

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Body Dissatisfaction*

1. Definisi

Cooper, dkk (1987) menggambarkan *body dissatisfaction* bisa dinilai saat individu melakukan perbandingan pemikiran atas gambaran tubuh individu lain, fokus berlebihan terhadap gambaran tubuh, persepsi pribadi terhadap tubuh dan adanya perubahan yang drastis terhadap pemikiran terkait citra tubuh. *Body dissatisfaction* juga digambarkan oleh Grogan (2008) sebagai kondisi saat individu memiliki pikiran dan perasaan negatif atas bentuk tubuhnya. Sedangkan menurut Cash dan Pruzinsky (2002) *body dissatisfaction* ialah bentuk pemikiran serta anggapan negatif atas tubuh yang dimiliki. Kemudian ditambahkan oleh Maxwell dan Cole (2012) bahwa *body dissatisfaction* dijelaskan sebagai keadaan yang tidak stabil antara penerimaan berkenaan dengan bentuk tubuh dan keinginan untuk terlihat lebih baik diantara orang lain.

National Eating Disorders Association (2003) menyatakan *body dissatisfaction* ialah kekeliruan penerimaan akan bentuk tubuh sendiri, individu cenderung percaya manusia lain lebih mengagumkan, melakukan klaim bahwa standar atau rupa tubuh merupakan penyebab dari kegagalan pribadi yang dialami, khawatir terhadap bentuk tubuh, perasaan terganggu, dan perasaan sukar atas tubuh.

2. Faktor-faktor

Beberapa faktor yang bisa memengaruhi *body dissatisfaction* disampaikan oleh Cash dan Pruzinsky (2002), yaitu:

a. Jenis Kelamin

Dalam perkembangan individu, jenis kelamin menjadi salah satu yang menjadi pengaruh. Contohnya dalam hal ini, *body dissatisfaction* umumnya kerap terjadi di perempuan dibandingkan laki-laki.

b. Pengaruh antar pribadi

Respon yang diterima individu dari orang lain cenderung akan memengaruhi perasaan dan keyakinan mereka berkenaan tampilan fisik yang dimiliki.

c. Media massa

Intensitas penggunaan media massa mampu memengaruhi individu, konten media massa kerap membentuk standar tersendiri dalam lingkungan sosial. Contohnya standar kecantikan wanita ketika memiliki warna kulit putih dan bertubuh langsing.

3. Aspek

Aspek-aspek *body dissatisfaction* menurut Cooper, dkk (1987) antara lain:

a. *Self perception of body shape.*

Pemikiran dan keyakinan negatif terkait bentuk tubuh secara umum atau sebagian tubuh dan menyembunyikan bentuk tubuh dari perasaan malu, sedih, dan kecewa yang ada ketika di

lingkungan sosial. Pemikiran tersebut membentuk persepsi pribadi atas tubuh yang dimiliki.

b. *Comparative perception of body image.*

Individu melakukan komparasi terkait gambaran tubuhnya dengan individu lain.

c. *Attitude concerning body image alteration.*

Manusia memusatkan perhatian pada peralihan gambaran tubuh yang dimilikinya.

d. *Severe alteration in body perception.*

Individu memiliki pemikiran yang berubah secara berlebihan akan tubuh yang dimilikinya.

B. *Social Comparison*

1. Definisi

Garcia, dkk (2013) mendefinisikan *social comparison* sebagai kecenderungan seseorang dalam mengevaluasi kompetensi diri dengan kompetensi manusia lain. Dalam teori perbandingan sosial milik Festinger pada tahun 1954 dikatakan bahwa seseorang akan cenderung mengevaluasi kemampuan mereka terhadap kemampuan orang lain yang mereka anggap lebih dibandingkan mereka. Sedangkan menurut Eddleston (2009), *social comparison* yakni perilaku seseorang melakukan perbandingan diri dengan individu lain.

Social comparison merupakan sistem psikologis mendasar yang memengaruhi perilaku, pengalaman, dan penilaian individu.

Individu akan menerima informasi tentang orang lain dan kemudian menghubungkan informasi tersebut dengan diri mereka sendiri. Individu biasanya terfokus pada informasi terkait pandangan diri terhadap orang lain yang lebih baik sehingga terjadilah perbandingan sosial. (Corcoran, dkk, 2011).

Berdasarkan uraian definisi dari tokoh-tokoh tersebut, dapat disimpulkan bahwa *social comparison* atau perbandingan sosial ialah evaluasi seseorang terhadap kemampuan yang ia miliki dibandingkan dengan orang lain.

2. Faktor-faktor

Beberapa faktor yang dapat memengaruhi *social comparison* disampaikan oleh Garcia, dkk (2013), yaitu:

a. Faktor individu

Berkaitan dengan perbandingan individu tersebut terhadap manusia lain yang mencakup hal umum seperti kedekatan antara individu. Individu bisa membandingkan dirinya dengan orang yang ia anggap dekat dengannya.

b. Faktor situasional

Faktor pendukung lainnya yang dapat memengaruhi individu melakukan perbandingan sosial contohnya seberapa banyak jumlah orang yang dianggap menjadi kompetitor, perselisihan antara tingkatan sosial, dan lain sebagainya.

3. Aspek

Beberapa faktor yang dapat memengaruhi *body dissatisfaction* disampaikan oleh Garcia, dkk (2013), yaitu:

a. *Perceptions of certain standars*

Individu memiliki pandangan tertentu terhadap standar kemampuan yang layak dimiliki.

b. *Perceptions of opinions*

Individu menjadikan pendapat sebagai tolok ukur perbandingan terhadap orang lain.

c. *Perceptions of competence*

Individu memiliki pandangan terhadap kemampuan yang dimiliki dan kemudian ia bandingkan dengan kemampuan orang lain.

Berdasarkan penjelasan tersebut maka terdapat 3 aspek yang dapat digunakan sebagai dasar untuk mengukur perbandingan sosial yaitu persepsi standar, persepsi pendapat, dan persepsi kompetensi.

4. Jenis-jenis

Menurut Festinger (1954) *social comparison* dibagi menjadi dua, yakni:

a. *Upward Comparison*

Individu melakukan perbandingan dengan individu lainnya yang dirasa lebih baik dari dirinya.

b. *Downward Comparison*

Individu melakukan perbandingan terhadap individu lain dirasa lebih buruk dari dirinya.

5. Dampak

Menurut Appel, dkk (2015), ketika individu membandingkan diri semakin sering, maka mereka akan merasa rendah diri. Mereka juga kerap merasakan kecemburuan yang tinggi atas individu lain dan berpotensi untuk mengalami depresi. Dalam *social comparison* seseorang bisa melakukan *upward comparison* dan *downward comparison*. Apabila *upward comparison* melebihi batas wajar, hal tersebut dapat menyebabkan diri kita merasa rendah diri dan bisa menimbulkan emosi-emosi negatif yang dapat memicu depresi.

C. Remaja

1. Definisi

Hariadi (2018) menyatakan masa transformasi dari anak-anak mengarah ke kedewasaan yang dijumpai dengan berinteraksinya seorang individu dengan lingkungan dan masyarakat dewasa di sekitarnya disebut dengan masa remaja. Adapun menurut Batubara (2010) remaja merupakan masa peralihan saat manusia menghadapi pergantian baik fisik, psikologis atau sosial yang sangat cepat sehingga mungkin tidak dapat kita sadari. Hurlock (1980) menyampaikan usia remaja berlangsung dalam 2 sesi ialah masa awal serta masa akhir remaja. Sesi remaja awal berkisar antara 13 hingga

16 atau 17 tahun, sedangkan masa remaja akhir diawali dari usia 16 atau 17 tahun hingga usia 18 tahun.

Berdasarkan definisi yang diberikan oleh peneliti, dapat dinyatakan bahwa remaja ialah fase transformasi dari anak-anak ke arah kedewasaan. Masa peralihan tersebut dapat dilihat dari perubahan individu secara fisik, psikologis, dan sosial. Selanjutnya, terdapat 2 sesi dalam perkembangan remaja yaitu remaja awal dan remaja akhir.

2. Tugas-tugas perkembangan

Remaja akhir memiliki tugas-tugas perkembangan sebagai berikut (Hurlock, 1980):

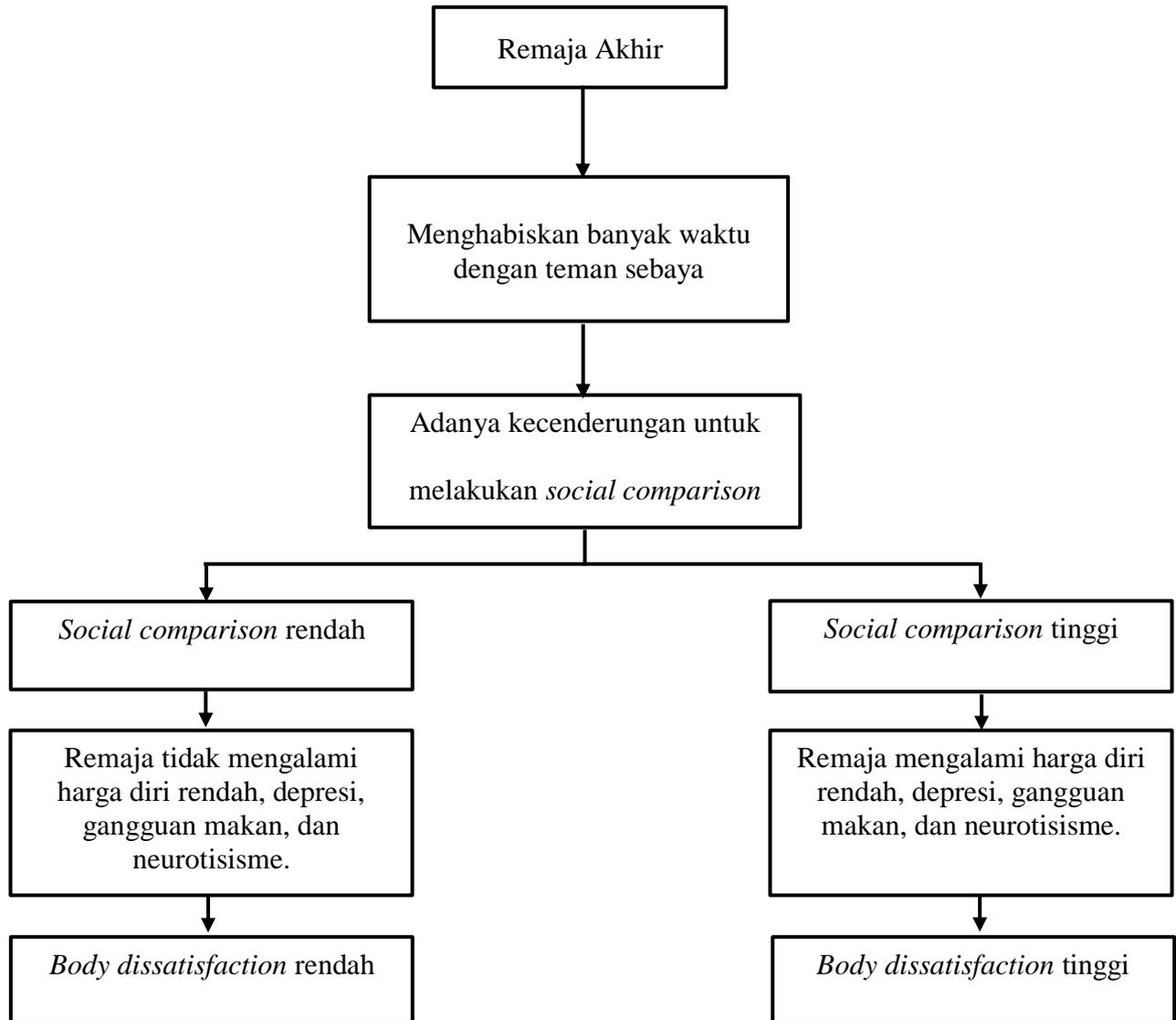
- a. Mendapatkan pengaruh baru serta lebih luas terkait pertemanan bersama teman sebaya.
- b. Mencapai tugas secara sosial sebagai lelaki maupun perempuan.
- c. Mampu menyetujui kondisi fisik yang dimiliki serta mempergunakannya dengan efektif.
- d. Mampu bertanggung jawab atas diri sehingga bisa mencapai perilaku sosial yang sesuai dengan sistem di masyarakat.
- e. Merencanakan karir ekonomi.
- f. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya.
- g. Menyiapkan diri untuk menghadapi periode perkawinan dan kehidupan berkeluarga.

- h. Mendapatkan unsur nilai dan sistem norma sebagai kaidah untuk bertindak dalam kehidupan

D. Kerangka Berfikir

Masa remaja ialah masa pergantian dari anak-anak ke arah kedewasaan yang kerap dijumpai dengan berinteraksinya remaja dengan lingkungan di sekitarnya. Hal ini tentu mencakup interaksi remaja dengan teman sebaya, remaja seringkali menghabiskan banyak waktu dengan teman sebaya. Seiring dengan hal tersebut maka terdapat banyak kemungkinan terkait situasi yang dialami remaja terkait pertemanan, termasuk kecenderungan untuk melakukan perbandingan sosial.

Jika tingkat perbandingan sosial ini tinggi akan membuat remaja mengalami harga diri rendah, gangguan makan, dan emosi negatif seperti kemarahan, kekecewaan, keputusasaan, serta kesedihan. Emosi negatif yang timbul atas perbandingan sosial yang dilakukan akan memengaruhi ketidakpuasan terhadap tubuh yang dimiliki. Ketika perbandingan sosial remaja tinggi, maka ketidakpuasan tubuh menjadi semakin tinggi dan begitu pula sebaliknya.



Gambar 1. Kerangka Berfikir

E. Hipotesis

H_0 = tidak terdapat pengaruh *social comparison* terhadap tingkat *body dissatisfaction* pada remaja akhir di kota Samarinda.

H_1 = terdapat pengaruh *social comparison* terhadap tingkat *body dissatisfaction* pada remaja akhir di kota Samarinda.