



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada masa remaja periode kehidupan yang dinamis dan rentan terhadap pengaruh buruk. Menurut teori psikososial Erikson, remaja mengalami krisis "identitas dengan kebingungan identitas". Untuk melalui masa remaja menuju ke dewasa, diperlukan pemahaman diri yang kuat dan pemahaman tentang peran nilai dalam masyarakat. Citra tubuh seseorang dapat negatif atau positif. Persepsi, perasaan, imajinasi, lingkungan sekitar, suasana hati, dan pengalaman fisik membentuk penilaian ini. Meskipun ketidakpuasan fisik dan penilaian diri yang negatif terhadap penampilan dapat dialami sepanjang hidup, masa remaja adalah masa yang paling rentan (de Vries et al., 2016; Santrock, 2019)

Citra tubuh merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan bagaimana seseorang melihat tubuh dan penampilan mereka. Remaja biasanya tidak puas dengan bentuk dan berat badan mereka. Remaja dengan gangguan citra tubuh negatif percaya bahwa penampilan mereka tidak sesuai dengan persepsi masyarakat, keluarga, teman, dan orang pada umumnya. Ketika mereka dibandingkan dengan orang lain mereka akan semakin merasa tidak percaya diri (Freska, 2022).

Penggunaan media sosial adalah salah satu penyebab ketidakpuasan citra tubuh remaja, karena terbukti menunjukkan bahwa remaja perempuan lebih cenderung mengalami ketidakpuasan tubuh. Namun, citra tubuh seseorang dapat bersifat negatif maupun positif. Peneliti sebelumnya menunjukkan bahwa media sosial memainkan peran yang sangat penting dalam meningkatkan ketidakpuasan tubuh seseorang. Menurut survei baru *Pew Research Center*, Facebook telah menjadi platform media sosial paling populer di kalangan anak muda sampai saat ini, remaja



berusia 13 hingga 17 tahun mengatakan mereka menggunakan Facebook, meskipun jumlah ini lebih rendah dibandingkan dengan populasi umum. Media sosial dapat memiliki pengaruh positif terhadap citra tubuh remaja putri dengan menyediakan platform untuk promosi tubuh positif dan penerimaan diri. Konten yang mendukung keragaman bentuk tubuh dan menyebarkan pesan-pesan tentang kecantikan yang beragam dapat membantu remaja putri merasa lebih percaya diri dengan penampilan mereka. Selain itu, media sosial juga dapat menjadi tempat untuk berbagi pengalaman dan dukungan antarindividu dalam menjaga kesehatan mental dan fisik. (Anderson & Jiang, 2018; Franchina & Coco, 2018; McComb & Mills, 2021).

Berdasarkan data dari *We are Social* yang dimuat dalam laman web Data Indonesia, Data (*Trend*) Pengguna Internet dan Media sosial Tahun 2023 di Dunia Total Populasi (jumlah penduduk): 8,01 Milyar (naik 67 juta jiwa atau 0,8.% dari tahun 2022). Pengguna Internet: 5,16 milyar (naik 98 juta atau 1,9% dari tahun 2022). Pengguna Media Sosial Aktif: 4,76 milyar (naik 137 juta atau 3% dari tahun 2022). Data (*Trend*) Pengguna Internet dan Media sosial di Indonesia Tahun 2023. Total Populasi (jumlah penduduk): 276,4 juta Pengguna Internet: 212,9 juta (77% dari total populasi). Pengguna Media Sosial Aktif: 167 juta (60,4% dari total populasi).

Wertheim & Paxton (2021) mengatakan bahwa aktivitas komunikasi dalam media sosial semakin aktif maka hal ini dapat mengakibatkan penilaian terhadap penampilan maupun keadaan fisiknya. Apabila remaja perempuan semakin banyak menggunakan waktu untuk mengakses media sosial, maka kemungkinan besar remaja perempuan untuk membandingkan diri dan akan mempunyai pandangan citra tubuh yang negatif. Menurut penelitian research market global oleh TNS (*Taylor Nelson Sofres*) atas 506 pengguna Instagram di Indonesia, Instagram adalah salah satu *platform* media sosial yang paling banyak digunakan oleh remaja perempuan.



Pondok pesantren adalah merupakan lembaga keagamaan yang mengajarkan dan menyebarkan agama Islam. Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan yang dimana menerapkan sistem asrama dan menggunakan peraturan ketat tentang larangan membawa dan menggunakan alat elektronik selama tinggal di lingkungan pondok pesantren. Keterbatasan akses alat elektronik dan terpaparnya media sosial pada santri pondok pesantren yang tergolong pada remaja dapat mengurangi tekanan terkait citra tubuh. Karna mereka lebih fokus pada interaksi sosial langsung dan pengembangan diri tanpa dipengaruhi oleh standar kecantikan yang sering kali ditampilkan di *platform* media sosial. Akan tetapi melihat fakta terkini, santri zaman sekarang dengan zaman dulu begitu sangat berbeda, santri zaman sekarang sudah difasilitasi dengan berbagai macam media untuk para santri mempermudah dalam melakukan apapun, contohnya seperti media sosial yang saat ini populer dikalangan para santri. Dan media tersebut dapat digunakan untuk mengakses media sosial yang sangat populer saat ini seperti facebook, whatsapp, instagram, twitter, dan youtube sehingga para santri tidak ketinggalan jaman. (Fatiyasani et al., 2018; Wicaksono, 2016).

Kepala Dinas Komunikasi dan Informatika Provinsi Jawa Timur, Sherlita Ratna Dewi Agustin mengawali paparannya dengan menjelaskan kondisi pengguna internet di Indonesia. Data *we are social 2023* mencatat 77% masyarakat Indonesia adalah pengguna internet dan 65% masyarakat Indonesia pengguna aktif media sosial. Selain itu, 7 jam 42 menit sehari dihabiskan untuk mengakses internet dan 3 jam 18 menit dalam sehari dihabiskan untuk mengakses media sosial. Ia pun menerangkan mengenai akses perempuan terhadap internet. Data 2022 mencatat penduduk perempuan yang pernah mengakses internet sebanyak 63,53%, lebih sedikit dibandingkan laki-laki yang sebanyak 69,39%. Berdasarkan survei penetrasi internet Indonesia oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII 2023), 77,36% dari total populasi



perempuan Indonesia yang mendapatkan akses internet. Sedangkan untuk laki-laki lebih tinggi yaitu 79,32% dari total populasi laki-laki di Indonesia (Diskominfo Jatim, 2023).

Menurut penelitian, media sosial memang sangat berpengaruh pada citra tubuh. Selain itu, tekanan dan eskpos media yang dapat mengakibatkan gangguan pola makan dan ketidakpuasan citra tubuh. Media sosial juga dapat mengakibatkan gangguan citra tubuh jika tidak digunakan dengan benar. Remaja perempuan lebih sering menghabiskan waktu menggunakan media sosial dari pada remaja laki-laki, sebab itu remaja perempuan kemungkinan akan lebih sering membandingkan diri dengan orang lain yang dilihatnya di media sosial. Dia merasa belum puas terhadap dirinya sebab kesempurnaan fisik dan kecantikan orang lain yang dilihatnya di media sosial. Pada akhirnya, hal tersebut mengakibatkan remaja membangun persepsi tubuh mereka untuk mengikuti standar tersebut agar mereka dapat diterima oleh masyarakat. Terutama dalam penampilan dan bentuk tubuh(Freska, 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Primaganda Jombang didapatkan data 55 siswi dan 8 siswi diantaranya yang telah diwawancarai. Dari beberapa siswi tersebut, terdapat 5 siswi yang mempunyai citra tubuh negatif 3 siswi dikarenakan ketikan mengaploud foto di media sosia seperti facebook sering mendapatkan komentar pedas dari netizen dan 2 siswi lainnya sering membandingkan diri dengan orang lain yang diliatnya di media sosial contohnya seperti melihat para influncer di tiktok. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Media Sosial Terhadap Citra Tubuh Remaja Putri SMA Primaganda Di pondok Pesantre Al-urwatul Wutsqo Jombang”.

Salah satu cara bagi remaja perempuan untuk menghindari kehilangan citra tubuh mereka sendiri adalah bijak dalam menggunakan media sosial , tidak hanya dipergunakan untuk scroll tik



tok instagram dll, dan membandingkan diri dengan orang lain, tetapi bisa digunakan untuk berbisnis dan memperluas ilmu pengetahuan agar berdampak baik terhadap citra tubuh seseorang.

Berdasarkan latar belakang masalah, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh media sosial terhadap citra tubuh remaja putri SMA Primaganda Di Pondok Pesantren Al-urwatul Wutsqo Jombang.

1.1 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang, rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh media sosial terhadap citra tubuh remaja putri SMA Primaganda Di Pondok Pesantren Al-Urwatul Wutsqo Jombang ?”

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Mengetahui adanya pengaruh penggunaan media sosial terhadap citra tubuh remaja putri SMA Primaganda di pondok pesantren Al- urwatul Wutsqo Jombang.

1.2.2 Tujuan khusus

- a) Mengidentifikasi penggunaan media sosial terhadap remaja putri di SMA Primaganda Di pondok pesantren Al- urwatul Wutsqo Jombang.
- b) Mengidentifikasi citra tubuh pada remaja putri di SMA Primaganda Di pondok pesantren Al-urwatul Wutsqo Jombang.
- c) Menganalisis pengaruh media sosial terhadap citra tubuh remaja putri SMA Primaganda Di pondok pesantren Al- urwatul Wutsqo Jombang.



3 Manfaat penelitian

1.3.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat memberikan manfaat serta informasi bagi kemajuan keilmuan di bidang keperawatan jiwa khususnya mengenai pengaruh media sosial terhadap citra tubuh remaja putri.

1.3.2 Manfaat praktis

a) Bagi subjek :

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan wawasan dan masukan kepada pihak-pihak terkait, khususnya remaja yang mengalami citra tubuh pada dirinya.

b) Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan :

Perawat juga bisa memberikan edukasi kepada remaja untuk meningkatkan kepercayaan diri. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur tentang pengaruh media sosial terhadap citra tubuh remaja putri.

c) Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menginspirasi untuk menambah wawasan tentang pengaruh media sosial terhadap citra tubuh remaja putri dan dapat dijadikan referensi dalam penelitian selanjutnya.