan

Berdasarkan pokok-pokok permasalahan di atas, maka tujuan diadakan perancangan yaitu sebagai berikut :

1. Memperkenalkan cara meningkatkan *self-esteem* terhadap remaja dalam bentuk visual melalui media DKV yang tepat dan efektif kepada remaja.
2. Merancang media informasi yang tepat mengenai meningkatkan *self-esteem* terhadap remaja dengan mudah dipahami oleh remaja dengan menggunakan visual yang sesuai dengan gaya remaja masa kini.

1.4 Teknik Pengumpulan Data

Adapun dalam penelitian ini, penulis menggunakan beberapa sumber dan teknik pengumpulan data sebagai berikut.

Kuesioner

Kuisoner dibagikan secara acak kepada 100 responden. Dengan target perempuan dan laki laki remaja SMP-SMA Negeri dan Swasta.

Wawancara

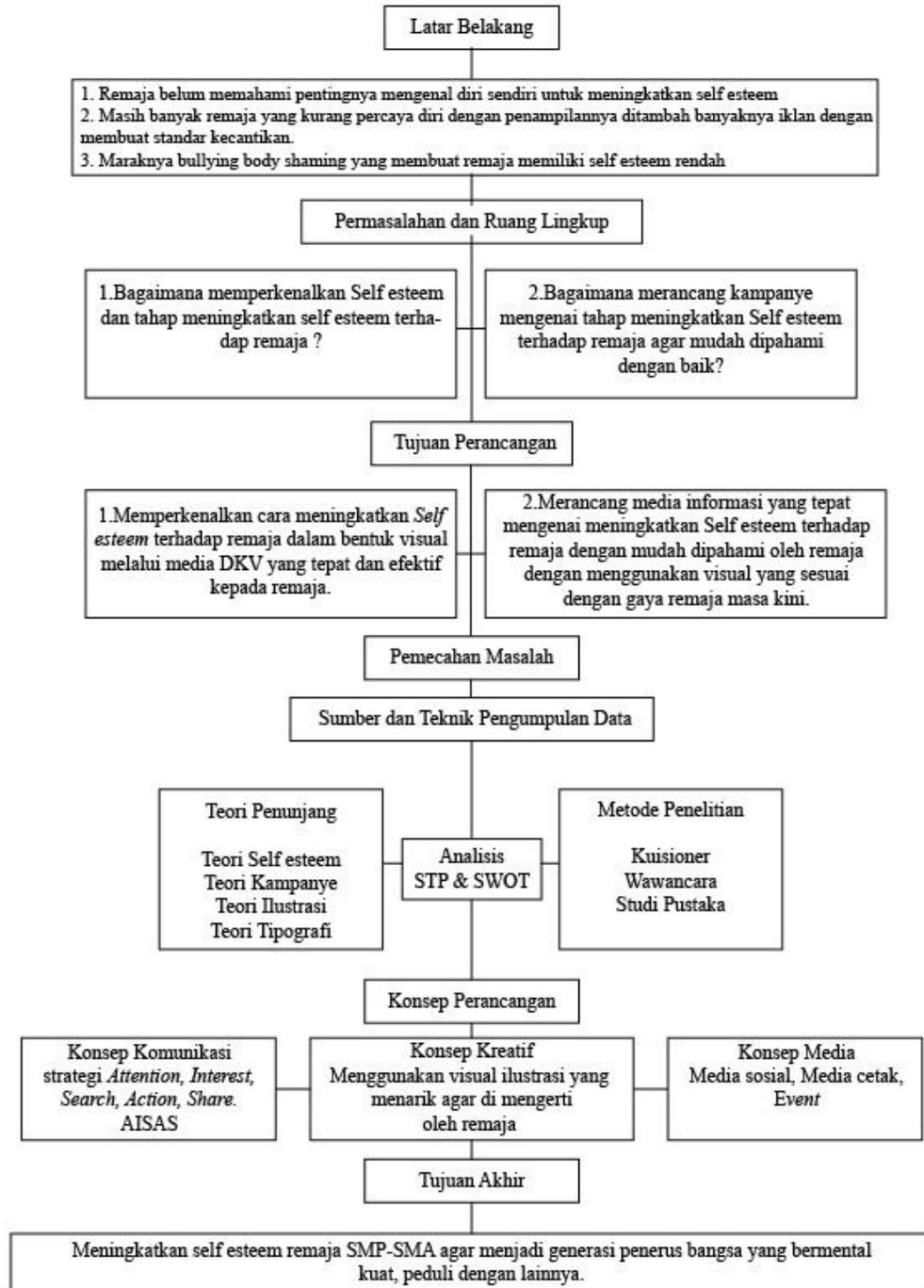
Untuk mendapatkan data yang lebih spesifik dan mendalam, penulis juga melakukan wawancara terstruktur. Wawancara dilakukan kepada dosen psikolog Universitas Kristen Maranatha Bandung, yaitu Ibu Marissa Chitra S., M.Psi., Psikolog untuk mengetahui teori dari *self-esteem*, dan perkembangan remaja.

Studi Pustaka

Penulis mengadakan penelitian dengan mempelajari dan membaca literatur-literatur pada sumber seperti website resmi dan terpercaya seperti www.psychcentral.com, www.sciencedaily.com. Buku-buku yang berhubungan dengan permasalahan seperti buku *self-esteem* karya Matthew, Patrick Fanning *second edition* yang menjadi objek penelitian.



1.5 Skema Perancangan



Gambar 1.1 Skema Perancangan