

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

TikTok merupakan aplikasi global terpopuler di mana *platform* ini memungkinkan pengguna untuk menciptakan video singkat selama 15 detik, dilengkapi musik, filter, dan beragam fitur kreatif. Dikembangkan oleh ByteDance, perusahaan teknologi asal Tiongkok, aplikasi ini awalnya diluncurkan dengan nama Douyin. Dalam waktu satu tahun saja, Douyin telah sukses menarik perhatian 100 juta pengguna dan mencapai satu miliar tayangan video setiap harinya. Peningkatan popularitas mendorong ekspansi Douyin keluar dari China, dikenal dengan nama TikTok. Data Sensor Tower menunjukkan bahwa aplikasi ini diunduh sebanyak 700 juta kali pada tahun 2019. TikTok menunjukkan prestasi yang mengesankan dengan melampaui berbagai aplikasi di bawah Facebook Inc., menempati posisi kedua setelah WhatsApp yang memiliki 1,5 miliar unduhan. Menurut Kusuma (dalam Marsela, 2023) di Indonesia, pada tahun 2018, TikTok dinobatkan sebagai aplikasi terbaik di *Google Play Store* dan juga terpilih sebagai aplikasi yang paling menghibur.

Konten kecantikan dan fashion menjadikan daya tarik utama dalam aplikasi TikTok, di mana pengguna dapat membagikan dan mengeksplorasi konten terkait kecantikan diri melalui fitur *For Your Page* (FYP). Konten ini sangat populer di kalangan remaja, sering kali menciptakan citra diri ideal yang dikenal dengan istilah "*body goals*". Menurut Rahma dan Qodariah (2022) hal ini menekankan pentingnya

citra tubuh, banyak kreator di TikTok yang memamerkan tubuh ideal mereka untuk menarik perhatian dan mendapatkan banyak tanggapan serta "like", yang memperkuat tren "*body goals*" di kalangan remaja dan juga bisa memberikan pengaruh besar dalam membentuk persepsi tentang standar kecantikan ideal bagi seorang individu.

Untuk seorang wanita, bentuk tubuh dan aspek-aspek lain dari penampilan fisiknya sangat penting. Persepsi negatif terhadap penampilan fisik dapat membuat wanita kesulitan dalam membina persahabatan dan hubungan romantis dengan lawan jenis. Persepsi tersebut dapat menyebabkan wanita merasa tidak baik tentang dirinya sendiri secara terus-menerus. Perempuan selalu bertanya mengenai penampilannya, salah satunya mengenai cara berpakaian yang dikenakan, apakah bawahan yang mereka kenakan sesuai atau tidak dengan kerudungnya, dan apakah bentuk tubuh mereka kelihatan gemuk atau tidak.

Lubis (dalam Husna & Rusli 2019) menyebutkan bahwa perempuan tidak senang terlihat tidak menarik dan berusaha sekuat tenaga untuk memperbaikinya, ketidakpuasan ini menurunkan kepercayaan mereka, hal ini disebut dengan citra diri atau *body image*. Maimunah dan Satwika (2021) mendefinisikan citra diri atau *body image* sebagai sikap individu terhadap tubuhnya, dapat berupa pandangan positif atau negatif. *Body image* didefinisikan sebagai persepsi mental seseorang mengenai penampilan fisiknya, serta sikap yang diambil terhadap karakteristik- karakteristik tubuhnya. Arthur (dalam Denich & Ifdil 2015) mengatakan *body image* merupakan persepsi subjektif seseorang tentang tubuhnya sendiri, terutama berdasarkan penilaian orang lain dan sejauh mana tubuh tersebut sesuai dengan

penilaian mereka. Istilah ini digunakan oleh beberapa peneliti atau pemikir untuk merujuk hanya pada penampilan fisik, sedangkan yang lainnya juga memasukkan penilaian terhadap fungsi tubuh, gerakan, koordinasi, dan aspek lainnya.

Body image menurut Cash (dalam Maimunah & Satwika, 2021) memiliki dua aspek penting, yaitu *appearance evaluation* (evaluasi penampilan) dan *body areas satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh). *Appearance evaluation* atau evaluasi penampilan adalah bagaimana cara seseorang mengukur penampilan keseluruhan tubuh terkait menarik atau tidaknya, dan atau memuaskan atau tidak memuaskan. Sedangkan *body areas satisfaction* atau kepuasan terhadap bagian tubuh adalah gambaran seseorang mengenai perasaan puas terhadap bagian tertentu pada fisiknya, seperti wajah, tubuh bagian atas (dada, bahu, lengan), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pinggul, paha, pantat, kaki), serta bagian tubuh secara keseluruhan.

Denich dan Ifdil (2015) menjelaskan bahwa persepsi tentang penampilan fisik sering kali dimulai dengan gambaran diri sendiri, yang kemudian berkembang menjadi pemahaman tentang penampilan orang lain dan berujung pada standar kecantikan yang dianggap harus dipenuhi oleh setiap wanita. Berpenampilan menarik dapat memberikan keuntungan baik dalam lingkungan profesional maupun sosial. Individu yang menarik sering kali lebih disukai dan dihormati oleh rekan-rekan mereka dibandingkan dengan mereka yang kurang menarik. Menurut Himawan (2023) pada wanita, individu yang percaya diri dalam kecantikan mereka seringkali memiliki pengaruh yang besar terhadap status sosial mereka, baik dalam

interaksi sehari-hari maupun di media sosial, dan *body image* ini akan memperkuat persepsi mental seseorang terhadap penampilan fisiknya.

Pentingnya memahami *body image* ini karena dampaknya dapat menciptakan tekanan sosial yang mempengaruhi persepsi diri dan citra tubuh mahasiswa wanita. Evaluasi penampilan yang kurang positif, orientasi untuk menyesuaikan diri dengan standar kecantikan tertentu, dan kecemasan terhadap penampilan tubuh dapat memberikan gambaran komprehensif terkait masalah *body image* yang perlu dipahami lebih dalam. Denich dan Ifdil (2015) mengatakan untuk membentuk penampilan yang baik, bentuk atau langkah penjagaan *body image* sendiri bisa dilakukan melalui *treatment* ke salon kecantikan, diet ketat, berolahraga, mengatur makan dan pola hidup yang sehat.

Pada hari Sabtu tanggal 20 Januari 2024, dilakukan survei pra penelitian terkait *body image* pada 35 mahasiswi pengguna TikTok di Kabupaten Karawang yang berusia 21 sampai 25 tahun. Hasil survei ini menggambarkan realitas yang signifikan terkait persepsi dan pengalaman mereka terhadap penampilan tubuh. Dari hasil tersebut, beberapa temuan menonjol, seperti 91,4% responden merasa sering mengalami perasaan kurang puas terhadap penampilan tubuh mereka. Temuan lainnya juga mencerminkan dampak penggunaan TikTok terhadap citra tubuh mahasiswa wanita di Kabupaten Karawang. Sebanyak 80% responden merasa terdorong untuk mencocokkan atau mencapai standar kecantikan yang mungkin mereka temui di platform tersebut. Selain itu, sebagian besar responden 71,4% mengakui sering membandingkan penampilan tubuh mereka dengan konten yang mereka lihat di TikTok.

Dalam hasil survei pra penelitian juga didapatkan, sebanyak 60% dari responden menyatakan setuju dengan pernyataan bahwa mereka memiliki kebiasaan untuk mengubah atau menyesuaikan citra tubuh mereka berdasarkan tren atau norma yang berlaku di TikTok. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswi pengguna TikTok di Kabupaten Karawang terlibat dalam praktek yang berkaitan dengan upaya penyesuaian diri terhadap standar kecantikan atau tren yang ada di platform tersebut. Tingginya persentase setuju pada pertanyaan-pertanyaan tersebut menunjukkan potensi adanya masalah terkait *body image* di kalangan mahasiswi pengguna TikTok di Kabupaten Karawang.

Roainina (2021) menyatakan penggunaan TikTok ini bisa menjadi salah satu cara pembentuk *body image* yang memengaruhi positif atau negatif pandangan seorang individu terhadap dirinya. Menurut Rahma dan Qodariah (2022) hal ini bisa membentuk standar penampilan seseorang yang nantinya memengaruhi kepercayaan diri, kepuasan, harga diri (*self-esteem*), dan penerimaan seorang individu terhadap dirinya sendiri. Menurut Cash (dalam Maimunah & Satwika, 2021) salah satu faktor yang mempengaruhi *body image* seorang individu adalah harga diri atau *self-esteem*.

Rosernberg (dalam Nurvita & Handayani, 2015) menjelaskan bahwa *self-esteem* merupakan sikap seseorang berdasarkan persepsi tentang bagaimana ia menghargai dan menilai dirinya sendiri secara keseluruhan, yang berupa sikap positif atau negatif terhadap dirinya. Selain itu, Mruk (dalam Salsabila, dkk., 2022) mengatakan bahwa *self-esteem* merupakan suatu rangkaian sikap individu tentang apa yang dipikirkan mengenai dirinya berdasarkan persepsi perasaan, yaitu suatu

perasaan tentang keberhargaan dan kepuasan dirinya. *Self-esteem* merupakan sikap seseorang yang mencerminkan persepsi tentang penghargaan dan penilaian terhadap diri sendiri secara menyeluruh, termasuk aspek positif dan negatif (Nurvita & Handayani, 2015). *Self-esteem* dinilai sangat penting bagi seseorang untuk membentuk perilaku dan pemikirannya sehingga dapat dikatakan *self-esteem* atau harga diri membuat seseorang lebih memikirkan *body image* atau citra tubuhnya sendiri. Menurut Rosenberg (dalam Maulidina & Budiyani, 2024) *self-esteem* memiliki dua aspek penting, yaitu *self-competence* dan *self-liking*. *Self competence* adalah aspek *self-esteem* yang mengacu pada bagaimana individu tersebut memberikan penghargaan terhadap kemampuan-kemampuan yang dimilikinya serta penghargaan atas prestasi-prestasi yang telah dicapainya, sedangkan *self-liking* adalah cara pandang individu melihat dirinya sendiri yang berkaitan erat dengan *body-image* yang meliputi kondisi fisik, sifat maupun kemampuan pribadi.

Semakin tinggi *self-esteem*, maka citra tubuh seseorang juga semakin tinggi atau positif, hal ini karena tingginya harga diri membuat seseorang menilai baik pada tubuh dan penampilannya sendiri. Orang yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung berupaya memelihara citra tubuh yang positif, yang pada gilirannya dapat meningkatkan *body image*. Di sisi lain, individu dengan kepercayaan diri rendah seringkali memiliki persepsi negatif terhadap citra tubuh mereka, yang disebabkan oleh ketidakpuasan terhadap dirinya.

Studi yang dilaksanakan oleh Nurvita dan Handayani pada tahun 2015 menemukan korelasi positif antara *self-esteem* dan citra tubuh; individu dengan *self-esteem* yang lebih tinggi cenderung memiliki persepsi yang lebih positif

terhadap citra tubuhnya. Penelitian lain juga didukung oleh Martanatasha dan Primadini pada tahun 2019, yang meneliti pengaruh paparan media sosial Instagram terhadap *self-esteem* melalui persepsi citra tubuh pada 400 responden. Hasil studi tersebut mengindikasikan bahwa mayoritas responden berhasrat mencapai bentuk tubuh yang ideal dan merasa tidak puas dengan penampilan mereka saat ini. Penelitian lain yang dilakukan oleh Fitra, dkk. (2021) meneliti Analisis korelasi antara harga diri dan citra tubuh di kalangan remaja perempuan yang tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA). Temuan penelitian ini menunjukkan adanya hubungan langsung antara harga diri dan citra tubuh. Remaja perempuan dengan harga diri yang tinggi sering kali memiliki citra tubuh yang baik, sedangkan mereka yang memiliki harga diri yang rendah umumnya memiliki persepsi yang pesimis terhadap citra tubuh mereka.

Solistiawati dan Novendawati (2013) memberikan penjelasan tentang hubungan positif antara *self-esteem* dan *body image*, di mana kesadaran diri seseorang membuatnya berpikir logis tentang bagaimana mereka melihat tubuh mereka dan bagaimana mereka terlihat, yang pada gilirannya menghasilkan *body image* yang lebih baik dan peningkatan *self-esteem*. Berdasarkan hasil uji hipotesis Jannah, dkk. (2023) terdapat korelasi positif antara harga diri dan citra tubuh di kalangan remaja perempuan pengguna media sosial di Kota Makassar. Menurut Jannah, dkk. (2023) secara khusus, tingkat harga diri yang lebih tinggi dikaitkan dengan citra tubuh yang lebih baik. Sebaliknya, harga diri yang rendah sering kali dikaitkan dengan penilaian yang tidak menyenangkan terhadap citra tubuh seseorang.

Perkembangan *self-esteem* terjadi sepanjang hidup, dari masa kanak-kanak sampai dewasa. Tetapi, seringkali terlihat penurunan selama masa remaja. Ini disebabkan oleh peningkatan pemahaman remaja tentang hubungan sebab dan akibat, serta introspeksi dan penilaian diri merujuk pada nilai-nilai yang dimiliki atau diketahui. Pada tahap perkembangan *self-esteem* di usia hampir remaja, remaja mulai mempertanyakan siapa dirinya dan mencari jawabannya. Remaja juga mulai berusaha menunjukkan diri sesuai dengan identitas dirinya. Sehingga remaja mulai sadar diri dan fokus terhadap pribadinya. *Self- Self-esteem* dinilai sangat penting bagi seseorang untuk membentuk perilaku dan pemikiran sehingga dapat dikatakan *self-esteem* atau harga diri membuat seseorang lebih memikirkan *body image* atau citra tubuhnya sendiri, karena *self-esteem* dipergunakan sebagai acuan *body image* yang menilai dirinya sendiri berlandaskan kemampuan atau penampilan fisiknya (Rahma & Qodariah, 2022).

Berdasarkan pemaparan diatas maka peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Self-esteem* Terhadap *Body image* Pada Mahasiswi Pengguna Tiktok di Kabupaten Karawang”

B. Rumusan Masalah

Sebagaimana penjelasan di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:
 “Apakah ada pengaruh *self-esteem* terhadap *body image* pada mahasiswi pengguna TikTok di Kabupaten Karawang?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan agar diketahui pengaruh *self-esteem* terhadap *body image* pada mahasiswi pengguna TikTok tinggal di Kabupaten Karawang.

D. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan keilmuan baik dari segi manfaat teoritis maupun praktis, di antaranya:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi bagi perkembangan ilmu dalam bidang Psikologi. Terutama untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan pengaruh *self-esteem* dengan *body image*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Akademisi

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai referensi untuk akademisi, sehingga bisa menjadi acuan untuk melanjutkan penelitian berikutnya dengan topik yang relevan dengan penelitian ini.

b. Bagi Mahasiswi

Bagi mahasiswi yang membaca penelitian ini, diharapkan bermanfaat sebagai pengetahuan baru tentang *self-esteem* dan *body image*, sehingga mahasiswi bisa memiliki pandangan tentang harga diri dan citra terhadap tubuhnya sendiri.