

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia adalah makhluk yang tidak pernah merasa puas, selalu saja ada bagian dari tubuh sendiri yang tidak di sukai. Mulai dari hidung pesek, pipi tembem, alis tebal, badan kurus, terlalu gemuk, dan sebagainya. Bahkan pada saat individu melihat penampilan orang lain yang lebih cantik darinya mereka sering kali merasa iri. Hal ini yang mendorong wanita untuk berfikir bagaimana menjadi seperti mereka. Beberapa orang memilih melakukan hal-hal seperti menggunakan kosmetik, pergi ke salon kecantikan, dan yang paling ekstrem adalah melukan operasi plastik. Seperti Kristina rei yang terobsesi dengan tokoh kartun, bibir wanita ini justru terlihat “dower” setelah melakukan oplas berkali-kali. Akibat bibirnya sekarang kelewat tebal alias “dower” membuatnya menjadi obyek olok-an (Ungkai, 2017)

Persepsi tentang butuh ideal biasanya dikaitkan dengan keadaan bentuk tubuh dan kulit wajah wanita lain yang dianggap lebih ideal. Semakin wanita membandingkan dirinya dengan wanita lain, maka akan menimbulkan rasa cemas di dalam dirinya sehingga merasa tidak menarik. Lalu merasa ukuran atau bentuk tubuhnya sendiri menjadi penyebab kegagalan personal. (Destriyana, 2013).

Hasil wawancara singkat dengan 5 mahasiswi Psikologi, di peroleh fakta bahwa 4 dari 5 mahasiswi mengatakan bahwa mereka merasa belum sesuai dengan kulit wajah yang mereka inginkan karena beberapa di antara mereka merasa bahwa kulitnya kusam, terdapat bekas jerawat tekstur kulit yang terlalu kering dan masih nimbunya jerawat-jerawat kecil di wajah yang bermunculan. Padahal mereka sudah melakukan beberapa treatment berupa sunblock, *moisturezer* dan masker wajah. Yang bertujuan untuk membuat bagian-bagian tersebut menjadi kulit wajah yang mereka inginkan. Selanjutnya 3 dari 5 mahasiswi merasa bahwa berat badan dan tinggi tubuhnya belum sesuai dengan apa yang mereka harapkan, sehingga terlintas di fikiran subjek untuk

menjadi wanita cantik versi mereka yang berbadan tinggi, putih, mempunyai kulit wajah yang lembab dan kurus karna wanita seperti itu di anggap lebih di hargai.

Bentuk tubuh atau berat badan dan kondisi kulit pada wajah merupakan persoalan wanita yang paling sering di sorot oleh masyarakat. Peran masyarakat dan media membawa pengaruh besar dalam mendorong seseorang untuk sangat peduli pada penampilanya. Hal tersebut mempunyai pengaruh yang sangat besar untuk melihat dirinya dan menentukan bagaimana seseorang untuk menilai dirinya secara positif atau negative. Maka dari itu wanita memiliki perhatian yang besar terhadap penampilan fisik mereka. Oleh karena itu banyak dari mereka yang membandingkan penampilan fisik, khususnya tubuh mereka dengan bentuk tubuh wanita lain yang lebih menarik (Destriyana, 2013).

Menurut Hurlock (1980) mereka yang tergolong dewasa muda (*young adulthood*) ialah mereka yang berusia 18-40 tahun. Penampilan ketika sudah menjadi dewasa, khususnya pada dewasa awal. Selama masa dewasa, perubahan-perubahan fisik dan psikologis terjadi pada waktu-waktu seperti masa kanak-kanak dan masa remaja, yang juga mencakup periode yang cukup lama – saat terjadinya perubahan-perubahan fisik dan psikologis tertentu, masa dewasa biasanya dibagi berdasarkan periode yang menunjuk pada perubahan-perubahan tersebut, bersama dengan masalah-masalah penyesuaian diri dan tekanan-tekanan berdaya sarta harapan-harapan yang timbul akibat perubahan tersebut.

Wanita yang telah belajar untuk menerima perubahan-perubahan fisik dan telah tahu pula memanfaatkannya. Meskipun mungkin penampilannya tidak seperti yang diharapkan, namun jika seseorang sudah menyadari kekurangan dirinya dan tidak dapat menghapus kekurangannya tetapi dapat berusaha untuk memperbaiki penampilannya. Maka akan menimbulkan harga diri, niat mereka terhadap kecantikan, diet, dan olahraga. Maka dari itu penampilan yang menarik membuat kebahagiaan, kemudahan pergaulan, keberanian diri, kemudahan berteman dan faktor yang berhubungan dengan satu sama lainnya dan penampilan fisik menarik menjadi dasar segalanya. Wanita menyadari bahwa penampilan fisik menunjang untuk membantu statusnya dalam

bidang bisnis maupun dalam perkawinan. Karena zaman sekarang, penampilan fisik yang menarik sering dipandang lebih penting dari kecerdasan dan pendidikan dalam menjalin suatu hubungan (berpacaran atau perkawinan) dan sangat penting untuk mencapai status sosial yang lebih tinggi. (Hurlock, 1980).

Menurut Santrock (2012) Penelitian yang kompleks mengenai peran ketertarikan fisik menemukan adanya perubahan standar mengenai apa yang dianggap menarik. Tetapi kriteria untuk kecantikan itu sendiri dapat berbeda-beda karena individu biasanya mencari seseorang yang sesuai dengan level individu dalam ketertarikan terhadap karakteristik fisik maupun atribut sosial.

Hasil wawancara yang peneliti dapatkan dari 5 subjek, bahwa masing-masing dari mereka memiliki *role model* yang mereka anggap individu tersebut menarik. Seperti subjek D dan DL mempunyai ketertarikan dengan salah satu artis di ibu kota yaitu Nagita Slavina. Menurut subjek D, Nagita dianggap berbeda dengan selebritis lainnya karna mempunyai kecantikan yang alami. Tetapi menurut DL Nagita Slavina bisa terlihat cantik karna banyak uang, yang bisa membuat nagita melakukan perawatan, lalu menurut DL jika Nagita orang biasa seperti dirinya, Nagita juga pasti akan terlihat sama dengan DL. Selanjutnya menurut subjek W, ia mempunyai ketertarikan dengan Agnes Mo, dengan melihat di akun jejaring sosialnya (instagram) karena cara berdandannya yang unik. Subjekpun suka berandai seperti Agnes Mo, karna menurutnya Agnes Mo cantik, badannya ideal dan bisa punya banyak teman. Lalu subjek B, subjek tertarik dengan artis Luna Maya, subjek memfollow akun instagram artis tersebut untuk mengikuti kegiatannya. Menurut subjek B, Luna Maya ini mempunyai fisik yang nyaris sempurna yang banyak di impikan banyak wanita, gaya berpakaian yang khas, mempunyai kisah hidup yang sangat menginspirasi juga membuat Luna Maya ini terlihat lebih cantik menurut B. B juga suka membeli produk yang Luna Maya pakai saat artis tersebut mempromosikan atau *meriview* produk kecantikan, tetapi selama harganya masih terjangkau. Terakhir menurut subjek L, subjek tertarik dengan seorang *beauty vlogger* bernama Devienna. L suka membuat chanel youtube *beauty vlogger* tersebut. Maka dari itu L menyukai gaya make upnya

yang menurutnya selalu bagus, meskipun menurut L *beauty vlogger* tersebut tanpa berdandanpun sudah terlihat cantik. Subjek L suka membeli masker yang di rekomendasi oleh Devienna apa lagi saat tau produk tersebut memang bagus dan *beauty vlogger* tersebut juga meriviewnya, subjek L langsung merasa percaya saja dengan produk tersebut.

Akibat mulai munculnya kebutuhan untuk tampil cantik di hadapan orang lain wanita yang bertubuh ideal, dapat semakin meningkatkan keinginan para wanita untuk terus berusaha memiliki tubuh yang sempurna. Tetapi tidak semua wanita di lahirkan dalam kondisi yang ideal. (Yuanita & Sukamto, 2013).

Wanita yang menerima apa adanya bentuk tubuhnya adalah orang memiliki *body image* positif. Orang-orang yang memiliki *body image* positif paham bahwa satu bagian dari tubuhnya tidak sama bentuknya seperti orang lain pada umumnya. Namun, mereka dapat menerima, menghargai, bahkan mencintai perbedaan bentuk tubuh tersebut. Namun orang yang memiliki *body image negative* mereka cenderung membanding-bandingkan bentuk tubuhnya, merasa cemas dengan bentuk tubuhnya dan merasa tidak puas. (Krisna, 2014).

Berdasarkan survey yang di lakukan pada situs Refinery 29 kepada 1100 responden yang berusia 18-54 tahun. Pembahasan mengenai apa yang mereka rasakan mengenai tubuhnya. “Terdapat 54% dari 1000 responden wanita yang ikut menyatakan bahagia dengan bentuk tubuh yang mereka miliki. Seperti mata, kaki, rambut, dan bibir. Sedangkan 32% merasa cukup bahagia dengan bentuk tubuhnya, 12% lainnya tidak bahagia sama sekali, dan hanya 2% yang menyatakan sangat bahagia dengan bentuk mereka. Saat di berikan pertanyaan mengenai kepuasan terhadap bentuk tubuhnya, hanya 21% yang merasa cukup puas, 24% kadang-kadang merasa puas, dan 32% lainnya menyatakan tergantung situasi”. Berdasarkan survey tersebut bisa di tarik sebuah kesimpulan bahwa memang tidak ada satu orangpun yang bisa merasa selalu puas dan bahagia dengan bentuk tubuhnya. Ada kalanya kita merasa tidak nyaman, tidak aman, dan selalu ada yang kurang dengan bentuk yang akan terus menerus berubah dari hari ke hari, tahun ke tahun, bahkan dari jam ke jam. Namun, jangan

biarkan gambaran bentuk tubuh ideal pada umumnya, membuat tidak bebas untuk melakukan apapun yang di inginkan. (Wibowo, 2018)

Wanita yang suka membandingkan dirinya akan semakin mengamati bagian tubuhnya dan sekaligus menstimulasi mereka untuk membandingkan tubuhnya dengan wanita lain yang disebut dengan *social comparison*. *Social comparison* menurut Festinger (1954) merupakan proses subjektif seorang membandingkan kemampuan dan penampilan dirinya dengan orang lain yang berbeda dalam lingkungannya.

Social comparison di bedakan menjadi dua dimensi yaitu *upward comparison* (perbandingan ke atas) dan *downward comparison* (perbandingan kebawah). Perbandingan dengan orang lain menyebabkan seseorang patah semangat dan menimbulkan perasaan rendah diri, iri, malu atau marah seperti seorang wanita yang suka mengandalkan penampilannya mungkin akan merasa rendah diri. Perbandingan ke atas ini akan menimbulkan inspirasi atau malah menyebabkan patah semangat, semua tergantung pada pemahaman seseorang mengenai standar kesuksesan orang lain itu akan bisa dipenuhi atau ditandingi. Sedangkan perbandingan kebawah, membandingkan ciri seseorang atau kemampuan seseorang dengan orang lain yang lebih buruk ketimbang dirinya. (Triningtyas, 2016).

Dari hasil wawancara yang penulis lakukan dengan 4 dari 5 mahasiswi psikologi mengatakan bahwa mereka mengaku jika melihat wanita yang berkulit putih, tinggi, dan kurus mereka merasa senang dan ingin menjadi wanita tersebut. Maka 4 dari 5 mahsiswi tersebut berusaha menjadi wanita yang di anggap cantik atau ideal menurut mereka, dengan cara merawat tubuh mereka dengan handbody lation, lulur dan untuk wajah mereka menggunakan pelembab, moisturezer, sunblock dan masker wajah.

Ketidakpuasan tersebut berarti ketidaksukaan individu terhadap tubuhnya atau bagian-bagian tubuh tertentu. Besarnya kesenjangan antara citra tubuh ideal dengan citra tubuh nyata merupakan adanya ketidakpuasan terhadap sosok tubuh. Seseorang bisa saja mengatakan tubuhnya “jelek”, saat orang lain menganggap bahwa sebenarnya ia cukup menarik. Cara pandang individu terhadap tubuhnya sendiri dikenal dengan

citra tubuh. Orang yang memiliki citra tubuh positif mencerminkan tingginya penerimaan jati diri, rasa percaya diri dan kepeduliannya terhadap kondisi badan dan kesehatan. Menurut Cash (2008) Citra tubuh merupakan bagian mengenai keseluruhan dari identitas gender-perasaan kejantanan (maskulin) atau perasaan kewanitaan (feminim) seseorang. Karena beberapa orang percaya bahwa mereka tidak memiliki kualitas fisik yang diperlukan untuk mengalami diri mereka sebagai maskulin atau feminim (seperti tinggi atau kekar untuk pria, atau kurus dan memiliki fitur yang halus untuk wanita). Ini dapat mengurangi perasaan mereka tentang bagaimana mereka dapat diterima oleh orang lain.

Citra tubuh yang *negative* dapat menyebabkan kecemasan interpersonal. Jika individu tersebut tidak dapat menerima penampilannya, kemungkinan besar individu menganggap orang lain juga tidak menyukai penampilannya. Akibatnya, individu tersebut merasa sadar diri dan tidak memadai dalam beberapa interaksi sosialnya. Takut akan inspeksi sosial dan penolakan sosial, individu bahkan mungkin akan menghindari dari situasi di mana akan merasa penampilannya sedang diadili dan tentu saja, jika tidak ada yang berani, tidak ada yang diperoleh, Terutama kesenangan dan persahabatan. (Ongko, 2019).

Berdasarkan temuan di lapangan terhadap fenomena yang menunjukkan bahwa kebanyakan subjek ingin tampil cantik sesuai dengan apa yang mereka anggap bahwa seseorang itu cantik dengan ciri-ciri wanita yang berbadan kurus, berkulit putih, mempunyai wajah yang mulus atau bersih. Ketika subjek melihat wanita tersebut, Subjek langsung membandingkan dirinya dengan orang lain. Dari hasil wawancara terlintas di benak mereka untuk menjadi wanita yang di mereka anggap lebih menarik atau cantik. Sedangkan cantik tidak melulu mengenai fisik. Body yang ideal, kulit yang putih, badan yang kurus, kulit wajah yang mulus dan bersih. Melainkan mengenai attitude dalam bersikap, kecerdasan dan pendidikan yang menunjang. Fenomena *social comparison* yang kurang ini membuat subjek memiliki rasa atau keinginan untuk membanding-bandingkan diri mereka dengan orang lain. Oleh sebab fenomena

tersebut, maka peneliti memilih *social comparison* sebagai variable independen dan *body image* sebagai variable dependen dalam penelitian ini.

Menurut Cash (2004) *Body image* adalah konstruksi multidimensi yang mencakup persepsi dan sikap diri mengenai penampilan fisik seseorang. Sedangkan *social comparison* menurut Festinger (1954) merupakan proses subjektif seseorang membandingkan kemampuan dan penampilan dirinya dengan orang lain yang berada dalam lingkungannya.

Berdasarkan dari uraian data yang telah diuraikan sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara *Social Comparison* dengan *Body Image* pada mahasiswi psikologi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya”

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara *Social Comparison* dengan *Body image* Pada Mahasiswi Psikologi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan antara *Social Comparison* dengan *Body image* Pada Mahasiswi Psikologi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

1.4 Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini diharapkan memperoleh manfaat baik secara teoritis maupun praktis:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi dan pengetahuan baru atau data ilmiah sebagai masukan kepada ilmu psikologi. Khususnya dalam psikologi perkembangan dengan psikologi social. Yang berkaitan dengan *social comparison* dengan *body image* pada mahasiswi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Sebagai masukan agar tidak selalu membandingkan dirinya dengan orang lain supaya lebih menghargai diri sendiri.
- b. Sebagai masukan masyarakat khususnya pada wanita dewasa awal agar lebih menanamkan pada diri mengenai *body image* yang positif.
- c. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini mampu menjadi bahan pertimbangan atau dapat dikembangkan lebih lanjut, serta sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

1.5 Uraian Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian bertujuan untuk mengetahui perbedaan penelitian yang sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan. Dengan mengetahui perbedaan penelitian maka diketahui perbedaan dan ciri-ciri khas penelitian yang sedang dilakukan.

1. Hubungan *social comparison* dan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal. Perbedaan penelitian ini dengan peneliti lakukan ialah terletak pada hal berikut.

Pada penelitian ini subjek ialah 104 mahasiswi Psikologi Universitas Surabaya yang berusia 18-25 tahun. Variable bebas yang digunakan dalam penelitian ini ialah *body dissatisfaction*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal ($r=0,636$, $p<0,05$). Hal ini berarti semakin sering wanita dewasa awal membandingkan bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh wanita lain yang lebih menarik, maka semakin tinggi pula tingkat *body dissatisfaction* yang dialaminya.

2. Hubungan antara citra tubuh dengan harga diri pada siswi SMA kesatrian 2 Semarang. Perbedaan penelitian ini dengan peneliti lakukan ialah terletak pada hal berikut.

Pada penelitian ini subjek melibatkan siswi kelas X, XI, dan XII SMA kesatrian 2 Semarang sebanyak 230 siswi dengan sampel penelitian sebanyak 172 siswi.

Penelitian ini menggunakan teknik proportionate stratified random sampling. Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologi, yaitu skala harga diri dan skala citra tubuh. Hasil analisis data menunjukkan ada hubungan positif antara citra tubuh dengan harga diri ($r_{xy} = 0,233$; $p = 0,002$). Sumbangan efektif citra tubuh terhadap harga diri sebesar 5,4% sedangkan 94,6% berasal dari factor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

3. Hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri siswa kelas x di SMA negeri 2 bantul. Perbedaan penelitian ini dengan peneliti lakukan ialah terletak pada hal berikut.

Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri siswa kelas x di SMA negeri 2 bantul. Pendekatan penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas x sma di SMA negeri 2 abntul sejumlah 142 siswa. Pengambilan sampel dengan menggunakan purposive sampling, dengan populasi siswa kelas x sejumlah 246 siswa. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri siswa kelas x SMA Negeri 2 bantul. Koefisien korelasi diketahui sebesar 0,217. Hal ini berarti bahwa semakin positif *body image* siswa kelas x SMA Negeri 2 bantul, maka akan semakin tinggi tingkat kepercayaan dirinya. Sebaliknya, semakin negative *body image* siswa kelas x SMA Negeri 2 bantul maka, akan semakin rendah tingkat kepercayaan dirinya. Besarnya sumbangan *body image* untuk kepercayaan diri sebesar 4,71%.

4. Hubungan antara *body image* dengan penerimaan diri pada mahasiswa aceh di Yogyakarta. Perbedaan penelitian ini dengan peneliti lakukan ialah terletak pada hal berikut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan penerimaan diri pada mahasiswa aceh yang tinggal di asrama Yogyakarta. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa aceh yang berada di asrama provinsi Yogyakarta. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *body image* dan skala penerimaan diri. Metode analisis data dengan

menaggunakan teknik korelasi *product moment* dari pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dan penerimaan diri pada mahasiswa aceh yang berada di asrama provensi Yogyakarta. Hubungan ersebut ditunjukkan oleh koefisien korelasi (r) = 0,381, (p) = 0,013. Sumbangan efektif *body image* dengan penerimaan adalah sebesar 10,11%.

5. Hubungan antara citra tubuh dengan perilaku komsumtif pada remaja di kota banda aceh. Perbedaan penelitian ini dengan peneliti lakukan ialah terletak pada hal berikut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan perilaku komsumtif pada remaja di Kota Banda Aceh. Teknik pengambilan sampel yang di gunakan adalah kuota sampling dengan jumlah sampel sebanyak 300 remaja yang di ambil sesuai dengan ciri-ciri tertentu hingga mencapai jumlah yang di butuhkan. Hasil analisi data menggunakan teknik korelasi pearson menunjukkan koefisien korelasi (r) sebesar 0,032 dengan nilai $p = 0,002$ ($p < 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan hubungan positif dan signifikan antara citra tubuh dengan perilaku komsumtif pada remaja di kota banda aceh.