

## PENDAHULUAN

Dewasa ini dapat kita lihat adanya kecenderungan masyarakat yang ingin memiliki tubuh ideal. Banyak orang yang selalu merasa bahwa bentuk tubuhnya jauh dari ideal. Masyarakat berpikir orang yang cantik adalah mereka yang memiliki badan yang ideal dan penampilan yang menarik.

12

Masa remaja adalah masa peralihan dan perubahan dalam masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa. Pada masa ini remaja memiliki pemikiran dan tingkah laku yang belum jelas, sehingga para anak remaja ini menampilkan diri yang tidak sebenarnya seperti seakan-akan sudah dewasa, namun sebenarnya secara mental belum matang dan belum siap menerima keadaan dirinya yang sudah berubah menjadi dewasa (Hurlock, 1999).

*Body image* yang dimiliki remaja akan berpengaruh kepada beberapa perubahan perilaku. Sebagai contoh, remaja cenderung membandingkan dirinya dengan teman-teman dan berusaha keras untuk dapat diterima dalam *peer group* (kelompok teman sebaya). Masalah akan timbul karena tidak semua remaja tumbuh dan berkembang disaat yang bersamaan dan dengan cara yang sama (Yuniarini, 2012).

Remaja yang tumbuh dengan keluarga yang terlalu kritis tentang penampilan dan bentuk tubuh juga akan mengembangkan *body image* yang negatif. Hal ini dapat mempengaruhi harga diri remaja terutama remaja yang bersangkutan memiliki sifat yang sensitif terhadap komentar yang diberikan oleh orang lain. Remaja juga dapat mengembangkan *body image* yang negatif dikarenakan komentar dan tanggapan dari teman-teman. Remaja akan menarik diri dan merasa lebih nyaman berada sendirian daripada bergaul dengan teman-teman. Hal ini dapat terjadi karena beberapa remaja membentuk gank atau kelompok tertentu karena

*Body image* yang positif dapat dikembangkan melalui kebiasaan dan gaya hidup sehat serta pola pikir yang sehat pula. Sebagai contoh remaja dapat menjaga bentuk tubuh yang proporsional dengan menjaga pola makan yang sehat dan seimbang. Kebersihan tubuh juga dapat menunjang rasa percaya diri. Kuku dan rambut yang bersih serta aroma tubuh yang tidak menyengat akan membawa remaja dengan sendirinya menjadi pribadi yang percaya diri (Yuniarini, 2012).

[illegible]

Penampilan yang menarik dianggap membuka semua pintu kesamaan dan penerimaan yang layak di masyarakat. Penampilan menarik membuat seorang wanita menjadi populer di kalangan teman-teman, mendapat tempat dalam pergaulan lebih mudah menyelesaikan diri, dan lebih mudah mendapatkan pasangan. Sebaliknya, wanita-wanita yang di pandang kurang menarik, seringkali menerima perlakuan yang tidak menyenangkan seperti menjadi bahan ejekan, tidak dianggap penting dalam pergaulan, dan kurang menarik lawan jenis (Bukowsky, Hoza, dan Boivin, 1993, dalam Nirmala 1996). Melalui pengalaman tersebut wanita belajar menghubungkan kesuksesan dalam reaksi sosial dengan daya tarik fisik (Striegel-Moore dan Marcus, 1995, dan Nirmala, 1996). Sebagai akibatnya wanita menyamakan daya tarik fisik dengan harga diri (Frank, 1986, Negal dan Jones, 1992, dalam Nirmala, 1996).

[illegible]

Sikap ini dapat bersikap positif ataupun negatif. Orang yang memiliki citra tubuh positif akan memiliki kepuasan citra tubuh (*body image satisfaction*) yang tinggi. Orang yang puas akan merasa nyaman dan percaya diri di lingkungan sosialnya. Sedangkan orang yang memiliki citra tubuh negatif akan memiliki ketidakpuasan citra tubuh (*body image dissatisfaction*) yang rendah. Mereka akan mengalami hambatan sosial, rendahnya harga diri, juga kecemasan (Cash dan Flemming, 2002, dalam Cash dan Pruzinsky, 2002).

Menurut Jones (2001), dalam perbandingan ini mereka tidak sekedar menerima informasi tentang bentuk tubuh atau penampilan ideal dari target, tetapi juga berusaha untuk menilai sejauh apa kekurangan dan kemiripan diri mereka dibandingkan dengan target yang mewakili standar ideal itu. Apabila perbandingan tersebut memperlihatkan hasil bahwa

dirinya tidak mendekati atribut-atribut ideal yang dimiliki mereka akan merasa tidak puas dengan dirinya (Permatasari, 2006).

Para remaja merasa kurang tinggi, gemuk, kurang cantik dan lain sebagainya. Mereka sering sekali membandingkan dengan orang lain, seperti membandingkan dengan artis atau teman sebayanya yang menurut dia memiliki bentuk tubuh yang sempurna dan wajah cantik sehingga penampilannya kurang menarik.

Kondisi serupa juga dialami oleh siswi MA Daru Ulum, seperti yang dipaparkan oleh guru BK, mayoritas dari siswi memperhatikan penampilan mereka. Ada anak yang merasa minder karena penampilan dan bentuk tubuh yang kurang ideal. Siswi tersebut selalu membandingkan dirinya dengan teman-temannya yang lebih cantik daripada dia. Ada juga yang cuek-cuek saja meskipun berpenampilan tidak seperti teman-temannya.

Dalam hal ini peneliti tertarik meneliti tentang hubungan antara perbandingan sosial (*social comparison*) dengan gambaran tubuh (*body image*). perbandingan sosial (*social comparison*) menjadi parameter bagi wanita untuk menevaluasi penampilan fisiknya. Dengan perbandingan sosial wanita belajar untuk mengenali penampilan menarik seperti apa yang menjadi standar ideal dalam masyarakat, untuk kemudian mengidentifikasi dirinya apakah sudah sesuai dengan standar ideal. Hal ini sesuai dengan pernyataan Jones (2011) bahwa *social comparison*







Dari penelitian Aunadya, 2013, memiliki hubungan yang signifikan antara tingkat metroseksual pada pria dengan kualitas perkawinan. Tidak ada hubungan yang terjadi antara *body image* dengan kualitas perkawinan. Perubahan yang terjadi pada *body Image* tidak diikuti perubahan pada kualitas perkawinan, sehingga kedua variabel ini secara signifikan tidak berhubungan, kondisi tersebut terjadi karena banyak faktor yang melatarbelakangi kualitas perkawinan seperti usia perkawinan. Selain itu ada kemungkinan pembentukan *body image*, dilatarbelakangi oleh faktor kesehatan bukan penampilan. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat metroseksual pada pria dengan kualitas perkawinan. Perubahan yang terjadi pada tingkat metroseksual diikuti perubahan pada kualitas perkawinan (Aunadya, 2013).

Penelitian yang ketiga, di lakukan oleh Aunadya Rosa yang meneliti hubungan antara *body image* dan tingkat metroseksual pada pria dengan kualitas perkawinan. Dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa

Penelitian yang ke empat adalah yang di lakukan oleh Irianita jati Winayu, yang meneliti tentang *body image* mahasiswa yang menggunakan tato. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa alasan menggunakan tato dari ketiga subjek yang paling dominan adalah untuk mengekspresikan suatu seni dan untuk mencapai suatu keindahan bagi tubuhnya, sedangkan satu subjek menggunakan tato sebagai pelampiasan permasalahan. Dapat diketahui juga bahwa tiga subjek memiliki *body image* yang cenderung positif, yang ditunjukkan dengan perasaan menarik dan sikap percaya diri terhadap tubuh dan penampilan bertato, sedangkan satu subjek memiliki *body image* yang cenderung negatif, yang ditunjukkan dengan adanya perasaan tidak menarik dan sikap tidak percaya diri terhadap tubuh dan penampilan bertato.

Penelitian ke lima dilakukan oleh Aisyah, Rahayau, dan Yustini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan status obesitas pada responden dengan nilai  $p = 0,012$  ( $<0.005$ ). tidak terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku diet dengan status obesitas pada responden dengan nilai  $p = 0.917$  ( $>0.005$ ).

Pada penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya dimana variabel bebasnya, subjek maupun lokasi penelitian yang dilakukan adalah subjek Remaja putri MA Darul Ulum Sidoarjo dengan judul hubungan

