

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Dalam masyarakat yang telah maju dan berkembang terdapat kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan situasi dan kondisi yang ada. Masyarakat hidup berkelompok dan mereka saling mengadakan hubungan satu sama lain sebagai anggota keluarga, penduduk, sebagai warga masyarakat, atau bahkan sebagai warga negara dari suatu bangsa. Meskipun mereka kadang-kadang tidak menyadari bahwa mereka adalah anggota dari suatu kelompok atau masyarakat, namun setidaknya manusia berpikir dan bertindak dengan cara-cara yang telah ditentukan oleh kelompok atau masyarakat mereka. Itulah sebabnya cara hidup mereka, kepercayaan dan norma-norma, dan adat istiadat yang mereka anut banyak dipengaruhi oleh keanggotaan mereka di dalam golongan atau masyarakat.

Salah satu kelompok dalam masyarakat yang mempunyai kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan situasi dan kondisi yang ada pada masyarakat adalah kelompok remaja. Remaja mempunyai tugas untuk bertindak sesuai dengan norma dan adat-istiadat yang dianut oleh masyarakat sekitarnya agar dapat diterima oleh lingkungannya.

↓ Masa remaja merupakan suatu periode yang unik dan menarik untuk dipantau, karena merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke dewasa.



(Hurlock, 1973, h. 79). Remaja merupakan sosok gambaran masa transisi akan kehidupan masa kanak-kanak yang penuh ketergantungan dan masa dewasa yang mandiri. Mappiare (1982, h. 27) memberikan batasan usia remaja secara umum, yaitu diawali pada saat individu berusia 12 tahun dan akan berakhir pada usia 22 tahun. Berkaitan dengan batasan usia tersebut, Mappiare (1982, h. 92) juga menyebutkan ada beberapa hal yang perlu diperhatikan, yaitu masa remaja merupakan masa yang kritis bagi pembentukan kepribadian dan penerimaan diri, serta penghargaan secara baik dari lingkungan akan mendasari terciptanya pribadi yang sehat, citra diri yang positif dan rasa percaya diri.

✓ Remaja seringkali membandingkan dengan teman-temannya mengenai kekurangan maupun kelebihan. Remaja yang memiliki berat badan di atas normal atau mengalami obesitas akan merasa berbeda dengan teman-temannya dan merasa bahwa dirinya mempunyai banyak kekurangan. Menurut Steinberg (1993, h. 455) menjadi gemuk dapat menjadi sumber rasa malu bagi remaja, yang biasanya sangat khawatir terhadap penampilan. Pomerantz (dikutip Gullota, Adams, dan Montemajor, 1990, h. 76) dalam penelitiannya pada remaja putri menemukan bahwa ada hubungan yang kuat antara harga diri dan kepuasan diri pada tubuh pada remaja putri, tetapi tidak pada remaja putra.

Penyebab dari obesitas sangat kompleks dan sulit dimengerti (Martin dan Pear, 1992, h. 21). Beberapa literatur menunjukkan beberapa faktor

penyebab terjadinya obesitas adalah faktor genetik, psikologis, fisiologi, budaya, maupun faktor-faktor lainnya. Pada dasarnya obesitas disebabkan karena kalori yang masuk dalam tubuh tidak seimbang dengan kalori yang dikeluarkan. Kelebihan kalori yang tersimpan dalam tubuh akan diubah menjadi lemak yang akan menimbulkan obesitas.

Obesitas bagi remaja putri sangat merisaukan karena penampilan tubuh menjadi tidak proporsional lagi. Biasanya remaja putri diliputi rasa cemas bila mengalami obesitas. Kecemasan yang terjadi dikarenakan terlalu seringnya kaum remaja putri diberikan suatu gambaran bahwa wanita harus bertubuh seksi dan langsing. Gambaran masyarakat mengenai tubuh wanita yang ideal ini secara tidak langsung akan mempengaruhi kepercayaan diri pada remaja putri terhadap lingkungan sosialnya. Hal ini akan mempengaruhi kemampuan sosialnya.

Kemampuan sosial merupakan suatu proses yang membantu individu melalui belajar dan menyesuaikan diri, bagaimana cara hidup dan cara berpikir kelompoknya, agar dapat berperan dan berfungsi dalam kelompoknya. Secara luas kemampuan sosial diartikan sebagai suatu proses dimana warga masyarakat dididik agar mampu mengenal, memahami, mentaati, dan menghormati norma-norma dan nilai-nilai yang berlaku di dalam masyarakat (Buchler, dikutip Astrid, 1983, h. 10) Sedangkan Munandar (dikutip Kunti, 1996, h. 7) mengatakan bahwa kemampuan sosial merupakan dasar bagi setiap manusia dalam mencapai tujuan bersama dan

sebagai proses untuk membantu individu melalui belajar dan menyesuaikan diri bagaimana cara berfikir agar dapat berperan serta berfungsi dalam kelompoknya.

Kemampuan sosial merupakan suatu proses dimana manusia mempelajari tata cara kehidupan dalam masyarakatnya, untuk memperoleh kepribadian dan membangun kapasitas untuk berfungsi baik sebagai individu maupun sebagai anggota kelompok. Melalui sosialisasi manusia belajar mengamati dirinya sendiri dalam kedudukannya terpisah dari orang-orang atau benda-benda lain. Individu memiliki identitasnya sendiri, dan orang lain memberikan tanggapan terhadapnya. Selain itu dengan proses sosialisasi seseorang belajar mengendalikan diri, diberikan nilai-nilai kemasyarakatan, bertingkah laku selaras dengan norma atau prinsip kebudayaan mereka dan belajar memperoleh ketrampilan untuk memelihara diri dan berfungsi secara ekonomis (Cohen, 1983, h. 98).

Kemampuan sosial itu sangat penting bagi remaja, karena remaja sebagai individu dituntut untuk dapat mengatasi dan menyesuaikan diri dengan menggunakan potensi-potensi yang ada pada dirinya agar dapat ikut ambil bagian sehingga mendapat tempat yang layak di dalam masyarakat. Hal ini tidak menjadi masalah bagi remaja yang mempunyai banyak potensi untuk dapat bersosialisasi maupun bekerjasama dengan individu lain di berbagai bidang, namun akan menjadi masalah bagi remaja yang merasa dirinya mempunyai banyak kekurangan, khususnya bagi remaja obesitas. Ketidak

sempurnaan fisik akibat obesitas membuat remaja kurang dapat menerima diri dan menjadikannya rendah diri dalam pergaulan. Rasa rendah diri dan kurang dapat menerima keadaan diri mengakibatkan remaja mengalami hambatan dalam bersosialisasi. ⁸

Berkaitan dengan kemampuan sosial adalah dukungan sosial. Menurut Taylor (1991, h. 56) dukungan sosial adalah informasi yang diperoleh dari orang lain sehingga seseorang merasa dicintai, diperhatikan, dihargai, berharga, dan menjadi bagian dari kelompok. Selanjutnya Taylor juga mengemukakan bahwa dalam keadaan tertekan individu berusaha mencoba memecahkan masalahnya dengan bantuan dari teman-teman dan keluarganya. Adanya dukungan dari teman-teman dan keluarga dapat menentramkan perasaan individu, sehingga individu merasa berharga dan disayang orang lain. Sedangkan Sarafino (dikutip Smet, 1994, h. 136) berpendapat bahwa dukungan sosial dapat mengarah kepada perasaan nyaman, diperhatikan, dihargai, atau bantuan yang didapat seseorang dari orang lain maupun dari kelompok. Individu yang merasakan adanya dukungan sosial akan lebih sehat fisik dan mentalnya dibandingkan dengan individu yang merasa tidak memiliki dukungan sosial.

Suatu kelompok masyarakat yang ingin bersosialisasi membutuhkan adanya dukungan sosial, terlebih bagi remaja obesitas. Perhatian yang sangat besar terhadap fisik merupakan salah satu penunjang bagi suksesnya

kemampuan sosialisasi remaja dengan lingkungannya, sehingga remaja sering menghabiskan waktunya untuk membentuk penampilan diri yang ideal.

Penampilan diri dapat menjadi hal yang mengganggu remaja dalam bersosialisasi. Dampak psikologis dari obesitas dapat menyebabkan mereka seringkali mendapat julukan tertentu dari teman-teman sebayanya, sehingga cenderung canggung dalam pergaulan, takut untuk mengembangkan potensi dalam dirinya serta mengucilkan diri dari lingkungannya karena mereka merasa berbeda dari orang lain.

Berdasarkan hal tersebut di atas penulis ingin mengetahui apakah ada hubungan antara kemampuan sosial dengan dukungan sosial pada remaja obesitas khususnya remaja putri, karena remaja putri cenderung lebih memperhatikan penampilannya daripada remaja putra.

B. Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kemampuan sosial pada remaja putri obesitas.

C. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat berupa :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah dalam bidang psikologi, khususnya bidang Psikologi Sosial.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi remaja putri obesitas agar dapat memanfaatkan dukungan sosial untuk meningkatkan kemampuan sosialnya.

