

BAB I PENDAHULUAN

Pada bab ini akan dibahas mengenai latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, dan manfaat dalam penelitian ini.

A. Latar Belakang Penelitian

Penampilan fisik merupakan hal yang penting bagi remaja. Remaja akan menghabiskan waktunya untuk memikirkan penampilan mereka sebaik mungkin di depan orang lain (Lee & Lee, 2012). Di dalam penampilannya, remaja memiliki ketidaksempurnaan penampilan yang ia miliki. Ketidaksempurnaan penampilan yang ia miliki membuatnya ingin menutupi hal tersebut untuk mengurangi evaluasi negatif dari orang lain, sehingga remaja akan menampilkan dirinya sesempurna mungkin untuk menutupi ketidaksempurnaan yang mereka miliki (Stoeber & Rountree, 2020). Sehingga dapat dikatakan bahwa, di dalam menampilkan penampilan fisiknya, remaja akan berusaha memberikan gambaran yang sempurna hingga menutupi bagian kekurangannya.

Usaha remaja menutupi kekurangan dan ketidaksempurnaan yang mereka miliki untuk mendapatkan kesan yang baik dari orang lain dapat disebut dengan *perfectionistic self-presentation*. Menurut Hewitt et al (2003), *perfectionistic self-presentation* merupakan upaya seseorang untuk menyajikan kesempurnaan dirinya dan berusaha menutupi pengungkapan ketidaksempurnaan yang ada pada dirinya. Ketidaksempurnaan penampilan yang dialaminya ini merupakan bagian dari suatu masalah untuk sebagian remaja, karena mereka ingin menutupi permasalahan tersebut agar tidak terlihat oleh orang lain.

Perilaku *perfectionistic self-presentation* dapat dilakukan oleh remaja di dalam menutupi penampilannya, salah satunya yaitu remaja yang ingin menutupi masalah pada penampilan wajahnya karena mereka menganggap wajahnya memiliki masalah, seperti noda hitam dan berjerawat (Leswari, 2019). Di dalam aspeknya, *perfectionistic self-presentation* memiliki dua aspek, yaitu *display of body perfection* atau menampilkan kesempurnaan tubuh dan *concealment of body*

imperfection atau menyembunyikan ketidaksempurnaan tubuh (Ferreira, Duarte, Pinto-Gouveia, & Lopes, 2018). Di aspek menampilkan kesempurnaan tubuh, remaja akan menyajikan tubuhnya sempurna mungkin dan hanya ingin memperlihatkan bagian kesempurnaan dirinya sedangkan di dalam aspek menyembunyikan ketidaksempurnaan tubuh, remaja akan berusaha menutupi ketidaksempurnaan yang ia miliki dan mengungkapkan tubuhnya seideal mungkin.

Remaja yang memiliki *perfectionistic self-presentation* yang tinggi akan memiliki aspek tersebut. Mereka akan berusaha menutupi ketidaksempurnaan pada wajahnya tersebut dengan berbagai cara, seperti remaja yang berusaha menutupi jerawat dan noda hitam dengan menggunakan *make up* agar wajah mereka terlihat mulus seperti dalam video youtube ini vindy (2020) dan Kiara Leswari (2019), mereka menjelaskan cara menggunakan *make up* agar dapat menutupi ketidaksempurnaan pada bagian wajah mereka. Selain itu, terdapat aplikasi “*beauty camera*” dan *filters Instagram* untuk membuat wajah terlihat mulus, putih, dan bersih sehingga dapat menutupi kekurangan para penggunanya (Latief, 2019). Di dalam hal ini, remaja akan berusaha menutupi kekurangan yang ia miliki untuk memperlihatkan kesempurnaan yang ia tidak miliki.

Dari permasalahan tersebut, dapat dikatakan bahwa remaja akan melakukan banyak cara untuk menutupi masalah kulit wajahnya agar terlihat sempurna. Terdapat beberapa masalah kulit wajah yang sering terjadi pada remaja, baik remaja perempuan maupun laki-laki, yaitu kulit kusam, jerawat, flek hitam, *rosacea*/kulit kemerahan dan bitnik yang menyerupai jerawat, hingga tahi lalat (Fef, 2020). Terdapat juga masalah lain seperti tanda lahir, milia/penyakit kulit berupa bitnik-bintik putih kecil, hingga komedo (Devi, 2019). Dari fenomena tersebut seseorang yang memiliki masalah wajah membuatnya menutupi masalahnya tersebut maka mereka akan memiliki *perfectionistic self-presentation*, hal ini dilakukan remaja karena ia tidak mau memperlihatkan masalah pada kulit wajahnya tersebut, sehingga membuatnya ingin menutupi ketidaksempurnaan wajahnya.

Perfectionistic self-presentation dianggap sebagai bentuk presentasi diri yang maladaptif terkait dengan kesempurnaan yang dituntut oleh orang lain dalam permasalahannya (Hewitt et al., 2003). Remaja yang memiliki *perfectionistic self-presentation* pada bagian penampilannya termasuk pada bagian wajahnya akan melakukan berbagai cara dengan instan, meskipun hal tersebut berbahaya bagi kesehatannya bahkan memperparah masalah wajahnya (NV, 2020). Sebagai contohnya yaitu, remaja yang ingin terlihat cantik akan menggunakan krim tidak bermutu baik atau bermutu rendah yaitu krim yang menggunakan bahan berbahaya dan menyebabkan pemakainya terkena penyakit kanker kulit stadium dua (Ferary, 2019). Selain itu, terdapat juga krim pemutih yang dapat memutihkan wajah dengan cepat, para pengguna tidak akan peduli aman atau tidak, yang penting dapat cepat putih, padahal krim tersebut belum bersertifikat dan dapat memunculkan masalah kulit baru, seperti jerawat, flek hitam, dan komedo (Rahma, 2020). Oleh karena itu, remaja yang berusaha menutupi ketidaksempurnaannya tentang masalah kulit wajahnya ini memiliki perilaku *perfectionistic self-presentation* yang tinggi.

Perfectionistic self-presentation pada remaja akan dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah rasa malu dan keraguan diri (Chen et al., 2012; Costa, Marôco, Gouveia, & Ferreira, 2016), kritik diri (Costa et al., 2016), Menyembunyikan diri (D'Agata & Holden, 2018), *self-compassion* (Brodar, Crosskey, & Thompson, 2015; Long & Neff, 2018a), rasa takut kehilangan (Salim, Rahardjo, Tanaya, & Qurani, 2017), *body dissatisfaction* (Britton, Martz, Bazzini, Curtin, & LeaShomb, 2006), dan *self-esteem* (Djafarova & Trofimenko, 2017). Masalah penampilan yang mengakibatkan tingkat *perfectionistic self-presentation* yang dialami oleh remaja dapat berhubungan dengan *self-compassion*. Di dalam masa remaja, remaja membutuhkan *self-compassion* dalam menghadapi permasalahan di dalam hidupnya.

Self-compassion sangat dibutuhkan oleh para remaja karena *self-compassion* merupakan faktor penting untuk mengatur tekanan psikologis dan intervensi kesejahteraan bagi remaja (Marsh, Chan, & Macbeth, 2017). Di dalam pengertiannya, *self-compassion* merupakan bentuk kasih sayang remaja terhadap

dirinya dalam menghadapi suatu permasalahan yang dihadapinya, sehingga mereka dapat menerima permasalahannya tersebut dengan baik (Neff, 2003). Jadi, untuk permasalahan yang dialami oleh remaja, mereka membutuhkan *self-compassion* untuk penerimaan dirinya dalam menghadapi permasalahan.

Self-compassion juga dibutuhkan remaja untuk mempertahankan pandangan positif, terlibat dalam aktivitas yang menyenangkan, menerima diri sendiri, serta untuk memperkuat ketahanan dalam menghadapi tantangan pada remaja (Bluth, Mullarkey, & Lathren, 2018; Klingle & Van Vliet, 2019). Dalam hal ini, remaja membutuhkan *self-compassion* untuk menghadapi masalah yang dialaminya. *Self-compassion* memiliki tiga aspek dasar menurut Neff (2003), yaitu *self-kindness vs self-judgement*, *common humanity vs isolation*, *mindfulness vs over-identification*. Aspek-aspek tersebut dapat membangun dan berinteraksi satu sama lain dalam membentuk *self-compassion* (Neff, 2003).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Long & Neff (2018) dan Brodar et al (2015) pada siswa yang memiliki masalah akan evaluasi orang lain dan pada siswa mahasiswa kristen yang mengikuti pelayanan kampus kristen di dalam kelas menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self-compassion* dengan *perfectionistic self-presentation*, yaitu semakin rendah *self-compassion* maka semakin tinggi *perfectionistic self-presentation*. Oleh karena itu, kemungkinan jika *self-compassion* rendah maka *perfectionistic self-presentation* tinggi, hal ini dikarenakan *self-compassion* rendah mengakibatkan seseorang ingin berusaha menutupi segala permasalahannya.

Self-compassion dapat membantu seseorang untuk mengurangi masalah yang dialami oleh seseorang. *Self-compassion* juga dapat melindungi seseorang dari perasaan negatif terhadap dirinya ketika membayangkan masalah yang dihadapinya (Leary, Tate, Adams, Allen, & Hancock, 2007). Oleh karena itu, *self-compassion* penting bagi seseorang untuk mengurangi rasa malu, kecemasan, dan untuk mendapatkan kebahagiaan serta kesejahteraannya (Brodar et al., 2015). *Self-compassion* melibatkan sikap menerima dan memaafkan diri sendiri dalam menghadapi kesulitan serta mengakui penderitaan dan masalah dirinya (Reilly,

Rochlen, & Awad, 2014). Oleh karena itu, remaja yang mengalami suatu permasalahan penampilan yang dialaminya, maka mereka memiliki *perfectionistic self-presentation* maka kemungkinan hal ini berhubungan dengan *self-compassion* untuk menerima permasalahan tersebut, agar dapat menerima dirinya sendiri tanpa menutupi kekurangan dirinya, termasuk permasalahan penampilan kulit wajah yang di deritanya.

Ketika remaja tidak menyadari masalah yang terjadi pada dirinya merupakan bagian dari pengalaman hidupnya, maka ia memiliki *self-compassion* rendah dan akan memiliki *perfectionistic self-presentation* yang tinggi, hal ini terjadi karena mereka tidak memiliki perhatian terhadap dirinya sendiri dan terus menerus memikirkan masalah yang terjadi pada dirinya (Long & Neff, 2018a). Selain itu, untuk melihat hubungannya, dapat di lihat dari aspek-aspek yang ada dalam *perfectionistic self-presentation* dan *self-compassion*, bahwa aspek *perfectionistic self-presentation* yaitu menampilkan kesempurnaan tubuh dan menyembunyikan ketidaksempurnaan tubuh akan berhubungan satu sama lain dengan aspek-aspek di dalam *self-compassion*. Di dalam hal ini, masalah yang dibahas merupakan masalah kulit wajah yang sering mengganggu penampilan remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Long & Neff (2018) dan Brodar et al (2015) hanya membahas mengenai *perfectionistic self-presentation* dan *self-compassion* pada siswa yang memiliki masalah ketakutan akan evaluasi orang lain di dalam kelas dan pada mahasiswa kristen yang mengikuti kegiatan keagamaan di kampus, sedangkan penelitian ini akan dilakukan untuk mengkaji *perfectionistic self-presentation* dan *self-compassion* dalam konteks masalah kulit wajah yang sering menjadi perbincangan di Indonesia baru-baru ini. Selain itu, peneliti juga ingin membantu menambah sumber literasi yang membahas mengenai *self-compassion* dan *perfectionistic self-presentation* karena penelitian ini sebelumnya belum ada di Indonesia. Oleh karena itu, karena adanya masalah-masalah yang terjadi, peneliti ingin meneliti mengenai “Hubungan *Self-Compassion* dengan *Perfectionistic self-presentation* pada Remaja yang Mengalami Masalah Kulit Wajah di Kota Bandung”.

B. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan, maka terdapat pertanyaan penelitian, yaitu apakah terdapat hubungan antara *self-compassion* dengan *perfectionistic self-presentation* pada remaja yang mengalami masalah kulit wajah?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan, maka peneliti ingin mengidentifikasi hubungan antara *self-compassion* dengan *perfectionistic self-presentation* pada remaja yang mengalami masalah kulit wajah.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini dapat membantu menambah literasi ilmiah untuk keilmuan psikologi, khususnya psikologi positif dan psikologi perkembangan mengenai mengenai *self-compassion* dan *perfectionistic self-presentation* pada remaja yang mengalami masalah kulit wajah. Menjelaskan bagaimana *self-compassion* dapat berhubungan dengan *perfectionistic self-presentation*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Dengan ditemukannya hubungan antara *self-compassion* dengan *perfectionistic self-presentation*, diharapkan dapat menumbuhkan dan mengembangkan sikap *self-compassion* pada diri sendiri dan terus berusaha memaafkan diri sendiri meskipun adanya permasalahan yang dihadapi.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika Penulisan Penelitian ini terdiri dari lima bab yang disusun sebagai berikut:

1. BAB I PENDAHULUAN

Bab ini menguraikan mengenai latar belakang masalah penelitian, rumusan masalah, tujuan dari penelitian, manfaat penelitian, serta sistematika penulisan penelitian.

2. BAB II KAJIAN PUSTAKA

Pada bab ini, peneliti membahas tentang kajian teoretis mengenai *self-compassion* dan *perfectionistic self-presentation* serta memaparkan kerangka pemikiran dan hipotesis dalam penelitian ini.

3. BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini berisikan pembahasan secara rinci mengenai metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu meliputi desain penelitian, populasi dan sampel, variabel penelitian, definisi operasional, serta instrumen penelitian yang digunakan dan juga teknik analisis data dalam penelitian.

4. BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan membahas mengenai hasil dari penelitian yang diperoleh dari pengolahan data serta pembahasan dari hasil penelitian yang telah dilakukan.

5. BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab ini berisi uraian kesimpulan dari hasil penelitian yang dipaparkan pada bab IV, implikasi dan rekomendasi yang diberikan kepada remaja dan peneliti selanjutnya.