

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Beragam perubahan akan terjadi dimasa remaja seperti perubahan fisik, kognitif, ataupun mental dan cenderung lebih banyak bersosialisasi, mencari jati diri, tertarik mencari tahu akan hal baru, serta cenderung ingin menampilkan identitas dirinya (Rahma dan Qodariah, 2022). Pada masa ini setiap perkembangan yang akan dilalui oleh remaja merupakan periode yang penting, terutama pada aspek biologis yang mengarah kepada perubahan fisik (Dewi dkk, 2023).

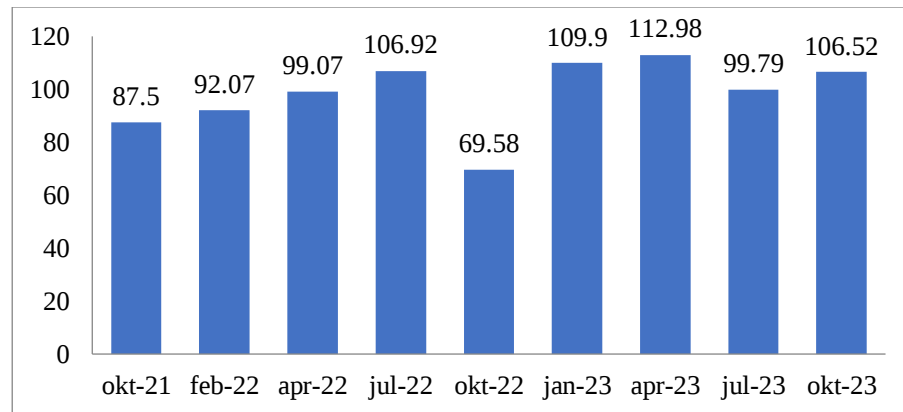
Perubahan secara fisik yang terjadi pada masa remaja yang begitu cepat seperti, perubahan karakteristik seksual dan perkembangan mental disebut sebagai fase pubertas yaitu masa dimana kematangan fisik seperti proposi tubuh, berat dan tinggi badan akan mengalami perubahan (Diananda, 2018). Pada masa ini remaja harus menjalankan tugas perkembangannya sesuai dengan rentang usianya. Salah satu tugas perkembangan remaja ialah menerima keadaan fisiknya (Estikasari dan Pudjiati, 2021). Dapat disimpulkan masa remaja adalah masa peralihan kanak-kanak ke masa dewasa yang dimana banyak mengalami perubahan secara pesat terutama pada perubahan fisiknya.

Remaja merupakan individu yang sangat memperhatikan bentuk tubuh yang diinginkan dan khawatir tentang bentuk tubuh yang dimilikinya (Sari dan Suarya, 2018). Memiliki bentuk tubuh yang ideal dan menarik adalah keinginan bagi setiap remaja (Husni dan Indrijati, 2014). Aristantya dan Helmi (2019) mengatakan bahwa faktor yang mempengaruhi standar bentuk tubuh ideal adalah sosial media, karena banyaknya konten yang menampilkan tokoh ideal yang diidamkan oleh para remaja. Salah satu sosial media yang ramai digunakan saat ini adalah sosial media TikTok.

TikTok adalah platform sosial media yang menggabungkan elemen audio visual, memungkinkan pengguna untuk menikmati konten dalam bentuk gambar dan suara. Aplikasi ini populer untuk membuat video pendek dengan fitur

menarik seperti filter dan musik (Andini, 2021). *We are Social* mencatat jumlah pengguna TikTok di Indonesia dari Oktober 2021 hingga Oktober 2023 mengalami kenaikan jumlah pengguna TikTok. Dapat dilihat pada Gambar di bawah ini.

Gambar 1. 1 Jumlah Pengguna TikTok di Indonesia

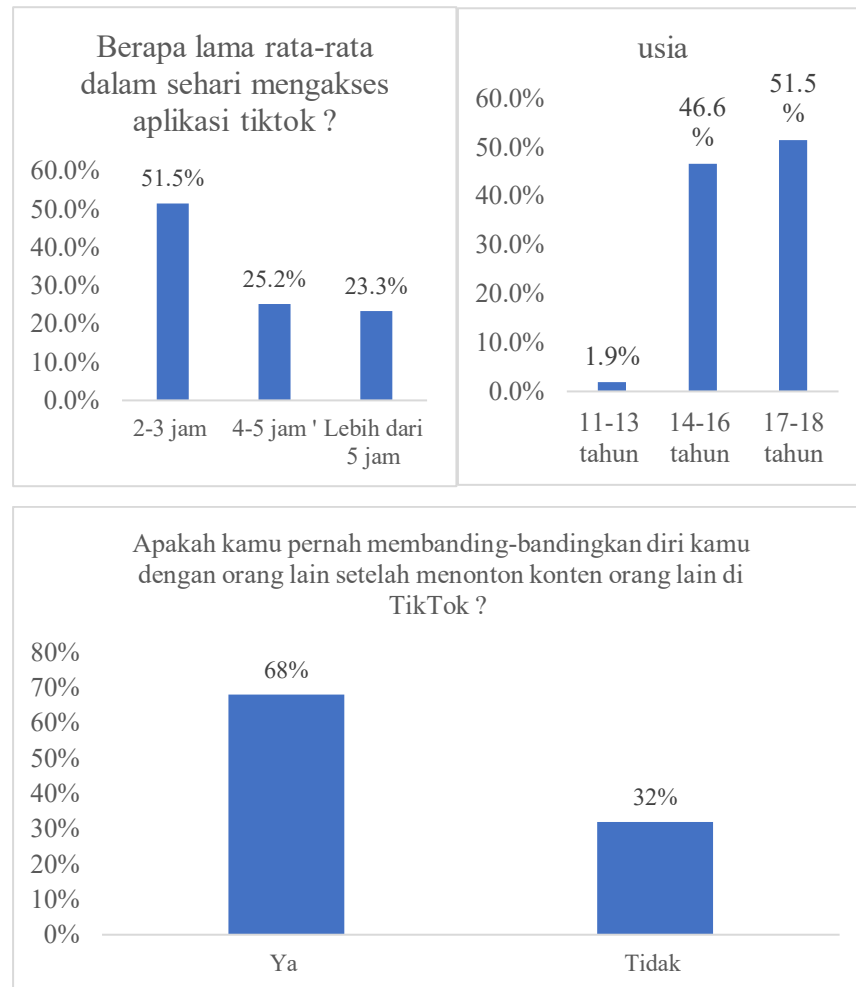


Sumber : *We are Social* 2023

Berdasarkan gambar diatas dapat dilihat data yang dikeluarkan oleh We Are Social (2023) sebuah platform manajemen sosial untuk memoderasi, menerbitkan, menganalisis, menumbuhkan, melaporkan dan mengembangkan media sosial melalui DataIndonesia.id menyatakan jumlah pengguna TikTok di Indonesia pada bulan Oktober 2023 mencapai 106,52 juta pengguna, jumlah tersebut meningkat sebanyak 6,74% dibandingkan pada tiga bulan sebelumnya yaitu sebanyak 99,79 juta pengguna. Penggunaan sosial media adalah sebagai alat untuk melakukan komparasi sosial (Lee, 2014).

Fenomena Komparasi sosial banyak terjadi, hal ini dapat dilihat dari hasil survey yang telah dilakukan pada remaja di kota Jambi.

Gambar 1. 2 Hasil Survey Data Awal



Berdasarkan data yang diperoleh oleh peneliti melalui kuesioner yang disebar oleh peneliti kepada 103 responden remaja di kota Jambi didapatkan hasil pengguna TikTok berada di rentang umur 11-13 tahun sebanyak 1,9%, rentang umur 14-16 tahun sebanyak 46,6% dan 17-18 tahun sebanyak 51,5%. Durasi penggunaan TikTok paling banyak yaitu 2-3 jam perhari dengan persentase 51,5%, diikuti dengan 4-5 jam perhari sebanyak 25,2%, dan sebanyak 23,3% responden yang mengakses TikTok lebih dari 5 jam perhari. Selain itu sebanyak 68% pernah melakukan komparasi sosial yaitu membanding-bandingkan diri mereka sendiri dengan orang lain setelah mereka membuka dan menonton konten orang lain di aplikasi TikTok.

Konten yang sering remaja lihat berdasarkan survey peneliti adalah tentang kecantikan, fashion, inspirasi OOTD (*outfit of the day*), vlog artis, KPOP, pencapaian orang lain dan cara membentuk tubuh. Setelah melihat konten orang lain di TikTok hal yang sering mereka banding-bandingkan adalah bentuk wajah dan postur tubuh yang dimana mereka merasa kulit wajahnya tidak mulus, memiliki warna kulit yang gelap dan mudah sekali timbul jerawat, memiliki postur tubuh yang tidak tinggi, belum bisa berpenampilan dengan rapi.

Fenomena ini sangat berkaitan dengan persepsi individu mengenai bentuk tubuh dan penampilan, karena di sosial media TikTok banyak sekali *influencer* yang menampilkan konten dengan bentuk tubuh yang ideal dan menarik yang akan menjadi standar yang ideal bagi para remaja (Rahmadiansyah dkk, 2022). Hal ini dapat terjadi dikarenakan aplikasi tiktok dapat digunakan untuk mempresentasikan diri dengan baik melalui foto dan video, seperti video terkait kecantikan, kemewahan, keberhasilan dan lain sebagainya yang akan memungkinkan terjadinya komparasi sosial (Yulianto dan Virlia, 2023).

Komparasi sosial adalah suatu proses dimana seseorang membandingkan pendapat, kemampuan, hingga sifat yang sudah mereka miliki dengan individu yang lain (Buunk, dkk 2021). Menurut Jiang dan Ngien (2020) individu juga menilai kondisi dan bakat mereka dengan membandingkannya dengan orang lain, menggunakan informasi yang mereka peroleh melalui proses komparasi sosial.

Komparasi sosial dilakukan bertujuan untuk mengevaluasi diri yang dimana dampak dari komparasi sosial adalah menghasilkan rasa puas dan tidak puas, apabila individu merasakan puas maka yang terbentuk adalah citra tubuh yang positif, namun apabila komparasi sosial yang dilakukan itu memberikan rasa tidak puas maka akan terbentuk citra tubuh yang negatif atau *body dissatisfaction* (Amarina & Laksmiwati, 2021).

Body dissatisfaction adalah pemikiran dan perasaan negatif terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya (Grogan, 2017). Seseorang yang mengalami *body dissatisfaction* akan merasa tidak nyaman dengan tubuh yang sudah ia miliki karena mereka cenderung merasa bentuk tubuhnya tidak sempurna atau ideal dan menginginkan bentuk tubuh yang lain (Andini, 2021).

Dapat disimpulkan bahwa *body dissatisfaction* adalah pandangan negatif seorang individu terhadap tubuh dan penampilannya karena adanya perasaan tidak puas terhadap tubuh yang sudah dimilikinya dan *body dissatisfaction* dapat terjadi jika individu membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain atau bisa disebut dengan komparasi sosial, karena melihat postingan orang lain yang mereka lihat di sosial media yang mereka anggap sebagai sosok yang ideal sehingga menyebabkan timbulnya perasaan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang sudah di miliki.

Berkembangnya *body dissatisfaction* dapat memberikan dampak negatif terhadap individu yang mengalaminya antaranya rendahnya harga diri, menyebabkan gangguan makan seperti anoreksia nervosa dan bulimia nervosa, stress, merasa malu dan insecure serta depresi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Amerika oleh Bornioli dkk (2021) menemukan bahwa remaja yang tidak puas dengan tubuhnya cenderung mengalami depresi saat mereka dewasa. Berat badan dan bentuk tubuh adalah hal yang paling sering menjadi permasalahan. Pada rentang umur 14 tahun sebanyak 32% anak perempuan dan 4% anak laki-laki merasa tidak puas dengan tubuh mereka. Anak perempuan yang merasa tidak puas dengan tubuh mereka pada usia 14 tahun mengalami depresi episode depresi ringan, sedang, dan pada usia 18 tahun mengalami episode depresi berat.

Hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti kepada dua remaja yang merupakan pengguna sosial media TikTok yang menunjukkan adanya ketidakpuasan terhadap tubuh dan membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain setelah melihat postingan orang lain di TikTok.

“...misalnya kan kayak idol orangnya putih, cantik, tinggi rambut lurus kayak gitu, nah sering merasa insecure kayak akutu hitam tapi orangtu putih gitu nah berat badan sih juga, misalnya kayak orangtu kan kayak ideal nian, badan aku kayak gini kayak mudah ngembang gitunah mudah gemuk...” (FSN- 17 Tahun/Pengguna TikTok, diwawancarai pada tanggal 19 Januari 2024. Pukul 14.30 WIB).

“..karena pas kito buka TikTok dak, kan kito nengok orang tu putih pas nengok cermin diri kito dewek kok dak seputih orang itu yo, kok beda jauh gitunah...” (FSN- 17 Tahun/Pengguna TikTok, diwawancarai pada tanggal 19 Januari 2024. Pukul 14.30 WIB).

Berdasarkan wawancara kepada responden FSN pengguna TikTok di kota Jambi, dapat disimpulkan bahwa dia merasa tidak puas dengan bentuk tubuh dan penampilan yang dimiliki dan juga responden FSN membandingkan dirinya dengan orang lain yang dia lihat di sosial media TikTok.

Hal yang sama juga diungkapkan oleh responden IP pengguna TikTok di kota Jambi yang ditemukan dalam wawancara berikut ini :

“...misalnya kayak pencapaian orang kadang kami iri nengoknyo secepat itu bisa cari duit dewe. Kadang kami juga insecure dengan tubuh kami karena sering nengok diTikTok gitu nah kak...” (IP- 16 Tahun/Pengguna TikTok, diwawancarai pada tanggal 24 Januari 2024. Pukul 16.00 WIB).

“...sedihlah kak, karena kami liat lagi kediri kami , kami merasa jauh nian dengan orang itu gitu nah apalagi kami hitam muka kami kusam apalagi kalau keluar kan sering tu, kami udah mulai hitam...” (IP- 16 Tahun/Pengguna TikTok, diwawancarai pada tanggal 24 Januari 2024. Pukul 16.00 WIB).

Berdasarkan wawancara kepada responden IP pengguna TikTok di kota Jambi, dapat disimpulkan responden juga merasa tidak puas dengan bentuk tubuh dan penampilan yang sudah dimilikinya karena melihat sosial media TikTok dan membandingkan dirinya dengan orang lain.

Remaja yang melihat kondisi tubuhnya tidak sesuai dengan tubuh ideal yang diharapkannya akan menimbulkan rasa tidak puas terhadap bentuk tubuh serta penampilannya (Dianningrum dan Satwika, 2021). Persepsi remaja terhadap tubuhnya dipengaruhi oleh perubahan fisik yang terus berlangsung, tayangan dan tampilan media massa yang memperlihatkan citra tubuh ideal, serta kecenderungan untuk membandingkan bentuk tubuhnya dengan orang lain. Kesenjangan antara bentuk tubuh yang sudah dimiliki oleh individu dengan standar tubuh yang dianggap ideal dapat menyebabkan *body dissatisfaction*.

Sesuai dengan pendapat Fardouly dkk (2018) penggunaan media sosial dapat membuat seseorang mengalami *body dissatisfaction* dengan dua jalan yaitu proses standar kecantikan yang ideal yang berada di lingkungan masyarakat dan kecenderungan untuk melakukan komparasi sosial yaitu membandingkan dirinya dengan individu lain.

Dapat disimpulkan bahwa *body dissatisfaction* dapat terjadi jika seorang individu membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain atau bisa disebut

dengan komparasi sosial, karena melihat postingan yang di unggah orang lain di sosial media yang mereka anggap sebagai sosok yang sempurna sehingga menyebabkan timbulnya perasaan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang sudah di miliki.

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dijelaskan di atas menjadi dasar peneliti untuk memilih topik penelitian “Hubungan antara Komparasi Sosial dengan *Body Dissatisfaction* pada Remaja Pengguna Sosial Media TikTok di Kota Jambi” Pembahasan dalam penelitian ini nantinya akan melihat hubungan antara komparasi sosial dengan *body dissatisfaction* pada remaja di kota Jambi.

1.2 Rumusan Masalah

Mengacu pada pemaparan dalam latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan Komparasi Sosial dengan *body dissatisfaction* Pada Remaja Pengguna Sosial Media TikTok di Kota Jambi ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Komparasi Sosial dengan *body dissatisfaction* Pada Remaja Pengguna Sosial Media TikTok di Kota Jambi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran *body dissatisfaction* pada remaja pengguna sosial media TikTok di kota Jambi.
2. Mengetahui gambaran komparasi sosial pada remaja pengguna sosial media TikTok di kota Jambi.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan pengetahuan dan referensi kepada peneliti selanjutnya terutama dalam bidang psikologi perkembangan mengenai hubungan Komparasi Sosial dengan *body dissatisfaction* terhadap Remaja Pengguna Sosial Media TikTok di Kota Jambi.