

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Penggunaan Instagram merupakan salah satu aktivitas populer di berbagai kalangan, termasuk remaja. *Platform* ini sering digunakan dengan durasi yang bervariasi oleh penggunanya (Wirmando et al., 2021). Remaja kerap merasa khawatir dan cemas terhadap penampilan, sehingga lebih memperhatikan bentuk tubuh pengguna. Kebiasaan membandingkan diri dengan hal-hal yang dianggap menarik di media sosial sering kali mendorong upaya untuk mengubah penampilan agar sesuai dengan standar tersebut. Namun, hal ini dapat memicu permasalahan mental terkait *body image* pada remaja (Zahra & Shanti, 2021).

Media sosial seperti Instagram sering dihubungkan dengan masalah citra tubuh pada remaja. Paparan terhadap konten yang menampilkan standar ideal, seperti tubuh yang sempurna atau gaya hidup glamor, sering kali mendorong perasaan kurang percaya diri, kecemasan, hingga gangguan makan dan depresi (Yunus, 2020). Penggunaan Instagram di kalangan remaja sering kali membuat pengguna lebih fokus pada penampilan fisik dan membandingkannya dengan standar penampilan ideal yang ditampilkan di *platform* tersebut, yang pada akhirnya dapat memicu ketidakpuasan terhadap tubuh sendiri (Candra & Novianty, 2022). Menggunakan Instagram selama 10 menit dapat memicu mood negative dan kecendrungan membandingkan diri dengan foto yang di lihat (Fardouly et al 2017). *Platform* media sosial ingtagram tidak hanya digunakan untuk membagikan foto, tetapi juga dapat menjadi sarana kreativitas dari akun yang terdapat pada Instagram, mampu berbagi pengalaman serta menelusuri informasi terbaru. Di Instagram, pengguna juga dapat menemukan penerangan mengenai produk dari toko online. (Karimuddin, 2016).

Menurut survey Asosiasi Penyelenggaran Jasa Internet Indonesia (APJII) bahwa instagram merupakan salah satu media sosial yang paling sering di akses ditahun 2024, Usai penggunaan instagram merupakan Gen Z kelahiran >2013 atau yang berusia kurang lebih dari 12 tahun keatas dengan prevalensi 51,90% (APJII, 2024). Sebanyak 42,8% remaja di Indonesia mengaku tidak puas dengan bentuk tubuh mereka. Selain itu, 36,5% remaja juga melaporkan ketidakpuasan terhadap berat badan (Balitbangkes RI, 2018). Remaja dikota Malang usia dewasa awal (18–25 tahun) menunjukkan adanya hubungan positif antara ketidakpuasan tubuh dengan penerimaan diri yang artinya bahwa remaja memiliki ketidak penerimaan terhadap bentuk tubuh mereka (Khoiriyah, 2019).

Media sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan citra tubuh pada remaja yang meliputi konsep diri, interaksi sosial, dan pengalaman traumatis sebelumnya (Shanti et al., 2022). Fenomena remaja yang terpengaruh oleh citra tubuh di media sosial sering kali menimbulkan pandangan negatif terhadap penggunaan Instagram seperti salah satu SMA Nasional kota malang terdapat hubungan citra tubuh dan identitas dari pada anak Perempuan usia 16 – 18 tahun *body image* pada remaja perlu diperhatikan karena persepsi *body image* yang kurang presisi akan dikaitkan dengan pembelaan diri pada remaja (Agustiningsih et al., 2020). Partisipasi aktif di Instagram dengan teman sebaya dapat meningkatkan potensi ketidakpuasan terhadap tubuh, khususnya pada remaja, akibat perbandingan penampilan yang sering terjadi di platform instagram telah menjadi salah satu faktor utama yang memengaruhi citra tubuh pada remaja. Saat ini, Instagram menjadi salah satu aplikasi media sosial yang paling populer di kalangan remaja (Febriani & Rahmasari, 2022). Berdasarkan data Sosial Demographic Napoleoncat tahun 2021, pengguna Instagram didominasi oleh remaja berusia 18–25 tahun. Instagram tidak hanya berfungsi sebagai platform untuk membagikan foto, tetapi juga menjadi sarana kreativitas

bagi para pengguna. Melalui akun-akun di Instagram, pengguna dapat berbagi pengalaman dan mengakses informasi terkini (Zein, 2019).

Body image dapat menimbulkan kecemasan pada remaja, terutama terkait dengan postur tubuh yang tidak sesuai dengan harapan remaja. Hambatan yang sering dialami remaja adalah perasaan bahwa tubuh sudah ideal, namun remaja merasa terganggu dengan masalah kulit, seperti jerawat. Riset yang dilakukan oleh Maurilla et al. (2020) juga mengungkapkan bahwa remaja berusia 17-22 tahun menyatakan ketidakpuasan terhadap tubuh, mengakibatkan persepsi negatif terhadap kesehatan mental remaja.

Penelitian terdahulu mengenai penggunaan Instagram dan kaitannya dengan *body image* pada remaja menunjukkan hasil yang beragam. Beberapa penelitian menemukan bahwa penggunaan Instagram dapat memberikan dampak ganda, yaitu pembentukan citra tubuh positif dan negatif (Putri Resti, 2024). Senada dengan hal tersebut, Mawardani et al. (2023) dalam penelitiannya di Kota Makassar menemukan korelasi positif antara penggunaan filter Instagram dengan citra tubuh remaja putri dewasa awal. Artinya, semakin sering remaja putri menggunakan filter Instagram, semakin positif pula citra tubuh yang dirasakan (Mawardani et al., 2023). Namun, temuan yang berbeda dilaporkan oleh Aristantya & Helmi (2019). Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan Instagram tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap citra tubuh remaja (Aristantya & Helmi, 2019).

Berdasarkan temuan awal hasil wawancara dengan 15 siswa/siswi SMAN 9 Malang, diketahui bahwa semua responden aktif menggunakan Instagram terbukti dengan adanya akun Instagram yang mereka tunjukkan. Dari wawancara tersebut, 13 siswa/siswi mengungkapkan bahwa remaja menggunakan Instagram beberapa kali dalam sehari, dengan durasi penggunaan yang cukup lama lebih dari 2 jam. Aktivitas yang sering dilakukan oleh siswa/siswi adalah menonton video *reels*

yang tersedia di Instagram. Selain itu, ditemukan bahwa 9 dari 15 siswa/siswi terkadang memiliki rasa minder, malu pada diri sendiri akibat dikarnakan tidak mengikuti tren yang berada pada *platform* tersebut. Hal ini diperkuat dengan pernyataan seorang guru yang menyebutkan adanya banyak laporan dari siswa/siswi terkait rasa kurang percaya diri saat presentasi hal ini sangat berpengaruh terhadap Kesehatan mental yang berkaitan dengan *body image*. Berdasarkan studi pendahuluan tersebut diatas, penulis ingin melakukan pengembangan penelitian dengan fokus pada judul “Hubungan Penggunaan Instagram Dengan *Body Image* Pada Remaja Di SMA Negeri 9 Kota Malang” Peneliti ingin meneliti judul tersebut karena sesuai dengan masalah yang berada pada penjelasan diatas.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara penggunaan *instagram* dengan *body image* pada remaja SMAN 9 Malang?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Mengidentifikasi penggunaan *instagram* pada remaja SMAN 9 Malang?
2. Mengidentifikasi *body image* pada remaja SMAN 9 Malang.?
3. Menganalisis Hubungan kedua variabel yaitu Penggunaan *Instagram* Dengan *Body Image* Pada *image* pada Remaja di SMAN 9 Malang?

1.4 Manfaat Penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat mengalokasikan efek baik secara teoritis maupun praktis :

1.4.1. Manfaat Teoritis

Menyalurkan pemikiran bagi perkembangan ilmu psikologi mengenai penggunaan instagram dan body image pada pera remaja, karena dapat mengexplor diri ke kalangan halayak dengan positif, memiliki percaya diri

1.4.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini merupakan sebagai pengevaluasian bagi para remaja mengingat bahwa penguna instagram paling banyak adalah dikalangan remaja.

1. Keperawatan

Penelitian ini membantu perawat memahami dampak media sosial terhadap citra tubuh remaja, mendukung edukasi kesehatan mental, dan menjadi dasar pendekatan holistik dalam mengatasi masalah *body image*.

2. Keperawatan Jiwa

Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi dampak Instagram pada citra tubuh remaja, mendeteksi masalah kesehatan mental dan pengembangan keperawatan jiwa. Fokusnya pada mengidentifikasi dan deteksi dini masalah *body image* pada remaja.

3. Mahasiswa

Hasil dari penelitian tersebut akan menjadi bahan pengetahuan untuk meningkatkan perilaku dan sikap dalam penggunaan Instagram terhadap perubahan bentuk tubuh yaitu *body image* pada remaja.

4. Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mampu menyajikan informasi kepada pihak sekolah terkait dengan Penggunaan Instagram Dengan *Body Image* Pada remaja SMA Negeri 9 Kota Malang. Diharapkan dapat berdampak baik bagi sekolah dalam menghadapi fenomena yang terjadi tersebut.

5. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai landasan penelitian selanjutnya, sebagai sumber pendidikan dan berfungsi sebagai alat untuk pembelajaran, khususnya di kalangan Remaja.

