

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seiring perkembangan zaman, teknologi sudah semakin canggih dan praktis. Komunikasi dan informasi sangat mudah didapatkan, salah satunya melalui media sosial. Saat ini, media sosial sudah menjadi bagian dari aktivitas yang dapat digunakan pada masyarakat. Pengguna media sosial tidak hanya untuk berkomunikasi saja, tetapi media sosial juga menyediakan tempat untuk berbagi atau bertukar ide, gambar, dan informasi, untuk mengeksplorasi diri (Faizal dkk, 2022).

Saat ini *platform* media sosial yang banyak digunakan diseluruh dunia yaitu *Instagram*. Berdasarkan data laporan *We Are Social*, pengguna aktif *Instagram* diseluruh dunia mencapai 1,45 miliar orang pada April 2022. Pengguna aktif di Indonesia dengan persentase 84,8% pengguna aktif *Instagram* (Mahdi, 2022). Salah satu faktor *platform Instagram* banyak digunakan karena memiliki fitur yang sangat menarik dan beragam sehingga digemari oleh penggunanya. Fitur yang paling terkenal di *Instagram* adalah *filter digital* yang ada pada fitur *instastory Instagram*. Oleh karena itu, dengan adanya *filter digital* membuat pengguna tersebut menjadi candu dalam mengambil foto, unggah foto maupun video secara *instan* tanpa proses pengeditan terlebih dahulu (Sari & Susilawati, 2022). *Filter digital* atau *filter Instagram* sudah menjadi tren di masyarakat dan tren ini juga lebih banyak disukai oleh remaja di Indonesia, terdapat berbagai macam fitur yang dapat digunakan seperti *beauty filter*, *preset filter*, ataupun

face mask filter. Setiap remaja mempunyai motivasinya sendiri mengapa mereka memilih untuk menggunakan *filter Instagram* (Sohoputri, 2019).

Remaja merupakan periode perkembangan dari kanak-kanak menuju dewasa, usia 11-21 merupakan usia memasuki masa remaja (Rice & Dolgin, 2020). Menurut Santrock (dalam Ifdil, 2017) masa remaja akhir cenderung berada dalam kondisi labil dan emosional karena mengalami banyak perubahan yang begitu cepat. Perubahan yang terjadi antara lain meningginya emosi, perubahan fisik, minat, dan sikap. Perubahan fisik menjadi salah satu perubahan yang paling menonjol dan cukup cepat perubahan yang dialami oleh remaja, perubahan fisik juga dapat menyebabkan dampak psikologis yang tidak diinginkan (Papalia, 2011).

Fardouly, dkk (2017) mengatakan bahwa media sosial *Instagram* dapat mengakibatkan remaja lebih sering melakukan perbandingan tubuhnya dengan orang lain sehingga dapat menimbulkan perasaan ketidakpuasan menyebabkan remaja menjadi lebih selektif dalam memilih foto maupun video serta mengedit foto agar lebih terlihat menarik sebelum mengunggahnya di media sosial. Hal ini juga didukung oleh penelitian Manago, dkk (2008) menunjukkan bahwa remaja sering kali mengunggah foto yang terlihat menarik dan ingin terlihat langsing. Selaras dengan hal tersebut, Endresz & Pepin (2015) juga menjelaskan kecenderungan remaja dalam mengunggah foto yang ingin terlihat menarik disebabkan remaja lebih banyak menggunakan waktunya untuk mengakses media sosial, sehingga dampak tersebut dapat menimbulkan

keinginan remaja untuk mengubah penampilannya dan keinginan untuk menurunkan berat badan.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh *Pew Research Center* menyatakan bahwa remaja perempuan lebih sering Mengunggah foto *selfie* di media sosial *Instagram* dibandingkan dengan remaja laki-laki, perbandingannya yaitu 68% perempuan dan 42% laki-laki (Maeve Duggan, 2015). Adapun sebuah studi yang dilakukan oleh CNN yang dilaporkan Alexa Kravitz (2015) dengan tajuk *Being13:Inside Secret World Teens* melakukan survei mengenai penggunaan *Instagram* pada remaja riset ini melibatkan 200 siswa kelas delapan di enam negara bagian Amerika Serikat dengan hasil remaja perempuan melakukan *selfie* sekitar 100-200 kali per hari dan remaja laki-laki sekitar 10-25 kali per hari. Kemudian pendukung lainnya survei yang dilakukan oleh Girlguiding (2020), ditemukan yaitu sepertiga perempuan muda tidak akan mengunggah foto *selfie* mereka tanpa menggunakan *filter Instagram* untuk mengubah penampilan. Hallet (2020) menambahkan sebanyak 39% dari 1.473 responden dengan usia 11-21 tahun, mereka mengatakan merasa kesal karena tidak memiliki penampilan seperti di media sosial pada kehidupan nyata.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 1 sampai tanggal 5 Juni 2023 dengan lima orang narasumber perempuan dalam rentang usia remaja, disimpulkan bahwa mereka menyatakan kurang percaya diri jika berfoto *selfie* tanpa menggunakan *filter Instagram*. Adapun empat narasumber yang menyatakan alasan menggunakan *filter Instagram* karena merasa memiliki kulit yang gelap dan merasa tidak cantik. Selain itu, salah satu narasumber

menyatakan bahwa *filter Instagram* mampu membuat dirinya lebih percaya diri karena selalu mendapatkan perhatian dan pujian.

Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Farida (2014) yang menunjukkan 75% kepercayaan diri remaja berada pada kategori rendah dan pada kategori sedang sebanyak 25%. Simatupang (2015) mengatakan fenomena *selfie filter Instagram* ini dapat berkaitan dengan kepercayaan diri remaja.

Kepercayaan diri merupakan sebuah keyakinan akan kemampuan yang ada dalam diri individu untuk melakukan hal-hal yang ingin ditampilkan (Adywibowo, 2010). Menurut Ghufro dan Risnawita (2020) kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang, tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang.

Surya (dalam Wahyuni & Fahrudin, 2020) menyatakan bahwa kepercayaan diri menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian individu, kepercayaan diri juga mampu menjadi penentu atau penggerak individu dalam bersikap dan bertindak laku. Individu yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi akan mampu bergaul secara fleksibel, mempunyai toleransi yang cukup baik, bersikap positif, dan tidak mudah terpengaruhi orang lain dalam melakukan tindakan serta mampu menentukan pasti dalam kehidupannya (Rini, 2020). Oleh karena itu, individu yang kurang memiliki kepercayaan diri cenderung menganggap bahwa dirinya tidak berharga dan memandang dirinya rendah ketika menghadapi respon dari lingkungannya. Mayara, dkk (2016)

dampak dari kepercayaan diri yang rendah pada remaja juga dapat menghambat mereka dalam menyesuaikan diri dengan suasana baru, sehingga sering sekali mereka bergantung dengan orang lain. Adapun, aspek-aspek kepercayaan diri menurut Rosenberg (dalam Rahmawati & Zuhdi, 2022) yaitu keyakinan akan kemampuan diri, optimis, menerima apa adanya, mempunyai konsep atau gambaran diri yang baik.

Kepercayaan diri pada remaja dapat dipengaruhi oleh faktor penampilan fisik seperti kenaikan berat badan. Kenaikan berat badan pada remaja dapat menyebabkan berkurangnya kepercayaan diri pada remaja, hal ini disebabkan karena remaja sering membandingkan bentuk tubuh yang ideal (Wahyu, dkk, 2016). Remaja perempuan cenderung memiliki perasaan kurang percaya diri terhadap kondisi fisiknya karena remaja perempuan lebih mementingkan penampilan fisik dan penilaian diri mengenai bentuk tubuhnya (Ratnawati, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nuralifa, dkk (2022) mengenai citra tubuh dan kepercayaan diri dengan subjek pada siswa di SMP Negeri 27 Banjarmasin menemukan bahwa adanya pengaruh citra tubuh positif terhadap kepercayaan yang tinggi. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian yang dilakukan Masda (2022) mengatakan bahwa adanya pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri dengan subjek pada remaja putri di MA Annur Bululawang. Muyana, dkk (2022) juga melakukan penelitian pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri siswa dengan hasil ada pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri siswa .

Cash & Pruzinsky (dalam Dianningrum, & Satwika, 2021) berpendapat bahwa penilaian diri mengenai tubuh dan penampilan fisik disebut dengan istilah citra tubuh yaitu evaluasi/penilaian mengenai penampilan individu terhadap dirinya sendiri. Amalia (dalam Hasmalawati, 2018) mengatakan setiap individu mempunyai gambaran diri ideal yang diinginkan, termasuk tubuh yang ideal seperti apa yang dimilikinya, apabila bentuk tubuh tidak sesuai dengan persepsi individu maka akan memunculkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya. Hal ini juga didukung dengan pendapat Cobb (dalam Aristantya & Helmi, 2019) mengatakan bahwa citra tubuh merupakan perasaan kepuasan maupun ketidakpuasan seseorang terhadap gambaran tubuhnya. Adapun individu yang memiliki citra tubuh yang baik dapat melihat bahwa dirinya menarik baik bagi dirinya sendiri ataupun orang lain, atau setidaknya akan menerima diri sendiri apa adanya (Damayanti & Susilawati, 2018).

Cash (dalam Dianningrum, & Satwika, 2021) Citra tubuh yang dimiliki oleh seseorang dapat bersifat negatif ataupun positif. Seseorang yang memiliki kepuasan terhadap bentuk tubuhnya akan merasa nyaman dan percaya diri ketika berada pada lingkungan sosialnya dapat dikatakan memiliki citra tubuh yang positif, sedangkan orang yang memiliki citra tubuh yang negatif akan memiliki hambatan di lingkungan sosialnya dan juga akan merasa cemas. Grogan (dalam Hasmalawati, 2018) mengatakan bahwa citra tubuh yang negatif juga dapat merugikan kesehatan pada individu. Adapun aspek-aspek dalam citra tubuh menurut Cash & Pruzinsky (dalam Dianningrum & Satwika, 2021), yaitu evaluasi penampilan (*appearance evaluation*), orientasi penampilan

(*appearance orientation*), kepuasan terhadap bagian tubuh (*body area satisfaction*), kecemasan menjadi gemuk (*overweight preoccupation*), dan pengelompokan ukuran tubuh (*self-classified weight*).

Menurut hasil penelitian Husni dan Indrijati (2014) dengan hasil persentase 50-80% remaja mempunyai perasaan yang negatif terhadap bentuk tubuh dan ukuran tubuhnya. Bentuk tubuh yang ideal, ramping, dan menarik merupakan impian bagi setiap remaja, khususnya pada remaja perempuan.

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Citra Tubuh terhadap Kepercayaan Diri Remaja yang Menggunakan *Filter Instagram* di Karawang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan diatas, maka rumusan masalahnya adalah “apakah ada pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri remaja yang menggunakan *filter Instagram* di Karawang?”.
KARAWANG

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijelaskan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri remaja yang menggunakan *filter Instagram* di Karawang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada remaja mengenai pentingnya citra tubuh dalam menampilkan diri individu.

penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi pada penelitian berikutnya agar lebih memperdalam pembahasan mengenai pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri remaja.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat menunjukkan bagaimana pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri remaja yang menggunakan *filter Instagram*. Mampu dijadikan sebagai bahan pembelajaran bagi siapapun yang membacanya, serta penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana evaluasi bagi remaja yang kurang percaya diri.

