

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada era modern saat ini tidak dapat dipungkiri bahwa masyarakat semakin memperhatikan penampilan. Belum lama ini muncul istilah baru dalam masyarakat modern yaitu istilah *good looking*. Menurut Rahmadani (2022), *good looking* memiliki arti paras yang rupawan. Istilah *good looking* ini menjadi label kecantikan baru bagi generasi milenial dan generasi z. Terminologi *good looking* menjadi sebuah budaya populer pada saat ini. Saat ini banyak masyarakat khususnya generasi milenial dan generasi z yang memandang bahwa orang yang *good looking* memiliki suatu keuntungan tersendiri. Penelitian yang dilakukan oleh Amalia dkk. (2021), pada mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia mengenai pandangan mahasiswa terhadap keuntungan dari *good looking*, menemukan bahwasanya mayoritas respondennya mewajarkan fenomena keuntungan yang didapatkan dari berpenampilan *good looking*, bahkan mayoritas respondennya berupaya menjadi *good looking* agar bisa mendapatkan keistimewaan dari definisi *good looking* tersebut. Hal ini membuktikan bahwa pada saat ini masyarakat sudah mulai memperhatikan penampilan.

Fenomena *good looking* pada saat ini sering dijumpai juga iklan lowongan pekerjaan yang menjadikan berpenampilan menarik sebagai persyaratan untuk mendaftar pada pekerjaan. Damayanti dan Hikmah (2021), menyatakan bahwa dalam berbagai pengumuman lowongan pekerjaan, seringkali terdapat persyaratan untuk memiliki penampilan menarik yang ditempatkan sebagai prioritas utama. Hal ini menimbulkan asumsi bahwa penampilan menarik sangat diperhitungkan dalam proses rekrutmen kerja. Persyaratan penampilan menarik seringkali muncul dalam iklan lowongan pekerjaan yang terkait langsung dengan interaksi dengan konsumen atau untuk posisi jabatan yang tinggi, misalnya dalam sektor perbankan, pusat perbelanjaan, atau minimarket. Terdapat juga iklan lowongan pekerjaan untuk jenis pekerjaan yang tidak melibatkan interaksi langsung dengan orang lain namun tetap

mencantumkan persyaratan penampilan menarik. Hal ini membuat banyak masyarakat pada saat ini terdorong untuk mulai memperhatikan penampilannya.

Banyaknya masyarakat yang mulai memperhatikan penampilan membuat terciptanya stigma bahwa berpenampilan menarik saat ini menjadi suatu hal yang penting, sehingga banyak remaja yang juga mulai terpengaruh untuk memperhatikan penampilannya. Maimunah dan Satwika (2021), menyatakan bahwasannya dalam masyarakat modern, seringkali terdapat tekanan untuk memiliki penampilan fisik dan wajah yang menarik, yang dapat memberikan keuntungan bagi individu tersebut dalam berbagai aspek kehidupan, seperti menarik ketertarikan orang lain dalam percintaan atau pekerjaan. tekanan untuk memenuhi standar tubuh ideal yang dibuat oleh masyarakat dapat menyebabkan remaja merasa tidak puas dengan penampilan fisik mereka, dan menimbulkan masalah psikologis pada diri mereka.

Sumali dkk. (2008), juga menyatakan bahwa para remaja berupaya mencari identitas mereka dengan harapan diterima dan mendapatkan penilaian positif dari lingkungan sekitar. Mereka meyakini bahwa hanya dengan memiliki penampilan fisik yang sesuai dengan standar yang berlaku di masyarakat, mereka akan diterima, namun jika mereka tidak memiliki tubuh yang dianggap ideal, mereka merasa tidak akan diterima dan tidak akan mendapat penilaian positif dari orang lain. Keyakinan negatif ini dapat menghambat perkembangan pribadi dan mengurangi rasa percaya diri. Keyakinan ini umumnya terdapat dalam pikiran bawah sadar individu. Penelitian jangka panjang yang dilakukan oleh Bucchianeri dkk. (2013), menemukan bahwa 24% sampai 46% remaja perempuan, dan 12% sampai 26% remaja laki-laki merasa tidak puas dengan bentuk tubuh mereka.

Masa remaja adalah masa di mana kehidupan suatu individu mengalami transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa, di mana keadaan biologis, kognitif, psikologis, dan sosial individu berubah dengan cepat (Mäkinen dkk. 2012). Batasan usia pada remaja dimulai ketika usia individu memasuki usia 11-12 tahun dan berakhir pada usia 21-22 tahun (Santrock, 2003). Pada usia remaja individu cenderung memberikan perhatian yang lebih terhadap citra tubuh seperti berat badan dan bentuk tubuhnya, hal ini dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti faktor budaya, sosial, dan ras (Farid & Kamrani, 2016).

Tekanan masyarakat terhadap penampilan dan cepatnya pertumbuhan biologis remaja membuat diri remaja terdorong untuk lebih memperhatikan bentuk tubuhnya sehingga membuat remaja sibuk untuk memeriksa perubahan yang terjadi pada dirinya. Kesibukan memeriksa perubahan bentuk tubuh membuat remaja merasa kurang puas terhadap bentuk tubuhnya (Santrock, 2003). Perasaan kurang puas terhadap bentuk tubuh yang disebabkan oleh pandangan negatif seseorang terhadap bentuk tubuhnya, dapat disebut juga dengan *body dissatisfaction*.

Grogan (2007), mengartikan *body dissatisfaction* sebagai pikiran dan perasaan negatif individu terhadap tubuhnya. Cooper dkk. (1987), menambahkan *body dissatisfaction* adalah ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang terjadi ketika individu membandingkan persepsi citra tubuhnya dengan orang lain, memiliki orientasi berlebihan terhadap citra tubuh, memiliki persepsi diri terhadap tubuh yang tidak memuaskan, dan mengalami perubahan drastis dalam persepsi tubuhnya. Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa *body dissatisfaction* adalah kondisi di mana individu merasakan pikiran dan perasaan negatif terhadap tubuhnya, dimana ia merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Hal ini dapat terjadi ketika individu membandingkan persepsi citra tubuhnya dengan orang lain dan memiliki orientasi berlebihan terhadap citra tubuhnya.

Body dissatisfaction pada umumnya banyak terjadi pada remaja perempuan. Wayan dkk. (2019), menyatakan bahwa remaja perempuan memiliki kepekaan yang lebih tinggi terhadap penampilan tubuh mereka dan merasa tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki. Hal ini disebabkan oleh kepedulian utama remaja perempuan untuk memiliki tubuh yang sangat kurus yang dianggap sebagai standar kecantikan. Kesadaran bahwa mereka mungkin tidak dapat mencapai tubuh ideal ini dapat menyebabkan timbulnya kecemasan pada remaja perempuan, oleh karena itu penelitian terkait *body dissatisfaction* lebih banyak dijumpai perempuan sebagai subjeknya, selain pada perempuan pada beberapa penelitian menemukan bahwa *body dissatisfaction* juga dapat terjadi pada remaja laki-laki. Pernyataan ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Meiliana dkk. (2018), yang menemukan bahwa ternyata banyak juga remaja laki-laki yang mengalami *body dissatisfaction*. Remaja perempuan dan laki-laki, keduanya sama-sama memiliki resiko mengalami *body dissatisfaction*, namun terdapat perbedaan antara *body*

dissatisfaction pada remaja perempuan dan laki-laki, salah satunya yaitu pada orientasi *body satisfaction* remaja perempuan dan laki-laki.

Orientasi *body satisfaction* antara remaja laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan, penelitian yang dilakukan oleh Furnham dkk. (2002), pada 235 sampel remaja kelas 12 atau 13 (usia 16-18 tahun) menunjukkan bahwa terdapat signifikansi yang hampir sama antara remaja laki-laki dan remaja perempuan, namun memiliki perbedaan pada orientasi terhadap tubuhnya dalam jangka panjang. Remaja perempuan sebagian besar menginginkan bentuk tubuh yang lebih kurus, dan hanya 8% remaja perempuan yang menginginkan bentuk tubuh yang lebih gemuk. Berbeda pada remaja laki-laki yang menginginkan bentuk tubuh lebih kurus dan lebih gemuk jumlahnya hampir sama yaitu 37% banding 34%. Bentuk tubuh pada penelitian tersebut juga menunjukkan perbedaan pada fokus bagian tubuh yang dirasa kurang puas antara laki-laki dan perempuan. Sebanyak 73% laki-laki ingin meningkatkan ukuran tubuh bagian atasnya (dibandingkan dengan 22% pada remaja perempuan), sedangkan 41% remaja laki-laki ingin menurunkan ukuran tubuh bagian bawahnya (dibandingkan dengan 63% pada remaja perempuan). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *body satisfaction* antara laki-laki dan perempuan. laki-laki cenderung ingin tampil lebih berotot pada tubuh bagian atasnya (bentuk huruf v), sedangkan remaja perempuan cenderung lebih memperhatikan kelebihan ukuran yang terjadi pada tubuh bagian bawahnya.

Setiap individu memiliki orientasi *body satisfaction* dan gambaran bentuk tubuh ideal yang berbeda-beda, untuk mencapai bentuk tubuh yang ideal tentunya tidak mudah. Pratama (2015), mengungkapkan bahwa untuk mencapai bentuk badan yang ideal memerlukan usaha yang keras, terdapat beberapa tindakan yang dapat dilakukan guna mencapai tujuan tersebut, seperti berolahraga dengan meningkatkan kekerasan latihan, meningkatkan beban latihan yang diangkat, meningkatkan frekuensi latihan, mengonsumsi suplemen seperti *whey protein*, *gain mass*, *amino*, atau *creatine*, dan melakukan diet, oleh sebab itu banyak sekali remaja yang melakukan diet, baik diet sehat maupun diet tidak sehat. Oktavia (2020), menyatakan sebanyak 42% dari anak perempuan dan laki-laki yang berusia 14 tahun mencoba menurunkan berat badannya dengan melakukan diet untuk mendapatkan bentuk tubuh yang ideal. Penelitian yang dilakukan oleh Putri dan

Indryawati (2019) juga menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan positif antara *body dissatisfaction* dengan perilaku diet.

Banyaknya remaja yang mulai melakukan diet yang disebabkan oleh *body dissatisfaction* dapat menimbulkan masalah serius terkait gangguan makan pada remaja. Setiawan (dalam Safitri dkk. 2020), menyatakan bahwa diet super ketat yang dilakukan oleh remaja akan berdampak pada hilangnya perasaan lapar sehingga pada akhirnya akan memunculkan gangguan makan seperti *bulimia* dan *anorexia*. Mäkinen dkk. (2012), juga mengungkapkan bahwa *body dissatisfaction* merupakan penyebab munculnya emosi negatif yang dapat mengakibatkan perilaku makan berlebih. Resiko gangguan makan yang disebabkan oleh *body dissatisfaction* tentunya menjadi masalah yang serius bagi remaja yang mengalami *body dissatisfaction*, adapun hal-hal yang dapat memengaruhi *body dissatisfaction* menurut Grogan (2007), yaitu budaya, media sosial, usia dan hubungan interpersonal. McLean dkk. (dalam Andini, 2020), menambahkan bahwa terdapat faktor biopsikososial yang mungkin berperan dalam munculnya *body dissatisfaction*, faktor biopsikososial tersebut yaitu karakteristik fisik, pengaruh sosial, interaksi interpersonal dan karakteristik psikologis.

Karakteristik psikologis individu, atau yang juga dikenal sebagai kepribadian dapat memengaruhi cara individu melihat dirinya sendiri, baik secara negatif maupun positif. Individu dengan kepribadian positif cenderung memiliki penghargaan diri yang lebih tinggi dari pada individu dengan kepribadian negatif. Orang dengan kepercayaan diri tinggi dan penghargaan diri yang tinggi cenderung memandang citra tubuhnya secara positif, begitu pula sebaliknya (Cash & Pruzinsky, 2002).

Kepribadian adalah bentuk dari pola-pola perilaku, motif, pikiran, serta emosi yang dimiliki oleh individu yang cenderung menetap sehingga hal tersebut dapat menjadi ciri khas dari individu tersebut (Wade dkk., 2014). Masing-masing individu memiliki kepribadian yang berbeda, perbedaan kepribadian ini yang membuat masing masing individu memiliki respon yang berbeda pada setiap stimulus yang diterima. Secara umum tipe kepribadian yang dapat dipercaya untuk menjelaskan perilaku individu adalah *big five personality* (Wade dkk., 2014).

Big five personality adalah salah satu *trait* kepribadian dengan dimensi yang umumnya dikenal singkatannya sebagai OCEAN atau secara lengkapnya *openness to new experiences, conscientiousness, extraversion, agreeableness* dan *neuroticism* (Costa, 1999). Pada penelitian yang dilakukan sebelumnya menunjukkan bahwa *big five personality* mampu memprediksi citra tubuh individu (Florentina, 2021). Hasil penelitian tersebut juga dapat menjelaskan secara konsisten bahwa tipe kepribadian *neuroticism* memiliki korelasi positif dan pengaruh yang besar terhadap *body image*, ketika individu memiliki *neuroticism* yang tinggi maka pembentukan *body image* semakin negatif, kemudian tipe kepribadian *extraversion* juga dapat memengaruhi *body image*, kemudian tipe kepribadian *openness* tidak memiliki pengaruh terhadap *body image*, kemudian tipe kepribadian *agreeableness* tidak memiliki pengaruh terhadap *body image* dan tipe kepribadian *conscientiousness* memiliki pengaruh terhadap *body image*, semakin rendah *conscientiousness* maka semakin negatif *body image* yang dimiliki oleh individu. Penelitian tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Purnamasari (2023), pada 80 orang yang bekerja sebagai *master of ceremony* dan berdomisili di kota Surabaya. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa kepribadian *openness to experience* dengan *body dissatisfaction* pada *master of ceremony* tidak memiliki hubungan, kemudian kepribadian *conscientiousness* dengan *body dissatisfaction* pada *master of ceremony* menunjukkan terdapat hubungan, kemudian kepribadian *extraversion* menunjukkan terdapat hubungan dengan *body dissatisfaction*, kemudian individu dengan profil kepribadian *agreeableness* tinggi cenderung memiliki *body dissatisfaction* rendah atau sebaliknya dan individu profil kepribadian *neuroticism* memiliki korelasi positif terhadap *body dissatisfaction*.

Pada penelitian sebelumnya mengenai *big five personality* dan *body dissatisfaction* hanya ditemukan orang yang bekerja sebagai *master of ceremony* yang sebagai subjeknya oleh karena itu perlu penelitian lebih lanjut terkait hubungan *big five personality* dengan *body dissatisfaction* pada subjek yang berbeda. Penelitian sebelumnya juga belum ada yang membahas mengenai hubungan *big five personality* dengan *body dissatisfaction* pada remaja di Indonesia, oleh karena itu dibutuhkan penelitian lebih lanjut terkait hubungan *big five personality* dengan *body dissatisfaction* pada remaja. Terlebih lagi resiko yang

ditimbulkan oleh *body dissatisfaction* pada remaja seperti gangguan fisik dan mental membuat *body dissatisfaction* layak untuk diteliti lebih lanjut. Subjek yang digunakan pada penelitian ini tidak hanya remaja perempuan saja, remaja laki-laki juga menjadi subjek pada penelitian ini, karena penelitian terkait *body dissatisfaction* pada laki-laki masih sedikit di Indonesia, oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut terhadap remaja di Jabodetabek mengenai hubungan *big five personality* dengan *body dissatisfaction*.

1.2 Identifikasi masalah

Berdasarkan pada permasalahan yang telah dipaparkan pada latar belakang tersebut, maka dapat diidentifikasi berbagai fokus permasalahan dalam penelitian ini, diantaranya ialah:

1. Bagaimana gambaran *body dissatisfaction* pada remaja di Jabodetabek?
2. Bagaimana gambaran *big five personality* pada remaja di Jabodetabek?
3. Apakah terdapat hubungan *openness to experience* dengan *body dissatisfaction* pada remaja di Jabodetabek?
4. Apakah terdapat hubungan *conscientiousness* dengan *body dissatisfaction* pada remaja di Jabodetabek?
5. Apakah terdapat hubungan *extraversion* dengan *body dissatisfaction* pada remaja di Jabodetabek?
6. Apakah terdapat hubungan *agreeableness* dengan *body dissatisfaction* pada remaja di Jabodetabek?
7. Apakah terdapat hubungan *neuroticism* dengan *body dissatisfaction* pada remaja di Jabodetabek?

1.3 Batasan Masalah

Untuk membatasi masalah dalam ruang lingkup penelitian yang dilakukan, agar fokus pada permasalahan yang terjadi serta menghasilkan hasil penelitian yang relevan, maka peneliti memberikan batasan-batasan permasalahan, yaitu hubungan *big five personality* yang terdiri dari *openness to new experiences*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness* dan *neuroticism* dengan *body dissatisfaction* pada remaja di Jabodetabek.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan pada latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: “Apakah terdapat hubungan *big five personality* yang terdiri dari *openness to new experiences*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness* dan *neuroticism* dengan *body dissatisfaction* pada remaja di Jabodetabek”

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan pemaparan pada bagian rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *big five personality* yang terdiri dari *openness to new experiences*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness* dan *neuroticism* dengan *body dissatisfaction* pada remaja di Jabodetabek.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak terkait, baik secara teoritis maupun praktis.

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dalam mengembangkan ilmu pendidikan khususnya pada bidang psikologi, selain itu penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi bagi pembaca untuk menambah wawasan yang berkaitan dengan hubungan *big five personality* dengan *body dissatisfaction*.

1.6.2 Manfaat Praktik

1.6.2.1 Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan kepada remaja mengenai hubungan *big five personality* dengan *body dissatisfaction* pada remaja.

1.6.2.2 Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan dan referensi untuk penelitian selanjutnya dengan teori dan metode yang digunakan.

