

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Tampilan ialah perkara krusial bagi sebagian besar orang. Ketika pertama kali bertemu seseorang, tentu salah satu hal yang bisa langsung dinilai adalah penampilan luar orang tersebut. Penilaian ini memengaruhi pula penilaian seseorang terhadap dirinya. Tak jarang hal tersebut malah menimbulkan masalah bagi sebagian orang. Seseorang menjadi berkesempatan untuk menilai dan memiliki penilaian negatif atas tubuhnya sendiri (Puspitasari, 2017). Fenomena ini yang lebih lanjut disebut dengan *body dissatisfaction*.

Fenomena *body dissatisfaction* menjadi pembahasan yang terus mengakar setiap tahun. Frederick, dkk (2012), melalui sebuah penelitian di Amerika Serikat menyatakan bahwa 20-40% wanita tidak puas dengan bentuk tubuh mereka. Selain itu, sekitar 10-30% pria mengalami *body dissatisfaction*, serta sekitar 69% remaja pria tidak puas dengan tubuh mereka terkait berat badan. Kamaria, dkk (2016), melalui penelitiannya juga menunjukkan bahwa terdapat sebesar 48,1% remaja wanita dan 44,1% remaja pria di Malaysia mengalami ketidakpuasan tubuh dan menginginkan bentuk tubuh yang lebih kurus. Di Indonesia, ditemukan sebesar 44,3% remaja wanita yang menilai dan memandang tubuhnya tidak sesuai dengan harapan (Wiranatha dan Supriyadi, 2015).

Berdasarkan data tersebut, dapat dilihat bahwa *body dissatisfaction* sangat umum berlangsung selama masa remaja. Remaja sangat memperhatikan bentuk tubuh yang dimiliki juga mengembangkan gambaran diri untuk membentuk citra tubuhnya (Santrock, 2011). Perilaku ini yang kemudian menjadi salah satu pemicu seorang remaja membandingkan dirinya dengan individu lain dan dikenal dengan istilah *social comparison*.

Menurut Festinger (1954) *social comparison* ialah mekanisme individu untuk melakukan perbandingan baik kemampuan maupun tampilan diri atas individu lain dengan subjektif. Lebih lanjut dijelaskan oleh Festinger bahwa individu secara tidak sadar akan berusaha mendapat kemampuan atau tampilan yang menurutnya ideal. Hal ini dikarenakan adanya persaingan dalam interaksi sosial yang mengakibatkan dihasilkan suatu kebutuhan yang mana seseorang akan merasa tidak puas dengan kehidupan yang dimiliki dan kemudian melakukan perbandingan sosial. Gibbons dan Buunk (2007) menyatakan bahwa seseorang yang melakukan *social comparison* ialah orang yang kurang puas menjalani kehidupan yang dimiliki. Adapun dampak yang ditimbulkan ketika individu melakukan *social comparison* adalah individu mengalami harga diri yang rendah, gangguan makan, bahkan depresi.

Fenomena ini kemudian menjadi menarik untuk diteliti karena telah beberapa kali dijumpai oleh peneliti. Seperti pada hasil wawancara yang dilaksanakan terhadap 5 orang subjek yang terdiri dari 3 orang remaja perempuan, dan 2 orang remaja laki-laki, dalam wawancara tersebut

didapatkan bahwa 5 orang remaja tersebut sering membandingkan dirinya dengan orang lain. Salah satu remaja perempuan mengatakan bahwa ia seringkali menemukan wanita cantik ketika membuka aplikasi *tiktok*, kemudian ia akan mulai membandingkan dirinya dengan wanita tersebut. Tak jarang karena hal itu ia merasa bentuk tubuhnya tidak sesuai harapannya. Adapun remaja yang sengaja mengenakan pakaian *oversized* untuk membuat tubuhnya terlihat lebih berisi karena ia merasa memiliki tubuh yang terlalu kurus dan tidak menarik. Salah satu subjek mengatakan ia merasa tidak puas dengan bentuk otot yang ia miliki. Hal ini sesuai dengan penelitian McCabe dan Ricciardelli (2001) yang mengatakan bahwa banyak remaja laki-laki yang tidak puas dengan ukuran otot, kekuatan bahu, bicep dan dada, serta umumnya menginginkan memiliki banyak otot sambil tetap mempertahankan fisik yang ramping.

Beberapa penelitian juga telah dilaksanakan guna mengetahui kaitan *social comparison* dengan *body dissatisfaction*. Seperti penelitian yang telah dilakukan oleh Putra, dkk (2019) pada siswi Sekolah Menengah Atas dengan hasil bahwa ada hubungan yang signifikan antara *social comparison* dan *body dissatisfaction*. Selain itu, terdapat penelitian yang dilakukan oleh Najla & Zulfiana (2021) pada laki-laki dewasa awal dengan hasil jika individu memiliki *social comparison* yang rendah maka kecenderungan individu memberikan evaluasi negatif terhadap dirinya akan semakin rendah pula.

Berdasarkan literatur dan penjelasan mengenai fenomena tersebut, peneliti tergerak untuk menggali lebih lanjut terkait pengaruh *social comparison* terhadap *body dissatisfaction*. Penelitian terdahulu yang hanya berfokus kepada subjek wanita atau subjek pria saja juga menjadi perbedaan dalam penelitian ini. Subjek yang digunakan pada penelitian ini tidak terfokus pada salah satu jenis kelamin saja sehingga akan didapatkan perbedaan *social comparison* dan *body dissatisfaction* antara pria dan wanita. Selanjutnya, pemilihan subjek adalah remaja akhir dimana masa remaja akhir merupakan masa transformasi seseorang menuju dewasa awal. Sunartio, dkk (2012) yang telah melakukan penelitian pada dewasa awal dan menghasilkan sebesar 63,8% orang tidak puas terhadap tubuhnya. Hal tersebut mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dalam konteks subjek yang berbeda.

#### **B. Rumusan Masalah**

Apakah terdapat pengaruh *social comparison* terhadap tingkat *body dissatisfaction* pada remaja akhir di kota Samarinda?

#### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini memiliki tujuan untuk membuktikan apakah terdapat pengaruh antara *social comparison* terhadap tingkat *body dissatisfaction* pada remaja akhir di kota Samarinda.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Menjadi sumber bacaan teoritis terkait pengaruh *body dissatisfaction* dan *social comparison* yang terjadi di kalangan remaja khususnya dalam bidang Psikologi Klinis dan Psikologi Perkembangan Remaja.

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini dapat bermanfaat sebagai media informasi dan pengetahuan untuk subjek penelitian terkait pengaruh *social comparison* terhadap tingkat *body dissatisfaction*.
- b. Manfaat untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber referensi penelitian dengan variabel terkait.