

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. LATAR BELAKANG MASALAH**

Saat ini penampilan fisik sudah dianggap sebagai suatu hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Oleh karenanya dalam masyarakat Indonesia tidak jarang hal ini menjadi topik pembicaraan, baik di tempat umum atau di rumah dalam berbagai situasi, terutama oleh kaum perempuan. Mulai dari berat badan, bentuk tubuh ideal, selebritis yang menjadi standar kecantikan hingga berbagi tips perawatan kecantikan atau informasi dari berbagai media, misalnya mengenai tempat perawatan kecantikan yang tampaknya kian hari kian menjamur.

Penampilan fisik yang dinilai ideal memang mempunyai kriteria yang berbeda-beda bagi setiap orang, dalam setiap budaya dan waktu. Artinya dasar pemikirannya bersifat subjektif. Pada abad ke XVII-XVIII perempuan dinilai memiliki bentuk tubuh yang ideal jika memiliki bentuk tubuh *big size*, penuh lemak di bagian dada, perut hingga paha. Citra ini dipengaruhi oleh lukisan para pelukis. Sekitar tahun 1960an perempuan mendambakan tubuh yang kurus, tinggi, dan langsing. Persepsi tersebut bergeser di tahun 1980an. Bukan lagi tubuh setipis papan yang diinginkan melainkan tubuh seperti model Cindy Crawford. Kemudian perkembangan tahun 1990an tubuh yang dinilai ideal adalah tubuh yang berisi dan agak berotot seperti Jennifer Lopez (mobile.kotasatri.com, 2006). Khusus masyarakat Indonesia, tubuh ideal diidentikkan dengan tubuh langsing,

kulit putih, wajah tirus, mata bulat hitam, alis panjang melengkung, bibir merah agak tipis, dan rambut lebat (Suara Merdeka, 2005).

Pencitraan bentuk tubuh ini memang sangat penting bagi kelangsungan industri kosmetik, *fashion*, bahkan pariwisata. Data iklan televisi pada bulan November 2003 menyebutkan bahwa produk seperti *shampoo* dan pemutih kulit menjadi 20% pengiklan terbesar. Belum lagi jika melihat pengiriman pemenang kontes kecantikan ke ajang-ajang internasional yang ditujukan sebagai salah satu sarana untuk mempromosikan Indonesia di mata dunia. Ajang-ajang tersebut menerapkan persyaratan tinggi badan ideal 173 cm, berparas cantik dan berberat ideal (mobile.kotasantri.com, 2006). Tidak hanya sampai di sana bahkan iklan-iklan lowongan pekerjaan tertentu menuliskan bahwa salah satu persyaratan bagi calon pelamar adalah berpenampilan menarik tanpa menjelaskan bagaimana penampilan yang dianggap menarik tersebut (Pikiran Rakyat, 2005).

Tidak heran jika kemudian peredaran kosmetik dan salon-salon kecantikan yang menawarkan khasiat untuk mengubah penampilan fisik perempuan menjadi lebih baik pun semakin marak. Selanjutnya banyak cara ditempuh perempuan untuk memperbaiki penampilan fisik yang dirasa kurang, mulai dari cara tradisional seperti pemakaian lulur ataupun cara-cara modern seperti perawatan dengan teknologi canggih di pusat perawatan kecantikan. Salah satu tujuannya untuk menunjang penampilan demi meningkatkan rasa percaya diri. Misalnya perawatan wajah di salon dengan menggunakan bubuk emas seperti yang dilakukan Nia Ramadhani seorang artis muda di Indonesia. Menurut

pengakuannya hal ini dilakukan agar dapat tampil lebih menarik dan demi meningkatkan rasa percaya dirinya ([www.batampos.co.id](http://www.batampos.co.id), 2006).

Masalah seputar penampilan fisik ini juga dialami *adolescent* atau remaja yang umumnya sedang berada pada masa sekolah menengah dan kuliah (Santrock, 2007). Seorang mahasiswi di kota Bandung dalam wawancara dengan peneliti mengungkapkan bahwa pada masa-masa sekolah menengah ia cukup merasakan keharusan untuk menjaga penampilan fisik. Selain dinilai memiliki prestasi akademis yang tinggi, oleh masyarakat setempat siswa siswi di SMA tersebut juga dikenal memiliki penampilan fisik yang menarik, padahal pada masa SMP ia mengalami perubahan fisik yang tidak bisa ia kontrol. Ia merasa terganggu dengan bentuk tubuhnya yang dirasakan kurang menarik dengan tumbuhnya lemak di daerah perut dan dada. Ia kemudian berusaha memperbaiki penampilan fisiknya dengan menjaga pola makan karena merasa penampilan fisik cukup penting dalam pergaulan. Menurut Santrock (2007) masa perubahan fisik yang disebutkan mahasiswi tersebut adalah masa pubertas. Pada masa tersebut terjadi proses kematangan fisik meliputi perubahan hormon dan tubuh yang biasanya ditandai dengan kemunculan karakteristik seksual sekunder.

Santrock (1995) juga menjelaskan bahwa pada masa pubertas fisik remaja yang sebelumnya terlihat seperti anak-anak kemudian mulai menunjukkan perubahan fisik sebagai orang dewasa. Akibatnya remaja kemudian mulai disibukkan dengan keadaan tubuh mereka dan kesibukkan ini sangat kuat pada masa remaja awal dan secara khusus kesibukan itu meningkat selama masa

pubertas, dimana remaja awal lebih tidak puas terhadap tubuhnya dibandingkan pada akhir masa remaja.

Para produsen kosmetik, pakaian, makanan, berlomba-lomba memanfaatkan “ketidakpuasan” remaja ini untuk memasarkan produknya. Iklan-iklan mereka berusaha membentuk persepsi tentang ukuran-ukuran ideal, sehingga menciptakan kebutuhan bagi remaja untuk mencapai penampilan yang ideal tadi. Ukuran cantik, tampan, feminin, maskulin, atletis dan sensual banyak didapat dari lingkungan pergaulan. Sumber lain yang sangat menonjol dan sangat berpengaruh terhadap ukuran-ukuran tersebut adalah media (televisi, majalah, koran, film, radio dan internet) ([www.gloriacyberministries.com](http://www.gloriacyberministries.com), 2001). Artinya, penilaian mengenai bentuk tubuh ideal saat ini memang dipengaruhi oleh media massa (Tiggemann, dalam Cash, 2002). Guntoro Utamadi, misalnya, dalam sebuah artikel di Kompas (2001) mengungkapkan bahwa salah satu penyebab gangguan pola makan pada remaja putri adalah karena mereka merasa sangat tertekan dengan “kewajiban” untuk tampil langsing seperti yang dimunculkan oleh televisi dan majalah.

Tekanan untuk tampil langsing ini dialami juga oleh seorang remaja putri berusia 15 tahun di Semarang. Ia mengeluhkan bahwa tubuhnya yang gemuk menyebabkan ia merasa tidak cantik sehingga ia melakukan diet keras bahkan selalu merasa bersalah dengan makanan yang ia makan. Akhirnya ia memuntahkan kembali setiap makanan yang masuk ke tubuhnya. Hal ini terungkap ketika ia meminta saran seorang psikolog dalam sebuah rubrik psikologi di sebuah majalah remaja ([www.nestlenetwork.com](http://www.nestlenetwork.com), 2006).

Penilaian remaja putri tadi terhadap tubuhnya dinamakan oleh Thomas Cash (2002) sebagai *body image*. Lebih lanjut dijelaskan oleh Cash (2002) keluhan yang muncul sebagai rasa tidak puas terhadap bentuk tubuh tersebut merupakan salah satu dimensi dari *body image* yang disebutnya sebagai *body evaluation*. Selanjutnya usaha yang dilakukan remaja putri ini untuk memperbaiki penampilan fisiknya, mencerminkan seberapa penting arti penampilan fisik bagi dirinya. Hal ini disebut oleh Cash (2002) sebagai *body investment* yang juga merupakan dimensi dari *body image*. Jika *body image* yang terbentuk mengarah pada penilaian negatif maka akan menjadi hambatan dalam hubungan sosial dan menimbulkan kecemasan, karena menurut Cash (2002) *body image* merupakan aspek yang sangat penting dalam perkembangan psikologis dan hubungan interpersonal pada masa remaja, khususnya bagi remaja putri.

Seorang remaja putri di kota Bandung juga mengungkapkan pentingnya arti penampilan fisik baginya. Penampilan fisik dirasa penting untuk memberi kesan baik pada *first impression* karena mempengaruhi penilaian orang lain terhadap dirinya. Remaja putri yang masih duduk di bangku kelas 1 SMA ini mengeluhkan warna kulitnya yang dinilai terlalu gelap, bukan hanya oleh dirinya sendiri tetapi juga oleh orang tuanya. Menurutnya warna kulitnya yang gelap menyebabkan penampilannya menjadi kumal, sehingga ia merasa kurang percaya diri. Ketidakpercayaan diri ini mempengaruhi interaksinya dengan orang lain apalagi saat ini ia sedang menyukai seorang teman laki-lakinya. Usaha yang dilakukan siswi ini untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah dengan mencoba beragam kosmetik pemutih yang sering ditampilkan di media massa.

Memang perkembangan *body image* dapat terjadi saat remaja putri berinteraksi dengan lingkungannya. Lingkungan sering memberi umpan balik mengenai penampilan fisik. Keluarga merupakan lingkungan terdekat remaja putri dan oleh karena itu perkembangan *body image* seorang anak dapat dipengaruhi oleh orang tua (Smolak, dalam Cash, 2002). Orang tua yang memberikan nasehat atau komentar pada penampilan dan bentuk tubuh anak mencerminkan bentuk dukungannya. Dukungan ini kemudian dibagi House (Vaux, 1988) menjadi empat jenis. Orang tua yang memberikan saran kepada anak tentang penampilan fisik disebut House (Vaux, 1988) sebagai dukungan informasional (berhubungan dengan pemberian informasi serta nasehat mengenai masalah remaja) serta membelikan peralatan kosmetik dapat diartikan sebagai dukungan instrumental (berhubungan dengan penyediaan fasilitas). Sementara orang tua yang memberikan dukungan dalam bentuk perhatian terhadap remajanya dengan cara mendengarkan keluhan remaja tentang dirinya diartikan sebagai dukungan emosional (berhubungan dengan rasa menyukai, mencintai, afeksi dan empati), dan orang tua yang tidak segan mengungkapkan rasa bangganya terhadap anaknya disebut sebagai dukungan *appraisal* (mencakup pemberian penghargaan terhadap diri remaja).

Pentingnya peranan orang tua dalam perkembangan *body image* remaja putri diakui oleh berbagai pihak. Seperti kampanye yang dilakukan oleh sebuah produk kosmetik yang peduli akan masalah penampilan fisik remaja putri melalui The Dove Self-Esteem Foundation. Dalam iklan layanannya mereka menggunakan kalimat “*Talk to your daughter before the beauty industry does*”

([www.campaignforrealbeauty.co.uk](http://www.campaignforrealbeauty.co.uk), 2005). Adanya masalah-masalah yang berkaitan dengan penampilan fisik remaja putri juga menghasilkan berbagai saran dan tips. Salah satu saran yang biasa diberikan oleh para ahli dalam bidang ini adalah peran serta orang tua dalam mengembangkan sikap positif remaja putri terhadap tubuhnya ([www.healthywomen.org](http://www.healthywomen.org), 2006).

Peneliti melakukan wawancara singkat dengan sepuluh responden. Sebanyak tujuh dari sepuluh responden (70%) berpendapat bahwa dengan tubuh yang tidak seideal digambarkan media pun mereka tetap bisa berpenampilan menarik. Anggapan mereka tentang penampilan yang menarik adalah penampilan yang tidak berlebihan dan sesuai dengan situasi. Responden-responden ini mengaku puas dan cukup percaya diri dengan penampilan mereka (*body image* positif). Keadaan fisik mereka saat ini dianggap sebagai anugerah yang patut disyukuri. Responden-responden ini juga melakukan perawatan terhadap penampilan mereka, yaitu dengan penggunaan krim atau losion perawatan kulit dan *creambath* di salon.

Sebanyak enam dari tujuh responden dengan *body image* positif mengaku orang tua sangat memedulikan penampilan fisik mereka dan merasa mendapatkan dukungan dari orang tua mereka melalui komentar, nasehat, kritik (dukungan informasional), penghiburan saat mereka mengeluhkan keadaan fisik mereka (dukungan emosional) sampai bantuan finansial untuk perawatan kecantikan (dukungan instrumental). Salah seorang diantara responden ini, yang bertubuh cukup gemuk, mengatakan peran orang tuanya sangat besar dalam meningkatkan kepuasan terhadap tubuhnya (*body image* positif). Misalnya saat berolahraga di

sekolah, jenis olahraga yang diberikan pada dirinya berbeda karena ia bertubuh gemuk. Ketika ia menceritakan pada ibunya, ibunya memberi penjelasan yang melegakan hati dan membuatnya merasa dihargai (dukungan *appraisal*).

Seorang responden lainnya tidak menganggap penting penampilan fisik (*body image* yang positif). Responden ini juga tidak menghayati adanya dukungan dari orang tua dalam hal penampilan fisik. Ia mengaku dalam keluarganya penampilan bukan hal yang utama, karena itu orang tuanya jarang memberikan umpan balik terhadap penampilan fisik apalagi memberi uang secara khusus untuk membeli kosmetik atau perawatan tubuh.

Sebaliknya tiga dari sepuluh orang responden (30%) mengaku tidak cukup puas dengan keadaan fisiknya dan menganggap bahwa penampilan fisik merupakan hal yang penting (*body image* negatif). Mereka merasa selain mendapat saran dan nasehat, penampilan mereka juga cukup sering dikritik oleh orang tua (dukungan informasional). Salah seorang responden yang menilai dirinya terlalu pendek, berharap bisa bertambah tinggi. Orang tuanya kemudian membelikan alat yang dipercaya dapat membantu menambah tinggi badan (dukungan instrumental). Dua responden lain, meski memiliki *body image* negatif, menghayati adanya dukungan emosional dari orang tua. Orang tua, khususnya ibu, selalu memberikan *feed back* positif jika mereka mengeluhkan penampilan mereka. Misalnya saat mereka merasa tidak percaya diri terhadap bentuk tubuh atau warna kulit mereka, orang tua memberikan semangat dalam bentuk pujian atau sekedar mengatakan bahwa orang tua menyayangi mereka apa adanya (dukungan emosional). Salah seorang di antara responden ini menilai tubuhnya

terlalu gemuk dan berusaha menjaga pola makannya dengan mencoba berdiet. Meski menurut responden ini, orangtuanya melarangnya melakukan diet dengan alasan dirinya sedang dalam masa pertumbuhan (dukungan *appraisal*). Responden ini mengaku belum cukup puas dengan hasil dietnya bahkan menilai usahanya gagal.

Berdasarkan fakta-fakta yang telah dipaparkan di atas, peneliti ingin mengetahui lebih lanjut mengenai hubungan antara dukungan orang tua dengan *body image* pada remaja putri di SMA “X” Bandung.

## **1.2. IDENTIFIKASI MASALAH**

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan di atas, maka pada penelitian ini ingin diketahui apakah terdapat hubungan antara dukungan emosional, *appraisal*, informasional, serta instrumental orang tua dengan *body image* pada remaja putri di SMA “X” Bandung.

## **1.3. MAKSUD DAN TUJUAN PENELITIAN**

### **1.3.1. Maksud Penelitian**

Memperoleh gambaran mengenai dukungan emosional, *appraisal*, informasional, serta instrumental orang tua dengan *body image* pada remaja putri di SMA “X” Bandung.

### **1.3.2. Tujuan Penelitian**

1. Mengetahui ada tidaknya hubungan antara dukungan emosional orang tua dengan *body image* pada remaja putri di SMA “X” Bandung.

2. Mengetahui ada tidaknya hubungan antara dukungan *appraisal* orang tua dengan *body image* pada remaja putri di SMA “X” Bandung.
3. Mengetahui ada tidaknya hubungan antara dukungan informasional orang tua dengan *body image* pada remaja putri di SMA “X” Bandung.
4. Mengetahui ada tidaknya hubungan antara dukungan instrumental orang tua dengan *body image* pada remaja putri di SMA “X” Bandung.

#### **1.4. KEGUNAAN PENELITIAN**

##### **1.4.1. Kegunaan Teoretis**

1. Menambah informasi pada bidang Psikologi Perkembangan, mengenai hubungan antara dukungan emosional, *appraisal*, informasional, serta instrumental orang tua dengan *body image* pada remaja.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi bagi peneliti lain yang akan mengadakan atau melanjutkan penelitian mengenai *body image* pada remaja dan dukungan emosional, *appraisal*, informasional, serta instrumental orang tua.

##### **1.4.2. Kegunaan Praktis**

1. Sebagai bahan pertimbangan untuk guru atau unit bimbingan konseling dalam lingkungan SMA, untuk menyelenggarakan konseling atau bimbingan pada siswa berkaitan dengan *body image* dan dukungan emosional, *appraisal*, informasional, serta instrumental orang tua dalam rangka membantu remaja putri memahami kondisi dirinya, serta melakukan penyesuaian dengan lingkungannya.

2. Agar orang tua dapat memperoleh informasi tentang cara memberikan dukungan yang dibutuhkan oleh remaja terutama dalam pembentukan *body image*.
3. Untuk siswi SMA “X” Bandung agar dapat menyaring informasi yang tepat mengenai penampilan fisik dalam pembentukan *body image* dengan memanfaatkan dukungan emosional, *appraisal*, informasional, dan instrumental orang tua yang diterimanya.

#### **1.5. KERANGKA PEMIKIRAN**

Masa remaja atau *adolescence* menurut Santrock (1995) merupakan satu periode transisi antara masa anak-anak dan dewasa yang dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun. Santrock kemudian membagi periode remaja ini atas remaja awal dan akhir. Oleh karena itu, siswi SMA (subjek dalam penelitian ini) yang berusia antara 13-16 tahun dapat dikategorikan sebagai remaja awal. Pada tahap perkembangan ini seorang remaja putri dihadapkan pada beberapa perubahan yang meliputi perubahan fisik, kognitif dan sosioemosional. Kemudian remaja putri pun membutuhkan dukungan keluarga (khususnya orang tua) sebagai kelompok sosial terdekat dalam upaya untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan dalam tahap perkembangannya. Moos, Insel, dan Humphrey (1974 dalam Vaux, 1984) mencatat pentingnya peran keluarga dalam berbagai aspek kehidupan selama masa perkembangan remaja termasuk dalam berinteraksi sosial dan berkomunikasi.

Perubahan yang biasanya ditandai dengan perubahan fisik remaja putri ini dinamakan dengan masa pubertas dan umumnya dimulai pada usia 11.5 tahun. Masa pubertas adalah suatu periode kedewasaan rangka tubuh dan seksual yang cepat terjadi, terutama terjadi pada masa remaja awal. Perubahan pada fisik ini disertai pula dengan serangkaian perubahan aspek-aspek psikologis remaja putri, salah satunya adalah usaha untuk mengembangkan citra individual mengenai gambaran tubuh mereka. Remaja putri, terutama selama masa awal remaja, kemudian menjadi amat memperhatikan tubuh mereka untuk mendeteksi setiap perubahan pada tubuhnya (Wright, 1989 dalam Santrock, 1995).

Perhatian besar yang diberikan remaja putri terhadap tubuhnya dipengaruhi oleh kepentingan *gender*. Hal ini dikarenakan adanya kaitan antara kemenarikan fisik dan penerimaan sosial, khususnya pada remaja putri, dimana perempuan lebih banyak dinilai berdasarkan kemenarikan fisik sementara laki-laki memperoleh penghargaan positif dari usaha dan kemampuan mereka. Pesan yang ada di masyarakat, terutama yang disampaikan lewat media massa, secara langsung menggambarkan bahwa remaja putri dianggap lebih istimewa karena kondisi fisiknya yang menarik. Biasanya remaja awal sangat sensitif terhadap pesan yang disampaikan media massa mengenai peran *gender* ini (Santrock, 2006).

Perhatian remaja putri ini terhadap tubuhnya dinamakan oleh Thomas Cash (2002) sebagai *body image* yang meliputi pengalaman seseorang terhadap tubuhnya. *Body image* merupakan konsep multidimensi. Meskipun demikian dalam perspektif kognitif-behavioral Cash (2002) menyatakan bahwa *body image*

terdiri atas dua komponen yaitu *body image schema* dan *attitude*. Menurut Aaron Beck (dalam Cash, 2002) *body image schema* mencerminkan inti seseorang, asumsi yang bermuatan emosi (*affect-laden*) atau *belief* mengenai kepentingan dan pengaruh penampilan dalam hidup, termasuk keutamaan penampilan fisik bagi individu dalam menghayati dirinya. Jika remaja putri menempatkan keadaan fisik sebagai sesuatu yang utama dalam menilai dirinya, maka stimulus-stimulus dari lingkungan yang berhubungan dengan fisik akan mempengaruhi *body image schema*. *Body image schema* adalah hal yang menuntun atau mengarahkan *body image attitude*. *Body image attitude* sendiri berfungsi sebagai konsep penting yang mengorganisasi proses kognitif, emosional dan perilaku pada kejadian-kejadian di lingkungan seseorang. Kedua komponen inilah yang membentuk *body image* yang kemudian dapat mengarah pada sikap positif atau negatif remaja putri terhadap penampilan fisiknya.

Penentuan *body image* ke arah positif atau negatif melibatkan dua dimensi dasar *body image*, yaitu *body evaluation* dan *body investment*. *Body evaluation* merujuk pada perbandingan remaja putri terhadap penampilan fisiknya secara nyata dengan standar ideal yang dimiliki (kepuasan akan tubuh) dan *body investment* yang merujuk pada kepentingan yang ditekankan pada tubuh (baik dalam bentuk pikiran, perasaan, dan tindakan) bagi evaluasi diri (Cash, 2002). *Body image* dapat dikatakan positif atau negatif tergantung dari derajat kedua dimensi dasar *body image* ini dimana *body investment* yang tinggi meningkatkan kecenderungan untuk memiliki *body image* negatif sebaliknya *body evaluation*

yang tinggi akan meningkatkan kecenderungan untuk memiliki *body image* yang positif.

Perkembangan *body image* remaja putri berjalan sepanjang masa kehidupan dan dipengaruhi oleh orang yang signifikan dan berperan penting dalam kehidupan. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi sejarah perkembangan *body image*, yaitu faktor historis. Faktor-faktor historis ini mengacu pada kejadian di masa lalu, sifat, dan pengalaman yang mempengaruhi pikiran, perasaan dan tindakan seseorang berkaitan dengan tubuhnya. Faktor-faktor historis ini yang membangun *body image schema* dan *attitude*, termasuk kecenderungan akan *body evaluation* dan derajat dari *body investment*.

Hal-hal yang termasuk dalam faktor historis adalah *cultural socialization*, *physical characteristics*, *personality attributes* dan *interpersonal experiences*. *Cultural socialization* merupakan pesan-pesan dari lingkungan yang menyisipkan suatu standar atau harapan mengenai penampilan. Pembentukan standar tersebut paling dipengaruhi oleh media massa misalnya melalui iklan. Standar yang dibentuk masyarakat ini dapat juga disampaikan pada remaja putri melalui orangtuanya. Perkembangan *body image* juga dapat dilatarbelakangi oleh *physical characteristics* seseorang misalnya semakin cocok karakteristik remaja putri dengan standar kemenarikan fisik yang berlaku di masyarakat mempengaruhi bagaimana remaja putri merasa diterima dan diperlakukan orang lain.

Faktor lain yang melatarbelakangi pembentukan *body image* adalah *personality attributes*. Misalnya dengan *self concept* yang positif dapat memfasilitasi perkembangan evaluasi yang positif pada tubuh dan bertindak

sebagai pelindung terhadap kejadian-kejadian yang membahayakan *body image* seseorang atau misalnya lagi nilai dan sikap yang berbasis *gender*. Perempuan yang mendukung sikap *gender* tradisional dalam hubungan mereka dengan laki-laki akan lebih mementingkan penampilan. *Interpersonal experiences* adalah faktor terakhir yang melatarbelakangi *body image*. Selain remaja putri, orang lain disekitarnya juga turut memperhatikan penampilan fisiknya. Oleh karena itu, penilaian yang diberikan lingkungan kepada remaja putri merupakan suatu umpan balik yang ikut mempengaruhi dalam menilai dirinya, juga dalam merasakan kepuasan akan penampilan fisiknya. Umpan balik tersebut dapat berupa harapan-harapan, opini, komunikasi baik verbal maupun nonverbal, disampaikan dalam interaksi dengan anggota keluarga, teman dan orang-orang sebaya lain, bahkan orang asing.

Melalui *interpersonal experiences*, terdapat dukungan sosial yang diberikan oleh orang tua, saudara, dan teman sebaya sebagai sumber dukungan terbesar selama masa remaja dan memberi dampak pada perkembangan *body image* remaja putri. Dukungan sosial didefinisikan Shumaker dan Brownell (1984, dalam Vaux 1988) sebagai pertukaran antara sedikitnya dua individu yang merasa sebagai pemberi atau penerima dukungan untuk mempertinggi kesejahteraan penerima dukungan. Pada penelitian ini yang ingin dilihat adalah dukungan dari orang tua, karena remaja putri tinggal dalam lingkungan keluarga dan masih membutuhkan dukungan dari keluarga khususnya orang tua.

Penilaian terhadap dukungan ini bersifat subjektif karena merupakan evaluasi terhadap hubungan antara dukungan orang tua dan tingkah laku

dukungan yang terjadi diantara orang tua dengan remaja putrinya. Dukungan ini akan efektif jika derajat dukungan tersebut dihayati dan disadari oleh remaja putri sebagai penerima dukungan (House, 1981 dalam Vaux, 1988).

House (1981, dalam Vaux, 1984) mengklasifikasikan dukungan orang tua dalam empat macam tipe dasar yang memiliki fungsi yang berbeda. Pertama adalah dukungan emosional ialah tingkah laku orang tua yang berhubungan dengan pengungkapan rasa menyukai, rasa memiliki, dan rasa empati orang tua terhadap tubuh dan penampilan fisik remaja putri. Kedua adalah dukungan *appraisal*, yaitu tingkah laku orang tua yang berhubungan dengan pemberian informasi mengenai penghargaan terhadap perbuatan remaja putri dalam merawat dan menjaga tubuh serta penampilan fisiknya. Ketiga adalah dukungan informasional ialah tingkah laku orang tua yang berkaitan dengan pemberian informasi dan nasehat seperti memberikan umpan balik terhadap keadaan fisik remaja putri. Tipe terakhir adalah dukungan instrumental yaitu tingkah laku orang tua yang berhubungan dengan pemenuhan kebutuhan remaja putri yang sifatnya materi dan tenaga dalam membantu remaja putri dalam perawatan penampilan dan kondisi tubuhnya.

Adanya dukungan-dukungan dari orang tua akan mempengaruhi penilaian dan kepuasan remaja putri terhadap tubuhnya sendiri (*body image*). Reaksi orang tua terhadap tubuh dewasa putrinya berperan penting membentuk perasaan remaja putri terhadap tubuhnya sendiri. Pandangan, perilaku, komentar, dan reaksi orang tua terhadap penampilan fisik remaja putri melatarbelakangi *body image schema*

mereka yang selanjutnya mempengaruhi perkembangan *body image attitude*. Hal ini kemudian mengarahkan *body image* remaja putri ke arah positif atau negatif.

Bagi remaja putri dukungan orang tua terhadap keadaan fisiknya yang diperlihatkan secara tegas maupun tidak, baik secara verbal maupun nonverbal, berpengaruh terhadap *body image* mereka. Cash (2002) menyatakan orang tua yang menunjukkan empati terhadap kegiatan dan usaha remaja putri mempertahankan kondisi tubuhnya dapat membantu remaja putri membentuk *body image* yang positif. Perilaku orang tua ini dianggap sebagai *feed back* yang kemudian akan menjadi stimulus bagi *body image schema* remaja putri. Bila remaja putri menerima perilaku orang tua sebagai *belief* bahwa tubuh bukanlah suatu hal yang perlu dianggap penting atau tak harus dirawat secara khusus maka hal ini akan mengarahkan *body image attitude*-nya. Biasanya remaja putri yang demikian merasa puas (*body evaluation* tinggi) dengan kondisi fisik yang apa adanya dan menilainya tidak terlalu penting (*body investment* rendah) dengan demikian *body image* yang terbentuk mengarah ke positif. Sebaliknya bila perilaku orang tua dianggap sebagai suatu ketidakpedulian pada kondisi fisik remaja putrinya sementara remaja putri memiliki *belief (body image schema)* bahwa tubuhnya penting dirawat, maka akan mengarahkan penilaian remaja putri terhadap tubuhnya (*body image attitude*). Bila remaja putri merasa bahwa kondisi fisiknya merupakan hal yang penting (*body investment* tinggi) dan merasa puas maka remaja putri memiliki *body image* positif. Jika dengan penilaian bahwa kondisi fisik tersebut penting namun tidak disertai dengan rasa puas (*body evaluation* rendah) maka akan terbentuk *body image* negatif.

Orang tua yang memperhatikan penampilan sehari-hari remaja putri, mendengarkan keluhan remaja putri akan keadaan fisiknya atau sekedar mempercayakan remaja putri mengatur penampilannya sendiri dapat dihayati remaja putri sebagai bentuk dukungan emosional. Remaja putri merasa bahwa dengan kondisi fisiknya orang tua menunjukkan perilaku menyukai dan mencintai remaja putri. Bila orang tua berperilaku demikian remaja putri akan cenderung merasa puas (*body evaluation*) dengan kondisi fisiknya dan merasa bahwa penampilan fisiknya menjadi suatu hal yang penting. Remaja putri dapat juga merasa bahwa penampilan fisiknya memuaskan tetapi bukan lagi hal penting (*body investment*) yang harus diperhatikan. Orang tua yang menunjukkan perilaku tidak peduli terhadap keadaan fisik remaja putri atau memaksa remaja putri berpenampilan tertentu sesuai keinginan orang tua akan dihayati remaja putri sebagai perilaku yang tidak mendukung. Remaja putri akan merasa tidak nyaman dan tidak puas dengan kondisi fisiknya. Kondisi fisik pun dipandang sebagai sesuatu hal yang penting bagi remaja putri dan disertai usaha remaja putri untuk memperbaiki penampilan fisiknya. Hal-hal tersebut kemudian akan mengarahkan *body image* remaja putri ke arah yang negatif.

Orang tua yang sering memuji usaha remaja putri untuk merawat diri atau menerima keadaan fisik remaja putri apa adanya, membuat remaja putri menghayati adanya dukungan *appraisal* orang tua terhadap kondisi fisiknya. Remaja putri ini lebih merasakan kepuasan (*body evaluation*) dan merasa dirinya berharga. Remaja putri pun kemudian merasa bahwa kondisi fisiknya sebagai sesuatu yang penting (*body investment*) dan akan mempertahankan usaha untuk

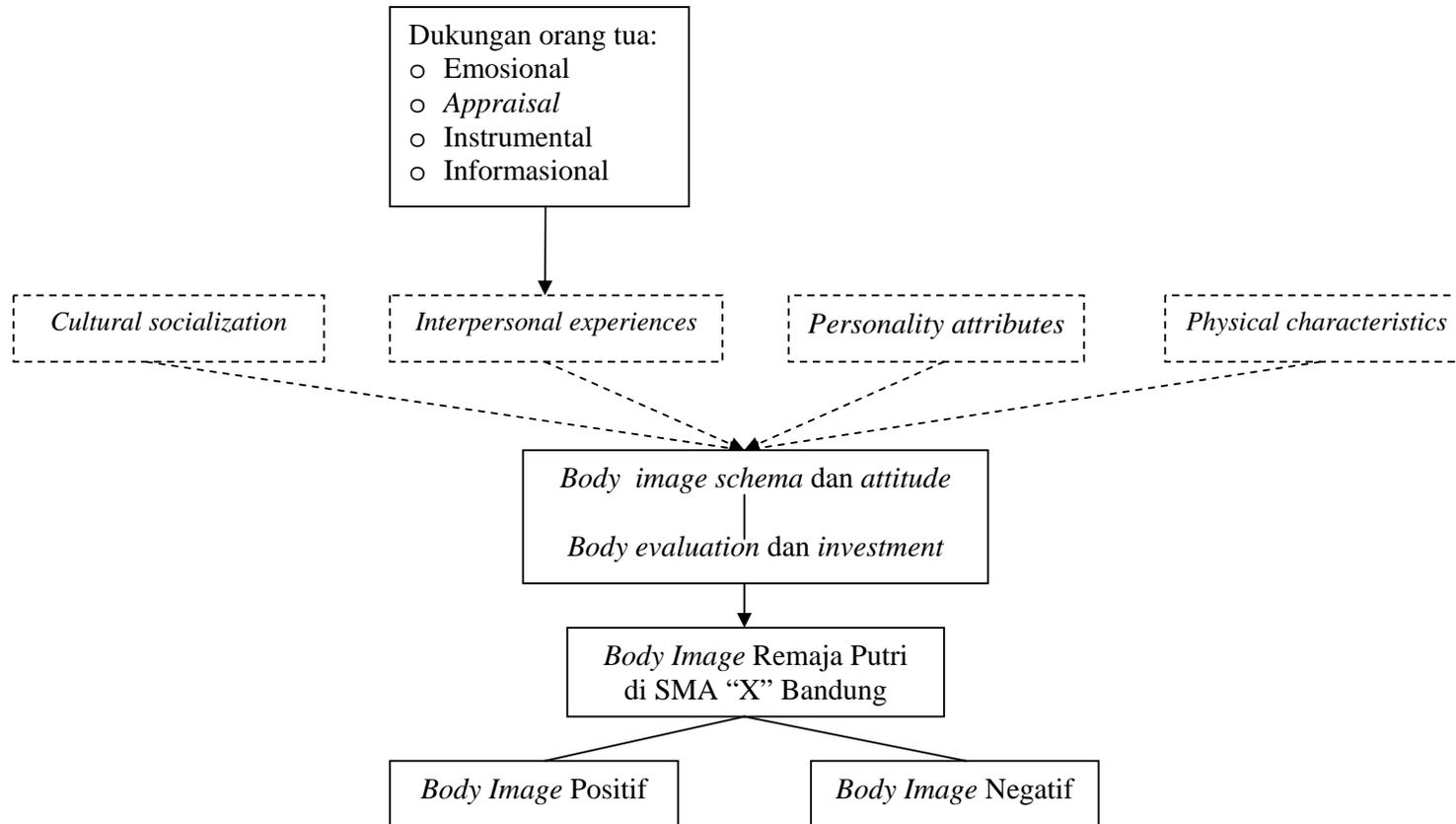
menjaga kondisi fisiknya. Remaja putri juga dapat menilai bahwa kondisi fisiknya bukanlah sesuatu yang penting dan sudah puas dengan kondisi tersebut. Hal ini mendorong terbentuknya *body image* yang positif. Orang tua yang jarang memuji penampilan remaja putri, tidak menghargai usaha remaja putri untuk tampil menarik atau mengeluhkan penampilan fisik remaja putrinya, akan diterima dalam *body image schema* remaja putri sebagai ungkapan yang tidak menghargai keadaan fisiknya yang kemudian mempengaruhi *body image attitude* remaja putri. Dalam usahanya untuk merawat diri ini remaja putri dapat merasakan ketidakpuasan terhadap tubuhnya (*body evaluation* rendah) dan merasa penampilan fisiknya sebagai sesuatu yang penting sehingga membentuk *body image* negatif. Sebaliknya jika remaja putri merasa bahwa kondisi fisiknya bukan sesuatu yang penting (*body investment* rendah), meski merasakan ketidakpuasan remaja putri tetap dapat membangun *body image* positif.

Nasehat dan kritik dari orang tua mencerminkan perhatian orang tua terhadap kondisi fisik remaja putri (Cash, 2002). Hal ini merupakan bagian dari dukungan informasional. Remaja putri mendapatkan informasi dan melakukan diskusi dengan orang tua. Misalnya orang tua memberitahu remajanya bagaimana agar penampilannya terlihat menarik atau menasehati remaja putri dalam mengatasi masalah-masalah yang berhubungan dengan penampilan fisiknya. Remaja putri yang tidak mendapat kesempatan untuk berdiskusi dengan orang tuanya atau tidak mendapatkan informasi mengenai penampilan fisiknya tidak menghayati adanya dukungan informasi dari orang tua. Hal ini akan diolah oleh *body image schema* remaja putri. Bila remaja putri kemudian memiliki *belief*

bahwa nasehat dan kritik tersebut merupakan bentuk perhatian orang tua terhadap kondisi fisiknya dan menganggap bahwa kondisi fisiknya penting (*body investment* tinggi), maka biasanya remaja putri akan berusaha merawat tubuhnya. Apabila dalam proses merawat tubuh remaja putri tidak merasa puas akan usahanya (*body evaluation* rendah) maka akan mengarahkannya pada *body image attitude* negatif. Bila nasehat dan kritik dari orang tua tidak dipedulikan remaja putri dan tetap memiliki *belief* bahwa tubuh bukanlah hal yang penting (*body investment* rendah) maka biasanya remaja putri juga tidak akan merawat tubuhnya dan cenderung menerima keadaan tubuh apa adanya (*body evaluation* tinggi). Hal ini akan mengarahkannya pada *body image attitude* yang positif.

Begitu juga dengan penyediaan fasilitas dan pelayanan (dukungan instrumental) dari orang tua dalam rangka memenuhi kebutuhan remaja putri terhadap tubuhnya. Misalnya dengan pemberian uang saku khusus untuk dimanfaatkan remaja putri dalam melakukan perawatan tubuh. Perilaku orang tua kemudian diterima dalam *body image schema* dan remaja putri memanfaatkan fasilitas yang diberikan orang tua untuk merawat diri (*body image attitude*). Hal ini kemudian disadari remaja putri sebagai dukungan yang mengarahkan pada pentingnya kondisi fisik (*body investment* tinggi). Bila pada proses merawat diri ini remaja putri tetap tidak memperoleh kepuasan terhadap tubuhnya (*body evaluation* rendah) akan mengarahkan remaja putri pada *body image* negatif. Remaja putri pun bisa saja merasa bahwa kondisi fisiknya bukan lagi hal yang penting karena telah merasa puas dengan kondisi fisiknya. Hal ini dapat terjadi karena remaja putri merasa terbiasa dengan dukungan orang tua yang berupa

melalui fasilitas dan pelayanan, dan dapat mengarahkan remaja putri untuk memiliki *body image* positif. Orang tua yang tidak bersedia memberikan biaya untuk dimanfaatkan remaja putri dalam menjaga kondisi fisiknya atau tidak menyediakan waktu untuk menemani remaja putri merawat tubuh dihayati sebagai perilaku yang tidak mendukung secara instrumental. Bila remaja putri kemudian memiliki *belief* bahwa sikap orang tua tersebut dihayati sebagai perilaku yang tidak mendukung kondisi fisiknya dan menganggap bahwa kondisi fisiknya penting (*body investment* tinggi), maka biasanya remaja putri akan berusaha merawat tubuhnya. Jika kemudian remaja putri tidak merasa puas akan kondisi fisiknya (*body evaluation* rendah) maka *body image* remaja putri akan mengarah ke negatif.



Skema 1.1 Kerangka Pemikiran

## 1.6. ASUMSI PENELITIAN

Dari uraian di atas dapat ditarik asumsi sebagai berikut:

1. *Body image* remaja putri terdiri atas dua dimensi yaitu *body evaluation* dan *body investment*.
2. Faktor-faktor yang melatarbelakangi pembentukan *body image* remaja putri adalah *cultural socialization*, *physical characteristics*, *personality attributes* dan *interpersonal experiences*.
3. Melalui *interpersonal experiences* remaja putri menghayati dukungan orang tua yang terdiri atas dukungan emosional, *appraisal*, informasional, serta instrumental.
4. Setiap remaja putri dapat memiliki *body image* yang berbeda, yaitu *body image* positif atau *body image* negatif.

## 1.7. HIPOTESIS PENELITIAN

Berdasarkan hal-hal tersebut di atas maka diajukan hipotesis sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara dukungan emosional orang tua dengan *body image* pada remaja putri di SMA “X” Bandung.
2. Terdapat hubungan antara dukungan *appraisal* orang tua dengan *body image* pada remaja putri di SMA “X” Bandung.
3. Terdapat hubungan antara dukungan informasional orang tua dengan *body image* pada remaja putri di SMA “X” Bandung.

4. Terdapat hubungan antara dukungan *instrumental* orang tua dengan *body image* pada remaja putri di SMA “X” Bandung.