

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penampilan fisik menjadi hal yang penting bagi sebagian perempuan di Indonesia. Hal ini dibuktikan dengan data yang menyatakan bahwa perempuan lebih memperhatikan penampilan fisiknya dibandingkan laki-laki.¹ Masyarakat Indonesia, berdasarkan penelitian Ghela Rakhma memiliki standar kecantikan maupun standar tubuh yang ideal bagi perempuan seperti terlihat muda, berkulit mulus dan putih, bertubuh langsing, menggunakan busana yang sedang tren, menggunakan *makeup* yang tidak berlebihan, dan seksi.²

Banyak remaja yang terdorong atau terobsesi meraih standar kesempurnaan fisik dengan segala cara. Hal ini dibuktikan dalam penelitian Ni Nyoman Via Bintari, yang menyimpulkan bahwa keyakinan yang ada pada diri remaja membuatnya memiliki obsesi melakukan segala upaya untuk memperbaiki dan mempercantik penampilan fisiknya.³ Penelitian Siti Mutia Anindita juga mengungkapkan bahwa remaja meraih kecantikan dan kesempurnaan fisik dengan melakukan *vermak* tubuh dan wajah, penggunaan kosmetik, memilih gaya yang *up to date*, ke salon untuk

¹ Alfin Januar Kristanti, dan Siti Ina Savira, —Gambaran Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami Acne Vulgaris, *Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 8 NO.3, (2021), h.12.

² Ghela Rakhma Islamey, —Wacana Standar Kecantikan Perempuan Indonesia pada Sampul Majalah Femina, *Jurnal Publikasi Ilmu Komunikasi Media dan Cinema*, 2.2 (2020), h.118.

³ Ni Nyoman Via Bintari H, *Hubungan Antara Body Dysmorphic Disorder Dengan Obsesi Kompulsif Penggunaan Kosmetik Pada Wanita Dewasa Awal*, (Skripsi Jurusan Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, 2013), h. 4.

menata rambut dan lain-lain.⁴ Dari penelitian tersebut didapatkan bahwa anak di usia remaja akan melakukan segala cara untuk meningkatkan penampilan dirinya agar terlihat sesuai dengan standar penilaian di masyarakat.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Inayah Maysarah, terungkap bahwa individu selalu melihat kekurangan fisiknya dan menganggap hal tersebut suatu masalah yang besar sehingga berbagai upaya dilakukan serta berdampak pada terganggunya perkembangan mental yang sehat.⁵ Dari penelitian tersebut didapatkan bahwa permasalahan yang banyak dialami remaja saat ini yaitu, terlalu memikirkan penampilan fisiknya dan berbagai upaya dilakukan sehingga dapat berdampak pada psikologinya.

Riset yang dilakukan Siti Mutia Anindita, menemukan bahwa remaja yang mengalami muka kusam dan jerawat (*Acne Vulgaris*) merasa tidak percaya diri karena merasa jelek dan kurang menarik sehingga malu untuk tampil depan umum, dan selalu menutup wajah dengan menggunakan masker⁶. Berdasarkan masalah-masalah yang dialami individu saat ini, diketahui bahwa permasalahan tersebut disebabkan karena adanya ketidakpuasan terhadap tubuh sehingga segala upaya dilakukan untuk meningkatkan penampilan fisik. Hal tersebut berkaitan erat dengan *body image* seseorang. *Body image* merupakan suatu sikap atau perasaan antara puas dan tidak puasnya individu terhadap fisik

⁴ Siti Mutia Anindita, —Model Remaja Putri: Body Image dan Bulimia Nervosa, *Jurnal Pemikiran dan Riset Sosiologi*, VOL. 2. NO.1, (2021), h.21.

⁵ Inayah Maysarah, *Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kecenderungan Gangguan Dismorfik Tubuh Pada Mahasiswa Di Yogyakarta*, (Skripsi Thesis, Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2022).

⁶ Siti Mutia Anindita, —Model Remaja Putri: Body Image dan Bulimia Nervosa, *Jurnal Pemikiran dan Riset Sosiologi*, 2.1. (2021), h.22.

yang dimiliki yang dapat menyebabkan munculnya suatu penilaian yang positif maupun negatif terhadap fisiknya.

Body image positif adalah dimana individu yang bersyukur dengan keadaan tubuh yang dimilikinya, dengan itu seseorang akan selalu merasa puas dengan tubuhnya dan tidak pernah merasakan *insecure*, ataupun membandingkan dirinya dengan orang lain. Sedangkan *body image* negatif adalah dimana individu yang merasa tidak percaya diri terhadap bentuk tubuhnya sendiri⁷ Dampak yang ditimbulkan yaitu cemas berlebih, stres, *moody*, takut, tidak bertenaga karena diet, sulit berkonsentrasi, mengalami gangguan emosional, merasa *insecure*, dan selalu membandingkan dirinya dengan orang lain⁸.

Sedangkan menurut para ahli, Santrock mengemukakan bahwa *body image* merupakan sebuah aspek psikologis yang pasti terjadi, remaja memperhatikan tubuhnya dan mengembangkan gambaran tentang tubuhnya⁹. Hal ini sependapat dengan Ramanda dkk, *body image* adalah representasi seseorang terhadap struktur tubuh yang didapat melalui evaluasi sendiri yang melahirkan kepuasan serta ketidakpuasan akan kondisi fisiknya¹⁰.

Dalam pendapat lain yang dikemukakan oleh Cash, ia mengemukakan bahwa *body image*, atau citra tubuh merupakan

⁷ Dr. Adi S.M.PD., Dr. Tommy Soenyoto, M.Pd, “*Psikologi Olahraga*”, (Kota Semarang jawah tengah: Penerbit Cahya Ghani Recovery, 2023), h.52

⁸ Siti Mutia Anindita, —Model Remaja Putri: Body Image dan Bulimia Nervosa, *Jurnal Pemikiran dan Riset Sosiologi*, 2.1. (2021), h.22

⁹ John W Santrock, “*Life span development: Perkembangan masa hidup* (Tigabelas), Jakarta: Erlangga, (2012).

¹⁰ Ramanda, Riskha Ramanda, Zarina Akbar, R. A. Murti Kusuma Wirasti, “*Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori Body Image Bagi Perkembangan Remaja* “*Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, Vol. 5 No. 2, (2019), 121-135.

pengalaman individu, yang berupa persepsi terhadap bentuk dan berat tubuhnya, serta perilaku, yang mengarah pada evaluasi individu, tersebut terhadap penampilan fisiknya.¹¹

Salah satu faktor yang mempengaruhi *body image*, yaitu media sosial.¹² Media sosial menjadi salah satu, hal yang menyebabkan munculnya *body image*, yang kemudian mempengaruhi bagaimana seseorang merasa, berpikir, memandang dan memperlakukan diri mereka sendiri¹³. Dari hasil penelitian Perloff, diperoleh gambaran bahwa remaja yang berusia dewasa awal yang memiliki ketergantungan dalam menggunakan media sosial dapat mempengaruhi persepsi terkait tubuh. Pertukaran konten visual yang terjadi antara pengguna lain dalam media sosial akan membuat individu, melakukan perbandingan sosial negatif yang secara signifikan mempengaruhi *body image*, individu, tersebut¹⁴.

Setelah dilakukannya wawancara pada siswa remaja di SMA Negeri 1 Bengkulu, Tengah, peneliti menghasilkan temuan bahwa ketika memiliki waktu senggang siswi ini selalu mengakses media sosial berupa instagram, dan juga tiktok, yang bisa menghabiskan sekitar 4 jam di aplikasi instagram, maupun tiktok. Dia kerap menelusuri konten-konten kecantikan yang menampilkan perempuan yang berpenampilan menarik, memiliki tubuh yang

¹¹ Thomas F. Cash, "*The Body Image Workbook*", (United States of America: New Harbinger Publications, 2008).

¹² Natari, D. A. M., *Studi Deskriptif mengenai Body Image pada Wanita Usia Dewasa Awal yang Aktif menggunakan Media Sosial di Kota Bandung*, (Skripsi Jurusan Psikologi, UNISBA, 2016).

¹³ Fida Roainina, "Pengaruh Sosial Media Terhadap Body Image", *Prosiding Seminar Nasional Transformasi Pendidikan Di Era Merdeka Belajar*, Vol. 3 No. 2, (2021).

¹⁴ Richard M. Perloff, "*Social Media Effects on Young Women's Body Image Concerns: Theoretical Perspectives and an Agenda for Research*", *Journal Feminist Forum Review Article*, VOL.71, (2014).

ideal menarik informasi kecantikan dari mereka. Merasa tidak puas dengan penampilannya, siswi ini kerap melakukan perbandingan antara penampilan, wajah, bentuk tubuhnya dengan orang lain.

Hingga saat ini belum banyak penelitian yang mengkaji secara kuantitatif tentang pengaruh media sosial terhadap *body image*. Berdasarkan paparan pada latar belakang, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Media Sosial Terhadap *Body Image* pada Remaja di SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah”.

B. Identifikasi Masalah

1. Standar kecantikan yang tidak realitas.
2. Banyak remaja menghabiskan waktu yang cukup lama di *platform* (media sosial).
3. Remaja cenderung membandingkan diri mereka dengan figur publik/ konten ideal di media sosial.
4. Ketidakpuasan terhadap diri.
5. Meningkatnya penggunaan media sosial di kalangan remaja.
6. Remaja menunjukkan perilaku tidak percaya diri.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka diperlukan sebuah masalah untuk memberikan fokus penelitian yang terarah yaitu:

1. Apakah ada pengaruh media sosial terhadap *body image* pada remaja di SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah?
2. Berapa besar pengaruh media sosial terhadap *body image* pada remaja di SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui pengaruh media sosial terhadap *body image*, pada remaja di SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah.
2. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh media sosial terhadap *body image*, pada remaja di SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah.

D. Kegunaan Penelitian

Kegunaan atau kontribusi penelitian yang bisa diberikan mencakup 2 hal berikut:

1. Kegunaan Teoritis

Manambah wawasan ilmiah mengenai hubungan antara media sosial dan pembentukan *body image*, pada remaja di SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah.

2. Kegunaan Praktis

Memberikan pemahaman kepada orang tua, pendidik dan remaja tentang dampak media sosial terhadap *body image*, remaja di SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah.

E. Kajian Penelitian Terdahulu

Kajian penelitian terdahulu, ini menjadi salah satu acuan penulis untuk melakukan penelitian agar penulis bisa memperkaya teori, maka dapat digunakan dalam mengkaji penelitian yang dilakukan. Penulis mengangkat beberapa penelitian sebagai referensi atau sumber dalam memperkaya bahan kajian pada penelitian penulis. Penelitian ini tidak dipengaruhi oleh penelitian sebelumnya yang telah dilakukan sebagai bahan perbandingan dan kajian.

Adapun penelitian terdahulu, sebagai berikut:

1. Ana Fitriani dan Jusuf Tjahjo Purnomo, (2023), yang berjudul “*Body Image Pada Remaja Putri Yang Menggunakan Media Sosial Tiktok*”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, Teknik pengumpulan data yang dipakai oleh peneliti adalah wawancara semi terstruktur, observasi, dan dokumentasi. Hasil analisis data dari ketiga subjek penelitian mengemukakan terdapat tema-tema yang muncul mengenai *body image*. Tiktok menjadi salah satu faktor penentu dalam berkembangnya *body image* seseorang. Dalam penelitian ini, setelah menonton video di Tiktok ketiga subjek merasa tidak percaya diri dengan penampilan mereka. Persamaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian ini ialah sama-sama membahas tentang media sosial dan *body image*. Perbedaannya adalah penelitian terdahulu menggunakan metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data yang dipakai adalah wawancara, sedangkan penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan teknik skala likert. Penelitian terdahulu lebih memfokuskan ke media sosial berbasis tiktok sedangkan penelitian ini ke semua media sosial¹⁵.
2. Silvia Hestyatun Nafisah, (2024), yang berjudul “*Peran Media Sosial Instagram Dalam Pembentukan Body Image Pada Remaja Di Desa Ranulogong Kecamatan Randuagung Kabupaten Lumajang*”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Hasilnya bahwa

¹⁵ Ana Fitriani ; Jusuf Tjahjo Purnomo, “Body Image Pada Remaja Putri Yang Menggunakan Media Sosial Tiktok, Jurnal Psikologi, 18.2, (2023).

perasaan puas dan tidak puas yang dialami oleh subjek setelah menonton konten di instagram, tentang *body image*, mencerminkan betapa kuatnya media sosial memberikan peran dalam membentuk pandangan mereka tentang tubuh yang ideal.

Persamaan dari penelitian terdahulu, dengan penelitian ini ialah sama-sama membahas tentang media sosial dan *body image*. Perbedaan penelitian terdahulu, dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada lokasi, metode, dan bidang kajiannya. Lokasi penelitian sebelumnya dilakukan di RW 06, Dusun Tempuran, Desa Ranulogong, Kecamatan Randuagung Kabupaten Lumajang, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti ialah di SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah. Perbedaan lainnya terletak pada metode penelitiannya, Penelitian sebelumnya menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan dekriptif, sedangkan penelitian yang peneliti kaji menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasi. Perbedaan lain dapat dilihat dari bidang kajiannya, penelitian sebelumnya mengkaji peran media sosial instagram, dalam pembentukan *body image* pada remaja di Desa Ranulogong Kecamatan Randuagung Kabupaten Lumajang. Sedangkan bidang kajian dari penelitian ini adalah pengaruh media sosial terhadap *body image* pada remaja SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah¹⁶.

¹⁶ Silvia Hestyatun Nafisah, "peran media sosial instagram dalam pembentukan *body image* pada remaja di desa ranulogong kecamatan randuagung kabupaten lumajang" , (skripsi studi psikologi islam fakultas dakwah universitas islam negeri kiai haji achmad siddiq jember), (2024).

3. Novia Aspita Sari; Sri Putri Rahayu, Z, (2022), yang berjudul” *Dampak Intesitas Mengakses Media Sosial Dengan Body Image, Pada Remaja*”, metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan *study* kepustakaan (*library research*), dari hasil penelitian menunjukkan akses media sosila instagram yang tinggi dapat merusak *body image* seorang remaja. Remaja yang hanya menghabiskan waktu untuk mengakses media sosial akan timbul perasaan ketidakpuasaan terhadap fisiknya. Hal tersebut terjadi karena banyak remaja yang menjadikan foto dan juga video yang ada di instagram sebagai acuan bahwa yang ditampilkan adalah bentuk tubuh yang ideal.

Persamaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian ini ialah sama-sama membahas tentang media sosial dan *body image*. Perbedaan dalam penelitan terdahulu dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada metode dan bidang kajiannya, penelitian sebelumnya menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan *study* kepustakaan (*library research*), sedangkan penelitian yang peneliti kaji menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasi. Perbedaan lain dapat dilihat dari bidang kajiannya, penelitian sebelumnya mengkaji dampak intesitas mengakses media sosial dengan *body image* pada remaja, sedangkan bidang kajian dari penelitian ini adalah pengaruh media sosial terhadap *body image* pada remaja SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah¹⁷.

¹⁷ Novia Aspita Sari, Sri Putri Rahayu Z, “*Dampak Intesitas Mengakses Media Sosial Dengan Body Image Pada Remaja*”, Jurnal Psikologi Islam, 1.2 (2022).

4. Maria Yori Edita Pamirma dan Yohana Wuri Satwika, (2022), yang berjudul “*Hubungan Antara Paparan Media Dengan Body Image, Pada Remaja Perempuan*”, metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan desain korelasi, dari hasil penelitian menunjukkan hasil uji korelasi *pearson product moment* yang dilakukan dengan program SPSS 25.0. Menunjukkan bahwa hubungan antara paparan media dengan *body image*, memiliki nilai signifikansi berbilang 0,138 ($p > 0,05$), artinya tidak ada korelasi atau hubungan di antara kedua variabel tersebut. Tidak ditemukannya hubungan antara paparan media dengan *body image*.

Persamaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian ini ialah sama-sama membahas tentang media sosial dan *body image*, begitu juga metode yang digunakan dalam penelitian terdahulu dan penelitian ini sama-sama menggunakan metode kuantitatif. Perbedaan dalam penelitian terdahulu dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada jenis pendekatan dan bidang kajiannya. Penelitian sebelumnya menggunakan jenis pendekatan desain korelasi, sedangkan penelitian yang peneliti kaji menggunakan pendekatan korelasi. Perbedaan lain terletak pada bidang kajiannya, penelitian sebelumnya mengkaji hubungan antara paparan media dengan *body image* pada remaja perempuan, sedangkan bidang kajian dari penelitian ini adalah

pengaruh media sosial terhadap *body image* pada remaja SMA Negeri 01 Bengkulu Tengah¹⁸.

5. Tissa Adelia Prasti; Herlan Pratiko; Suhadianto, (2023), yang berjudul “*Kecemasan Sosial Pada Remaja Pengguna Media Sosial: Menguji Peranan Body Image*”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan skala likert yang dimodifikasi, dari hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh adanya hubungan negatif dan signifikan antara *body image* dengan kecemasan sosial pada remaja pengguna media sosial di Kelurahan Kapasari. Artinya semakin positif *body image*, semakin rendah pula kecemasan sosial yang dimiliki remaja pengguna media sosial.

Persamaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian ini ialah sama-sama membahas tentang media sosial dan *body image*, begitu juga metode yang digunakan dalam penelitian terdahulu dan penelitian ini sama-sama menggunakan metode kuantitatif. Perbedaan dalam penelitian terdahulu dengan penelitian yang peneliti lakukan terletak pada jenis pendekatan, lokasi bidang kajiannya. Penelitian sebelumnya menggunakan jenis pendekatan *skala likert* yang dimodifikasi, sedangkan penelitian yang peneliti kaji menggunakan pendekatan korelasi. Perbedaan lain terletak pada lokasinya yang dimana lokasi penelitian sebelumnya di seluruh usia remaja di Surabaya, sedangkan penelitian ini di SMA Negeri 1 Bengkulu Tengah. Perbedaan selanjutnya terletak pada bidang kajiannya, penelitian sebelumnya mengkaji kecemasan sosial pada remaja pengguna media sosial: menguji peranan *body image*, sedangkan bidang

¹⁸ Maria Yori Edita Pamirma; Yohana Wuri Satwika, “*Hubungan Antara Paparan Media Dengan Body Image Pada Remaja Perempuan*”, jurnal penelitian psikologi, VOL.9 NO. 6, (2022).

kajian dari peneliti ini adalah pengaruh media sosial terhadap *body image* pada remaja SMA Negeri 1 Bengkulu tengah¹⁹.

F. Sistematika Penulisan

Agar penulisan skripsi ini dapat dipahami secara utuh dan berkesinambungan, maka perlu adanya penyusunan sistematika penulisan skripsi, yaitu sebagai berikut:

- BAB I** : Pendahuluan yang membahas latar belakang masalah, identifikasi masalah, Batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, kajian terhadap penelitian terdahulu dan sistematika penulisan skripsi.
- BAB II** : Landasan teori, pengertian, karakteristik, aspek-aspek, faktor-faktor yang mempengaruhi, dan indikator yang ada pada dua variabel tersebut yaitu media sosial dan *body image*.
- BAB III** : Berisi tentang metode penelitian, meliputi jenis dan pendekatan penelitian, sumber data penelitian, populasi, instrumen pengumpulan data, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, uji kualitas data, uji koefisien determinasi.
- BAB IV** : Hasil penelitian dan pembahasan, deskripsi tempat penelitian, hasil penelitian, pembahasan.
- BAB V** : Bab terakhir pada penulisan ini berisi kesimpulan atas uraian permasalahan serta pembahasan yang telah di sampaikan pada bab-bab sebelumnya. Selain itu, juga, berisi saran-saran yang dapat peneliti berikan atas permasalahan atas yang diteliti oleh peneliti.

¹⁹ Tissa Adelia Prasti; Herlan Pratiko; Suhadianto, “kecemasan sosial pada remaja pengguna media sosial: Menguji peranan *body image*, *journal of Psychological Research*, VOL.2 NO. 4, (2023).