

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perempuan dan tubuh menjadi suatu hal yang tak dapat dipisahkan, terlepas dari perannya sebagai seorang individu maupun peran sosialnya. Konstruksi sosial membuat tubuh tidak hanya dianggap sebagai organ biologis, melainkan suatu entitas yang mengandung banyak makna (Lorber & Martin, 2012). Tubuh perempuan di berbagai budaya, kerap dianggap sebagai gambaran suatu masyarakat. Tubuh yang dapat diterima oleh masyarakat dapat dilihat pada representasi publik figur di media massa.

Media massa selain sebagai alat penghantar informasi juga berperan sebagai pembentuk budaya, serta menjadi gambaran bagaimana dan apa yang terjadi di dunia (Fitryarini, 2009). Representasi perempuan pada media massa seperti iklan, masih menonjolkan perempuan dari sisi kecantikan fisiknya sebagai daya tarik untuk menarik perhatian laki-laki (Astuti, 2016). Karakteristik fisik publik figur perempuan dalam media massa selalu digambarkan dengan tubuh langsing dan kulit putih (Winarni, 2010). Tampilan publik figur pada media massa pada akhirnya menjadi sebuah standar, atas apa yang dinamakan tubuh ideal bagi perempuan.

Standar tubuh ideal yang diciptakan media massa akan melahirkan semacam penegasan (*reinforcement*), bahwa tampilan seseorang yang disuguhkan oleh media sering menjadi acuan dan contoh yang harus diikuti oleh perempuan secara umum (Watie, 2010). Ketika memiliki tubuh seperti yang ditampilkan oleh media massa, perempuan cenderung malu dan tidak bisa menerima kondisi fisiknya. Dilansir dari Tirto.id *Celebrity Culture* atau budaya publik figur yang kerap mempertunjukkan tubuh langsing yang mereka miliki, menjadi akar ketidakbahagiaan seseorang diberbagai negara termasuk Indonesia, yang diawali akibat tidak bisa menerima kondisi fisik yang dimiliki (Hasan, 2016). Ketika seseorang tidak bisa menerima kondisi fisik yang dimiliki, mereka akan cenderung melakukan berbagai hal untuk mendapatkan penampilan yang mereka inginkan.

Tubuh ideal yang dipengaruhi representasi perempuan di media massa, terbukti mempengaruhi perempuan muda di Amerika Serikat dalam memiliki pandangan untuk menjadi kurus, (Vonderen & Kinally, 2012). Keinginan untuk menjadi kurus membuat 765 perempuan muda dari 13 Sekolah Menengah Atas dan 5 Universitas di Spanyol, yang memiliki tubuh normal dan juga obesitas melakukan pengendalian asupan makan secara berlebih (Cruz-sáez et al., 2015). Di Indonesia, keinginan perempuan untuk memiliki tubuh ideal dengan melakukan pengendalian asupan makan atau diet, terjadi di berbagai kalangan perempuan khususnya perempuan usia muda. Pada sebuah penelitian terhadap 90 mahasiswi di sebuah universitas di Jakarta didapatkan hasil bahwa, perilaku pengendalian asupan makanan, baik diet sehat maupun tidak sehat merupakan keputusan yang dilakukan terlepas dari ukuran tubuh yang dimiliki, yaitu mayoritas mahasiswi tersebut bertubuh normal sesuai dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) (Irawan, 2014). Selain melakukan pengendalian asupan makan, standar tubuh ideal juga membuat perempuan pergi ke klinik kecantikan untuk mengubah bagian tubuh.

Dilansir dari Berita Satu, pada sebuah kesempatan wawancara dengan direktur sebuah klinik kecantikan di Jakarta, diketahui bahwa banyaknya perempuan yang datang ke klinik kecantikan karena ingin mempercantik wajah yang sebenarnya sudah sangat cantik, akibat mengikuti standar kecantikan yang sedang tren seperti wajah tirus khas Korea (Handayani, 2016). Keinginan perempuan untuk mengikuti standar penampilan ideal, membuat mereka tidak percaya diri pada kondisi fisik yang dimiliki. Ketidakpercayaan pada kondisi fisik ini kerap dialami oleh perempuan usia muda dibandingkan dengan perempuan usia tua. Sebuah survey yang dilakukan oleh klinik kecantikan yang melibatkan lebih dari 17.000 responden perempuan diseluruh wilayah Indonesia, mendapatkan hasil bahwa dibandingkan perempuan usia tua, perempuan muda lebih tidak percaya diri pada kondisi fisik mereka, lebih dari 50% responden perempuan (berusia 18 hingga 23 tahun) menyetujui hal tersebut (dalam Zap Beauty Index, 2018).

Dibandingkan perempuan usia tua, perempuan usia muda lebih tidak percaya diri pada kondisi fisik mereka. Perempuan muda yang tidak percaya

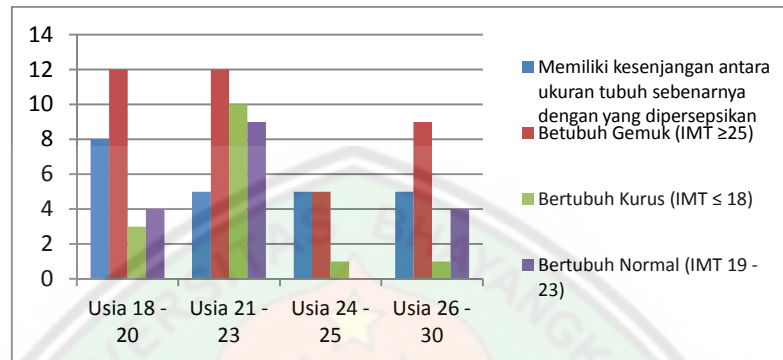
diri dengan penampilan fisiknya berada di fase perkembangan yang krusial, yaitu mereka masih membawa permasalahan dari masa remaja, menuju tantangan baru sebagai orang dewasa. Peralihan dari masa remaja ke dewasa memang selalu menjadi masa yang penting, yaitu seseorang belum bisa melepas peran mereka sebagai seorang anak remaja, tetapi juga harus beradaptasi dengan peran baru sebagai orang dewasa. Masa peralihan krusial ini yang oleh Arnett (2000) pada penelitiannya sebut dengan tahap perkembangan *Emerging Adulthood*, yaitu tahap perkembangan yang berada pada rentang usia 18 hingga 25 tahun.

Permasalahan seputar kondisi fisik pada masa *emerging adulthood* dipengaruhi karena adanya dua area vital untuk melakukan pengembangan lebih besar terhadap identitas individu yaitu cinta dan pekerjaan. Namun seiring berjalannya waktu, ketika perempuan *emerging adulthood* sudah berada pada usia terakhir di rentang usia tahap perkembangan ini, permasalahan seputar fisik berkurang karena disebabkan oleh beberapa hal termasuk salah satunya orientasi pencarian jati diri (Boyatzis & McConnell, 2006). Perempuan *emerging adulthood* yang umumnya tengah menempuh pendidikan lanjutan, merintis karir, ataupun menjalin hubungan percintaan menganggap kondisi fisik yang ideal dapat membantunya untuk mendapatkan keuntungan di dua area tersebut.

Dibandingkan laki-laki, perempuan *emerging adulthood* lebih memiliki pandangan bahwa penampilan merupakan alat untuk sukses, yang di dalamnya berupa kemudahan dalam mencari pekerjaan dan naik jabatan, akibatnya perempuan *emerging adulthood* kerap mengalami gangguan *body image*, yaitu mereka merasa tidak puas terhadap kondisi tubuh yang dimiliki (Gillen, 2006). Dibandingkan perempuan usia tua, perempuan pada usia *emerging adulthood* memiliki apresiasi terhadap tubuh yang rendah (Tiggemann & Mccourt, 2013). Oleh karena itu, pada usia *emerging adulthood* perempuan lebih sering memiliki penilaian negatif terhadap kondisi fisik yang dimiliki.

Penulis melakukan survei kepada 141 perempuan *emerging adulthood* di Jakarta mengenai tubuh dan penampilan, dengan latar belakang responden

sebagai pekerja dan mahasiswi. Guna menghimpun data yang lebih jelas, tentang bagaimana hubungan perempuan dan tubuhnya di usia *emerging adulthood*. Dari 141 jawaban yang masuk, Sebanyak 66,4% (93 orang) mengatakan masih tidak percaya diri pada kondisi fisik mereka, dari hasil 93 orang itu penulis menguraikannya sebagai berikut.



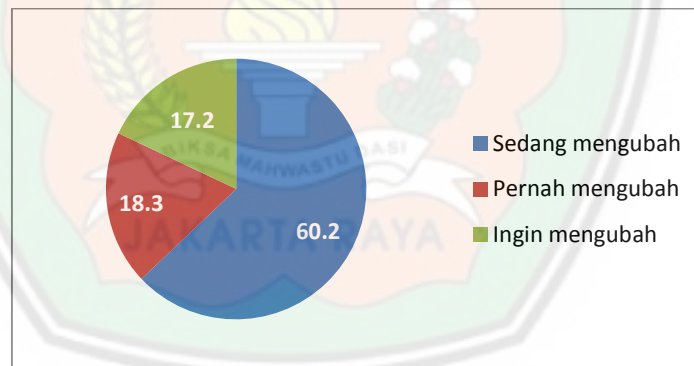
Gambar 1.1

Klasifikasi Responden Survei dilihat dari Indeks Massa Tubuh (IMT)

Berdasarkan hasil 93 responden perempuan, penulis mengklasifikasi menjadi empat kategori responden yang memiliki ketidakpercayaan diri terhadap kondisi fisiknya yaitu, perempuan dengan tubuh gemuk ($IMT \geq 25$), perempuan bertubuh kurus ($IMT \leq 18$), perempuan bertubuh normal ($IMT 19 - 24$) serta perempuan yang memiliki pandangan berbeda antara ukuran tubuh sebenarnya dengan yang mereka persepsikan. Dari 93 perempuan pengisi survei, perempuan yang mempersepsikan tubuhnya gemuk/kurus padahal secara IMT termasuk normal bahkan ideal, cenderung mempersepsikan buruk tubuh mereka yang sebenarnya karena merasa belum ideal. Para responden merasa pendek, belum mencapai ukuran tubuh seharusnya (ideal), serta 3 orang dari mereka mengatakan tubuhnya terlalu kurus, sedangkan lainnya mengatakan badan mereka berat dan lebar, memiliki perut buncit dan gemuk. Perempuan yang memiliki tubuh gemuk dan kurus dilihat menurut IMT, cenderung menganggap kondisi tubuh mereka yang gemuk atau kurus sebagai tubuh yang buruk dengan menekankan pada bagian tubuh yang dirasa kurang menarik seperti, banyak lemak atau tubuh terlalu kurus. Perempuan yang memiliki tubuh normal juga tak luput dari ketidakpercayaan diri terhadap

tubuhnya, berdasarkan jawaban mereka, tubuh yang ideal tidak hanya harus memiliki ukuran normal, tetapi juga harus dibarengi dengan bagian tubuh yg bagus, seperti tubuh tinggi, bagian tubuh kecil, kulit yg lembab, punya otot, dan perut yang rata. Hal ini dapat disimpulkan bahwa, perempuan yang tidak percaya diri terhadap kondisi fisiknya cenderung memandang negatif tubuh yang mereka miliki, karena mereka menganggap bahwa tubuh yang mereka miliki belum membuat mereka puas.

Pada pertanyaan apakah tubuh yang mereka miliki membuat mereka malu dan sedih, 73% dari mereka pernah merasa sedih dan malu terhadap kondisi tubuhnya. Selanjutnya, pada pertanyaan apakah ingin mengubah bagian tubuh yang membuat mereka malu dan sedih, sebanyak 95,7% responden berusaha untuk mengubah penampilan mereka. Hal ini dapat diasumsikan bahwa ketika perempuan tidak puas terhadap tubuhnya, hal itu disebabkan karena mereka cenderung memiliki perasaan buruk terhadap dirinya dan cenderung melakukan cara untuk mengubah hal tersebut.



Gambar 1.2

Diagram Presentase Jawaban Perempuan Terhadap Bagian Tubuh

Hasil survei tersebut menunjukkan adanya ciri-ciri yang menandakan bahwa dari 93 responden survei, mayoritas dari mereka memiliki penilaian negatif terhadap tubuh mereka. Berdasarkan hasil dari 93 perempuan yang tidak percaya diri pada kondisi fisik, mereka cenderung menilai buruk keadaan tubuh yang mereka miliki, merasa tidak puas dengan tubuh yang ada, merasa sedih dan malu terhadap sebagian maupun keseluruhan tubuh mereka, serta adanya keinginan untuk mengubahnya menjadi ideal. Penilaian buruk

terhadap tubuh merupakan nama lain dari *body image* negatif, atau oleh para Cash & Pruzinsky (2002) sebut dengan istilah *body dissatisfaction*.

Perempuan lebih sering memiliki *body dissatisfaction* dibandingkan laki-laki terlepas dari bentuk dan ukuran tubuh mereka. Penelitian longitudinal mengenai *body image*, mendapati bahwa *body dissatisfaction* pada seseorang naik lebih tinggi lagi selama masa transisi dari remaja ke dewasa awal (*emerging adulthood*) (Bucchianeri et al., 2013). *Body dissatisfaction* memperparah hubungan antara perempuan dan tubuhnya pada taraf mengganggu kualitas hidup perempuan itu sendiri, *body dissatisfaction* yang disebabkan oleh berat badan dan bentuk tubuh mempengaruhi kesejahteraan dalam hidup perempuan bekerja (Kartikasari, 2013). *Body dissatisfaction* dapat dipengaruhi berbagai hal, termasuk didalamnya akibat budaya yang menempatkan perempuan lebih ditonjolkan kecantikan fisiknya serta adanya standar tubuh ideal yang sulit dicapai.

Budaya patriarki yang dianut banyak negara termasuk Indonesia, memposisikan perempuan dalam keadaan yang tidak menguntungkan, selalu dilihat sebagai objek untuk ditatap, dikomentari dan dinilai penampilannya (Safira & Primardianita, 2017). Budaya yang menempatkan tubuh perempuan sebagai objek untuk ditatap dan dinilai, mempengaruhi perempuan mengadopsi pandangan orang lain yang melihat tubuhnya ke dalam dirinya (Tiggemann & Lynch, 2001). Adanya pandangan melihat diri sebagaimana orang lain melihat diri mereka seakan menjadi boomerang bagi diri perempuan itu sendiri.

Survei tubuh dan penampilan yang dilakukan oleh penulis sebelumnya juga menanyakan beberapa hal tentang pandangan perempuan terhadap penampilan. Dari 93 orang yang merasa tidak percaya diri pada kondisi fisiknya, sebanyak 83% responden menganggap penampilan yang menarik adalah penting, dengan alasan terbanyak karena fisik merupakan hal yang paling dilihat oleh orang lain, fisik yang menarik dapat menunjang kepercayaan diri, dan mempermudah dalam bersosialisasi dengan orang lain; mudah mendapat pekerjaan dan menarik perhatian lawan jenis. Selain itu, pada pertanyaan apakah mereka pernah merasa khawatir terhadap penampilan

ketika bertemu orang lain, sebanyak 75% perempuan mengkhawatirkan penampilan mereka, dengan alasan terbanyak adalah karena takut menerima komentar buruk dan ingin memberikan kesan yang baik dan menarik terhadap orang yang ditemui. Pada pertanyaan respon yang diberikan ketika penampilan mereka mendapatkan komentar negatif dari orang lain, sedih dan kesal menjadi jawaban yang paling banyak. Selanjutnya, pada pertanyaan respon yang diberikan ketika mendapatkan pujian mengenai penampilan dari orang lain, senang dan berterima kasih menjadi jawaban yang paling banyak.

Dari hasil penelitian yang dijelaskan sebelumnya dan lanjutan survei yang penulis lakukan dapat dilihat bahwa, pendapat dan pandangan orang lain terhadap penampilan menjadi indikator penting bagi seseorang dalam merasa percaya diri terhadap kondisi fisiknya. Hal ini juga terlihat bahwa respon orang lain sangat berpengaruh pada bagaimana perempuan merasa akan tubuhnya. Kecenderungan mencari persetujuan orang lain untuk merasa percaya diri dengan kondisi fisik ini diakibatkan adanya pandangan yang melihat diri dari perspektif orang lain (*outside observer's*), hal ini oleh Mckinley & Hyde (1996) dalam penelitiannya istilahkan dengan nama *Objectified Body Consciousness*.

Objectified body consciousness terjadi pada individu yang berada pada budaya dimana tubuh dan penampilan menjadi aset penting bagi keseluruhan diri seseorang. *Objectified body consciousness* yang dilihat melalui kebiasaan memperhatikan penampilan, mempengaruhi *body dissatisfaction* pada perempuan dewasa (Grippio & Hill, 2008). Perempuan dengan *Objectified body consciousness* yang tinggi, lebih sering mengobjektifikasi perempuan lain dibandingkan dengan laki-laki (Strelan & Hargreaves, 2005). *Objectified body consciousness* yang diawali dengan pengadopsian standar tubuh ideal yang ditampilkan oleh media massa, membuat perempuan mengalami *body dissatisfaction* sepanjang hidupnya (Tiggemann, 2005).

Berdasarkan fenomena yang didapatkan dari berbagai sumber serta hasil dari survei yang dilakukan oleh penulis, dapat dilihat bahwa para perempuan *emerging adulthood*, terlepas dari ukuran tubuh dan bentuk tubuh yang dimiliki mengalami *body dissatisfaction*. Hal ini berkaitan dengan adanya

pandangan melihat diri sebagaimana orang lain melihat diri mereka (*outside observer's*) atau dalam yang disebut sebagai *objectified body consciousness*. Hal ini juga sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa *objectified body consciousness* mempengaruhi *body dissatisfaction* pada perempuan terlepas dari ukuran dan bentuk tubuh perempuan itu sendiri. Oleh karena itu, berdasarkan dari pemaparan permasalahan tersebut, penulis ingin membuktikan adanya “Hubungan antara Objektifikasi diri dan *Body Dissatisfaction* pada perempuan *emerging adulthood* di Jakarta”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang masalah di atas, dapat diketahui rumusan masalah sebagai berikut:

Apakah ada hubungan antara *Objectified Body Consciousness* dan *Body Dissatisfaction* pada perempuan *emerging adulthood* di Jakarta?

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan latar belakang masalah dan rumusan masalah yang telah dijabarkan sebelumnya, dapat diketahui bahwa tujuan dari penelitian ini ialah untuk menguji hubungan antara *Objectified Body Consciousness* dan *Body Dissatisfaction* pada perempuan *emerging adulthood* di Jakarta.

1.4 Manfaat Penelitian

Berawal dari permasalahan perempuan seputar penampilan mereka, penelitian ini bermanfaat bagi para perempuan yang hingga kini masih berkelece dengan masalah kepercayaan diri mereka dan terjebak dalam usaha untuk membuat tubuh mereka menjadi ideal, yang pada kenyataannya bukan berasal dari keinginan mereka sendiri melainkan dari tekanan standar ideal tubuh yang sulit dicapai.

1. Manfaat Teoretis

Sebagai penambah khasanah baru bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian dalam bidang *body image* negatif, *objectified body consciousness* dan *emerging adulthood*.

2 Manfaat Praktis

Penelitian ini nantinya dapat digunakan sebagai pengetahuan bagi perempuan mengenai permasalahan yang mereka hadapi seputar. Oleh karena itu, para perempuan dapat memiliki kesadaran bahwa ketidakpercayaan diri akan tubuh yang mereka miliki, bukan semata didasari dari keadaan tubuh yang sebenarnya, tetapi dari adanya penilaian negatif terhadap tubuh (*body dissatisfaction*), dan dapat mengetahui bahwa hal tersebut berhubungan dengan pandangan yang menjadikan tubuh sebagai objek untuk ditatap dan dinilai dari kacamata orang lain (*Objectified Body Consciousness*), sehingga dapat berhenti melakukannya dan memulai melihat diri mereka dari apa yang tubuh mereka rasakan dan bisa lakukan.

1.5 Kebaruan Penelitian

Berikut ini adalah beberapa penelitian terdahulu yang memiliki persamaan fenomena ataupun variabel dengan penelitian ini.

Tabel 1.3
Kebaruan Penelitian

Penelitian 1	
Penulis	Ellen E. Fitzsimmons
Judul	<i>Objectified Body Consciousness and its Relation to Body Dissatisfaction in African American and Caucasian College women</i>
Tahun	2010
Metode	Kuantitatif regresi yang mengkaji pengaruh antara kedua variabel serta melihat perbandingan kekuatan hubungan melalui ras. Penelitian ini memiliki pengambilan data yang bersifat semi-longitudinal, ada dua waktu pengambilan data, yaitu dengan jarak lima bulan, para subjek mengisi questionnaire yang sama.
Subjek	276 mahasiswi (97 perempuan ras Afrika-Amerika dan 179 ras

	Kaukasia)
Hasil	Tidak adanya perbedaan signifikan antara hasil penelitian sebelumnya dan yang terakhir dilakukan terhadap kedua kelompok subjek penelitian. <i>Body surveillance</i> merupakan media yang mempengaruhi <i>trait anxiety</i> dan <i>body dissatisfaction</i> untuk perempuan ras kaukasia. Adanya perbedaan OBC dilihat dari ras/suku.

Perbedaan	Subjek dan Metode Penelitian
-----------	------------------------------

Penelitian 2

Penulis	Todd Jackson, Panpan Zheng dan Hong Chen
Judul	<i>Features of objectified body consciousness and sociocultural perspectives as predictors of eating and body image disturbances among young women and men in China</i>
Tahun	2015
Metode	Menggunakan pengukuran demografi (profil tubuh, usia, gender, ras dan juga jenjang pendidikan orang tua), serta 8 skala pengukuran ketiga variabel.
Subjek	466 perempuan dan 230 laki-laki dengan rentang usia 18 – 22 (rerata : 19,42 tahun). Dengan rerata Indeks Massa Tubuh (IMT) sebesar 20.19 dalam rentang 15,43 - 29,26. Beberapa subjek memiliki IMT diatas 25 atau lebih, dengan presentase 9,70% laki-laki dan 1,30% perempuan.
Hasil	Untuk perempuan, OBC memiliki hubungan yang unik dan signifikan dengan <i>eating</i> dan <i>body image disturbance</i> , melalui komponen pengukuran <i>body surveillance</i> , diantara komponen lain. Sedangkan untuk laki-laki, OBC yang dilihat dari komponen <i>body shame</i> mempengaruhi <i>eating</i> dan <i>body image disturbance</i> secara signifikan.

Perbedaan	Subjek, variabel dependen dan metode penelitian.
-----------	--

Penelitian 3

Penulis	Zurisatia Ekaningtias
Tahun	2016
Judul	Hubungan <i>Body Dissatisfaction</i> dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Akhir.
Metode	Kuantitatif korelasional
Subjek	250 orang yang diambil secara kuota sampling, dengan rentang usia 18 – 22 tahun atau mahasiswa yang bertempat tinggal di Malang.
Hasil	Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara <i>body dissatisfaction</i> dengan kepercayaan diri yang dimiliki individu terhadap bentuk tubuhnya dengan indeks korelasi sebesar $r = -0,282$ dengan nilai signifikansi sebesar ($p = 0,000 < 0,01$).
Perbedaan	Subjek, variabel independen, dan metode penelitian.

Penelitian 4

Penulis	Aliffia Ananta
Tahun	2016
Judul	Penurunan <i>Body Dissatisfaction</i> Pada Perempuan Dalam Masa Emerging Adulthood Dengan <i>Gratitude Intervention</i>
Metode	Kuantitatif Komparatif dengan model kuasi eksperimen. Pengambilan data asesmen dilakukan dengan wawancara, observasi, <i>body shape questionnaire</i> , <i>figural rating scale</i> , dan kuesioner bersyukur.
Subjek	Dua orang yang mengalami <i>body dissatisfaction</i> .
Hasil	Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara statistik tidak terdapat penurunan <i>body dissatisfaction</i> setelah diberikannya <i>gratitude intervention</i> ($p = 0,180 > 0,05$) namun secara analisa deskriptif <i>gratitude intervention</i> dapat memberikan dampak positif dengan menurunkan <i>body dissatisfaction</i> . Karakteristik dari individu yang mengalami <i>body dissatisfaction</i> di antaranya kurang percaya diri, tidak pernah merasa puas terhadap bentuk

	tubuh, selalu mempedulikan dan membandingkan dengan orang lain yang dianggapnya lebih ideal, sensitif, memiliki kebutuhan untuk memperoleh dukungan serta sangat senang jika memperoleh pujian.
Perbedaan	Penelitian ini dan penelitian yang dilakukan penulis berbeda dari berbagai hal, yang menyamakannya adalah variabel yang diteliti yaitu <i>Body Dissatisfaction</i> serta subjek yang diteliti, yaitu perempuan <i>emerging adulthood</i> .

Berdasarkan dari penjabaran penelitian-penelitian sebelumnya, terdapat perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan penulis. Perbedaan yang paling menonjol adalah tidak adanya penelitian terdahulu yang meneliti hubungan dari kedua variabel pada penelitian ini, yaitu *objectified body consciousness* dengan *body dissatisfaction*. Selain adanya perbedaan pada subjek penelitian, yaitu subjek yang dilibatkan pada penelitian ini merupakan perempuan yang berada pada masa perkembangan *emerging adulthood* yang bertempat tinggal di Jakarta. Lalu, alat ukur yang digunakan juga merupakan alat ukur yang dibuat sendiri oleh penulis, bukan alat ukur yang sama seperti yang digunakan pada penelitian-penelitian di atas, maka penting bagi penelitian ini untuk dilakukan.