

BAB II

Tinjauan Pustaka

A. Landasan Teori

1. Remaja

Remaja merupakan masa transisi dari masa anak – anak menuju masa dewasa, dalam masa ini remaja mengalami banyak perubahan secara biologis, fisik, kognitif, dan sosio emosional (Marerie, 2017). Pada masa ini remaja lebih memperhatikan penampilan fisiknya yang terlihat dari luar dalam pergaulan dengan teman sebayanya, bukan hanya pada remaja putri saja hal ini juga dialami oleh remaja putra, karena hal tersebut remaja selalu ingin berpenampilan menarik agar mendapat perhatian dari orang lain, dan teman sebayanya terutama lawan jenisnya.

Remaja yang dapat menerima dan merasa puas akan bentuk tubuh yang dimilikinya dapat diartikan bahwa remaja tersebut memiliki *body image* yang positif dan sebaliknya jika remaja yang memandang diri tidak menarik dan tidak puas akan bentuk tubuh yang dimilikinya seperti merasa dirinya memiliki berat badan yang terlalu gemuk atau kurus, memiliki wajah yang kurang menarik, sehingga remaja tersebut terlalu memikirkan kondisi fisiknya dapat dikatakan bahwa remaja tersebut memiliki *body image* yang negatif dan tidak memiliki kepercayaan diri (Putri, 2015).

Body image adalah hasil dari persepsi individu yang terbentuk atas proses individu tersebut memandang tubuh orang lain, lalu melakukan perbandingan (Utami & Probosari, 2018). Ketidakpuasan akan bentuk dan

ukuran tubuh menjadi suatu hal yang sering di temukan pada perempuan yang disebut “*normative discontent*” (Wardani et al., 2015). Ketidakpuasan akan citra tubuh atau *body image* yang negatif dapat diakibatkan oleh lingkungan sosialnya. Lingkungan sangat berdampak besar bagi tumbuhnya konsep diri dari individu (Sari & Jatiningih, 2015). Ketidakpuasan terhadap citra tubuh dapat meliputi gangguan makan, diet yang tidak baik sehingga menyebabkan kelebihan berat badan, olahraga yang berlebihan (*exercise bulimia*) dan juga perilaku menghukum diri lainnya (Mukhlis, 2013).

Pengalaman yang buruk seperti menjadi korban *bullying* akan berdampak buruk pada konsep diri dan *body image* seseorang. Remaja yang mengalami persepsi tubuh negatif paling tinggi secara berurutan adalah remaja yang memiliki kategori *overweight*, obes, dan *underweight*. Persepsi tubuh negatif jika tidak diperbaiki atau diterapi dapat menyebabkan *eating disorder*, karena persepsi tubuh mempunyai pengaruh yang besar terhadap perilaku gangguan makan atau *eating disorder* terutama pada remaja (Syifa & Pusparini, 2018).

Citra tubuh positif membuat individu mempunyai kepuasan terhadap kondisinya, rasa bahagia, serta kebanggaan terhadap tubuh yang dimiliki sehingga mendorong meningkatnya harga diri individu dan ketika individu memiliki citra tubuh negatif yang beranggapan bentuk tubuh yang dimilikinya tidak ideal, tidak menarik, dan kurang proposional menyebabkan rendahnya harga diri karena individu tersebut memiliki rasa

ketidak puasan, minder, kecewa, dan malu (Damayanti & Susilawati, 2018). Semakin tinggi citra tubuh yang dimiliki seseorang, maka semakin tinggi juga penerimaan diri seseorang terhadap kondisi dirinya, seseorang yang memiliki citra tubuh positif cenderung akan dapat menerima kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya sehingga tidak merasa rendah diri (Hasmalawati, 2018).

2. Perilaku *Bullying*

Perilaku agresif adalah suatu perilaku yang secara disengaja dilakukan baik secara verbal maupun secara fisik, sehingga dapat menimbulkan rasa yang tidak nyaman, dan rasa sakit baik fisik ataupun psikis bagi seseorang yang tidak mengharapkan perilaku tersebut (Dewi, 2015). *Bullying* adalah tindakan agresif yang sering terjadi pada remaja, perilaku *bullying* dapat terjadi dilingkungan sekitar kita (Utami & Probosari, 2018).

Terdapat beberapa faktor dari perilaku *bullying* yaitu : Faktor keluarga, pelaku *bullying* yang berasal dari keluarga yang bermasalah seperti situasi rumah yang penuh stres, agresi dan permusuhan atau orang tua yang menghukum anaknya secara berlebihan. Faktor sekolah yang mengabaikan perilaku *bullying*, dengan mengabaikannya perilaku *bullying* pelaku merasa mendapatkan penguatan untuk melakukan intimidasi terhadap teman yang lebih lemah. Faktor televisi, anak – anak hingga remaja sering meniru adegan – adegan film yang ditontonnya, seperti perilaku dan kata - kata yang terdapat pada film (Zakiyah, Humaedi, &

Santoso, 2017). Perilaku *bullying* juga dapat disebabkan oleh adanya konformitas dari teman sebaya (Dewi, 2015). Konformitas adalah perubahan perilaku atau kepercayaan seseorang sebagai hasil tekanan dari kelompok yang nyata atau hanya imajinasi (Myers dalam Dewi, 2015).

Kasus *bullying* sering ditemui dalam *setting* kelompok teman sebaya atau biasanya disebut *gangs*. Remaja akan memperhatikan perilaku yang ada dalam kelompok tersebut termasuk *bullying* yang dilakukan kelompok tersebut, setelah itu remaja akan melakukan hal tersebut dengan alasan agar terhindar dari penolakan kelompok (Dewi, 2015). Pengaruh dari teman sebaya terhadap sikap, minat, penampilan, pembicaraan, pada remaja lebih besar dari pada pengaruh dari keluarga, karena remaja banyak menghabiskan waktunya diluar rumah bersama teman sebayanya dibandingkan dirumah bersama keluarganya (Dewi, 2015).

Perilaku *bullying* memiliki berbagai jenis, yaitu; *bullying* fisik, *bullying* verbal, *cyber bullying*, *bullying* sosial (Marela et al., 2017). *Bullying* verbal lebih sering terjadi pada remaja seperti memanggil nama korban *bullying* dengan julukan – julukan yang tidak diinginkan, penghinaan, keritik kejam, *fat talk* dan lain – lain. *Fat talk* merupakan komentar atau percakapan yang bersifat negatif tentang tubuh dan berat badan yang akan menimbulkan rasa ketidak puasan citra tubuh pada remaja (Utami & Probosari, 2018). *Fat talk* akan mengakibatkan *bullying* yang berkaitan dengan berat badan dengan mencakup perilaku, psikologis, menggoda dan pengucilan sosial, remaja yang mengalami kegemukan dan

obesitas lebih cenderung menjadi target *bullying* terkait berat badan (Voelker, Reel, & Greenleaf, 2015). Penderita obesitas biasanya mendapat ketidakadilan dilingkungan sosialnya dan mendapatkan kekerasan secara psikis, berkaitan dengan sebutan atau istilah yang digunakan untuk sebuah panggilan pada penderita obesitas seperti *chubby*, *tembem*, *pemalas* dan sebagainya (Wardani et al., 2015).

Kondisi mata, penggunaan kacamata dan seseorang yang sedang menerima perawatan untuk mata juga menjadi faktor resiko menjadi korban *bullying* pada masa kanak – kanak. *Bullying* dan kecemasan dialami oleh mereka yang menggunakan kacamata (Buckley, Whittle, Verity, Qualter, & Burn, 2018). Miopi mempengaruhi tingkat kecemasan pada anak usia 13 – 14 tahun. Seseorang yang menggunakan kacamata lebih sering menjadi korban *bullying* karena persepsi sosial orang yang menggunakan kacamata lebih lemah (Łazarczyk et al., 2016)

Bullying biasanya dianggap hanya sebagai bahan candaan, pada pelaku *bullying* akan timbul perasaan senang setelah melakukan *bullying* terhadap korbannya. Siswa yang menjadi korban *bullying* biasanya seseorang yang dianggap lemah dan yang memiliki perbedaan baik dari segi kondisi fisik ataupun materi dari teman – teman sebayanya, siswa yang tidak dapat membela diri, siswa yang kesulitan bergaul, dan lain – lain (Trisnani & Wardani, 2016). Misalnya, pada seseorang dengan berat badan yang berlebih akan dijadikan bahan ejekan yang lucu sehingga korban menjadi bahan tertawaan oleh teman – temanya. Korban dari

bullying ini akan memiliki persepsi citra tubuh yang negative sehingga korban akan memiliki kepercayaan diri yang rendah dan apabila seseorang memiliki *body image* negative dan harga diri yang rendah akan memungkinkan seseorang tersebut menjadi korban *bullying*.

3. Dampak Perilaku *Bullying*

Gangguan psikososial merupakan perubahan didalam kehidupan seseorang yang bersifat psikologis ataupun sosial yang mempunyai pengaruh timbal balik dan dianggap berpotensi cukup besar sebagai faktor penyebab terjadinya gangguan kesehatan jiwa, atau sebaliknya masalah kesehatan jiwa berdampak terhadap lingkungan sosial (Utami & Probosari, 2018). Ketidak puasan akan citra tubuhnya, rendahnya harga diri, *bullying* dan depresi adalah gangguan psikososial yang sering terjadi pada remaja. Remaja yang memiliki persepsi diri yang negatif, kepercayaan diri yang rendah, memiliki rasa rendah diri, serta korban ejekan temannya memiliki resiko gangguan psikososial yang lebih tinggi. Perilaku *bullying* dapat membawa dampak traumatik luar biasa yang dapat mempengaruhi anak atau remaja pada masa tahap perkembangannya selanjutnya (Trisnani & Wardani, 2016).

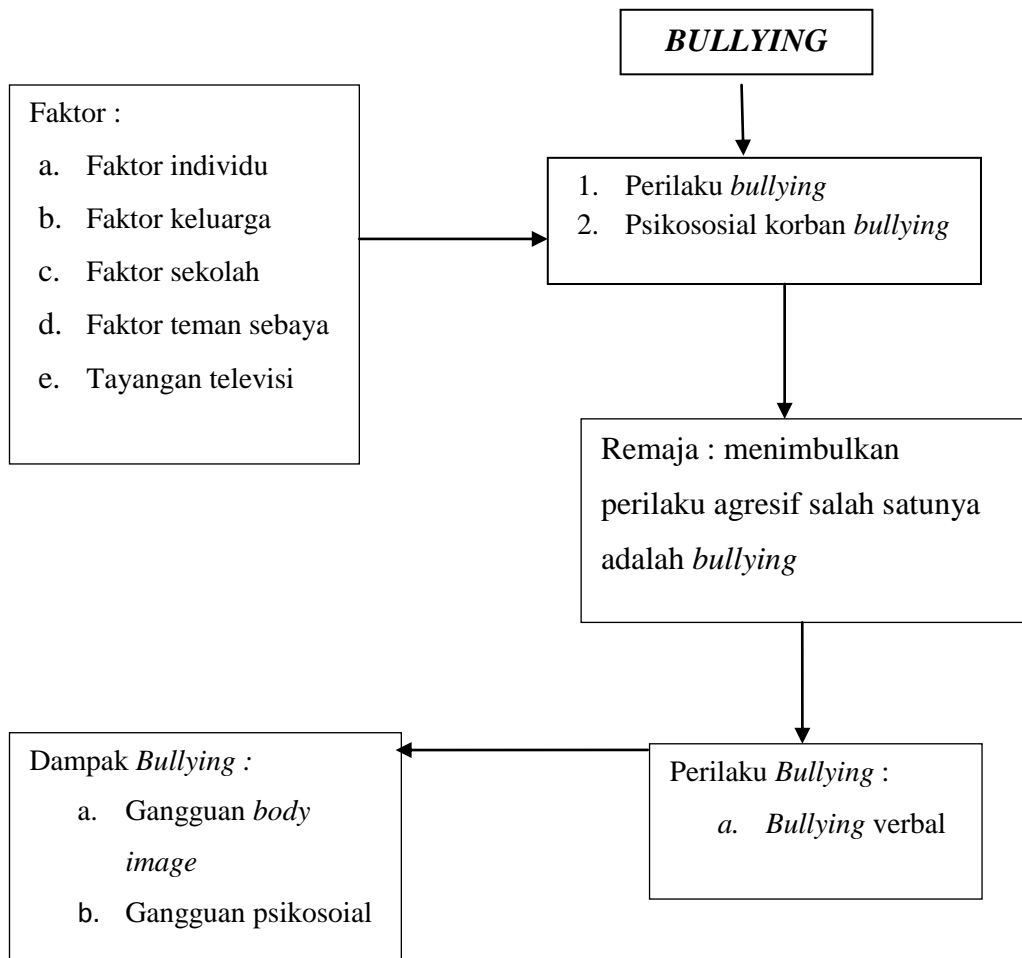
Pelaku *bullying* akan menunjukkan perilaku yang mengancam, mengolok – olok, dan yang lebih parah sampai memukul, sedangkan korban *bullying* akan merasa, takut, sedih, malu dan tidak merasa percaya diri dengan kondisi fisiknya sehingga korban *bullying* membatasi interaksi dengan lingkungannya, cenderung menutup diri, dan menyebabkan siswa

menjadi takut untuk berangkat ke sekolah, bahkan korban *bullying* dapat merasa depresi (Trisnani & Wardani, 2016). Perilaku *bullying* secara fisik maupun verbal dapat menyebabkan depresi bagi korbannya sebesar 7 kali lipat lebih besar dibandingkan dengan remaja yang tidak mengalami *bullying*. Semakin sering seseorang mengalami *bullying* maka semakin berat depresi yang dialami, sebaliknya semakin jarang seseorang mengalami *bullying* semakin rendah depresi yang dialaminya (Ramadhani & Retnowati, 2013).

Korban yang mengalami *bullying* pada satu bulan terakhir akan merasakan kesepian, kecemasan yang akan mempengaruhi pola tidurnya, memiliki gejala – gejala depresi, dan memiliki pemikiran untuk mengakhiri hidupnya (Ramadhani & Retnowati, 2013). Korban *bullying* tidak ingin melaporkannya karena adanya anggapan buruk mengenai seseorang yang pengadu, laki – laki memiliki tekanan yang lebih besar dalam menghadapi *bullying* karena laki – laki akan dianggap lemah dengan mengadakan tindakan *bullying* kepada orang tua ataupun guru di sekolah (Ramadhani & Retnowati, 2013). Remaja yang memiliki kelebihan berat badan dan obesitas merasakan adanya hambatan sosial seperti pengucilan dan *bullying*. *Bullying* terkait berat badan dan *fat talk* pada masa remaja akan mempengaruhi penekanan berlebihan pada berat badan, penampilan serta mempengaruhi persepsi tubuh yang negatif, rasa ketidakpuasan terhadap bagian tubuh tertentu, menimbulkan rasa kesedihan dan perasaan depresi (Voelker et al., 2015). Reaksi dari *body shaming* adalah dapat

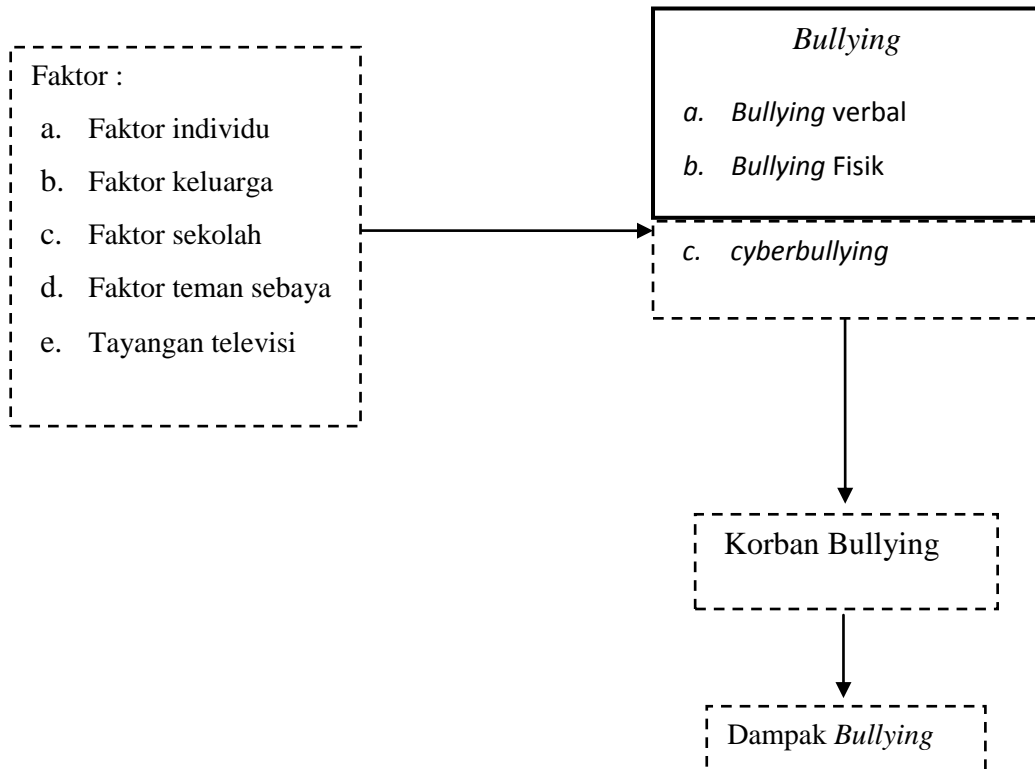
menyebabkan citra tubuh seseorang menjadi lebih buruk dan juga menyebabkan gangguan makan pada korban seperti *bulimia nervosa*, *anoreksia nervosa* dan bunuh diri (Stacey, 2017)

B. Kerangka Teori



Sumber : (Marerie, 2017), (Putri, 2015), (Utami & Probosari, 2018), (Sari & Jatningsih, 2015), (Mukhlis, 2013), (Syifa & Pusparini, 2018), (Damayanti & Susilawati, 2018), (Hasmalawati, 2018), (Dewi, 2015), (Zakiah, Humaedi, & Santoso, 2017), (Marela Et Al., 2017), (Trisnani & Wardani, 2016), (Ramadhani & Retnowati, 2013), (Voelker Et Al., 2015) (Wardani Et Al., 2015)

C. Kerangka Konsep



Keterangan:

: Diteliti

: Tidak Diteliti

D. Pertanyaan penelitian

Bagaimanakah gambaran *bullying* pada remaja?