

BAB I. PENDAHULUAN

I.1. Latar Belakang Masalah

Penampilan merupakan salah satu hal penting yang diperhatikan oleh semua orang. Dengan berpenampilan yang baik rasa percaya diripun pasti semakin meningkat dan dari situlah orang lain akan bisa melihat betapa seseorang menghargai dirinya sendiri sepenuhnya. Seseorang akan terlihat menarik hanya dengan memperhatikan penampilannya sendiri. Salah satu penampilan fisik yang sangat berdampak baik buruknya seseorang adalah proporsi tubuh. Memiliki tubuh ideal adalah harapan seluruh wanita. Saat ini tubuh kurus sebagai syarat mutlak kecantikan. Kondisi ini membuat masyarakat khususnya para remaja wanita mudah terpengaruh menempuh cara ekstrim untuk menurunkan berat badannya hingga mengalami Anoreksia. Anoreksia adalah salah satu gangguan kesehatan dimana pengidapnya terobsesi untuk memiliki tubuh kurus dan merasa takut terlihat gemuk. Penderita Anoreksia akan tetap membatasi porsi makannya seminimal mungkin dan berolahraga secara berlebihan.

Standar kecantikan di Indonesia dapat menjadi dasar dari tumbuhnya penyakit Anoreksia yang sudah dikatakan tidak sehat karena hanya memikirkan penampilan tanpa tau adanya dampak yang didapat sehingga menimbulkan persepsi yang salah. Persepsi cantik harus kurus sebagai standar kecantikan di Indonesia sudah tertanam di dalam otak setiap masyarakat terutama wanita. Hal ini diperkuat oleh seorang akademisi menurut Nazarudin (2022) bahwa standar kecantikan bagi wanita Indonesia adalah kurus, langsing, putih dan selalu menjaga penampilan. Faktor yang memperkuat persepsi masyarakat terhadap standar kecantikan adalah salah satunya dari media yang digunakan seperti televisi, majalah dan sosial media contohnya *idol*, *influencer* dan *public figure* yang dijadikan sebagai patokan dalam *image* cantik.

Akibat persepsi cantik dari masyarakat tersebut banyak sekali siswi remaja wanita yang mendapat kritikan mengenai berat badan oleh teman sebayanya. Hal ini dapat membuat remaja wanita tersebut menimbulkan persepsi negatif terhadap citra tubuhnya. Sehingga remaja wanita cenderung akan melakukan berbagai usaha untuk mengontrol berat dan bentuk tubuhnya yang dapat menyebabkan terjadinya

Anoreksia. Pernyataan tersebut diperkuat oleh penelitian Kurnianingsih (2009) menunjukkan bahwa sebesar 33,2% responden mengungkapkan bahwa mereka sering mendapatkan kritik mengenai berat badan dari teman sebayanya. Hal tersebut biasanya terjadi di kalangan sekolah remaja SMA karena masa tersebut masa dimana akan sadar dengan penampilannya. Pernyataan diatas diperkuat kembali oleh penelitian Taftiani T (2018) yang menunjukkan bahwa di Indonesia telah menemukan prevalensi Anoreksia di kalangan siswi remaja SMA di Indonesia yaitu sebesar 11,6% dengan faktor risikonya termasuk ketidak puasan tubuh, citra tubuh yang negatif dan tekanan sosial. Terdapat juga penelitian Kurnia (2008) menyebutkan sebanyak 88.5% remaja memiliki kecenderungan perilaku makan menyimpang dengan spesifikasi 11.8% cenderung Anoreksia.

Standar Ideal terhadap kecantikan diatas dapat membentuk citra tubuh negatif di masyarakat. Penekanan dan penerimaan diri dari norma sosial yang salah tersebut dapat memicu terjadinya ejekan dan penolakan dari lingkungannya. Sehingga menurunkan rasa percaya diri yang rendah tentunya akan berakhir pada Anoreksia. Menurut Birra (2016) tercatat kasus sebanyak 37% korban mengalami penurunan kepercayaan diri, hingga 20% mengalami Anoreksia. Akibatnya, dengan adanya persepsi salah mengenai cantik ini akan membentuk sebuah tekanan agar diterima oleh lingkungan sekitar. Tekanan sosial yang diterimanya akan mempengaruhi pola pikir remaja tersebut terhadap bentuk tubuhnya yang akan mengarah pada kecenderungan Anoreksia.

Penyakit Anoreksia tidak dapat dianggap sepele karena gangguan makan ini akan berkontribusi sebabkan kematian yang tinggi. Oleh sebab itu perlu adanya tindakan mengajak kepada masyarakat untuk memiliki persepsi diri yang baik terhadap tubuhnya agar dapat mencegah terjadinya Anoreksia.

I.2 Identifikasi Masalah

Dari uraian di atas maka dapat diidentifikasi masalah – masalah sebagai berikut:

- Adanya persepsi cantik itu kurus di masyarakat membuat orang ketakutan untuk makan terlalu banyak sehingga dapat menimbulkan penyakit Anoreksia.
- Pengaruh lingkungan sosial yang selalu mengkritik tubuh seseorang dapat menimbulkan persepsi tubuh yang salah sehingga mengakibatkan Anoreksia
- Munculnya kritikan secara fisik di Indonesia yang mengakibatkan penurunan kepercayaan diri sehingga penderita tidak ingin makan atau diet ketat dan menyebabkan Anoreksia.

I.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dibuat rumusan masalah yaitu, Bagaimana caranya agar mengajak masyarakat untuk dapat membentuk persepsi diri yang positif terhadap tubuhnya supaya dapat mencegah terjadinya Anoreksia?

I.4 Batasan Masalah

Pembatasan masalah ini dilakukan agar memudahkan dalam pembahasan sehingga dapat lebih fokus dan terarah untuk mencapai tujuan perancangan. Berikut beberapa batasan masalah.

- **Batasan Subjek**
Luas lingkup dibatasi hanya kalangan remaja menuju dewasa dan statusnya sebagai pelajar. Menurut National Association of Anorexia Nervosa and Associated Disorders, kasus gangguan makan didominasi oleh perempuan dengan rentang usia 16-25 tahun.
- **Batasan Objek**
Batasan objek ini adalah sebuah tindakan yang mengacu dan mengarah pada persepsi diri yang negatif pada tubuhnya yang dapat menyebabkan terjadinya gangguan makan Anoreksia.
- **Batasan tempat dan waktu**
Pada batasan tempat dilakukan secara nasional tapi untuk studi kasusnya berada di Kota Bandung, pemilihan Kota Bandung karena Bandung berada di Kota pusat Jawa Barat yang memiliki jumlah populasi remaja (Generasi Z) yang

paling dominan daripada kota atau wilayah lainnya sebanyak 199,553 jiwa penduduk menurut data BPS (Badan Pusat Statitiska) Bandung,

I.5 Tujuan dan Manfaat Perancangan

I.5.1 Tujuan Perancangan

Mengubah perilaku masyarakat akan pentingnya memiliki persepsi citra tubuh yang positif untuk melakukan pencegahan terjadinya Anoreksia.

I.5.2 Manfaat Perancangan

Manfaat Perancangan ini diharapkan masuk kedalam dua aspek

1. Manfaat bagi keilmuan

Manfaat perancangan kampanye bagi keilmuan yaitu memberikan ide ataupun inspirasi mengenai perancangan kampanye sosial tentang pentingnya memiliki citra tubuh yang positif untuk mencegah terjadinya gangguan makan Anoreksia pada remaja wanita.

2. Manfaat bagi masyarakat

Manfaat perancangan kampanye bagi masyarakat yaitu menurunkan tingkat penderita Anoreksia di masyarakat dengan merubah pola pikir tentang persepsi tubuh yang negatif.