

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Permasalahan**

*Fashion* merupakan proses sosial dan budaya dimana individu menunjukkan kedudukannya dalam suatu kelompok budaya, yang pada akhirnya membentuk serta menyampaikan makna tertentu (Peterson, 2016). Di Indonesia, perkembangan *fashion* tidak hanya terbatas pada desain atau gaya busana, tetapi juga mencerminkan dinamika tren, cara individu berkomunikasi, serta upaya dalam membangun dan mempertahankan identitas budaya (Tanjung dkk., 2025). Sejalan dengan hal tersebut, Tenaya (2021) menjelaskan bahwa *fashion* dapat dimaknai sebagai wujud ekspresi diri individu melalui busana atau aksesoris yang dikenakan, yang sekaligus mencerminkan situasi, sikap, serta perasaan individu tersebut. Hal ini terlihat ketika individu merasa tampil rapi dan percaya diri dengan penampilan serta atribut yang dikenakannya, yang kemudian menjadi bagian dari budaya dalam menarik perhatian konsumen, terutama bagi mereka yang bekerja sebagai *sales promotion girl* (SPG) (Agow, 2017).

*Sales Promotion Girl* (SPG) merupakan bentuk pekerjaan yang kerap memanfaatkan daya tarik fisik wanita sebagai strategi pemasaran untuk meningkatkan minat konsumen terhadap produk yang ditawarkan (Pletcher dalam Lestari dan Lumbanraja, 2018). Menurut Retnasih (2001), *Sales Promotion Girl* (SPG) merupakan individu perempuan yang dipekerjakan oleh suatu perusahaan dengan tujuan untuk memperkenalkan dan mempromosikan produk kepada konsumen. Sejalan dengan pendapat Nitisemito (2001) menyebutkan bahwa tenaga promosi yang bertugas memperkenalkan suatu produk guna menarik minat konsumen disebut *Sales Promotion Girl*

(SPG). Lebih dari sekadar peran promosi, profesi *sales promotion girl* (SPG) juga menjadi tahap awal dalam perkembangan karir yang memberikan peluang bagi individu untuk memenuhi kebutuhan ekonomi, mengasah keterampilan, memperluas jaringan, serta menjadi batu loncatan menuju jenjang karir yang lebih tinggi (Sianipar, 2017). Menurut Lestari dalam penelitiannya (2012), individu yang bekerja sebagai *sales promotion girl* umumnya berusia 19 hingga 30 tahun, baik yang sudah menikah maupun belum menikah, dengan tingkat pendidikan mayoritas lulusan SMA dan sebagian lainnya lulusan D3 hingga sarjana, yang menunjukkan bahwa profesi ini umumnya dijalani oleh perempuan muda yang berada pada fase awal karir mereka.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) (2024) per februari 2024, jumlah pekerja wanita di Indonesia mencapai sekitar 55,41% dari total angkatan kerja dan 36,32% dari total pekerja formal. Secara keseluruhan, terdapat 142,18 juta orang dalam angkatan kerja pada periode tersebut. Selain itu, pekerja wanita lebih banyak bekerja di sektor informal, yaitu sebesar 43,13%, adapun sektor dengan partisipasi wanita tertinggi terdapat pada bidang pertanian dan perdagangan. Dalam sektor perdagangan, peran wanita sangat menonjol salah satunya adalah adalah profesi *Sales Promotion Girl* yang umumnya dijalani oleh kaum wanita dengan penampilan fisik yang menarik dan proposional untuk memikat konsumen sehingga mampu meningkatkan citra penjualan produk (Nurudin, 2018). Pekerjaan ini seringkali tidak memerlukan keterampilan khusus atau pendidikan tinggi, melainkan lebih mengandalkan daya tarik fisik dan wajah yang menarik sebagai modal utama, hal ini mencerminkan pandangan bahwa tubuh dan penampilan menjadi aset penting dalam menjalani profesi sebagai SPG (Sucianggala & Wibowo, 2021).

Secara umum, seorang *sales promotion girl* dituntut untuk memiliki penampilan yang sesuai dengan standar kecantikan yang berlaku dimasyarakat, seperti tubuh tinggi dan ramping, kulit cerah, serta rambut panjang guna menarik minat dan perhatian para konsumen (luoh & Tsaur,

2023). Tuntutan untuk selalu menjaga penampilan fisik dan menampilkan ekspresi emosi secara konsisten disertai pengawasan dari atasan berpengaruh pada keadaan emosional pekerja maupun hubungan sosial mereka, sehingga tekanan dari perusahaan maupun ekspektasi konsumen terhadap penampilan membawa dampak psikologis yang signifikan (Savira, 2024). Ketika seorang wanita merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya, hal tersebut dapat menimbulkan dampak negatif terhadap kesejahteraan fisik maupun psikologisnya (Healey, 2014). Meskipun seorang SPG memiliki penampilan fisik secara objektif dinilai sangat baik, tekanan dan ketidakpuasan terhadap citra tubuh yang tidak dikelola dengan baik dapat menimbulkan gangguan psikologis seperti *body dysmorphic disorder* (Sucianggala & Wibowo, 2021).

Philips (2009) menjelaskan bahwa gangguan dismorfik tubuh merupakan kondisi psikologis yang ditandai oleh fokus berlebihan dan mengganggu terhadap kekurangan fisik yang bersifat imajiner atau sangat kecil. Adapun dimensi-dimensi gangguan dismorfik tubuh menurut Philips (2009) yaitu: *Preoccupation* dan *Distress*

BDD merupakan gangguan kejiwaan yang ditandai dengan preokupasi obsesif terhadap kekurangan fisik yang bersifat imajiner atau sangat kecil, sehingga menyebabkan penderita merasa penampilannya tidak layak dan cenderung menghindari interaksi sosial. Individu yang mengalami gangguan ini sering kali merasa dirinya menjadi pusat perhatian karena penampilan yang dianggap tidak sesuai dengan standar ideal, meskipun kenyataannya tidak demikian (Angelin & Ikhssani, 2022).

Menurut Nevid, Rathus, dan Grenee (2005) gangguan dismorfik tubuh adalah preokupasi berlebihan terhadap kekurangan fisik yang sebenarnya tidak mencolok. Individu dengan gangguan ini meyakini bahwa kekurangan tersebut menarik perhatian atau menjadi bahan ejekan orang lain, sehingga mereka seringkali melakukan perilaku kompulsif, seperti bercermin secara terus-

menerus, menyembunyikan bagian tubuh tertentu, atau mencari prosedur kosmetik untuk memperbaikinya.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa sekitar 1 hingga 1,5% populasi dunia diperkirakan memiliki kecenderungan mengalami gangguan dismorfik tubuh, dan prevalensinya cenderung lebih tinggi pada masyarakat dengan budaya yang menekankan pentingnya penampilan fisik (Veale & Neziroglu, 2010).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Enander dkk. (2018) Prevalensi gejala body dysmorphic disorder diperkirakan berkisar antara 1-2% pada berbagai kelompok populasi, dengan angka yang lebih tinggi pada perempuan sekitar 1,3-3,3% dibandingkan laki-laki sekitar 0,2-0,6%. Tingkat heredibilitas kekhawatiran dismorfik tubuh juga cukup besar, yakni sekitar 49% pada usia 15 tahun, menurun menjadi 39% pada usia 18 tahun, dan 37% pada usia 20-28 tahun, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lingkungan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti secara offline dan online pada tanggal 10 hingga 14 juni 2025 yang melibatkan 10 orang SPG yang berasal dari Mutiara Kosmetik, CF Beauty, Yepposkin Galeria Mall. Pedoman wawancara berdasarkan aspek-aspek gangguan dismorfik disorder menurut Philips (2009) yaitu *Preoccupation* dan *distress*. Didapati hasil wawancara 3 dari 10 SPG kecantikan mengalami semua perilaku berdasarkan aspek-aspek menurut Philips (2009). Berdasarkan aspek *preoccupation* SPG sering membandingkan diri dengan SPG lain yang dianggap memiliki standar kecantikan yang ideal seperti memiliki wajah yang mulus, kulit yang cerah, dan pinggang ramping, mengakibatkan individu tersebut sering bercermin, menggunakan riasan berlebihan sehingga menimbulkan ketidakpuasan tubuh terhadap penilaian yang negatif. Sedangkan pada aspek *distress* individu tersebut memiliki perasaan takut

dan cemas sehingga membuatnya menjadi sangat sensitif terhadap komentar tentang penampilannya.

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kecenderungan gangguan dismorfik tubuh pada Sales Promotion Girl (SPG) di bidang kecantikan mempengaruhi berbagai aspek *preoccupation* dan *distress*. Tekanan untuk selalu tampil sempurna dalam lingkungan kerja yang berorientasi pada penampilan fisik memperkuat pikiran negatif terhadap tubuh, menimbulkan perasaan rendah diri, memicu perilaku kompulsif terkait perawatan diri, dan berdampak pada penarikan diri dari interaksi sosial.

Secara ideal individu seharusnya memiliki persepsi tubuh yang realistis dan sehat agar tidak mengalami distorsi kognitif terhadap penampilan fisiknya yang dapat berkembang menjadi gangguan dismorfik tubuh (veale, 2004). Pandangan ini sejalan dengan temuan Yunita dan Hartini (2016) yang menyatakan bahwa kecenderungan BDD pada wanita muda meningkat ketika individu mengalami ketidakpuasan terhadap tubuhnya akibat paparan media. Maharani (2020) menegaskan bahwa pekerja wanita di bidang promosi seharusnya mendapatkan dukungan psikososial dari lingkungan kerja maupun masyarakat untuk mengurangi tekanan terhadap penampilan yang berlebihan, hal ini penting agar individu tidak merasa terpaksa menyesuaikan diri dengan standar kecantikan yang justru merusak kesehatan mentalnya.

Menurut veale (2004), individu dengan kecenderungan BDD sering mengalami kecemasan sosial yang tinggi, menghindari interaksi sosial, serta memiliki tingkat stress dan depresi yang lebih besar. Sejalan dengan itu, Yunita dan Hartini (2016) menyebutkan bahwa individu yang mengalami ketidakpuasan terhadap tubuhnya cenderung mengalami gangguan konsentrasi, menarik diri secara sosial, dan memiliki harga diri yang sangat rendah, yang berpotensi menurunkan kualitas kerja dan produktivitas. Hal ini diperkuat oleh pendapat Philips (2005) yang

menyebutkan bahwa individu dengan BDD beresiko mengalami gangguan relasi interpersonal, absensi kerja yang tinggi, dan bahkan pikiran untuk menyakiti diri sendiri akibat ketidakpuasan ekstrem terhadap tubuhnya.

Challis (2013) mengemukakan bahwa kecenderungan individu untuk mengalami gangguan dismorfik tubuh dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu *Abuse or Bullying* (pelecehan atau intimidasi), *Low Self-Esteem* (self-esteem rendah), *Fear of Being Alone or Isolated* (takut sendirian atau terisolasi), dan *Perfectionism or Competing with Others* (perfeksionisme atau bersaing dengan orang lain) .

Salah satu determinan psikologis yang dianggap memiliki kontribusi yang signifikan terhadap munculnya dan berkembangnya gangguan dismorfik tubuh adalah rendahnya harga diri dinilai dapat mempengaruhi cara individu memandang dan menilai citra tubuh mereka sendiri, yang pada akhirnya dapat memicu ketidakpuasan ekstrem terhadap penampilan fisik serta mendorong perilaku-perilaku maladaptive terkait tubuh (Philips, Pinto & Jain, 2004). Dalam hal ini, peneliti memilih harga diri sebagai faktor penyebab yang akan diteliti berdasarkan teori Philips, Pinto & jain, 2004 yang mengatakan bahwa individu dengan harga diri rendah cenderung memiliki persepsi negatif terhadap penampilan fisiknya, sehingga rentan mengalami kecenderungan gangguan dismorfik tubuh. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nisa, Pratiwi, dan Sari (2022) yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara harga diri dengan kecenderungan gangguan dismorfik tubuh pada remaja putri.

Menurut Rosenberg (1965) harga diri merupakan penilaian menyeluruh individu terhadap dirinya sendiri, yang mencerminkan sejauh mana individu merasa dirinya memiliki nilai, kemampuan dan layak untuk dihargai hal ini mencakup sikap positif atau negatif yang dimiliki individu terhadap dirinya secara umum, dan biasanya bersifat relatif stabil dari waktu ke waktu.

Rosenberg (1965) menegaskan bahwa individu yang memiliki harga diri yang tinggi dapat menerima dirinya secara utuh, termasuk segala kekurangannya, tanpa disertai perasaan minder atau hina diri (*self-acceptance*), serta harga diri mencerminkan rasa hormat terhadap diri sendiri, di mana individu tidak memandang dirinya sebagai sosok yang rendah, tidak berdaya, atau tidak bernilai (*self-respect*).

Permasalahan gangguan dismorfik tubuh tidak lepas dari peran harga diri individu dalam menilai dan menerima dirinya secara utuh. Harga diri yang rendah dapat memperkuat keyakinan negatif terhadap penampilan, sehingga individu lebih rentan mengalami pikiran obsesif mengenai kekurangan fisik yang sebenarnya tidak nyata atau berlebihan (Kuck., 2021). Secara emosional, individu dengan harga diri yang rendah cenderung memiliki afeksi negatif seperti rasa malu dan ketidakpuasan terhadap tubuhnya, yang kemudian memperbesar kemungkinan munculnya gangguan dismorfik tubuh (Lamba, 2025). Sebaliknya, individu dengan harga diri yang tinggi memiliki afeksi positif yang membantu mereka menerima penampilannya secara realistis sehingga resiko mengalami gangguan tersebut menjadi rendah (Philips, Pinto, & Jain, 2004). Sejumlah penelitian juga mengungkapkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dengan kecenderungan gangguan dismorfik tubuh. Penelitian yang dilakukan oleh Salsabila dan Maryatni (2023) pada siswi SMA di Jakarta menunjukkan bahwa harga diri memainkan peran penting dalam munculnya gejala gangguan dismorfik tubuh. Temuan serupa juga diperoleh dalam studi Raharja dan Yuniardi (2019) terhadap kelompok mahasiswi, yang turut menegaskan bahwa harga diri merupakan salah satu faktor psikologis yang mempengaruhi gangguan-gangguan tersebut. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa afeksi menjadi penting yang menjelaskan bagaimana harga diri mempengaruhi kecenderungan gangguan dismorfik tubuh.

Berdasarkan permasalahan yang ada, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara harga diri dengan kecenderungan gangguan dismorfik tubuh pada *Sales Promotion Girl* (SPG) di Yogyakarta

## **B. Tujuan dan Manfaat**

### 1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan kecenderungan gangguan dismorfik tubuh pada *Sales Promotion Girl* (SPG) di Yogyakarta.

### 2. Manfaat Penelitian

#### a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini berguna untuk pengembangan keilmuan dalam bidang psikologi klinis dan psikologi kesehatan mental, terutama terkait dengan faktor-faktor psikologis yang memengaruhi persepsi tubuh pada individu yang bekerja di industri berbasis penampilan.

#### b. Manfaat Praktis

##### 1. Bagi SPG

Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan mental dan harga diri dalam menghadapi tekanan pekerjaan yang berfokus pada penampilan.

##### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi awal dan dasar bagi penelitian lanjutan yang ingin mengeksplorasi variabel-variabel lain yang berhubungan dengan harga diri dan gangguan dismorfik tubuh.