

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab ini dijelaskan mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan dilakukannya peneliti, dan manfaat yang diperoleh dari hasil penelitian.

1.1 Latar Belakang

Citra Tubuh merupakan gambaran kepuasan individu terhadap penampilannya secara fisik yang meliputi perasaan, pikiran dan persepsi sehingga menimbulkan penilaian positif maupun negatif terhadap tubuhnya. Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Cash dan Pruzinsky (2002) menyatakan bahwa citra tubuh sebagai derajat kepuasan individu terhadap dirinya secara fisik yang mencakup ukuran, bentuk dan penampilan umum. Menurut Grogan (2022) perempuan pada umumnya memiliki tingkat ketidakpuasan tubuh yang lebih tinggi daripada pria. Perempuan cenderung ingin menurunkan berat badannya, sedangkan pria cenderung ingin berotot.

Pada dasarnya karakteristik citra tubuh dibagi menjadi dua yaitu citra tubuh positif dan citra tubuh negatif. Menurut Cash dan Fleming (dalam Cash dan Pruzinsky, 2002) seseorang yang memiliki citra tubuh positif akan merasa nyaman dan percaya diri di lingkungan sosial. Sebaliknya, seseorang yang memiliki citra tubuh negatif akan menyebabkan hambatan sosial dan juga mengalami kecemasan. Santrock (2012) juga mengemukakan bahwa secara umum jika dibandingkan dengan pria, perempuan biasanya lebih kritis terhadap tubuhnya baik secara keseluruhan maupun pada bagian tertentu.

Secara umum citra tubuh sebagai aspek psikologis yang berkaitan dengan perubahan fisik (Santrock, 2012). Adapun faktor yang memengaruhi citra tubuh menurut Cash dan Pruzinsky (2002) diantaranya adalah sosio-kultural, pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, faktor personal, jenis kelamin, media massa dan hubungan interpersonal. Berdasarkan beberapa faktor tersebut,

salah satu hal yang berperan dalam pembentukan citra tubuh yang dimiliki seseorang yaitu terkait dengan faktor personal. Faktor personal menurut Cash dan Pruzinsky (2002) adalah bagaimana seseorang menilai dirinya, akan menghasilkan bagaimana seseorang memberikan gambaran tentang dirinya, ini yang disebut dengan konsep diri, jika membentuk gambaran diri yang positif maka akan memengaruhi citra tubuh yang positif, namun bila gambaran dirinya negatif maka akan mempengaruhi citra tubuh yang negatif pula.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Novianti dan Merida (2021) hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara konsep diri dengan citra tubuh. Selain itu pada penelitian yang dilakukan oleh Siallagan, Ginting dan Manurung (2021) menunjukkan hasil bahwa jika seseorang mampu menerima bentuk tubuhnya maka memiliki penilaian diri yang positif terhadap dirinya, begitupun sebaliknya jika seseorang tidak bisa menerima bentuk tubuhnya maka memiliki penilaian negatif terhadap dirinya. Pada penelitian tersebut artinya konsep diri berperan penting sebagai salah satu faktor memengaruhi pembentukan citra tubuh dalam diri seseorang.

Menurut Burns (1993) penilaian tentang diri dinamakan konsep diri, ketika seseorang menilai dirinya yang positif maka dapat memberikan gambaran tentang dirinya yang baik. Sebaliknya, jika penilaian dirinya negatif maka akan memberikan gambaran tentang dirinya yang buruk, sehingga membuat seseorang merasa tidak puas terhadap tubuhnya dan dapat menimbulkan kerentanan citra tubuh pada diri seseorang. Konsep diri menurut Ardiyanti (2017) menyatakan bahwa konsep diri sebagai gambaran menyeluruh mengenai bagaimana individu mempersepsikan dirinya sendiri, yang meliputi aspek kemampuan, aspek emosi, dan aspek kepuasan yang ditampilkan dalam bentuk persepsinya mengenai fisik, mental psikologis dan sosial secara menyeluruh.

Sebagian besar dewasa awal menyadari bahwa penampilan berperan penting dalam dunia usaha, profesional, dan kehidupan berkeluarga, mereka sering kali mencoba untuk mengatasi masalah ini dengan pakaian dan alat kecantikan.

Menurut Jackson (dalam Cash & Pruzinsky, 2002) sejak kecil perempuan sudah membentuk konsep diri fisik yang ideal. Sedikit sekali Perempuan dewasa awal mempunyai konsep diri yang ideal, maka mereka sering tidak puas dengan penampilan fisiknya dan sulit untuk dapat menerima diri sendiri. Kesan menarik yang didapatkan dari orang lain akan memberikan kepuasan terhadap diri seseorang itu sendiri dan akan mempunyai konsep diri yang positif maupun negatif, kepuasan terhadap citra tubuh seseorang berkaitan langsung dengan bagaimana seseorang memandang citra tubuhnya sendiri.

Menurut Santrock (2012) masa dewasa awal merupakan transisi dari remaja ke dewasa, baik transisi secara fisik, transisi secara intelektual serta transisi peran sosial. Saat ini masa transisi tersebut dikenal dengan istilah beranjak dewasa (*emerging adulthood*) yang terjadi pada usia 18 sampai 25 tahun. Santrock (2012) juga mengemukakan bahwa masa dewasa awal memiliki tugas perkembangan yaitu perkembangan fisik. Masa dewasa awal adalah puncak dari perkembangan fisik, dewasa awal akan lebih menjaga area fisiknya, seperti menjaga kesehatan, pola makan serta berat tubuh.

Adanya tugas pada masa perkembangan dewasa awal yaitu tuntutan untuk bekerja, mengelola rumah tangga, mencari teman hidup atau pasangan dan menikah. Sesuai dengan teori psikososial Erikson yang menyatakan bahwa, masa dewasa awal mulai memasuki level keenam dari perkembangan psikososial yang disebut dengan *intimacy versus isolation* dimana tugas perkembangannya adalah untuk membentuk *interpersonal relationship* yang mendalam dengan lawan jenis (Papalia, Olds & Feldman, 2009). Adanya tuntutan tugas pada masa perkembangan tersebut membuat seseorang memiliki keinginan untuk terlihat menarik dihadapan lawan jenis. Hal ini sejalan dengan yang dilansir dalam serupa.id oleh Thabroni (2022) yang menyatakan bahwa, pertumbuhan pada masa dewasa awal individu akan memperlihatkan keindahan yang berkaitan dengan area fisik, dengan demikian pertumbuhan di masa ini lebih berkaitan dengan menjaga dan memaksimalkan keindahan fisik.

Tubuh dinilai sebagai aset berharga yang dimiliki oleh setiap manusia. Tubuh juga seringkali dijadikan tolok ukur kecantikan. Era modern saat ini perempuan ingin selalu tampil cantik. Menurut Kartono (2006) Perempuan lebih banyak memperhatikan penampilan fisiknya, untuk dapat menarik perhatian pihak lain, maka jika perempuan yang sudah tidak berhasrat lagi untuk memperindah dirinya dan tidak mau berhias sama sekali, perempuan seperti ini tidak memiliki daya tarik lagi. Jackson (dalam Cash & Pruzinsky, 2002) menyatakan bahwa orang yang menarik sering diperlakukan lebih baik daripada rekan mereka yang kurang menarik, orang dewasa yang menarik menerima lebih banyak perhatian, interaksi positif, bantuan, dan kerja sama dari orang lain, dan cenderung tidak mengalami interaksi negatif daripada orang dewasa yang tidak menarik.

Seseorang yang menarik akan menerima segala macam perilaku positif, seperti halnya memiliki tubuh ideal dan memiliki wajah yang cantik. Penelitian tentang daya tarik fisik perspektif wajah lebih penting daripada tubuh. Mengingat wajah pada awalnya merupakan sumber informasi yang lebih menonjol dan sumber informasi yang lebih kuat. Hal itu dikarenakan penampilan wajah dianggap memiliki efek yang lebih stabil pada persepsi diri seseorang (Jackson dalam Cash & Pruzinsky, 2002).

Berbeda halnya dengan wanita yang mempunyai wajah berjerawat. Jerawat adalah kondisi kulit umum yang memengaruhi kebanyakan orang dalam hidup mereka. Perempuan yang berjerawat dapat mengalami kesulitan psikologis termasuk masalah citra tubuh, rasa malu, gangguan sosial, kecemasan, depresi dan harga diri yang buruk (Shalita, Rosso, & Webster, 2011). Sejalan dengan hasil penelitian Kristanti dan Savira (2021) bahwa perempuan yang berjerawat cenderung mengalami ketidakpuasan terhadap kondisi fisiknya, seperti menggambarkan bahwa tubuh dan penampilannya kurang menarik. Penelitian ini juga menemukan bahwa salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap terbentuknya citra tubuh negatif adalah konsep cantik dengan kriteria tertentu yang dianggap sebagai kesepakatan umum di masyarakat.

Citra tubuh terungkap pada penampilan yaitu wajah yang mulus tanpa adanya jerawat. Terkait dengan jerawat, adapun *survey* di Indonesia yang dilakukan dalam Liputan6.com oleh Mutiah (2020) yang menunjukkan bahwa perempuan yang berjerawat jadi korban *acne shaming*. Bentuk *acne shaming* yang diterima yaitu 58% menyatakan bahwa mereka pernah menerima komentar buruk langsung. Sementara, 38% responden pernah mengalami *acne shaming* dalam bentuk nonverbal. Tidak hanya itu, 20% responden juga menerima perlakuan tidak menyenangkan. Hal tersebut membuat ia merasa tidak puas terhadap tubuhnya yang termasuk dalam karakteristik seseorang yang memiliki citra tubuh negatif.

Untuk mendalami penelitian dan memperkuat data di lapangan, peneliti telah melakukan wawancara kepada sepuluh perempuan dewasa awal yang mempunyai kulit seperti jerawat, khususnya yang tinggal di wilayah Bekasi. Wawancara ini dilakukan via *Whatsapp* melalui media chat dan telpon pada tanggal 16–18 Oktober 2022 didapatkan hasil bahwa peran citra tubuh dan konsep diri sangat berpengaruh dalam perempuan yang berjerawat. Seperti halnya perempuan yang berjerawat mengalami rasa malu, tidak percaya diri, dan iri melihat temannya yang wajahnya mulus, membuat partisipan juga menginginkan penampilan yang lebih baik dengan bebas dari jerawat, hal ini mencirikan citra tubuh dan konsep diri yang negatif.

Di sisi lain terkait wawancara yang dilakukan pada perempuan yang berjerawat, mengatakan bahwa mempunyai jerawat adalah suatu hal yang tidak menjadi masalah besar, mereka bisa menerima dirinya dan tidak terpaku dengan standar kecantikan yang ada, dia tidak merasa malu terhadap jerawat yang ia punya, hal ini mencirikan citra tubuh dan konsep diri yang positif. Hal ini diperkuat oleh teori Burns (1993) yang menyatakan bahwa seseorang cenderung bisa menerima keadaan dirinya dan cenderung merasa percaya diri dilingkungan sosialnya, disebut sebagai konsep diri yang positif (Burns, 1993).

Selanjutnya terkait dengan fenomena yang ditemukan JawaPos.com oleh Salbiah (2020) bahwa perempuan yang mengalami jerawat berusaha untuk menyembunyikan jerawatnya dengan menggunakan berbagai filter foto pada media sosial. Hal itu muncul karena ketidakpuasan mereka terhadap bentuk fisiknya dan merupakan salah satu karakteristik citra tubuh yang negatif. Ada penyebab yang membuat seseorang memiliki citra tubuh negatif terhadap dirinya sendiri, seperti trauma masa kecil, adanya persepsi cantik yang ditampilkan pada media, dan merasa berbeda dengan orang di sekitarnya yang dilansir *halodoc* oleh Florencia (2020).

Pada tanggal 18-21 November 2022 penulis melakukan *survey* dengan empat puluh dua perempuan dewasa awal yang mempunyai jerawat, *survey* ini digunakan untuk mengetahui faktor apa yang menyebabkan perempuan dewasa awal di Bekasi terkena jerawat. Faktor ini disusun sesuai dengan bentuk-bentuk faktor penyebab jerawat oleh Wasitaatmadja (2018) Diperoleh hasil sebagian dari empat puluh dua perempuan dewasa awal yang berjerawat mengungkapkan bahwa jerawat yang timbul dapat disebabkan oleh pola makan yang buruk dengan presentase 35,7%, tidak hanya itu timbulnya jerawat di sebabkan oleh stres dengan presentase 69%, jerawat yang timbul bisa di sebabkan oleh cuaca/polusi didapatkan presentase 78,8%.

Berlandaskan latar belakang diatas, dapat di asumsikan bahwa pada usia dewasa awal membentuk permasalahan terkait dengan jerawat yang merupakan salah satu hal paling penting dan sangat di perhatikan demi me bentuk konsep diri dan citra tubuh yang positif maupun negatif. Penulis memilih perempuan dewasa awal yang berjerawat di daerah Bekasi karena berdasarkan wawancara dan *survey* yang dilakukan, mereka merasa bahwa faktor pemicu jerawat akibat cuaca dan banyaknya debu dapat menimbulkan jerawat, serta di wilayah Bekasi terdapat berbagai macam klinik kecantikan khususnya untuk menangani perempuan dengan permasalahan kulit seperti jerawat, sehingga *prevelensi* perempuan dewasa awal yang berjerawat lebih mudah di dapatkan di daerah Bekasi.

Berdasarkan uraian di atas dapat dilihat bahwa konsep diri berpengaruh terhadap citra tubuh dewasa awal. Hal ini yang mendasari peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang citra tubuh pada dewasa awal ditinjau dari konsep diri pada responden yang memiliki permasalahan jerawat.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan permasalahan memiliki tujuan untuk dapat mengembangkan rumusan permasalahan maka perlu dilakukan penelitian data sekunder, mengenai penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Penelitian ini berfokus pengaruh konsep diri sebagai citra tubuh pada dewasa awal.

Pada penelitian sebelumnya dilakukan oleh Sumanty, Sudirman, dan Puspasari (2018) pada perguruan tinggi X di Bandung berjumlah 332 orang. Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara religiusitas dan citra tubuh pada mahasiswi X di Bandung.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Fakhhatun, Rivani, dan Pasaribu (2019) yang dilakukan pada siswi X di Jakarta berjumlah 146. Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa adanya hubungan *acne vulgaris* dengan *body image* pada siswi X di Jakarta.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Cahyandari dan Estria (2020), yang dilakukan pada perguruan tinggi X di Purwokerto yang berjumlah 9 partisipan yang memiliki jerawat tingkat sedang dan berat. Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tidak semua konsep diri mahasiswa mengalami gangguan, ada faktor lain yang memengaruhi tinggi rendahnya konsep diri mahasiswa perguruan tinggi X di Purwokerto.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Kristanti dan Savira (2021), yang dilakukan pada dewasa awal yang mengalami *acne*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat wanita dewasa awal yang mengalami *acne vulgaris* memiliki ketidakpuasan terhadap citra tubuhnya.

Pada penelitian terbaru yang dilakukan oleh Novianti dan Merida (2021), yang dilakukan pada mahasiswi X di Bekasi yang berjumlah 174 orang. Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa uji korelasi memiliki hubungan antara *self concept* dengan citra tubuh pada mahasiswi X di Bekasi.

Berdasarkan fenomena dan penelitian terdahulu maupun hasil wawancara dan survey yang dilakukan peneliti. Penelitian sebelumnya baru mengeksplorasi keterkaitan antara konsep diri dan citra tubuh pada dewasa Awal. Pada penelitian ini akan melihat seberapa besar konsep diri memberikan pengaruh pada variabel citra tubuh. Maka dari itu, pada penelitian ini rumusan masalah adalah. Apakah ada pengaruh antara konsep diri dengan citra tubuh pada dewasa awal di kota Bekasi?.

1.3 Tujuan Penelitian

Menimbang dari latar belakang dan rumusan masalah diatas, dapat diketahui tujuan dari penelitian ini adalah “untuk mengetahui pengaruh konsep diri dan citra tubuh pada dewasa awal di kota Bekasi”.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini dapat memiliki manfaat sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah untuk menambah bahan kajian dalam ilmu psikologi perkembangan berkaitan pada masa tugas perkembangan dewasa awal. Penelitian ini juga bermanfaat untuk penelitian berikutnya yang ingin mengkaji mengenai konsep diri dengan citra tubuh pada individu.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dalam penelitian ini adalah bila hipotesa terbukti bahasannya konsep diri memengaruhi citra tubuh maka harus dibuat berbagai intervensi untuk dapat meningkatkan konsep diri seseorang khususnya wanita yang merasa penampilannya kurang, supaya citra tubuhnya meningkat.