

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Sebagai makhluk sosial, berkomunikasi adalah hak asasi yang sangat penting. Dalam berkomunikasi kita bisa bebas berekspresi dalam mengutarakan sesuatu, kita juga bisa bertukar opini, pemikiran dan makna (Sen, 2015). Kita melakukan komunikasi setiap hari dengan banyak cara dan juga dengan berbagai media, salah satunya adalah penggunaan *smartphone* sebagai alat komunikasi. Munculnya *smartphone* (telepon cerdas) secara garis besar telah merubah cara kita mengakses informasi, mengalokasikan waktu dan berinteraksi dengan orang lain. Mereka dapat melakukan berbagai hal dengan menggunakan *smartphone* mulai dari mengakses artikel, rekomendasi tempat wisata, membayar tagihan, berfoto, mendengar musik idola, berbelanja, game online hingga website yang menyediakan video, komik bahkan film online yang dapat di akses secara bebas dan tanpa batasan. Selain digunakan sebagai sarana informasi, saat ini juga telah banyak di ciptakan berbagai aplikasi sosial media yang mempermudah kita melakukan komunikasi tanpa harus bertemu langsung. Semua fungsi ini telah menyederhanakan hidup secara substansial (Rotondi, Stanca, & Tomasuolo, 2017).

Saat ini pengguna *smarthphone* di dunia mencapai 5 miliar pada tahun 2017 dan akan mencapai 5,7 miliar pada tahun 2020 menurut hasil studi GSMA (GSM Association, 2017). Di Indonesia, pusat data dan penelitian digital untuk bisnis profesional (eMarketer) melaporkan pada tahun 2017 terdapat 86 juta pengguna *smartphone* dan akan mencapai 100 juta pengguna pada tahun 2018. Sehingga dianggap sangat baik untuk pertumbuhan dan perkembangan perdagangan sistem elektronik di Indonesia. Hal ini menyatakan bahwa pertumbuhan penggunaan *smartphone* akan semakin bertambah setiap tahunnya (eMarketer, 2015).

Penggunaan ponsel terutama smartphone hampir dimana-mana digunakan oleh orang dewasa dan anak-anak. Namun, orang dewasa dan anak memiliki pola penggunaan yang berbeda. Sejak beberapa tahun yang lalu, anak-anak terutama remaja sekarang membawa smartphone dengan berbagai fungsi yang memfasilitasi penggunaan fungsi yang berbeda dan lebih tinggi mulai dari mengakses internet dan mengirim pesan teks / pesan instan ke ponsel melebihi aktifitas telepon biasa (Mireku et al., 2018). APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) menyampaikan hasil survey bahwa hampir 25 juta pengguna internet di Indonesia adalah usia 10-24 tahun (anak-anak dan remaja) dan semuanya memiliki sosial media (APJII, 2016).

Sosial media dapat didefinisikan sebagai sekelompok aplikasi berbasis internet yang memungkinkan pembuatan dan pertukaran konten buatan pengguna (Primack & Escobar-Viera, 2017). Jenis sosial media seperti Instagram, Facebook, Twitter, Snapchat dan Youtube serta bentuk komunikasi yang lainnya. Media sosial sudah merambah dalam kehidupan sehari-hari pengguna internet, dan meningkatkan perkembangan smartphone hanya memperkuat fenomena ini, sehingga kedua teknologi ini makin terkait dan semakin luas terutama di kalangan remaja (Cramer & Inkster, 2017).

Menjadi seorang remaja yang mengikuti trend, tentunya mereka akan merasa tidak lengkap jika mereka tidak memiliki sosial media sendiri. Dengan banyaknya kemudahan yang diberikan sosial media membuat mereka kecanduan menggunakan smartphone dalam jangka waktu yang lama (Giunchiglia, Zeni, Gobbi, Bignotti, & Bison, 2018). Karena kecanduan menggunakan smartphone dan seringnya menggunakan media sosial akan menyebabkan terganggunya proses belajar mereka. Dan juga pola pikir mereka yang belum matang sempurna dapat membawa pengaruh negatif dari informasi yang diperoleh (Primack & Escobar-Viera, 2017).

Banyaknya hal negatif dari akses tanpa batas yaitu informasi yang berisi kekerasan, pornografi, iklan yang mempengaruhi perilaku konsumtif, bully dan sexting

yaitu tindakan mengirim SMS, foro maupun video cabul (Branley & Covey, 2018). Pengaruh negatif itu akan membuat mereka malas bersosialisasi dengan orang sekitar di dunia nyata, membuat mereka hanya mementingkan diri mereka sendiri karena tidak memikirkan lingkungan sekitar dan hanya terfokus pada internet dan sosial media. Kecanduan sosial media ini juga bisa mempengaruhi kesehatan psikologis, sebagai contoh sosial media dijadikan sebagai ajang dimana seseorang bisa mengekspresikan diri mereka dan memamerkan kegiatan sehari-hari yang mereka lakukan. Hal ini dapat memicu rasa iri pada remaja, khususnya jika ada teman yang memiliki kesuksesan yang lebih besar dari pada mereka. Sosial media juga membuat masalah psikologis berupa adanya obsesi, ambisi sehingga membuat remaja membohongi diri mereka sendiri. Banyak remaja yang yang terobsesi untuk melakukan atau mendapatkan sesuatu karena orang lain juga memilikinya di sosial media. Semua yang mereka lakukan di sosial media membuat mereka tidak sadar bahwa semua itu dapat mempengaruhi kesehatan mental mereka (Cramer & Inkster, 2017).

RSPH (Royal Society for Publik) melaporkan hasil survey mengenai efek sosial media terhadap kondisi kejiwaan remaja usia 14-24 tahun bertajuk *#Statusofmind*, dari 1500 responden menemukan pendapat mayoritas bahwa instagram merupakan media yang paling buruk dampaknya bagi kesehatan mental disusul pada urutan kedua terdapat facebook, Snapchat, Twitter, dan youtube. Mereka menganggap instagram memperparah tingkat kecemasan yang dialaminya lebih lanjut, mereka menganggap instagram menilai rendah gambaran tubuh mereka semua (Cramer & Inkster, 2017).

Instagram merupakan situs jejaring sosial yang memfokuskan aplikasinya pada pembagian foto, dan ini merupakan sosial media yang paling populer dikalangan remaja. Aplikasi yang hanya digunakan sebagai tempat berbagi foto ini meningkat dalam popularitas sejak didirikan pada tahun 2010, dengan lebih dari 500 juta

pengguna yang aktif. Tidak seperti Facebook, instagram fokus pada pembagian foto, peningkatan citra, dan hubungan timbal balik (Jackson & Luchner, 2016).

Waktu yang dihabiskan di internet dan terutama di instagram selalu terkait dengan hasil gambar tubuh untuk remaja, keterlibatan dalam aktivitas sosial media seperti berbagi foto sangat mempengaruhi citra tubuh. Hampir seluruh pengguna instagram mengekspos gambar setidaknya seminggu sekali atau lebih, biasanya dengan berselfi atau selfi kelompok (Slater, Varsani, & Diedrichs, 2017). Foto yang diposting bukan lagi foto artis atau model, tetapi juga foto mereka sendiri. Namun foto yang diunggah hanyalah foto yang menampilkan versi ideal diri mereka, hanya mengunggah foto yang menarik menurut diri mereka dengan cara mengedit menggunakan filter yang telah disediakan. Dan meskipun banyak terdapat foto dari berbagai jenis orang, umumnya mereka hanya berinteraksi dengan rekan sebaya dan perbandingan penampilan dengan rekan sebaya berpengaruh pada citra tubuh (Fardouly & Vartanian, 2016).

Citra tubuh didefinisikan sebagai posisi sikap seseorang terhadap diri fisik yang mencakup komponen penilaian, pengetahuan, dan perilaku (Ahadzadeh, Pahlevan Sharif, & Ong, 2017). Penelitian yang ada secara luas mendokumentasikan pengaruh luas yang dipancarkan media massa terhadap citra tubuh yang negatif pada orang (Ata, Thompson, & Small, 2013). Masalah citra tubuh semakin meningkat dan mempengaruhi orang dari segala umur. Kesadaran akan citra tubuh telah diamati pada anak-anak dan remaja sejak usia 8 tahun. Citra tubuh mengacu pada bagaimana seseorang merasakan, berpikir dan merasakan tentang tubuh dan penampilan mereka . Persepsi ini bisa bersifat positif atau negatif tergantung dari faktor sosiodemografi dan lingkungan (Latiff, Muhamad, & Rahman, 2018).

Ketidakpuasan selama masa remaja usia 15-18 tahun dikaitkan dengan peningkatan pengaruh negative dimana mereka merubah persepsi tentang tubuh yang diakibatkan oleh perubahan ukuran, bentuk struktur, fungsi keterbatasan, makna dan

bentuk tubuh sehingga akan menimbulkan gangguan citra tubuh (Latiff et al., 2018). Perubahan persepsi tentang tubuh berkaitan dengan tugas perkembangan remaja yaitu seorang remaja bisa belajar menerima diri sendiri, bentuk tubuh, bentuk wajah dan lain-lain. Menggunakan tubuh secara efektif yang berarti bisa merawat dan menjaganya (Monks, Knoers, & Hadinoto, 2001). Penelitian yang dilakukan oleh Wati dan Sumarmi terdapat 55,6% (20 orang) responden dalam kategori *body image* negatif dimana pada kelompok remaja *overweight* atau kelebihan berat badan dengan 72,2% (13 orang) dan *non overweight* 38,9% (7 orang) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa perubahan bentuk tubuh sangat mempengaruhi *body image* remaja (Wati & Sumarmi, 2017).

Studi pendahuluan yang penulis lakukan di SMAN 7 Pekanbaru pada bulan Maret dengan 10 orang siswa kelas X pengguna aktif instagram, 7 orang (70%) menyatakan sering mengunggah foto mereka di instagram dengan menggunakan filter atau efek karena tidak percaya diri dengan penampilan tubuh mereka, 2 orang (20%) menyatakan mengunggah foto tanpa filter namun hanya foto terbaik dan 1 orang (10%) menyatakan bahwa tidak terlalu suka mengunggah foto diri selain mengunggah foto kata-kata. Remaja pada kelas X di SMA N 7 berusia rata-rata 15-18 dimana pada tahap perkembangannya di usia ini remaja mulai belajar untuk menerima diri sendiri, bentuk tubuh, bentuk wajah dan lain-lain.

Pengaruh negatif yang dihasilkan dari instagram ini bisa berupa rasa iri dengan melihat kesempurnaan foto-foto orang yang di unggah. Sehingga mereka merasa minder pada diri mereka sendiri dan menganggap tubuh mereka tidak cukup indah. Sehingga efek-efek dan filter pada aplikasi menjadi media utama mereka saat mengunggah foto media sosial dan mengedit dan menghilangkan semua kekurangan yang mereka anggap akan menjadi bahan ledakan sehingga menghasilkan foto yang sangat sempurna sesuai dengan keinginan mereka. Namun, ada juga remaja yang menggunakan instagram dengan mengunggah foto tanpa menggunakan filter karena

mereka percaya diri. Berdasarkan latar belakang maka penelitian ini mengambil judul “Hubungan Penggunaan Instagram Terhadap Body Image Pada Remaja di SMA Negeri 7 Pekanbaru”.

B. RUMUSAN MASALAH

Pada umumnya, remaja usia 15-18 menginginkan bentuk tubuh yang ideal sesuai dengan standar dirinya sendiri. Dan keinginan itu juga berlaku jika mereka memposting foto mereka di sosial media terutama instagram, mereka ingin orang lain diluar sana juga melihat mereka sebagai sosok yang sempurna dengan bentuk tubuh ideal dan menjadi dambaan setia remaja. Sehingga mereka harus menggunakan filter-filter yang sudah disediakan di instagram untuk mengedit sedemikian rupa tubuh mereka. Fenomena-fenomena itulah yang membuat peneliti tertarik untuk mengetahui apakah ada hubungan penggunaan instagram terhadap *body image* pada remaja di SMAN 7 Pekanbaru.

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan pada penggunaan Instagram terhadap *body image* pada remaja di SMAN 7 Pekanbaru.

2. Tujuan Khusus

1. Untuk Mengidentifikasi gambaran *body Image* pada remaja di SMA Negeri 7 Pekanbaru
2. Untuk mengidentifikasi penggunaan instagram pada remaja SMA Negeri 7 Pekanbaru
3. Untuk mengidentifikasi hubungan penggunaan instagram terhadap *body image* remaja di SMA Negeri 7 Pekanbaru

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Remaja

Memberikan masukan kepada kelompok usia remaja tentang pengetahuan dan sikap dalam memandang *body image* secara positif sehingga tidak menimbulkan rasa iri. Terutama kepada pengguna media sosial agar bisa memilah cara terbaik dalam penggunaannya.

2. Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi tempat penelitian dalam hal ini guru sebagai pendidik untuk pemberi informasi dan pengetahuan tentang kesehatan mental yang juga bisa dipengaruhi oleh penggunaan media sosial.

3. Peneliti Lanjutan

Penelitian ini diharapkan sebagai pertimbangan dan pengembangan penelitian tentang hubungan penggunaan instagram terhadap *body image* dan digunakan untuk penelitian dengan variabel yang berbeda.