

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang Masalah

Media sosial menjadi sarana utama yang memberikan kemudahan berinteraksi pada gilirannya dapat memperkuat penyebaran informasi dari suatu fenomena. Salah satu fenomena yang paling sering diakses adalah *Korean Wave*. Akses internet dan berbagai media sosial mempermudah tersebarnya *Korean Wave* dan siapapun mudah mengakses informasi tersebut dalam berbagai bahasa (Rinata & Dewi, 2019).

*Korean Wave* atau *Hallyu* merupakan istilah dari proses penyebaran budaya Korea selatan (Pertiwi, 2013). Budaya tersebut diantaranya dapat berupa drama, film, lagu, fashion, idol, dan gaya hidup dari masyarakat di negara ginseng. Salah satu peminat budaya terbesar dari negara Indonesia terhadap *Korean Wave* adalah *Korean Pop*. *K-Pop* merupakan genre musik yang dinyanyikan oleh individu atau kelompok baik perempuan maupun laki-laki yang mengeluarkan karya berupa lagu dan gerakan menari. Visual dan karya yang terpancar dari *K-Pop* memberikan kesan yang menarik untuk diikuti sehingga penggemar pada *K-Pop* begitu besar. Dilaporkan oleh GoodStats (2022) dari hasil rangkumannya melalui platform X pada tahun 2021, Indonesia menjadi negara dengan jumlah penggemar *K-Pop* terbanyak nomor satu di dunia. Adapun survei yang dilakukan Ahdiat (2022) berdasarkan Katadata Insight Center (KIC), ditemukan bahwa 62% - 68% responden menyukai *K-Pop Group*. Data tersebut diambil dengan jumlah 1.609 responden. Berdasarkan survei IDN Times dengan 580 responden, penyebaran fans *K-Pop* di Indonesia didominasi oleh perempuan (92,1%) dengan rentang usia paling banyak sekitar 20-25 tahun atau sebesar 40,7% dan diurutkan kedua didominasi oleh usia 15-20 tahun atau sekitar 38,1% (Triadanti, 2019). Berdasarkan hasil survei, dapat dikatakan bahwa Indonesia memiliki penggemar *K-Pop* yang didominasi oleh perempuan di kalangan remaja dan dewasa.

Remaja merupakan masa transisi secara signifikan yang rentan akan masalah perubahan bentuk tubuh, emosional, dan sosial yang dapat mempengaruhi identitas citra diri. Menurut Santrock (2003) remaja diartikan dengan masa

perkembangan transisi individu antara masa anak dengan masa dewasa yang perubahannya terlihat dari biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Menurut Harold Albery (1957) masa remaja merupakan masa yang kritis. Individu dalam fase remaja berada dalam periode banyaknya perubahan dan perkembangan, mulai dari fisik, seksual, sampai kognitif yang membuat mereka melakukan analisis terhadap pikiran sendiri dan orang lain serta pemikiran persepsi orang lain terhadap mereka, cara mereka memandang diri sendiri dipicu oleh perubahan dari sosial-emosi mereka (Ahyani & Astuti, 2018). Terdapat beberapa rentang usia remaja yang berbeda dari berbagai ahli. Rentang usia remaja relatif sama yakni dimulai pada usia 12 tahun dan batas akhir yang bervariasi (Ahyani & Astuti, 2018). Menurut Santrock (dalam Ragita & Nawangsari, 2021) rentang usia remaja sekitar 11-18 tahun.

Pada masa remaja, individu akan mengalami perkembangan yang dapat dilihat melalui lima tanda (Jahja, 2011), yaitu peningkatan emosional karena tuntutan dan tekanan untuk menjadi lebih dewasa, kematangan seksual, ketertarikan dengan materi seperti uang dikarenakan adanya tanggung jawab yang lebih besar, perubahan nilai, dan sikap ambivalen. Individu pada fase ini akan mulai melakukan pencarian identitas diri yang tidak jarang diiringi dengan berbagai masalah. Menurut Hurlock (1973) masalah yang dialami remaja yaitu masalah pribadi dan khas remaja. Masalah pribadi berhubungan dengan situasi kondisi yang ada di dalam rumah dan lingkungan sekitar, kondisi fisik, penampilan, emosi, adaptasi lingkungan sosial, dan tugas yang berkaitan dengan nilai. Pada masalah pribadi khususnya kondisi fisik menjadi prediktor dominan dalam membentuk harga diri remaja secara menyeluruh (Harter, 2006). Sedangkan masalah khas remaja adalah masalah yang timbul dari pencapaian, penilaian yang keliru, dan hak kewajiban yang dibebankan ke orangtua.

Masalah remaja yang muncul pada masa sekarang membuat mereka harus lebih memperhatikan diri dan bijak dalam mengelola berbagai hal yang disajikan, salah satunya adalah atensi pada media. Bellak (dalam Fuhrmann, 1990) menyatakan tekanan media berpengaruh terhadap tugas perkembangan remaja. Salah satunya adalah media dapat menjadi saluran yang memperburuk tingkat

ketidakpuasan tubuh melalui penyuguhan informasi sosial baik dari teman sebaya maupun berita (Perloff, 2014). Fenomena *K-Pop* adalah salah satu paparan media yang tidak hanya menjadi bagian dari hiburan tetapi juga mempengaruhi cara berpikir dan berperilaku remaja. Banyak dari individu yang menjadi penggemar *K-Pop* berada pada usia remaja (Puspitasari & Hermawan, 2013). Pada pembahasan ini, remaja kelompok usia awal dan pertengahan menjadi titik fokus utama rentang usia penelitian dan atensi penggemar *K-pop* yang besar salah satunya berasal dari citra tubuh *K-Pop* yang akan melatarbelakangi masalah penelitian.

Citra tubuh merupakan gambaran individu mengenai persepsi penampilan, perasaan dan pikiran individu tersebut terkait tubuh, serta perilaku individu yang mengarah pada evaluasi penampilan fisik (Cash & Pruzinsky, 2002). Citra tubuh erat kaitannya dengan penampilan fisik, apabila individu merasa bahwa dirinya tidak menarik maka solusi yang ditampilkan adalah memperbaiki diri individu tersebut (Hurlock, 1980). Keterkaitan *K-Pop* dengan citra tubuh terletak pada standar penampilan visual atau dapat dikatakan standar kecantikan yang ditampilkan, seperti kulit yang cerah, tubuh ramping, dan wajah yang proporsional seringkali menjadi panutan bagi para penggemar.

Penampilan citra tubuh *K-Pop* menjadi daya tarik utama untuk mengambil perhatian publik. Anggota *K-Pop* dikenal memiliki citra tubuh yang hampir sempurna dan berparas menarik sehingga bentuk tubuh dan wajahnya dianggap ideal. Pasalnya, hal ini memicu penggemar memperhatikan kepuasan penampilan tubuhnya sendiri dari paparan visual yang diperlihatkan oleh anggota *K-Pop*. Individu yang memiliki ketidakpuasan tubuh terhadap dirinya maka akan memunculkan perilaku yang berkaitan dengan citra tubuh yaitu perawatan badan, olahraga, dan mengatur pola makan (Ogden, 2010).

Perempuan merupakan gender yang mendominasi penggemar *K-Pop* dan rentan akan perhatian terhadap citra tubuh. Beberapa penelitian menyatakan bahwa perempuan lebih memperhatikan penampilan fisiknya dari pada laki-laki (Thompson & Hagborg dalam Baron & Byrne, 2000). Seorang perempuan menilai tubuhnya yang pada umumnya dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan budaya (Aprilita & Listyani, 2016). Menurut Grogan (2017) perempuan digambarkan

dengan tubuh yang kurus dan berkulit cerah, sedangkan laki-laki digambarkan memiliki tubuh dengan massa otot yang baik di beberapa bagian tubuh tertentu. Tubuh kurus dianggap sebagai hal yang menguntungkan bagi perempuan karena akan mempermudah mereka untuk diterima dalam pertemanan (Oliver & Thelen, 1996). Penelitian dan survey telah menunjukkan bahwa perempuan secara khusus rentan terhadap citra tubuh. Dilaporkan dari hasil survei *Good Housekeeping* (2022) dengan 4.250 responden ditemukan bahwa 87% responden sudah melakukan diet untuk mengubah bentuk tubuh mereka, 6% bahagia akan tubuhnya, sedangkan 17% bersedia mengorbankan hidup mereka selama satu tahun demi mendapatkan tubuh yang ideal. Terdapat penelitian juga dari Cash & Pruzinsky (2002) yang menemukan bahwa pada majalah fashion terbukti media membuat citra pada perempuan dengan tubuh yang langsing dimana hal ini menyebabkan beberapa pengaruh negatif seperti ketidakpuasan tubuh, perhatian akan berat badan yang berlebihan, suasana hati yang negatif, dan kurangnya keyakinan akan daya tarik diri sendiri. Saluran media membuat perempuan memantau dan membandingkan penampilan fisik serta menginternalisasi harapan dari pandangan orang lain melihat mereka, dimana proses ini disebut dengan 'objektifikasi diri' (Scully dkk., 2020).

Penelitian ini melakukan studi pendahuluan terlebih dahulu mengenai citra tubuh pada remaja perempuan penggemar *K-Pop* berusia 12-17 tahun. Hasil menunjukkan bahwa dari 20 responden, mayoritas berusia 17 tahun (35%), diikuti dengan usia 13 tahun (25%), 16 tahun (20%), 14 tahun (10%), sampai dengan 15 tahun (10%). Mayoritas mulai mengidolakan *K-Pop* dimulai dari tahun 2017. Hasil studi pendahuluan mengungkapkan bahwa sebagian besar responden terkadang ingin memiliki tampilan fisik seperti idol *K-Pop*, khususnya badan ideal, kulit bersih, badan tinggi, bentuk tubuh ramping, dan wajah yang cantik. Meskipun mayoritas menyukai penampilan mereka saat ini dan merasa cukup menarik, melihat idola *K-Pop* terkadang menimbulkan rasa *insecure* dan bahkan mendorong beberapa responden untuk mencoba mengubah bentuk tubuh mereka. Upaya memperbaiki dan meningkatkan penampilan setelah melihat idola *K-Pop* juga dilakukan oleh sebagian responden. Tingkat perhatian terhadap penampilan bervariasi, waktu yang dihabiskan berkisar antara 5 menit hingga 2 jam per hari. Secara umum, mayoritas responden tidak puas dengan tampilan fisik pada bagian

lengan, pinggang, perut, pinggul, paha, betis, dan kaki. Melihat idol K-Pop terkadang memicu kekhawatiran tentang berat badan, mendorong sebagian responden untuk membatasi pola makan, bahkan beberapa dari mereka melakukan diet yang ketat. Frekuensi menimbang berat badan dalam sebulan beragam, mulai dari 1 hingga 10 kali. Terkait kepuasan terhadap tubuh, 50% responden menjawab puas dan 50% responden lainnya menjawab tidak puas. Menurut mereka, bentuk tubuh perempuan ideal adalah memiliki tubuh yang proporsional dengan tinggi badan yang sesuai dan sehat, tidak sedikit dari mereka menjawab nama artis K-Pop yang diidolakannya sebagai contoh dari bentuk tubuh perempuan ideal.

Hal ini didukung juga dari beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa penggemar *K-Pop* yang sering mengonsumsi konten *K-Pop* cenderung memiliki citra tubuh yang rendah. Berdasarkan penelitian dari Dwiputeri dan Maulina (dalam Pratiwi dan Iriani, 2023) 165 remaja penggemar *K-Pop* mengungkapkan bahwa membandingkan diri dengan artis *K-Pop* yang dianggap memiliki tubuh ideal berkontribusi signifikan terhadap ketidakpuasan tubuh sebesar 17,4%. Sedangkan penelitian dari Pratiwi dan Iriani (2023) menunjukkan bahwa subjek penelitian yang menghabiskan waktu lebih dari 8 jam sehari dalam mengonsumsi konten *K-Pop* di media massa memiliki skor yang rendah dalam dimensi *body area satisfaction*. Jika dilihat secara keseluruhan, intensitas penggunaan media sosial yang tinggi memicu terjadinya penggemar memiliki citra tubuh yang negatif. Penggemar *K-Pop* yang memiliki citra tubuh negatif dipicu oleh perbandingan sosial dan skema kognitif yang dimiliki (Octamelia dan Sa'id, 2021). Oleh karena itu, citra tubuh kerap menciptakan eksposur yang intens bagi para penggemar.

Budaya *K-Pop* menggarisbawahi pentingnya penampilan fisik yang dapat mempengaruhi citra tubuh remaja perempuan. Tekanan yang dirasakan oleh seorang perempuan semakin bertambah dengan terciptanya standar kecantikan baru yang diperkenalkan oleh budaya *K-Pop*, yang pada akhirnya akan meruntut dan atau memperburuk dampak dari perbandingan sosial terhadap citra tubuh individu. Holland dan Tiggemann (2016) menyatakan bahwa perbandingan sosial dapat

memediasi hubungan antara waktu seseorang berada dalam jaringan atau saat *online* terhadap penilaian citra tubuh.

Perbandingan sosial adalah individu yang terus-menerus melakukan evaluasi diri sendiri untuk menilai posisinya dalam berbagai karakteristik (Festinger, 1954). Perbandingan sosial terjadi ketika individu melakukan evaluasi dan menentukan keyakinan atau nilai pribadi berdasarkan persepsi dari membandingkan diri dengan orang lain di berbagai cakupan (Thompson & Stice, 2001). Individu cenderung melakukan perbandingan ke atas (*upward comparison*) dimana membuat perbandingan penampilan fisik dengan individu yang lebih menarik seperti model dan artis (Groesz dkk., 2002). Paparan yang secara terus-menerus pada standar kecantikan ideal ala *K-Pop* dapat memicu perbandingan sosial di kalangan penggemar perempuan. Pada masa remaja, terdapat krisis identitas dan masa ini individu akan mengalami krisis jati diri. Jika proses tersebut berjalan dengan baik maka individu tersebut akan memiliki harga diri dan rasa percaya diri yang kuat, namun jika gagal hal ini dapat membuat individu tersebut memiliki kebingungan dalam dirinya (Erikson, 1968). Dibandingkan dengan remaja laki-laki, remaja perempuan juga seringkali dipengaruhi oleh faktor sosial dan hubungan interpersonal (Giligan, 1982). Perbandingan terutama dalam hal citra tubuh lebih sering terjadi pada remaja perempuan yang dapat memicu penurunan harga diri dan meningkatkan adanya resiko gangguan psikologis (Perloff, 2014). Dalam perkembangannya, mereka cenderung membandingkan penampilan, status sosial, dan *public figure* sosial media untuk menilai diri sendiri (Fardouly dkk., 2015). Mereka cenderung membandingkan penampilan fisik mereka dengan para idola yang seringkali menampilkan citra tubuh yang sempurna melalui riasan, pencahayaan, dan manipulasi foto. Perbandingan ini berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap persepsi citra tubuh penggemar, dimana akan memunculkan rasa tidak puas terhadap diri sendiri dan bahkan mendorong perilaku yang tidak sehat demi mencapai standar kecantikan yang tidak realistis.

Perbandingan sosial pada penggemar *K-Pop* memiliki kecenderungan melakukan perbandingan ke atas karena idola yang disukainya dinilai lebih baik, namun hal ini dapat menghasilkan dampak yang negatif. Berdasarkan penelitian

Thompson dkk., (1999), perbandingan ke atas memberikan hasil ketidakpuasan terhadap diri sendiri dan dapat menyebabkan perilaku yang berisiko seperti makan yang tidak teratur, operasi, dan melakukan perubahan kulit. Dalam konteks penggemar *K-Pop* khususnya pada perempuan, perbandingan ke atas dapat berdampak signifikan pada citra tubuh mereka. Citra tubuh ideal yang ditampilkan oleh idol *K-Pop* tidak realistis dan sulit untuk dicapai dapat memicu perasaan tidak puas terhadap tubuh sendiri dan dapat memicu perilaku yang tidak sehat.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Septianningsih dan Sakti (2021) ditemukan bahwa terdapat pengaruh signifikan yang positif antara perbandingan sosial terhadap citra tubuh. Perbandingan sosial memberikan pengaruh sebesar 26,6% sedangkan 73,4% dipengaruhi oleh faktor lain. Hasilnya menunjukkan bahwa semakin tinggi perbandingan sosial maka akan semakin tinggi pula citra tubuh pada wanita. Terdapat penelitian lain juga dari Husni dan Indrajati (2014) yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh perbandingan sosial pada model iklan kecantikan terhadap citra tubuh pada perempuan, semakin tinggi perbandingan sosial pada model dalam iklan kecantikan maka semakin menurun citra tubuh pada remaja putri. Selain itu, terdapat penelitian terdahulu dari Na'imah dan Rahardjo (2008) yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh dari perbandingan sosial pada *public figure* di media massa terhadap citra tubuh. Diketahui dari hasil analisis *product moment* adanya pengaruh negatif yang signifikan artinya semakin tinggi perbandingan sosial maka semakin rendah citra tubuh mereka.

Secara khusus penelitian ini mengkaji fenomena perbandingan sosial dan citra tubuh yang berfokus pada remaja perempuan penggemar *K-Pop* di Indonesia dimana menitikberatkan pada beberapa aspek krusial yaitu menggali lebih dalam mengenai perbandingan ke atas dikalangan remaja perempuan penggemar *K-Pop* dan bagaimana perbandingan sosial dapat mempengaruhi citra tubuh para penggemar. Penelitian ini memiliki keunikan pada pengaruh spesifik perbandingan sosial dalam fans *K-Pop* seperti persepsi remaja perempuan terhadap dirinya sendiri dan mengungkapkan dampak budaya *K-Pop* yang menekankan pada penampilan fisik ideal terhadap citra tubuh remaja perempuan di Indonesia. Selanjutnya penelitian ini melibatkan partisipan dengan rentang usia 12-17 tahun, rentang usia

dipilih berdasarkan masalah citra tubuh yang sering muncul pada kelompok usia tersebut. Selain itu, penelitian ini memasukan rentang waktu menjadi penggemar K-Pop lebih dari 6 bulan. Cara individu mengolah sebuah informasi dipengaruhi oleh tingkat keterlibatan motivasi individu tersebut (Petty & Cacioppo, 2012). Sesuai dengan teori Petty & Cacioppo (2012) responden yang sudah menjadi penggemar K-Pop selama lebih dari 6 bulan pada umumnya sudah melewati masa pengenalan dan setelahnya dapat mengolah informasi secara mendalam dengan *central route processing* sehingga memungkinkan semua partisipan mempunyai tingkat pemahaman yang relatif sama dimana mempunyai wawasan yang lebih mendalam dan akurat mengenai K-Pop sehingga sampel yang didapat lebih representatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji lebih dalam mengenai pengaruh perbandingan sosial terhadap citra tubuh pada remaja perempuan penggemar *K-Pop* di Indonesia.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, berikut merupakan identifikasi masalah yang menjadi landasan pada fokus penelitian ini:

1. Kemudahan mengakses media sosial memungkinkan remaja terpapar konten *K-Pop* secara intensif yang berkontribusi pada pembentukan identitas dan persepsi diri mereka.
2. Indonesia memiliki jumlah penggemar *K-Pop* yang sangat besar dengan mayoritas adalah perempuan dikalangan remaja yang dapat terpengaruh oleh standar kecantikan dari tampilan idol *K-Pop*.
3. Berasal dari paparan konten *K-Pop*, remaja perempuan mengalami perubahan secara signifikan dalam persepsi citra tubuh yang menyebabkan ketidakpuasan terhadap penampilan fisik.
4. Remaja perempuan cenderung melakukan perbandingan sosial dimana membandingkan penampilan tubuhnya dengan penampilan tubuh idol *K-pop* yang dapat memberikan citra tubuh negatif.
5. Semakin sering remaja perempuan membandingkan diri dengan artis *K-Pop*, semakin besar kemungkinan mereka mengalami ketidakpuasan terhadap citra tubuh yang akan berdampak pada kesehatan mental dan perilaku mereka.

6. Ketidakpuasan citra tubuh yang dipengaruhi oleh perbandingan sosial memberikan dampak yang mencakup potensi meningkatkan risiko gangguan makan dan masalah psikologis lainnya di kalangan remaja perempuan penggemar *K-Pop*.

### **1.3 Pembatasan Masalah**

Dari identifikasi masalah yang sudah ditetapkan, maka diperlukan batasan agar ruang lingkup bahasan fokus pada permasalahan yang terjadi. Penelitian ini menitikberatkan pada pengaruh perbandingan sosial terhadap citra tubuh pada remaja perempuan penggemar *K-Pop*.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah yang dijadikan bahan penelitian ini yaitu “Apakah terdapat pengaruh perbandingan sosial terhadap citra tubuh pada remaja perempuan penggemar *K-Pop* di Indonesia?”.

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian yang telah ditetapkan sebelumnya, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui terdapat pengaruh atau tidaknya perbandingan sosial terhadap citra tubuh pada remaja perempuan penggemar *K-Pop* di Indonesia dan mendeskripsikan fenomena perbandingan sosial dan citra tubuh pada remaja perempuan penggemar *K-Pop* di Indonesia.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

#### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan terkait perbandingan sosial dan citra tubuh pada remaja perempuan penggemar *K-Pop* di Indonesia dalam bidang psikologi.

#### **1.6.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi Pembaca

Meningkatkan kesadaran tentang perbandingan sosial dan citra tubuh pada penggemar *K-Pop* dimana pembaca dapat mengembangkan

kemampuan untuk mengelola perilaku diri dengan lebih baik, menghindari menyukai sesuatu secara berlebihan, serta bijak dalam mengelola kesehatan tubuh.

2. Bagi penggemar K-Pop

Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran mengenai potensi dan dampak negatif dari perbandingan sosial terhadap citra tubuh mereka. Penelitian ini membantu penggemar *K-Pop* untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis dengan memahami dampak dari perbandingan sosial dan mengambil langkah yang baik sebagai upaya melindungi diri dari dampak negatif perbandingan sosial terhadap citra tubuh.

3. Bagi

Peneliti

Penelitian ini memberikan kontribusi akan pengembangan ilmu pengetahuan di bidang psikologi terutama pada pemahaman dinamika perbandingan sosial dan dampaknya pada citra tubuh khususnya dalam konteks penggemar *K-Pop*. Selain itu, penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi tambahan bagi peneliti selanjutnya apabila fenomena penelitian ini sesuai dengan apa yang diteliti.

