

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang Masalah

Tuhan pada dasarnya menciptakan tubuh manusia paling sempurna dibandingkan dengan makhluk-makhluk yang lainnya. Tuhan telah mempertimbangkan apa yang dibutuhkan oleh manusia itu sendiri, namun terkadang manusia kurang puas terhadap apa yang telah diberikan oleh Tuhan kepada kita sebagai ciptaan-Nya. Perkembangan jaman yang telah maju dan dapat dengan mudah mengubah cara berpikir seseorang dalam segala hal, khususnya dalam cara berpikir tentang perkembangan fisik yang mereka alami.

Salah satu fase dalam kehidupan manusia yang banyak mengalami perubahan pada bentuk fisik adalah fase remaja. Remaja adalah masa saat terjadinya perubahan-perubahan yang cepat, termasuk perubahan fundamental. Sebagian remaja mampu mengatasi transisi ini dengan baik, karena pada usia tersebut remaja memiliki tugas perkembangan yaitu menerima keadaan fisik dan dapat menggunakannya secara efektif. Tidak semua remaja mampu memenuhi tugas-tugas perkembangan tersebut dengan baik, malahan bisa jadi mengalami permasalahan. Permasalahan remaja salah satunya adalah perubahan fisik yang banyak dirasakan oleh remaja awal ketika mereka mengalami pubertas.

Pada tahap remaja akhir, terjadi proses life span yang membedakannya dari fase lainnya dari perkembangan manusia. Remaja mengalami perkembangan biologis, kognitif dan sosio-emosional yang berkaitan erat. Perkembangan biologis pada remaja meliputi perkembangan struktur tulang, berat badan, seksual

primer seperti kematangan organ-organ seksual, dan seksual primer berupa pertumbuhan bentuk fisik sesuai dengan jenis kelaminnya seperti pembesaran payu dara dan pembesaran pinggul pada remaja putri, pembesaran suara, dan rambut wajah pada remaja putra. Pada perkembangan kognitif remaja mengalami perkembangan tahap operasional formal, remaja tidak lagi terbatas pada pengalaman nyata dan konkret sebagai landasan berpikirnya. Mereka mampu membayangkan situasi rekaan, kejadian yang semata-mata berupa hipotesis ataupun proposisi abstrak, dan mengolahnya menjadi pemikiran logis seiring dengan sifat abstrak dari pemikiran operasional formal pada remaja, muncul juga pemikiran yang penuh idealisme dan kemungkinan-kemungkinan. Remaja mulai memikirkan secara luas mengenai karakteristik ideal, kualitas yang diinginkannya sendiri atau yang diinginkan ada pada orang lain (Piaget dalam Santrock, 2006).

Dengan adanya perkembangan fisik dan psikologis yang terjadi pada perkembangan remaja, remaja sudah dapat mengevaluasi perubahan bentuk tubuhnya, juga memiliki gambaran ideal mengenai bentuk tubuh yang diinginkan. Cash (1994) menyatakan bahwa citra tubuh atau gambaran tubuh merupakan evaluasi dan pengalaman afektif seseorang terhadap atribut fisik, bisa dikatakan investasi pengalaman merupakan bagian utama dari evaluasi diri seseorang. Na'Imah dan Raharjo (2008) menerangkan bahwa penilaian remaja terhadap tubuhnya atau citra tubuh berkaitan dengan reaksi orang lain terhadap remaja itu, perbandingan perkembangan fisik dengan orang lain dan perbandingan dengan *cultural ideal*. Citra tubuh bagi remaja merupakan suatu hal yang penting, karena pada masa remaja seseorang banyak mengalami perubahan, baik secara

fisik maupun psikis. Perubahan yang pesat ini menimbulkan respon tersendiri bagi remaja berupa tingkah laku yang sangat memperhatikan bentuk tubuhnya. Kepedulian terhadap penampilan dan citra tubuh yang ideal dapat membuat remaja membandingkan dirinya dengan orang lain, berkaitan dengan patokan ideal tersebut.

Tidak semua remaja mengalami perubahan bentuk fisik yang sama, perubahan fisik tersebut juga belum tentu sesuai dengan apa yang diinginkannya seperti bentuk ideal yang dibentuknya. Kesenjangan antara bentuk tubuh remaja dengan bentuk idealnya dapat mengarahkan pada ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh atau citra tubuh yang negatif (Na'imah dan Raharjo, 2008).

Pengaruh media massa dalam memberikan gambaran mengenai bentuk fisik dan penampilan yang menarik dapat mempengaruhi pola pikir remaja, dengan adanya figur ideal sebagai idola para remaja seperti video musik, dan tayangan-tayangan televisi yang menampilkan figur dengan penampilan menarik (Sherman dan Dominick dalam Santrock, 2006).

Pada remaja yang sudah selesai masa pubertasnya (remaja akhir) permasalahan fisik yang terjadi berhubungan dengan ketidakpuasan terhadap keadaan fisik yang dimiliki dibandingkan dengan kondisi fisik ideal yang diinginkan. Pope, Philips, dan Olivardia (2000) menunjukkan bahwa perempuan lebih memperhatikan penampilan fisik dibandingkan laki-laki. Penampilan ini bukan berarti penampilan fisik yang menarik hanya pada perempuan saja, tetapi laki-laki pun terkadang memperhatikan penampilan mereka. Ketidakpuasan terhadap citra tubuh pada remaja perempuan umumnya mencerminkan keinginan untuk menjadi lebih langsing.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan sebuah wawancara singkat pada subjek penelitian mengenai persepsinya terhadap figur ideal dan bentuk fisik yang diinginkan. Hasil wawancara yang dilakukan adalah sebagai berikut :

"aku sering bandingin bentuk tubuh, rambut atau penampilanku sama artis, biasanya kalo mau potong rambut ku pikir-pikir dulu, model rambut artis yang bagus dan cocok buatku itu yang mana sih... biasanya sih aku ngikutin model rambut Agnes Monica atau penampilannya Dea Ananda, soalnya mereka keliatannya selalu *up to date* modelnya dan bentuk tubuhnya juga bagus, jadi kayaknya aku cocok kali ya kalo bisa kaya gitu..." (sumber : hasil wawancara, 2011)

Survey yang dilakukan majalah perempuan *Glamour*, menunjukkan bahwa dari 4000 remaja perempuan, hanya 19% saja yang merasa puas akan tubuhnya, dan sisanya 81 % merasa tidak puas. Berikut penulis mencantumkan sebuah artikel yang diambil dari sebuah media cetak.

"gue mau banget punya badan langsing. Soalnya temen-temen gue men-*support*" untuk mempunyai badan yang langsing. Gue juga mengonsumsi suplemen untuk memperlancar gue tubuh yang indah, yah meskipun ada efek sampingnya, tapi ya.. ga apa-apa lah. Hehe" (*Kompas* 10 juli 2009).

Fenomena di atas menunjukkan adanya ketidakpuasan terhadap citra tubuh pada seorang remaja putri.

Pada laki-laki, ketidakpuasan terhadap tubuhnya juga muncul karena keinginan untuk menjadi lebih besar, lebih tinggi dan berotot (Evans, 2008). Hal ini disebabkan karena adanya figur ideal yang menjadi panutan yang dapat diperoleh dari faktor luar seperti media. Media dapat mempengaruhi gambaran ideal akan sosok tubuh seseorang, baik itu laki-laki maupun perempuan. Semakin sering melihat sosok tubuh sempurna, maka semakin besar obsesi untuk bisa

seperti model dalam majalah (Harmatz, Gronendyke, dan Thomas dalam Andea, 2010)

Dalam perkembangan fisik yang terjadi pada remaja, remaja memiliki gambaran ideal tentang tubuh yang mereka inginkan, mereka selalu disibukkan dengan tubuh mereka dan mengembangkan citra individual mengenai gambaran tubuh mereka, gambaran tubuh inilah yang dikenal dengan *body image* (citra tubuh) yaitu bagaimana remaja memandang dan menilai tubuhnya sendiri (Wright dalam Santrock, 1995).

Ketidaksesuaian antara tubuh yang dipersepsi oleh remaja dengan bentuk idealnya akan menimbulkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya, pada masa ini muncul bahaya psikologis, yaitu munculnya konsep terhadap tubuh yang negatif dan realistis karena bentuk tubuh yang dilihat tidak sesuai dengan bentuk tubuh yang diharapkan (Hurlock, 1999).

Citra tubuh bagi remaja merupakan suatu hal yang penting, karena pada masa remaja seseorang banyak mengalami perubahan, baik secara fisik maupun psikis. Perubahan yang pesat ini menimbulkan respon tersendiri bagi remaja berupa tingkah laku yang sangat memperhatikan bentuk tubuhnya. Kepedulian terhadap penampilan dan citra tubuh yang ideal dapat mengarah kepada upaya obsesif seperti mengontrol berat badan. Pada umumnya remaja melakukan diet, berolahraga, melakukan perawatan tubuh, mengkonsumsi obat pelangsing dan lain-lain untuk menyempurnakan fisik mereka.

McCabe dalam Na'Imah dan Raharjo (2008), menyatakan citra tubuh mempunyai keterkaitan dalam tiga komponen yaitu (1) komponen persepsi,

dimana komponen ini memperlihatkan sejauh mana ketepatan individu dalam memperkirakan keseluruhan tubuhnya. (2) komponen sikap, dimana komponen sikap ini berhubungan dengan kepuasan individu terhadap tubuhnya, perhatian individu terhadap tubuhnya, kognisinya, evaluasi serta kecemasan individu terhadap penampilan tubuhnya serta (3) komponen tingkah laku, dimana komponen tingkah laku ini menitik beratkan pada penghindaran individu dari situasi yang menyebabkan individu mengalami ketidaknyamanan yang berhubungan dengan penampilan fisiknya.

Cara berpikir remaja termasuk mengenai perkembangan fisik tidak lepas kaitannya dengan informasi dan norma-norma yang ada. Informasi yang paling mudah untuk diserap oleh pikiran seseorang adalah informasi yang ditampilkan dalam media massa. Hal ini membuat seseorang melihat bentuk fisik dari artis di media massa dan kemudian membandingkan keadaan diri sendiri dengan bentuk yang di tampilkan oleh artis tersebut.

Komparasi sosial adalah suatu teori yang menjelaskan bagaimana individu mengevaluasi diri mereka sendiri dan keinginan untuk membandingkan diri mereka dengan orang lain. Festinger (1954) dalam Jones (2001) menyatakan Teori komparasi sosial merupakan suatu dorongan didalam individu untuk mencari gambaran diluar dirinya untuk mengevaluasi pendapat dan kemampuan mereka. Gambaran ini mengacu pada realitas fisik atau dalam perbandingan dengan orang lain. Orang-orang mencari gambaran yang di bentuk oleh orang lain yang dapat diterima dan realistis, dan selanjutnya membuat perbandingan antara mereka sendiri, orang lain dan gambaran yang ideal .

Pada teori komparasi sosial disebutkan bahwa manusia secara alami didorong untuk mengevaluasi diri sendiri. Evaluasi diri merupakan suatu fenomena normatif yang menghasilkan informasi penting untuk kelangsungan hidup dan adaptasi pada suatu lingkungan, interaksi sosial, kognitif eksplorasi diri, dan afektif *self-assessment* (Buunk & Mussweiler, 2001). Arah evaluasi diri melalui proses perbandingan sosial dimana individu membandingkan dimensi yang ada pada dirinya (misalnya penampilan fisik) dengan orang lain. Proses komparasi sosial ini dapat dikonseptualisasikan dalam 3 langkah utama: 1) Seleksi, 2) Perbandingan dan, 3) Evaluasi (Mussweiler, 2003). Festinger (1954) menyatakan proses seleksi memiliki tiga mekanisme standar yang harus dimunculkan, yang kemudian dapat mempengaruhi seleksi setandar. Dalam mencari seleksi standar yang relevan, seseorang harus memiliki aksesibilitas yang tinggi, jika standar seleksi semakin besar maka kemungkinan seseorang akan berfikir semakin tinggi. Setelah standar dipilih untuk perbandingan, maka selanjutnya menentukan figur tertentu dari standar dan target dasar perbandingan yang sudah ditentukan.

Untuk membandingkan diri dengan orang lain, individu harus mengetahui kemampuan orang-orang dalam standar perbandingan, yang dipilih dalam proses ini harus memilih fitur standar dan menentukan pengaruh komparatif yang kritis dan evaluasi dengan cara-cara menentukan rujukan informasi yang digunakan untuk menghasilkan pengetahuan target, yang pada akhirnya menghasilkan konsekuensi perbandingan. Secara khusus, proses-proses ini cenderung untuk menentukan aspek target yang diaktifkan selama perbandingan. Standar seleksi

dan fokus featural mengatur tahap informasi untuk perbandingan konsekuensi. Evaluasi mempunyai peran dalam perbandingan, proses evaluasi diri sangat dipengaruhi oleh perbandingan secara khusus, mengevaluasi kemampuan akan cenderung untuk membendingkan diri dengan orang lain. Tahap evaluasi merupakan tahapan yang menunjukkan aktivitas pemrosesan perbandingan, dimana hal tersebut dilakukan untuk menentukan hasil evaluasi komparatif. Tahap proses perbandingan tersebut terjadi dengan melibatkan pengetahuan yang diperlukan untuk mengevaluasi informasi dasar guna mengkonsekuensikan hasil perbandingan. (Mussweiler, 2003).

Para remaja akan melakukan apa saja untuk membuat fisik mereka sama seperti figur yang mereka idolakan, salah satunya adalah dengan cara mengkomparasi dirinya dengan artis. Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Thomson dalam Jones (2001) menemukan masalah dalam remaja yang mengkomparasi dengan artis yang ada, remaja putri yang sering melakukan komparasi sosial cenderung memiliki tingkat ketidakpuasan tubuh yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja putri yang melakukan komparasi sosial dengan frekuensi lebih rendah. Hubungan negatif tersebut terjadi karena target komparasi sosial adalah para artis yang telah direkayasa sedemikian rupa sehingga tampil sebagai representasi yang sempurna (Na'Imah dan Raharjo, 2008:167).

Kehadiran artis melalui media massa menjadi model yang sangat menarik untuk dijadikan target komparasi oleh remaja karena dianggap sebagai figur ideal yang diinginkan oleh remaja. Citra yang muncul di media massa menjadi objek yang menarik untuk diamati, dan dijadikan standar sosial mengenai kriteria daya

tarik. Informasi yang disampaikan media massa ikut memberi kontribusi terhadap pandangan dan nilai-nilai mengenai bentuk fisik yang berkembang dimasyarakat termasuk pada remaja, terutama dimedia cetak, yang memungkinkan remaja untuk dapat mengamati dengan lebih seksama dibandingkan dengan media elektronik (Jaehae Jung, 1995).

Pengaruh media pada persepsi bentuk tubuh, telah menjadi salah satu krisis yang paling signifikan dalam kehidupan para remaja. Sumber media massa, termasuk iklan, industri *fashion*, video musik semua cenderung untuk memanipulasi masyarakat melalui realitas. Seiring dengan pemasaran produk, media cenderung memanfaatkan berbagai bentuk media psikologi. Hal ini tentunya dapat mempengaruhi standar kecantikan atau yang dikenal sebagai "gambar tubuh sempurna" bagi masyarakat terutama remaja. Akibat dari munculnya gambar dari publik figur dalam media tersebut, membuat para remaja cenderung menjunjung tinggi gambaran selebriti favorit mereka atau model yang disajikan dalam media ke dalam pikiran mereka. Remaja dapat mengikuti serangkaian langkah-langkah yang mungkin berbahaya karena ketidakpuasan akan tubuh mereka, dengan demikian media berpengaruh terhadap pikiran remaja akan citra tubuh, untuk memvisualisasikan dan menjunjung tinggi gambar-gambar tubuh yang tidak sesuai dengan kenyataan, dari layar televisi dan iklan majalah terhadap diri mereka sendiri. (McCabe, Ricciardelli, Mellor, Ball, 2005).

Remaja perlu mendapatkan informasi yang tepat tentang media massa itu karena dari situlah remaja memperoleh objek pembandingan untuk pembentukan citra tubuh-nya secara sehat. Sementara itu, sulit sekali membuat *filter* agar

remaja dapat melakukan seleksi objek komparasi sosialnya. Hal inilah yang memungkinkan remaja bermasalah dalam pembentukan citra tubuh-nya.

Proses komparasi sosial yang terjadi pada perkembangan remaja didasari oleh keinginan untuk berafiliasi, di terima dalam kelompok dan pembentukan identitasnya. Remaja melihat keadaan disekitarnya dan melakukan perbandingan, perbandingan ini membuat remaja memiliki citra tubuh yang diinginkan seperti bentuk idealnya. Bentuk ideal pada remaja dapat terbentuk dari tampilan figur yang di tunjukkan dalam media massa (Jones, 2001)

Penelitian ini mengambil lokasi di Surabaya dikarenakan lokasi ini merupakan salah satu kota besar di Indonesia dimana kebutuhan materil dan kepuasan hidup lebih tinggi dibandingkan kota kecil lainnya. Kemampuan untuk mengikuti penampilan artis pun lebih memungkinkan untuk terjadi karena budaya kota yang lebih modern. Berbagai masalah seperti yang disebutkan di atas terjadi di kota Surabaya. Penelitian-penelitian terdahulu mengenai proses pembentukan citra tubuh dengan melakukan komparasi sosial terjadi di luar negeri dan memiliki kondisi dan budaya yang berbeda, tentu saja perkembangan dan pembentukan kognisi remaja mengenai citra tubuh dapat berbeda, oleh karena itu peneliti ingin mencoba mengetahui bagaimana proses pembentukan citra tubuh melalui komparasi sosial pada figur ideal seperti artis jika diteliti di Surabaya.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti ingin mengambil Judul “Pengaruh Komparasi Sosial Pada Penampilan Fisik Artis di Media Massa Terhadap *Body image* (Citra tubuh) Remaja Akhir Di Surabaya”

1.2. Identifikasi Masalah

Dalam perkembangan fisik yang terjadi pada remaja, remaja memiliki gambaran ideal tentang tubuh yang mereka inginkan. Para remaja akan melakukan apa saja untuk membuat fisik mereka sama dengan yang mereka idolakan, salah satunya adalah dengan cara mengkomparasi dirinya dengan artis. Kehadiran artis melalui media massa menjadi model yang sangat menarik untuk dijadikan target komparasi oleh remaja karena dianggap sebagai representasi figur ideal yang sesuai dengan standar nilai-nilai sosiokultural.

Pengaruh media pada persepsi bentuk tubuh, telah menjadi salah satu krisis yang paling signifikan dalam kehidupan para remaja. Akibatnya, para remaja cenderung menjunjung tinggi gambaran selebriti favorit mereka atau model yang disajikan dalam media, ke dalam pikiran mereka. Ketidaksesuaian antara tubuh yang dipersepsi oleh remaja dengan bentuk idealnya akan menimbulkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya. Pada akhirnya, menyebabkan mereka untuk mengikuti melalui serangkaian langkah-langkah yang mungkin berbahaya karena ketidakpuasan akan tubuh mereka.

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Thomson dalam Jones (2001) menemukan masalah bahwa remaja putri yang sering melakukan komparasi sosial cenderung memiliki tingkat ketidakpuasan tubuh yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja putri yang melakukan komparasi sosial dengan frekuensi lebih rendah.

1.3. Batasan Masalah

Penelitian ini hanya meneliti remaja akhir yang berusia 15-19 tahun, remaja yang tinggal di Surabaya, dan memiliki perbandingan kondisi fisiknya terhadap kondisi fisik artis sebagai figur idealnya.

1.4. Rumusan Masalah

Apakah komparasi sosial pada penampilan fisik artis di media massa berpengaruh terhadap citra tubuh remaja akhir di kota Surabaya?

1.5. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengaruh komparasi sosial pada penampilan fisik artis di media massa terhadap citra tubuh remaja akhir di kota Surabaya.

1.6. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memperoleh manfaat baik secara teoritis maupun manfaat secara praktis. :

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan agar dapat menambah khasanah ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi sosial dan perkembangan mengenai pengaruh komparasi sosial pada penampilan fisik artis di media massa terhadap citra tubuh remaja akhir di Surabaya.

2. Manfaat praktis

a. Remaja dapat memahami lebih jauh mengenai pengaruh dari membandingkan kondisi fisik diri dengan kondisi fisik artis sebagai bentuk idealnya.

- b. Orang-tua yang memiliki anak remaja dapat memberikan pengarahan dan informasi yang tepat mengenai perkembangan fisik yang terjadi pada remaja dan membantu memahami bentuk fisik yang ideal pada remaja
- c. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan penelitian ini sebagai referensi untuk meneliti konsep komparasi sosial pada figur ideal dan citra tubuh pada remaja akhir.