

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

*K-Pop* atau *Korean Pop* diartikan sebagai suatu bentuk spesifik dari musik yang tidak merujuk pada keseluruhan musik populer asli Korea, namun dihubungkan dengan “*idol music*”, sebuah sub-genre yang mewakili industri industri hiburan kaum muda yang berkaitan erat dengan industri musik secara digital (Ubonrat & Shin, 2007). Saat ini, industri *K-Pop* telah menarik banyak penggemar dari seluruh dunia karena kualitas musik yang bagus, fisik *idol* yang rupawan, talenta yang beragam serta lagu yang dirasakan penggemar berkaitan dengan kehidupannya, sehingga bagi beberapa penggemar hal tersebut dinilai mampu meningkatkan motivasinya untuk belajar (Alhamid, 2022). Nastiti (2010) menyebutkan faktor lain yang membuat remaja menyukai *K-Pop* adalah K-Drama serta fashion seperti pakaian, kosmetik, sepatu dan aksesoris lainnya yang dipakai oleh para *idol K-Pop*.

Penggemar *K-Pop* terus mengalami peningkatan secara signifikan setiap tahunnya. Twitter mencatat bahwa dari 7,5 miliar tweet tentang *K-Pop* pada periode 2020-2021, Indonesia menduduki peringkat teratas daftar dengan jumlah penggemar *K-Pop* terbanyak di Twitter, disusul oleh Jepang, Filipina, Korea Selatan, Amerika Serikat, dan lainnya (Javier 2021). Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Ahdiat (2022) menyatakan bahwa terdapat sekitar 62-68% penggemar *K-Pop* di Indonesia.

Di Indonesia sendiri penggemar *K-Pop* didominasi oleh kalangan remaja. Adapun survei *online* yang dilakukan kepada 70 orang penggemar *K-Pop* di beberapa kabupaten di Bali diketahui terdapat 66% penggemar *K-Pop* berada pada rentang usia 19 – 21 tahun, 26% berada pada rentang usia 15 – 18 tahun, dan 8% pada rentang usia di atas 21 tahun (Dewi dalam Dewi dan Komang, 2019). Maka disimpulkan bahwa penggemar *K-Pop* sebagian besar berada di kalangan remaja.

Santrock dalam Az Zahra dan Pravissi (2021) mengemukakan pendapatnya bahwa usia remaja dimulai dari 10 hingga 22 tahun. Menurut Santrock (2003) masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa, hal tersebut meliputi perubahan fisik secara keseluruhan, sosial-emosional, dan mental. Masa remaja merupakan masa dimana individu mencari jati dirinya dimana pada masa ini sangat tidak mudah untuk dilalui. Karena pada masa ini remaja bukan lagi anak-anak tetapi juga bukan orang dewasa. remaja memiliki tugas untuk mengembangkan kehidupannya, antara lain menerima fisiknya sendiri, mencapai kemandirian emosional dari tokoh, menemukan manusia sebagai model dan memperkuat pengendalian diri (Sunarni, 2015).

Dwiputri dan Maulina (2015) sebanyak 31 dari 45 penggemar mengungkapkan bahwa penggemar sering membandingkan fisik mereka dengan idola *K-Pop* perempuan yang dikagumi. Sejalan dengan hal tersebut menurut Koreaboo (2018) mengatakan bahwa banyak penggemar *K-Pop* yang menganggap diri mereka buruk karena terpengaruh oleh standar kecantikan idola *K-Pop* yang penggemar idolakan. Banyak remaja di Indonesia yang merupakan penggemar *K-*

*Pop* menjadikan *girlband* Korea Selatan menjadi sebagai salah satu standar atau konsep kecantikan yang individu inginkan (Mellicia & Utami, 2022).

Citra tubuh yang negatif dapat memengaruhi kesehatan mental individu (Yun, 2018). Menurut beberapa penelitian sebelumnya, citra tubuh negatif dapat menyebabkan perubahan mood berlebihan dan kecemasan pada individu (Millset al., 2018), depresi (Soares Filho et al., 2020), gangguan makan (Suarez-Albor et al., 2022), hingga dapat menyebabkan individu melakukan bunuh diri (Fitriyah & Rokhmawan, 2019). Selain itu, citra tubuh yang negatif juga dapat memengaruhi kualitas hidup seseorang, di mana individu dengan citra tubuh yang negatif umumnya merasa kurang puas dengan kehidupannya (Baceviciene et al., 2020).

Begitu pula hasil wawancara yang dilakukan oleh Uyun dan Shabira (2023) pada wawancara tersebut menyatakan bahwa remaja tersebut pernah menginginkan untuk memiliki bentuk tubuh yang sama dengan idolanya dan juga membandingkan dirinya dengan idola *K-Pop*, terlebih lagi dengan idola yang seusia dengan remaja tersebut.

Cash dan Pruzinsky (2002) mengatakan citra tubuh merupakan sebuah sikap yang dimiliki oleh seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif dan negatif. Lalu menurut menurut Thompson (2000), tingkat citra tubuh seseorang dapat dilihat dari seberapa puas mereka terhadap bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan juga penerimaan citra tubuh dipengaruhi oleh faktor sosial budaya, termasuk reaksi orang lain, perbandingan dengan orang lain, peranan individu, dan identifikasi terhadap orang lain.

Ada lima aspek citra tubuh yang terdapat dalam Cash dan Pruzinsky (2002), yaitu: a) Evaluasi penampilan, yaitu individu menilai penampilan keseluruhan tubuh, apakah memuaskan atau tidak. b) Orientasi penampilan, yaitu individu memberikan perhatian pada performa dirinya secara fisik serta usaha apa yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan diri. c) Kepuasan terhadap bagian tubuh, yaitu individu memberikan ukuran kepuasan terhadap bagian tubuhnya secara spesifik seperti muka, dan bagian tubuh secara keseluruhan. d) Kecemasan menjadi gemuk, yaitu perasaan takut dan cemas menjadi gemuk merupakan pengukuran kewaspadaan individu akan berat badan, kecenderungan untuk melakukan diet, dan membatasi pola makan. e) Pengkategorian ukuran tubuh yaitu, pengklasifikasian ukuran tubuh dimana individu mengukur dan menilai berat tubuhnya dari yang kurus sampai gemuk.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 18 hingga 21 april 2024 kepada 15 orang responden di Yogyakarta melalui wawancara yang disusun berdasarkan aspek menurut Cash dan Pruzinsky (2002) yaitu aspek evaluasi penampilan, aspek orientasi penampilan, aspek kepuasan terhadap bagian tubuh, aspek kecemasan menjadi gemuk, dan aspek pengkategorian ukuran tubuh.

Pada aspek evaluasi penampilan terdapat 10 dari 15 responden mengalaminya, responden melakukan penilaian terhadap penampilan karena merasa kurang puas akan penampilannya sendiri sehingga selalu memeriksa penampilan untuk mengetahui apakah penampilannya sudah memuaskan dan menarik atau kurang menarik.

Pada aspek orientasi penampilan 12 dari 15 responden mengalaminya, hampir semua responden mengalami hal tersebut terjadi ketika responden akan bepergian cara responden memeriksa penampilannya terlebih dahulu sambil berkaca untuk memastikan penampilannya, atau memakai riasan diwajah, dan memakai pakaian terbaiknya.

Pada aspek kepuasan terhadap bagian tubuh terdapat 5 dari 15 responden yang mengalami kepuasan terhadap tubuh, responden merasa puas dengan bentuk tubuh ataupun warna kulit yang dimiliki, dan juga merasa puas wajah, tubuh bagian atas (dada, lengan) hingga tubuh bagian bawah (pinggul, kaki).

Pada aspek kecemasan menjadi gemuk terdapat 14 responden yang merasa khawatir akan berat badannya, responden melakukan diet untuk menjaga berat badan yang ideal, responden juga membatasi setiap kalori yang terdapat pada makanannya. Responden juga kerap menimbang badannya hampir setiap hari agar tidak melewati batas berat badan idealnya.

Pada aspek pengkategorian ukuran tubuh terdapat 9 dari 15 responden yang merasa tahu bahwa bentuk tubuhnya sudah berada di kategori tertentu (kurus hingga gemuk, atau pendek hingga tinggi). Responden memahami bahwa dia sedang berada di kategori gemuk atau kurus.

Berdasarkan hasil wawancara diatas, maka dapat disimpulkan 10 dari 15 responden memiliki citra tubuh yang negatif, hal itu dikarenakan idol *K-Pop* memiliki standar kecantikan yang tinggi sehingga responden tidak dapat mengikutinya. Dampak dari citra tubuh negatif ini juga dapat memberi dampak meningkatnya gangguan resiko makan, rendahnya kepercayaan diri dan *self-*

*esteem*, meningkatnya perilaku konsumtif dan rendahnya penerimaan diri (Supriyadi & Mastuti, 2023).

Harapannya agar citra tubuh yang dimiliki oleh setiap individu adalah positif agar individu mampu menerima dirinya sendiri tanpa harus memikirkan standar tubuh kebanyakan orang lain (Ifdil, Denich, Ilyas 2024). Salah satu hal yang menjadi tugas perkembangan remaja menurut Santrock (2003) adalah para remaja diharuskan untuk dapat menerima kondisi fisik serta menggunakan tubuhnya secara lebih efektif.

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran citra tubuh pada remaja fans K-Pop.

### **2. Manfaat Penelitian**

#### **a. Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan yang berarti bagi pengembangan khususnya dalam bidang psikologi mengenai citra tubuh.

#### **b. Praktis**

Bagi mahasiswa, hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi mengenai gambaran tentang citra tubuh pada remaja agar mahasiswa mampu memahami perilaku tersebut.