

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Masa pertumbuhan yang cenderung stabil akan perubahan ialah masa dewasa, yaitu ketika individu sudah melewati masa kanak-kanak sampai masa remaja sehingga memiliki banyak waktu yang dibutuhkan untuk menjadi dewasa yang matang (Santrock, 2012). Dewasa ialah masa dimana individu siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya karena telah menyelesaikan pertumbuhannya. Masa dewasa berlangsung dengan tiga tahapan, pertama yaitu masa dewasa dini atau awal berlangsung pada usia 18 tahun sampai usia 40 tahun, kedua ialah masa dewasa madya yang berlangsung pada usia 40 tahun sampai usia 60 tahun, lalu ketiga masa dewasa lanjut-*senescence*, atau usia lanjut yang dimulai pada usia 60 tahun sampai kematian. Puncak efisiensi dari masa dewasa biasanya dicapai pada usia pertengahan dua puluhan (Hurlock, 2005). Hal tersebut sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Santrock (2012) bahwa puncak performa fisik seringkali terjadi pada usia 19 sampai 26 tahun.

Individu pada masa dewasa sudah memiliki pengalaman akan tiap perubahan yang terjadi pada bentuk tubuhnya, karena pada saat remaja telah mengalami pubertas seperti penambahan massa lemak tubuh dan massa otot. Sehingga lebih merasa puas dan dapat menerima bentuk tubuhnya (Santrock, 2003). Namun kenyataannya pada

saat ini, banyak individu dewasa yang melakukan operasi plastik seperti Nikita mirzani, Bella Shofie, Nita Thalia, Femmy Permatasari, Widy Soediro, Awkarin dan masih banyak pula artis di Indonesia yang merubah bentuk tubuhnya (Setiawan, 2019). Bukan hanya perempuan saja namun banyak pula laki-laki yang kurang puas akan tubuhnya, seperti pada aktor tanah air, Ivan Gunawan dan Roy Kiyoshi yang secara terang-terangan mengakui melakukan operasi plastik agar penampilannya semakin menawan (Akmala, 2019).

Persepsi, keyakinan, pikiran dan tindakan individu mengenai penampilan, seperti ukuran dan bentuk tubuhnya, disertai dengan sikap terhadap karaktetik dari anggota tubuhnya disebut pula dengan *Body Image* (Cash, 2008), jadi *Body Image* ialah penilaian individu terhadap penampilan fisiknya, ditinjau dari bagaimana individu mempersepsi, pikiran, perasaan, tindakan serta sikap mengenai penampilan fisik. *Body Image* memiliki lima aspek, yaitu 1) *appearance evaluation* (evaluasi penampilan) individu mengevaluasi atau mengukur dirinya dari segi penampilan dan keseluruhan tubuh, 2) *appearance orientation* (orientasi penampilan) Individu memperhatikan dirinya sendiri serta berusaha melakukan perombakan untuk memperbaiki dan meningkatkan kemampuan dirinya, 3) *body areas satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik, seperti tubuh bagian atas, tengah atau bawah, 4) *overweight preoccupation* (kecemasan untuk menjadi gemuk) mengukur kecemasan individu terhadap berat badan ataupun kegemukan, kewaspaan terhadap berat badan,

kecenderungan diet untuk menurunkan berat badan dan membatasi pola makan, 5) *self classified weight* (pengkategorian tubuh) mengukur akan persepsi individu terhadap dirinya sendiri dan menilai berat badan dari sangat kurus sampai sangat gemuk (Cash dan Pruzinky, 2002).

Body Image memiliki dua kategori, yakni *Body Image* positif dan *Body Image* negative. Individu yang memiliki *Body Image* positif akan cenderung merasa puas terhadap kondisi tubuhnya, sehingga mempunyai harga diri, penerimaan jati diri, dan rasa percaya diri yang tinggi serta kepedulian terhadap kondisi badan dan kesehatannya sendiri, selain itu memiliki kepercayaan diri ketika menjalin hubungan dengan orang lain. Sedangkan individu yang memiliki *Body Image* yang negatif akan cenderung merasa tidak puas atau malu terhadap kondisi tubuhnya sehingga tidak jarang menimbulkan depresi, memiliki harga diri, penerimaan diri serta rasa percaya diri yang rendah atau bahkan merasa dirinya tidak berarti (Winayu, 2010).

Adanya pengalaman perubahan bentuk tubuh dari masa kanak-kanak sampai remaja, membuat individu dewasa dapat menjalankan gaya hidup yang memuaskan secara emosional sesuai dengan pilihannya sendiri dan mencapai puncak performa fisiknya. Sehingga individu dewasa diharapkan memiliki *Body Image* yang positif (Santrock, 2012). Namun yang banyak terjadi pada saat ini adalah individu tidak merasa puas akan penampilan fisiknya dan melakukan perubahan bentuk tubuh dengan cara olahraga berlebihan dan menjaga pola makannya seperti Ridho D'Academy yang rutin menjalani fitness untuk membuat tubuhnya berotot dan menunjang

penampilannya, selain itu ada pula Miller Khan, Randy Pangalila, Fero Walandouw, Baim Wong, Mike lewis dan banyak aktor lainnya (Akmala, 2018). Selain olahraga dan mengatur pola makan, banyak pula yang melakukan tanam benang dan make up, seperti Widi Vierratale, Femmy Permatasari, Ariel Tatum, Aurel Hermansyah, dan Bunga Zaenal (Tribun Manado, 2019). Dan ada pula yang melakukan operasi plastik seperti Nikita mirzani, Bella Shofie, Nita Thalia, Femmy Permatasari, Widy Soediro, Awkarin dan masih banyak pula artis di Indonesia yang merubah bentuk tubuhnya (Setiawan, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Sumanty, Sudirman, dan Puspasari (2018), yang meneliti 332 subjek juga menunjukkan persentase terbesar ialah *Body Image* yang negative. Penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 175 orang memiliki kriteria *Body Image* negative dengan persentase 52.7 %. Hal itu menunjukkan bahwa subjek yang memiliki *Body Image* negative lebih banyak dibandingkan 157 orang yang memiliki kriteria *Body Image* positif dengan persentase 47.3 %.

Selain itu, dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti dari 5 (lima) mahasiswa dewasa di Universitas Mercu Buana Yogyakarta, pada tanggal 17-25 Oktober 2018, mengungkapkan merasa tidak puas dengan tubuhnya. karena itu perempuan memaksimalkan penampilannya walaupun terkendala pula dengan ukuran tubuhnya. Sedangkan pada satu subjek, sudah menerima keseluruhan tubuhnya dan penampilannya. Hal tersebut diungkap dari beberapa pertanyaan yang berpedoman pada aspek-aspek *Body Image*. Pada aspek *Appearance Evaluation*, 4 (empat) subjek

menilai tidak puas dengan fisik serta penampilan, sehingga hanya memfokuskan beberapa bagian saja, sedangkan 1 (satu) subjek menyatakan sudah puas serta menerima fisiknya dan puas akan penampilannya. Pada aspek *Appearance Orientation*, subjek sangat memperhatikan penampilannya sehingga sesuai dengan fisiknya, 4 (subjek) berusaha mengoptimalkan penampilan dengan merawat diri seperti menggunakan krim wajah, body lotion, lulur dan lain sebagainya, sedangkan 1 (satu) subjek tampil apa adanya.

Pada aspek *Body Areas Satisfaction*, ditemukan bahwa 4 (subjek) merasa tidak puas akan fisiknya dan mencoba merubahnya, seperti mengubah gaya rambut menjadi lurus, sulam alis dan sebagainya, sedangkan 1 (satu) subjek juga merasa tidak puas akan tubuhnya tetapi tidak berniat untuk merubahnya. Pada aspek *Overweight Preoccupation*, subjek mengemukakan cemas apabila berat badan naik. Pada aspek terakhir, yaitu *Self-Classified Weight*, subjek menilai bahwa berat badannya jauh dari kategori ideal. Dari hasil wawancara diperoleh bahwa individu dewasa tidak puas akan fisik dan penampilannya, berusaha mengoptimalkan penampilan, merubah fisiknya, cemas apabila berat badan naik, serta merasa memiliki tubuh yang jauh dari kata ideal, pandangan tersebut mengasumsikan bahwa perempuan dewasa memiliki *Body Image* yang negatif (Winayu, 2010).

Peneliti juga melakukan observasi pada 5 mahasiswa dewasa Universitas Mercu Buana Yogyakarta saat berada dikos daerah Gamping, Yogyakarta. Dari hasil observasi peneliti menemukan gejala *Body Image* yang negatif pada 5 (lima)

mahasiswa, yaitu tidak puas akan bentuk tubuhnya, untuk itu subjek berusaha untuk menurunkan berat badannya karena merasa cemas dan tidak nyaman saat kelebihan berat badan. Dalam melakukan usaha pembentukan tubuh yang menarik serta penurunan berat badan, subjek melakukan ragam yang berbeda seperti pada 3 (tiga) subjek melakukan olahragasetiap hari dan mengontrol pola makan bahkan dengan sengaja tidak makan nasi, dan 2 (dua) subjek mengontrol pola makan dan meminum teh herbal pelancar pencernaan dan penurun berat badan. Namun semua usaha tersebut yaitu untuk menurunkan berat badan, dan untuk keseluruhan, semua subjek merasa cemas saat kenaikan berat badan, dilihat dari semua subjek memiliki timbangan berat badan dan selalu mengukurnya setiap hari. Dari hasil observasi yang diperoleh diketahui bahwa individu dewasa tidak puas dengan tubuhnya, sehingga ia berusaha menurunkan berat badannya karena cemas akan kenaikan berat badannya. Perilaku ketidakpuasan merupakan perilaku individu yang memiliki *Body Image* negatif (Winayu, 2010). *Body Image* negative akan mendorong individu melakukan berbagai cara dan upaya untuk membuat keinginan fisik ideal terwujud, mulai dari perawatan hingga melakukan berbagai perubahan pada tubuh yang dirasa kurang sesuai dengan keinginannya (Khulsum, 2014).

Banyaknya permasalahan dewasa mengenai penerimaan tubuhnya, dikarenakan adanya beberapa faktor yang mempengaruhi yaitu 1) Persepsi, yaitu proses penginderaan yang membentuk suatu kesan tertentu yang sifatnya subjektif,. 2) Sosiokultural, pada faktor sosiokultural terdapat pengaruh disekitar lingkungan

individu dan bagaimana cara budaya mengkomunikasikan norma-norma tentang penampilan fisik, dan ukuran tubuh yang menarik. 3) Perkembangan yaitu pengalaman-pengalaman individu terhadap perubahan tubuhnya dari masa kecil hingga dewasa (Thompson, 2000).

Selain dari faktor yang telah disebutkan adapula faktor lain yaitu *Beauty Vlogger*, hal ini diungkapkan oleh Ogden (2000) bahwa konten media sosial seperti pada konten *Beauty Vlogger* yang menampilkan peran model yang menarik mempengaruhi individu untuk meniru, sehingga individu akan berusaha untuk tampil seperti idolanya, apabila harapan yang diinginkan tidak tercapai maka dapat membuat ketidakpuasan individu akan dirinya. Selain itu dibuktikan dari hasil penelitian Badriya (2018) bahwa *Beauty Vlogger* mempengaruhi *BodyImage* individu *NetGeneration* ditinjau dari bagaimana individu berpersepsi mengenai *Beauty Vlogger*, individu menganggap dikatakan cantik apabila sesuai dengan *Beauty Vlogger* yang diikutinya

Pada penelitian ini peneliti menitikberatkan pada *Beauty Vlogger*, *Beauty Vlogger* yaitu *influencer* yang membagikan informasi-informasi terkait dengan kecantikan, serta mengajarkan keterampilan tertentu dan menggambarkan bagaimana melakukan tutorial kecantikan dengan berbagai konten melalui klip video yang kemudian di posting pada platform YouTube (Choi dan Behm-Morawitz, 2017). *Beauty Vlogger* dipilih menjadi faktor yang paling berpengaruh karena sesuai hasil wawancara yang dilakukan pada 25 mahasiswa Universitas

Mercubuana Yogyakarta pada tanggal 14 November 2019, diperoleh 22 diantaranya mengemukakan bahwa individu dewasa ingin tampil cantik dan memiliki tubuh yang menarik dipengaruhi oleh banyaknya aktifitas dalam penggunaan internet, seperti menggunakan media sosial *Youtube* dan *Instagram* yang kini menjadi hiburan bagi dewasa masa kini. Sehingga individu banyak mempersepsikan kata cantik dan berpenampilan menarik sesuai dari tayangan atau konten yang dikonsumsi, setelah itu individu mulai sering menonton konten Beauty Vlogger yang berisikan tutorial supaya memiliki penampilan yang menarik dan percaya diri saat bersosial media dan bertatap muka dengan oranglain.

Selain itu, juga disebabkan karena dewasa masa kini merupakan *Net Generation*, yaitu generasi yang hidup berdampingan dengan dunia digital ataupun komputer yang dapat mengakses informasi dimanapun dan kapanpun dibutuhkan, termasuk dalam mengakses informasi mengenai penampilan yang menarik dengan menyaksikan berbagai konten melalui internet (Dheny, 2011). Karakter dari *Net Generation* yaitu generasi yang menginginkan kebebasan dalam segala hal yang diperbuat, kustomisasi atau berbuat sesuai selera, merupakan *scrutinizer* yakni menyukai adanya transparansi dalam informasi, integritas dan keterbukaan, menyukai hiburan dan permainan, mengandalkan kolaborasi dan relasi, slalu menginginkan kecepatan, serta merupakan inovator (Tapscott,2013).

Gejala yang ditimbulkan dari internet, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh *The Lancet Child and Adolescent Healt*, menunjukkan bahwa individu

cenderung merasa kurang bahagia dan cemas, sehingga rentan mengalami efek negatif dari penggunaan internet. Namun perempuan dewasa lebih rawan mengalami depresi karena kasus perundungan online, dibandingkan pria dewasa (Sulaiman, 2019). *Net Generation* juga memiliki dampak negatif, karakteristik selalu menginginkan kecepatan mengakibatkan tidak adanya momen ketenangan, selain itu dapat menimbulkan tekanan dan mengindap stress (Tapscott, 2013).

Sesuai dari karakteristik individu dewasa pada *Net Generation*, diharapkan mampu membedakan antara yang fiksi di dunia maya dan yang nyata, selain itu memiliki integritas yang kuat, sadar dan bertanggungjawab (Tapscott, 2013). Namun saat penggunaan internet, individu akan banyak diperlihatkan tayangan atau gambar yang berhubungan dengan kontruksi tubuh seperti tubuh yang terlihat ramping, supermodel, *figure* menarik dan lain sebagainya yang menyebabkan indivisu dewasa memiliki minat akan kontruksi tubuh dan membuat persepsi akan setiap tampilan model yang diperlihatkan dari dunia maya (Winarni, 2010). Setelahnya individu akan memberikan persepsi tentang tubuhnya dengan membandingkan dengan tayangan yang disaksikan, apabila tidak sesuai, maka akan memunculkan rasa kecewa dan sedih terhadap tubuh (Thompson,2000).

*Net Generation*usia dewasa awal menjadikan media internet sebagai tolak ukur akan penampilan yang menarik, sehingga mempersepsikan media sosial dalam mengkontruksi tubuh yang ideal. Cara media bekerja untuk menumbuhkan minat pada penampilan salah satunya dengan proses kerja media yang menampilkan *figure*

menarik yang memberikan tutorial di hadapan publik, seperti *Beauty Vlogger* (Winarni, 2010). Individu yang mengakses konten *Beauty Vlogger* akan membandingkan antara persepsi tubuh dan penampilannya dengan penampilan yang diinginkan (Thompson, 2000). Setelah itu, Individu akan mempersepsikan bahwa dikatakan cantik dan menarik apabila sesuai dengan *Beauty Vlog* yang diikuti (Badriya, 2018). Sehingga apabila tidak sesuai, maka akan menimbulkan rasa kecewa, tidak percaya diri, sedih dan merasa kebutuhannya tidak terpenuhi (Thompson, 2000).

Seperti gejala sosial lain yang ditampilkan oleh media pada era *Net Generation*, kehadiran konten *Beauty Vlogger* juga memiliki efek bagi penontonnya. Efek yang ditimbulkan akibat menyaksikan konten *Beauty Vlogger* diantaranya individu merasa kurang puas dengan penampilan fisiknya sehingga ia akan merubah perilakunya agar terlihat cantik, salah satunya dengan penggunaan kosmetik sebagai penunjang penampilan yang menarik (Lestari, 2017). Ketidakpuasan akan penampilan menimbulkan perasaan kecewa, tidak percaya diri, sedih dan kebutuhan tidak terpenuhi, yang dapat menyebabkan kecenderungan untuk melakukan berbagai cara dan upaya untuk membuat keinginan terwujud, mulai dari perawatan hingga melakukan berbagai perubahan pada tubuh yang dirasa kurang sesuai dengan yang diinginkan (Khulsum, 2014).

Menurut Fardouly dan Rapee (dalam Sakina dan Dwiastuti, 2021) Individu seringkali membandingkan penampilan dirinya dengan penampilan orang lain dengan

cara menilai daya tarik individu lain yang lebih menarik, sehingga individu menginginkan untuk merubah penampilan sesuai hasil perbandingan dirinya. Sehingga *imitation* dan *modeling* kerap kali terjadi supaya individu memiliki penampilan menarik seperti pada *Beauty Vlogger*, hal ini sesuai dengan prinsip dasar dari Bandura.

Individu akan mengubah perilakunya mengenai penampilan dan tubuh setelah menyaksikan Vlogger yang memberikan tutorial menjadi menarik, individu dewasa juga mempelajari dan mengamati cara Vlogger melakukan perombakan pada tubuh dan penampilannya. Setelah itu, individu akan meniru cara yang digunakan para *Beauty vlogger* agar memiliki tubuh dan penampilan yang diinginkan (Syah, 2010). Bahkan individu dewasa kini banyak melakukan *tummy tuck* atau mengurangi lemak pada tubuh, *implant* payudara, pemotongan rahang, operasi hidung dan lain sebagainya (Yoa. 2019). Individu yang tidak puas dan tidak percaya diri terhadap kondisi tubuhnya sehingga merubah penampilan fisiknya, merupakan perilaku *Body Image* negatif (Winayu, 2010).

Namun menurut penelitian yang dilakukan Sakina dan Dwiastuti (2021) bahwa *media exposure* yang dalam hal ini ialah *Beauty Vlogger*. Memiliki hubungan yang positif terhadap tingkat kepercayaan diri individu, yakni individu percaya diri akan penampilannya sehingga menimbulkan *Body Image* yang positif. *BeautyVlogger* menjadi sarana untuk membantu memberikan informasi mengenai mempercantik

penampilan guna menunjukkan daya tariknya kepada orang lain (Sakina dan Dwiastuti, 2021).

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti tertarik meneliti *Beauty Vlogger* dengan *Body Image* pada dewasa *Net Generation*, dilatar belakang oleh perkembangan teknologi, dewasa generasi masa kini banyak menjadikan media sebagai tolak ukur kecantikan dan mempersepsikan media sebagai kontruksi tubuh (Winarni,2010). Sehingga banyak individu mengakses konten *Beauty Vlogger* dan membandingkan antara persepsi tubuh dan penampilannya dengan penampilan yang diinginkan (Thompson, 2000).setelah itu, Individu akan mempersepsikan bahwa dikatakan cantik dan menarik apabila sesuai dengan *Beauty vlogger* yang diikuti (Badriya,2018).

Sehingga apabila tidak sesuai akan menimbulkan rasa kecewa, tidak percaya diri, sedih dan merasa kebutuhannya tidak terpenuhi (Thompson, 2000). Perasaan kecewa, tidak percaya diri, sedih karena kurang puas dengan penampilan tubuh disebut pula dengan *Body Image* negatif (Winayu, 2010). Berdasarkan kesimpulan diatas apakah ada hubungan antara *Beauty Vlogger* dengan *Body Image* pada dewasa *Net Generation*?

B. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan

Berdasarkan uraian diatas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *Beauty Vlogger* dengan *Body Image* pada dewasa *Net Generation*.

2. Manfaat

a. teoritis

Manfaat yang diharapkan dari penelitian secara teoritis dari penelitian ini adalah dapat memberikan sumbangan informasi psikologi, khususnya psikologi perkembangan mengenai hubungan antara *Beauty Vlogger* dengan *Body Image* pada dewasa *Net Generation*.

b. Manfaat praktis

Adapun manfaat praktis, individu dewasa diharapkan berpersepsi sewajarnya pada *Beauty Vlogger* untuk meminimalisir kecenderungan rendahnya perilaku *Body Image* pada dewasa *Net Generation*.

BAB II
TINJAUAN PUSTAKA
A. BODY IMAGE

1. Pengertian *Body Image*

Body image menurut Cash (2008) merupakan persepsi, keyakinan, pikiran dan tindakan individu mengenai penampilan, seperti ukuran dan bentuk tubuhnya, disertai dengan sikap terhadap karakteristik dari anggota tubuhnya. Jadi *Body image* yaitu persepsi individu terhadap penampilan fisiknya, ditinjau dari bagaimana individu mempersepsi, pikiran, perasaan, tindakan serta sikap mengenai penampilan fisik. Schilder (2002) mendeskripsikan bahwa *Body image* diibaratkan sebagai “citra tiga dimensi yang dimiliki setiap orang tentang dirinya sendiri” : yaitu setiap individu dapat memvisualisasikan tubuhnya dari depan, samping, dan belakang, lalu memusatkan hasil visual tersebut sebagai persepsi mengenai tubuh yang terpadu. Santrock (2012) mengemukakan bahwa *Body image* merupakan sebuah aspek psikologis yang pasti terjadi dan berkaitan secara fisik bagi manusia, individu kini sangat memperhatikan tubuhnya serta mengembangkan citra dalam tubuhnya.

Body image menurut Xie dan Wijanarko (2017) yaitu persepsi terhadap diri sendiri, persepsi terhadap diri sangatlah penting, karena dapat mengetahui bagaimana individu menilai dirinya sendiri serta membantu menentukan banyak hal dalam