

BAB I

PENDAHULUAN

Bab ini menjelaskan mengenai latar belakang penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi penelitian.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Media sosial dapat menjadi *platform* yang efektif untuk mengekspresikan diri secara positif yang membuat penggunaanya dapat menampilkan diri yang terbaik (Febrianthi dan Supriyadi, 2020). Media sosial menawarkan sarana bagi penggunaanya untuk mempertahankan atau membangun hubungan interpersonal dari dunia maya ke dalam dunia nyata (Royal Society for Public Health, 2017). Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) memaparkan bahwa pada tahun 2022 pengguna internet untuk mengakses media sosial mencapai 210 juta jiwa dan pengguna mengakses media sosial melalui *smartphone* (Riyanto, 2022).

We are Social: Indonesian Digital Report dan Hootsuite (2023) menyatakan bahwa *platform* media sosial *Instagram* berada di posisi ke-2 yang paling banyak digunakan Januari 2023 di bawah whatsapp. NapoleonCat (2023) mengemukakan bahwa ada 94 juta pengguna *Instagram* di Indonesia pada Januari 2023 yang merupakan 33,8% dari seluruh populasinya yang mayoritasnya adalah wanita dengan presentase 52,2%. Pengguna *Instagram* paling banyak berusia 18-24 tahun yaitu sekitar 35 juta orang dimana wanita lebih banyak menggunakan *Instagram* dibanding pria dengan perbedaan selisih 16 juta pengguna.

Berdasarkan data di atas maka diketahui bahwa mayoritas pengguna aktif *Instagram* adalah perempuan dengan umur yang masuk dalam kategori masa dewasa awal. Tugas perkembangan wanita dewasa awal yang salah satunya adalah memilih pasangan hidup (Havighurst, 2004) menyebabkan mulai munculnya kebutuhan untuk tampil cantik di hadapan orang lain. Banyaknya media yang menampilkan sosok wanita yang bertubuh ideal dapat semakin meningkatkan keinginan para wanita untuk terus berusaha memiliki tubuh yang sempurna. Sayangnya, tidak semua wanita dilahirkan

dalam kondisi yang ideal. Kesenjangan antara standar kecantikan yang berlaku di masyarakat dengan bentuk fisik yang dimiliki wanita membuat banyak wanita merasa kurang puas terhadap penampilan atau tubuhnya.

Penelitian oleh Sari, dkk (2022) terhadap lima subjek wanita pengguna *Instagram* rentang usia 18-24 tahun yang dikategorikan dengan usia dewasa awal di Kota Makassar, ditemukan bahwa responden tidak puas dengan tubuh yang dimiliki. Responden R mengemukakan bahwa ketika melihat tubuh yang dianggap ideal pada *instagram* akan membuat R iri dan tidak puas terhadap bentuk tubuh. R tidak puas terhadap badan yang terlalu kurus, payudara kecil, dan wajah yang berjerawat. R merasa minder, menilai tubuh secara negatif, frustrasi dan sedih. Responden S mengemukakan bahwa setelah melihat tubuh ideal pada *instagram* akan melakukan perbandingan sehingga S tidak puas dengan seluruh bagian tubuh. S merasa sedih, melakukan diet tidak sehat, tidak percaya diri dan harus menggunakan riasan wajah serta baju yang tidak membuat tubuhnya terlihat besar. Dari hasil wawancara diatas bahwa wanita kerap kali merasa tidak puas dengan tubuhnya dengan membandingkan bentuk tubuhnya dengan tubuh wanita lain yang dianggap ideal.

Ketidakpuasan tubuh yang dimiliki disebut dengan *body dissatisfaction*. Menurut Cooper (1987) *body dissatisfaction* merupakan perasaan tidak puas pada bentuk tubuh yang dimiliki, serta terdapat perbedaan antara tubuh ideal dengan tubuh sebenarnya. *Body dissatisfaction* muncul di dalam diri individu karena adanya perilaku yang suka membandingkan diri terhadap individu lain yang dilihat melalui *Instagram*. Adanya standar kecantikan yang diakui oleh masyarakat yaitu wanita cantik selalu diidentikkan dengan kulit putih, tubuh langsing dan tidak terdapat flek di wajah, dan pengunggahnya hanya menampilkan hal yang menarik dari dirinya, menyebabkan seseorang mudah untuk menilai dan membandingkan tubuhnya dengan orang lain (Irza, 2021).

Dengan adanya standarisasi kecantikan yang terbentuk dalam masyarakat, sebagian besar wanita merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh yang dimiliki, akibat dari *social comparison* atau membandingkan diri dengan individu yang dilihat dalam *Instagram* tersebut (Lestari, 2022). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Arshuha dan Amalia (2018) mengenai pengaruh perbandingan sosial dan terhadap *body dissatisfaction* mahasiswi pengguna *Instagram*. Hasil dari

penelitian tersebut membuktikan bahwa perbandingan sosial yang dilakukan mahasiswa di media sosial memiliki andil pada kepuasan seseorang terhadap bentuk tubuhnya. Bahwasanya perbandingan sosial terjadi karena setiap orang memiliki motivasi untuk terus mengevaluasi diri, dan memperbaiki diri (Festinger, 1954).

Penelitian lain yang mendukung dilakukan oleh Najla & Zulfiana (2022) bahwa semakin rendah individu membandingkan diri dengan orang lain yang ada disekitarnya maka kecenderungan individu dalam memberikan penilaian negatif terhadap dirinya terutama terhadap tubuhnya akan semakin rendah pula. Sebaliknya, ketika individu semakin tinggi membandingkan diri dengan orang lain yang ada di sekitarnya maka ketidakpuasan individu terhadap tubuhnya juga akan semakin tinggi.

Seseorang yang merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya (*body dissatisfaction*) akan memiliki citra tubuh yang negatif sehingga individu yang merasa tidak bisa tampil sesuai dengan harapannya akan memiliki kepuasan yang rendah terhadap penampilannya. Ini sesuai dengan pandangan Jourard dan Secord seperti yang dikutip dalam Burn (1993: 198), yang menyatakan bahwa tingkat kepuasan terhadap citra tubuh (*body image*) berkaitan erat dengan tingkat penerimaan diri (*self-acceptance*). Penerimaan diri terhadap citra tubuh yang dimiliki menjadi sangat penting agar seseorang tidak hanya fokus pada penilaian negatif terhadap tubuhnya. Dengan *self-acceptance* (penerimaan diri), individu dapat menghargai segala kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya. Individu yang memiliki penerimaan diri memandang kelemahan atau kekurangan dirinya sebagai hal yang wajar dan dimiliki oleh setiap individu, karena individu yang memiliki penerimaan diri akan dapat berpikir positif tentang dirinya bahwa setiap individu memiliki kelemahan atau kekurangan dan hal tersebut tidak akan menjadi kendala bagi individu (Hamidah, 2022).

Self-acceptance (penerimaan diri) ini dapat terjadi pada masa dewasa sebab masa dewasa merupakan masa dimana seseorang memiliki banyak kesempatan dan perubahan, antara lain dari segi kognitif maupun sosial. Kurangnya rasa penerimaan diri terhadap kondisi fisik pada wanita dewasa sehingga dapat membuat seseorang dengan mudahnya dipengaruhi oleh orang lain dan tidak dapat bertindak sesuai

dengan keinginannya sendiri. Kurangnya rasa penerimaan diri dapat menumbulkan perasaan *insecure* yang dapat mengganggu kehidupan sehari-hari karena selalu merasa kurang dan tidak ada rasa percaya diri dalam melakukan kegiatan apapun. Dengan menerima diri sendiri, dapat mengurangi rasa ingin membandingkan dengan individu lain yang memiliki bentuk tubuh yang ideal. Bentuk tubuh yang ideal merupakan dambaan tiap perempuan, namun dengan menerima keadaan saat ini diharapkan dapat mengurangi rasa ketidakpuasan akan bentuk tubuh. Ketika individu tidak mampu menerima kondisi tubuhnya yang berbeda dengan orang lain, akan timbul efek negatif pada kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, kondisi tersebut memberikan efek negatif pada dirinya dan cenderung membandingkan bentuk tubuhnya dengan orang lain yang dianggap ideal (Nafisyah & Khasanah, 2023).

Melalui *self-acceptance* (penerimaan diri) individu mampu menerima diri apa adanya dan mereka tidak akan takut memandang dirinya secara jujur, baik dalam hati, pikiran dan perasaan maupun di luar melalui perilaku atau penampilan setiap individu. Penerimaan diri ini diperlukan untuk menyatukan tubuh, pikiran dan jiwa (Permatasari & Gamayanti, 2016). Penerimaan diri yang baik pada individu membuat mereka mampu mengembangkan diri, mampu berinteraksi dengan orang lain dan menjalin hubungan yang erat dengan orang lain tanpa terganggu oleh kelemahannya, karena individu beranggapan bahwa semua orang memiliki kelebihan dan kekurangan.

Penelitian yang dilakukan oleh Padaa (2021) menemukan hasil bahwa *self-acceptance* memiliki pengaruh terhadap *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar dengan besar kontribusi 10.5% dengan arah koefisien pengaruh yang positif. Artinya semakin tinggi *self-acceptance* maka semakin tinggi *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar, begitupun sebaliknya.

Hasil penelitian mengenai *social comparison* dan *self-acceptance* pada mahasiswa pengguna media sosial *Instagram* oleh Dinda Sekar Amelia (2022) mengungkapkan bahwa perilaku *social comparison* menyebabkan penurunan pada *self-acceptance* individu dan menyebabkan individu memiliki persepsi negatif terhadap dirinya sendiri. Selain itu, individu yang sering membuka *Instagram*

memiliki *selfacceptance* yang lebih rendah dengan mengevaluasi dirinya secara negatif. Frekuensi menggunakan media sosial *Instagram* juga berkaitan dengan tingkat keseringan individu melakukan *social comparison* dengan individu lain yang lebih baik atau lebih buruk dari dirinya.

Dengan adanya media sosial *Instagram* membuat banyak sekali perempuan yang membandingkan dirinya dengan lingkungan sosial yang sering dijumpai, dengan ruang lingkup yang luas sehingga membuat turunnya rasa percaya diri serta penerimaan diri dengan kondisi tubuh dan fisik yang dimiliki saat ini. Kondisi tubuh yang menjadi standar gaya hidup saat ini menjadi pembanding diri sendiri dengan lingkungan sosial yang ada, sehingga dibutuhkan rasa puas akan diri sendiri dengan cara menerima keadaan diri sendiri agar dapat terhindar dari rasa ingin membandingkan bentuk tubuh dengan orang lain.

Adanya Penelitian terkait pengaruh *social comparison* dan *body dissatisfaction* telah banyak dilakukan namun, belum ditemukan penelitian yang menggunakan *social comparison* sebagai variabel bebas (X) dan *body dissatisfaction* sebagai variabel terikat (Y) yang dimoderasi oleh *self-acceptance* (Z) pada wanita dewasa awal pengguna aktif *Instagram*. Berdasarkan hasil penelitian terdahulu peneliti tertarik untuk meneliti dan mencari tahu lebih jauh terkait pengaruh *social comparison* terhadap *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal pengguna *Instagram* di Kota Bandung dengan menambahkan *self-acceptance* sebagai variabel yang memoderasi (Z).

1.2 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat dirumuskan pertanyaan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh *social comparison* terhadap *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal pengguna *Instagram* di Kota Bandung?
2. Apakah terdapat pengaruh *self-acceptance* terhadap *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal pengguna *Instagram* di Kota Bandung?
3. Apakah terdapat pengaruh *social comparison* terhadap *body dissatisfaction* yang dimoderasi oleh *self-acceptance* pada wanita dewasa awal pengguna *Instagram* di Kota Bandung ?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk dapat melaksanakan penelitian ini dengan baik dan tepat sasaran, maka penelitian ini harus memiliki tujuan. Adanya tujuan dalam penelitian ini adalah

1. Untuk mengetahui pengaruh *social comparison* terhadap *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal pengguna *Instagram* di Kota Bandung.
2. Untuk mengetahui pengaruh *self-acceptance* terhadap *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal pengguna *Instagram* di Kota Bandung.
3. Untuk mengetahui pengaruh *social comparison* terhadap *body dissatisfaction* yang dimoderasi oleh *self-acceptance* pada wanita dewasa awal pengguna *Instagram* di Kota Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan pengaruh *social comparison* terhadap *body dissatisfaction* yang dimoderasi oleh *self-acceptance* pada wanita dewasa awal pengguna *Instagram* di Kota Bandung. Penelitian ini merupakan penelitian terbaru dari banyaknya penelitian sebelumnya yang meneliti mengenai pengaruh *social comparison* terhadap *body dissatisfaction*. Pada penelitian ini, peneliti menambahkan variabel *self-acceptance* sebagai moderator.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk penelitian-penelitian selanjutnya yang akan melakukan penelitian yang berhubungan dengan *social comparison*, *body dissatisfaction* maupun *self acceptance* pada wanita dewasa awal pengguna *instagram*.