

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan masa perkembangan yang termasuk pada masa transisi dari anak menuju dewasa yang meliputi beberapa perubahan dalam diri seperti kognitif, psikologis, sosial serta emosional. Remaja dalam bahasa Inggris disebut *adolescence*, yaitu asal kata *adolescere* yang berarti tumbuh menuju arah yang matang. Santrock (2007) menyebutkan fase remaja dimulai usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir di usia 18 – 22 tahun. Kemudian para peneliti sosial, membagi rentang masa remaja yaitu dimulai sejak usia 10 – 13 tahun, remaja tengah sekitar 14 – 17 tahun, dan remaja akhir mulai usia 18 – 21 tahun (Steinberg, 2017). Remaja menurut peraturan kementerian pasal 1 nomor 25 tahun 2014 merupakan kelompok usia 10 hingga 18 tahun (ANNET & Naranjo, 2014), sedangkan menurut BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana) menyebutkan remaja merupakan rentang usia yang dimulai dari 10 hingga 24 tahun dan belum menikah (Pers, 2021). Sesuai Badan Pusat Statistik Tahun 2022 jumlah penduduk usia 15-19 tahun sekitar 22.163,5 dan jumlah penduduk usia 20-24 tahun sekitar 22.490,4 (Badan Pusat Statistika, 2022).

Umumnya orang memandang bahwa pada fase remaja merupakan masa yang dianggap menyenangkan, yaitu masa ditandai dengan banyaknya aktivitas yang diinginkan. Pada fase remaja mereka selalu ingin mencoba hal baru dikarenakan pada masa ini memiliki rasa keingintahuan yang tinggi. Menurut Batubara (2016) mengatakan bahwa masa remaja sebagai periode yang kritis ditandai dengan masa peralihan dari anak menuju dewasa, masa yang dialami dengan berbagai perubahan diri seperti perubahan hormonal, fisik, psikologis serta sosial. Cash & Pruzinsky (2002) menjelaskan mengenai masa remaja sebagai masa labil dalam menerima

kritik, kesan, bahkan tekanan sosial yang berkaitan dengan citra tubuh/ *body image*, sehingga mengakibatkan meningkatnya ketidakpuasan terhadap remaja.

Erikson dalam teori perkembangannya menjelaskan bahwa masa remaja akhir sebagai tahapan *identity vs identity confused*. Yaitu sebagai masa labil karena pencarian jati diri hal tersebut menjadikan remaja mudah menjadikan setiap informasi yang diperoleh secara langsung ataupun tidak langsung sebagai ukuran akan gambaran tubuh ideal, sehingga menimbulkan perasaan ingin mengikuti hal yang dianggap ideal dan dapat diterima oleh lingkungan. Hal tersebut mengakibatkan adanya perasaan tidak puas pada diri remaja putri.

Monks, Knoers & Haditono (2008) mengungkapkan remaja dalam perkembangannya dihadapkan oleh berbagai perubahan, tidak bisa dipungkiri bahwa masa remaja merupakan masa yang rawan. Terdapat gejala yang timbul pada awal masa remaja, yaitu gejala timbulnya seksualitas (genital) dan biasa disebut sebagai masa pubertas. Terjadi perubahan fisik dalam masa pubertas yang dialami oleh remaja putri dengan ciri perkembangan seks sekunder salah satunya kelenjar lemak dan keringat yang menjadi lebih aktif, sehingga dapat menimbulkan penyumbatan pada kulit yaitu munculnya jerawat.

Jerawat memiliki nama ilmiah *acne vulgaris* merupakan salah satu penyakit pada kulit yang diakibatkan peradangan menahun (*pilosebbasea*) yang ditandai dengan adanya nodul, posttule, papul, komedo dan kista pada area yang terdapat di kelenjar *sebasea* yaitu pada wajah, dada serta punggung atas (Asbullah, Wulandini, & Febrianita, 2021). *Acne vulgaris* dapat menyerang remaja maupun dewasa, khususnya perempuan yang bisa lebih mudah untuk berjerawat dibandingkan dengan laki-laki. Kulit rentan terhadap jerawat umumnya bermula pada remaja yang berusia 12 hingga 15 tahun, dan puncak tingkat keparahannya di usia 17 hingga 21 tahun (Bernadette & Wasitatmaja, 2016). Menurut Bernadette & Wasitatmaja (2016), jerawat

bisa tumbuh pada bagian tubuh mana saja, seperti di dada sekitar 15%, punggung 60%, dan di dominasi pada bagian leher dan wajah sekitar 90%, serta tumbuh juga dibahu dan lengan atas.

Terdapat empat faktor utama yang menjadi pengaruh timbulnya jerawat, yaitu: (1) produksi minyak (sebum) pada wajah yang meningkat, (2) hiperproliferasi folikel pilosebasal, (3) kolonisasi *Propionibacterium acnes* (PA), dan (4) proses peradangan (inflamasi). Kemudian terdapat beberapa faktor penyebab timbulnya jerawat seperti lingkungan, hormonal, diet dan predisposisi genetik. Didukung oleh pendapat Bernadette & Wasistaatmadja (2016) pola makan dan pola hidup yang baik atau buruk dapat memberikan pengaruh terhadap munculnya jerawat di kulit. Kebiasaan yang dilakukan remaja khususnya pada wanita mereka senang menggunakan kosmetika, sedangkan beberapa kosmetika memiliki bahan yang dapat menyumbat pori yang dapat menyebabkan kemunculan jerawat contohnya pada alas bedak (*foundation*), pelembab, krim tabir surya (*sunscreen*), bedak padat dan lain-lain.

Kebanyakan remaja mempresepsikan bahwa penampilan merupakan modal dari kepercayaan diri. Pada perkembangannya ketika remaja mendapati perubahan fisik salah satunya penampilan fisik wajah berjerawat maka perih tersebut tidak cocok dengan gambaran idealnya penampilan seorang remaja serta hendak menimbulkan rasa tidak puas dan kurang percaya diri (Ompi, dkk, 2016). Saat remaja masalah jerawat ternyata dapat memberikan kesan kurang baik terhadap psikologis terutama pada remaja dengan rentang usia sekolah hingga kuliah. Remaja yang berjerawat seringkali bermasalah dengan harga diri/ *self-esteem*, citra tubuh dan diri yang ideal (keliat, 2015). Pada masa kini jerawat menjadi problem yang serius karena dapat menimbulkan krisis kepercayaan diri remaja, hal tersebut dipicu oleh rendahnya harga diri ideal diri dan *body image* (Andrea dkk., 2012). Hal tersebut sesuai penelitian dari Andri (2009) pusat pelayanan tersier mengatakan pasien yang mengalami masalah jerawat cenderung

mengalami kecemasan, kemarahan, depresi serta menjauhkan diri dari pergaulan sosial dibandingkan yang tidak memiliki jerawat.

Kemunculan penyakit inflamasi kulit (*acne vulgaris*) tidak termasuk ke jenis penyakit berbahaya akan tetapi memiliki pengaruh yang besar bagi para remaja khususnya pada psikologis yang dapat menimbulkan tanda-tanda kecemasan dan depresi. Efek negatif dari jerawat itu sendiri yaitu dapat menimbulkan bekas bahkan bopeng pada wajah, punggung dan dada, serta perasaan *body image* yang buruk, hubungan sosial yang buruk, depresi, dan kecemasan (Pujiastuti, 2012). Kecemasan dalam bahasa latin yaitu "*anxius*" kemudian menjadi anxiety, kata tersebut digambarkan Freud sebagai dampak negative dan keterangsangan.

Istilah kecemasan sering dikaitkan memiliki makna yang sama dengan perasaan takut, namun kedua hal tersebut tidak sama. Yang membedakan kedua hal tersebut adalah penyebab atau sumbernya. Hal-hal yang mendasari kecemasan antara lain; rasa takut, terkejut, rasa dosa, tidak berdaya atau terancam, selain itu juga terdapat faktor diluar kesadaran dan tidak bisa menghindar dari perasaan tidak nyaman (Jadman, 2001). Reaksi emosional yang asalnya tidak spesifik seperti pengalaman seseorang yang memberi kesan perasaan tidak nyaman dan merasa terancam juga kerap kali timbul menjadi kecemasan. Ketika seseorang mengalami kecemasan sama halnya dengan merasakan sesuatu keadaan *aprehensi* atau khawatir akan suatu hal yang buruk akan terjadi, hal-hal yang menjadi sumber dari kecemasan sebagai berikut; kesehatan, ujian, relasi sosial, karier, dan keadaan lingkungan (R. Hidayati, Purwanto, & Yuwono, 2008).

Sedangkan kecemasan menurut pandangan islam, sebagaimana dalam firman Allah SWT dalam Firman-Nya surat Al-Ma`arij 19: 22, Al-anbiya :32 serta An-Nis :28 yang menjelaskan bahwa penciptaan manusia dengan keadaannya mempunyai sifat cemas (berkeluh kesah) dan tergesa – gesa akibat pengaruh susunan system syaraf yang peka (*over sensitive*) dalam perasaan

maupun perilaku ketika menghadapi berbagai faktor eksternal atau internal di lingkungan sekitarnya yang bersifat mengancam atau membahayakan, hal tersebut sebagai wujud dari bentuk kasih sayang Allah SWT terhadap manusia dan menjaga manusia dalam kehidupannya.

Terdapat juga kecemasan berpengaruh positif yang menjadikan individu lebih bergairah (Albin, 2003). Sebaliknya kecemasan berpengaruh negative jika tingkat kecemasan individu melebihi batas kewajarannya, karena hal tersebut menyebabkan keadaan putus asa, kecemasan tidak akan menimbulkan masalah apabila mampu dikendalikan dan bias dapat diseimbangkan. Remaja juga harus dapat memahami bahwa setiap individu beragam dan berbeda dengan dirinya serta dituntut untuk dapat menyesuaikan diri terhadap keadaan sosial dengan baik. Jika remaja dapat memahami dirinya dengan baik dan peran sosialnya maka remaja dapat menemukan jati dirinya. Namun apabila hal tersebut tidak dapat dipenuhi akan muncul kecemasan sosial. Seseorang dengan kecemasan sosial lebih sering merasa cemas dan tidak nyaman ketika berinteraksi sosial, memiliki perasaan malu, takut, dan berfikir akan terjadi hal yang buruk. Kecemasan sosial hanyalah satu dari beberapa macam gangguan interpersonal. Kecemasan sosial sebagai gangguan kecemasan yang sering terjadi dan dialami karena adanya pengaruh kecemasan individu mengenai perilakunya dalam lingkungan sosialnya, survey menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan secara statistik dari kepercayaan diri dengan kecemasan sosial (Nainggolan, 2011), diperkuat hasil penelitian Vriends (2013) bahwa *self-reported* kecemasan sosial dengan tingkatannya yang cukup tinggi yaitu 15,8% dari jumlah 311 orang di Indonesia.

Lebih sering ditemui kasus kecemasan sosial pada perempuan daripada laki-laki, karena laki-laki dianggap tidak sering meminta bantuan dan lebih cenderung menyelesaikan masalahnya sendiri, maka sebagian besar laki-laki akan merasa terlihat lemah, masyarakat berpendidikan

rendah, dan kondisi sosial ekonomi. persoalan kecemasan sosial pada anak-anak dan remaja, menurut Pusat Nasional Neurologi dan Psikiatri di Amerika Serikat mengemukakan bahwa 8% usia remaja mengalami kecemasan sosial antara usia 13 dan 18 tahun.

William H. Fitts mengungkapkan bahwa seseorang yang mempunyai harga diri dengan tingkatan yang cukup tinggi sehingga mampu membentuk *self-concept* yang positif (Hendriati Agustiani, 2006). Individu dengan konsep diri yang rendah akan mudah mengalami kecemasan. Seseorang tersebut akan merasa tidak aman jika diperhatikan orang lain di lingkungannya. Karena remaja dengan *body image* tinggi akan memiliki karakter dengan kepercayaan diri yang tinggi, penerimaan diri yang positif, wajar, harga diri yang tinggi serta merasa aman. Sebaliknya jika remaja memiliki konsep diri yang rendah maka ia akan mengalami perasaan tidak aman, khawatir serta mendapat kesan buruk dari lingkungan sekitar. Perubahan fisik yang dialami oleh remaja dapat memicu minat terhadap *body image* dan lebih memperhatikan tubuhnya akan perubahan fisik yang terjadi dan membangun citranya sendiri mengenai dampak dari tubuhnya, hal itu disebut dengan *body image* (Santrock, 2003).

Honigman dan Castle (2007) menjelaskan bahwa *body image* sebagai gambaran diri dengan mental seorang mengenai bentuk serta ukuran tubuhnya terkait mengenai persepsinya serta penilaian mengenai apa yang dipikirkan serta rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuh serta penilaian orang lain atas bentuk tubuhnya. Close dan Giles (2007) berpendapat bahwa pada remaja *body image* terbentuk akibat pertumbuhan fisik dan mental. Mappiare berpendapat wanita yang lebih cenderung memperhatikan penampilannya daripada pria (Bestiana, 2012). Hal tersebut didukung oleh Beraman mengatakan remaja perempuan mengalami perasaan tidak puas dengan kondisi tubuhnya serta memiliki *body image* yang negatif terhadap pubertas yang dialaminya dibandingkan laki-laki (Santrock, 2012). Pengaruh psikologisnya yaitu merasa tidak

puas yang mendalam serta berakhir pada ketidakbahagiaan. Menurut kondisi tersebut jelas sangat mengganggu karena perempuan menjadi tidak menikmati hidupnya dan juga terhambat produktifitasnya bagi diri dan lingkungannya (Evika Sandi Savitri, 2008).

Melihat permasalahan ini, kemudian peneliti melakukan studi pendahuluan atau studi awal untuk memahami permasalahan tersebut dengan mewawancarai 4 remaja akhir berjenis kelamin perempuan yang pernah atau sedang mengalami kondisi wajah yang berjerawat. Sesuai rangkuman dari hasil wawancara peneliti yang dilaksanakan pada 5 November 2021, semua responden merasa tidak nyaman dengan wajah kulit yang berjerawat, mereka juga menganggap jerawat sebagai salah satu permasalahan karena terasa sakit bahkan mengganggu penampilan sehingga menurunkan tingkat kepercayaan diri remaja tersebut. Tiga dari responden mengatakan malu jika bertemu dengan orang lain ketika wajahnya sedang mengalami jerawat. Responden juga menggunakan makser dan makeup untuk menutupi jerawat ketika mereka tidak *pede* ketempat umum dengan keadaan wajah yang sedang berjerawat. 3 dari 4 responden juga mengatakan suka merasa cemas bertemu orang banyak ketika wajahnya sedang berjerawat. Bahkan beberapa diantaranya suka membandingkan kondisi kulit wajahnya dengan orang lain karena merasa *insecure*.

Pada hasil studi awal yang telah dilakukan, didukung juga oleh beberapa penelitian terdahulu. Dalam penelitian sebelumnya yang berjudul hubungan antara jerawat (*Acne Vulgaris*) dengan citra tubuh diri remaja bahwa terdapat banyak remaja yang memiliki perasaan malu ataupun tidak percaya diri ketika mendapati wajahnya yang berjerawat dan merasa adanya perubahan mengenai citra dirinya sebab ketidaknyamanan pada wajahnya karena tidak memenuhi idealnya wajah contohnya memiliki wajah yang mulus tidak berjerawat, bermula dari permasalahan tersebut peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan citra diri

remaja dengan menguji 183 siswa dan siswi kelas X dan XI, hasilnya kebanyakan dari responden ternyata memiliki citra diri yang positif atau sebesar 50,8% dan memiliki citra diri yang negative sebesar 49,2% kemudian bias didimpulkna bahwa variable antara jerawat dengan ditra diri remaja memiliki hubungan bermakna anatra jerawat dengan citra diri remaja memiliki hubungan hal tersebut sesuai dengan nilai p-value $0,000 < 0,05$ (Norita & Malfasari, 2017).

Kemudian penelitian yang berjudul hubungan *acne vulgaris* dengan *body image* pada remaja di SMA Fajrul Islam Jakarta, yang dilakukan studi awal melalui wawancara pada 10 siswa/siswi sekolah tersebut hasilnya terdapat 8 orang mengakui malu serta merasa tidak percaya diri karena jerawat mukanya, merasa ada yang berubah terutama citra dirinya karena tidak sama dengan wajah teman sebayanya sedangkan 2 orang lagi mengatakan tidak merasa malu dan merasa biasa saja dan mengatakan jerawat tidak mempengaruhi penampilan mereka, maka kesimpulan dari studi pendahuluan tersebut peneliti melakukan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui hubungan *acne vulgaris* dengan *body image* pada remaja di SMA Fajrul Islam Jakarta, menggunakan sample responden 146 siswa/siswi kela X, XI, dan XII dengan menyimpulkan hasil bahwa terdapat hubungan antara *acne vulgaris* dengan *body image* pada remaja dengan nilai p value = 0.002 ($p < 0.05$) (Maftuh Fiiha Fakihatun, Beata Rivani, 2019).

Kemudian terdapat penelitian mengenai hubungan kecemasan dengan *acne vulgaris* yang berjudul “Hubungan Timbulnya *Acne Vulgaris* Dengan Tingat Kecemasan Pada Remaja Di SMP N 1 Likupang Timur” peneliti juga melakukan studi awal dengan metode wawancara kepada 15 siswa, dari hasil wawancara tersebut menyimpulkan siswa yang memiliki msalah jerawat akan cenderung cemas dan kurang percaya diri dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Dari hasil studi pendahuluan tersebut peneliti melakukan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui hubungan timbulnya *Acne Vulgaris* dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMP N 1 Likupang Timur.

terdapat 42 siswa memiliki kategori jerawat ringan dengan tingkat presentase 62%, tingkat sedang 19% dan tingkat berat 19%. Sebagian besar siswa mengalami jerawat ringan. Dan pada kecemasan ringan tingkat presentase sebesar 64,3%, tingkat sedang 19%, dan berat 16,7%. Sebagian siswa memiliki kecemasan pada tingkat ringan. Dan menggunakan uji Chi-Square di dapat p-value sebesar 0.000 (α 0,05) dengan menyimpulkan terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara hubungan timbulnya *acne vulgaris* dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMPN 1 Likupang Timur (Sampelan, Kundre, & Program, 2017). Oleh karena itu, berdasarkan fenomena dan hasil studi yang telah dirangkum, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Body Image* dengan Kecemasan Sosial Remaja Putri Berjerawat (*Acne Vulgaris*)”

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang penelitian maka permasalahan yang akan diteliti adalah sebagai berikut:

Apakah terdapat hubungan antara *body image* dengan kecemasan sosial remaja putri berjerawat (*acne vulgaris*)?

Tujuan Penelitian

Sesuai rumusan masalah maka tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan *body image* dengan kecemasan sosial remaja putri yang berjerawat (*acne vulgaris*).

Kegunaan Penelitian

Berikut kegunaan penelitian ini adalah:

1. Kegunaan teoritis. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi lebih dalam pengembangan ilmu psikologi terutama psikologi perkembangan, psikologi klinis, serta psikologi kesehatan mental.

2. Kegunaan Praktis. Diharapkan penelitian ini dapat berguna sebagai masukan untuk penelitian selanjutnya mengenai hubungan *body image* dengan kecemasan sosial remaja putri berjerawat. Kemudian dapat juga menjadi acuan masyarakat luas khususnya pada remaja putri yang mengalami jerawat.

