

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia adalah negara dengan jumlah penduduk terbesar keempat setelah negara China, India dan Amerika Serikat. Seiring dengan perkembangan zaman terkhususnya di revolusi era digital 4.0 menjadi 5.0, generasi milenial yaitu individu yang terlahir dalam rentang tahun 1980-2000 dan generasi Z yaitu individu yang terlahir dari rentang tahun 2001 hingga 2010 dimana mereka bertumbuh secara bersamaan dengan kemajuan teknologi yang semakin meningkat keterlibatannya dalam penggunaan gadget dan internet (Ahmad & Nurhidayah, 2020). Penggunaan internet di Indonesia menduduki peringkat ke-6 setelah Cina, Amerika Serikat, India, Brazil, dan Jepang (Yusuf, 2014). Menurut riset yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) jumlah pengguna internet di Indonesia pada tahun 2019-2020 mencapai 196,4 juta, Sedangkan pada tahun 2021-2022 pengguna internet mencapai sekitar 210 juta (Apjii, 2022). Riset yang dilakukan APJII menyatakan persentase tertinggi sebanyak 98,02% dari 7.568 responden di berbagai wilayah Indonesia, alasan masyarakat menggunakan internet yaitu untuk bisa mengakses media sosial dibandingkan untuk mengakses berita, melakukan pekerjaan, berbelanja online, mengakses layanan publik, menggunakan *e-mail*, mengakses layanan keuangan, mengakses transportasi online dan mengakses layanan kesehatan (Apjii, 2020). Media sosial banyak menampilkan berbagai konten yang dapat mempengaruhi persepsi individu secara sadar dan tidak sadar akan karir, kehidupan, dan fisik. Hal tersebut menjadikan individu cenderung memberikan penilaian terhadap tubuhnya yaitu penilaian secara positif dan negatif ataupun perasaan tidak puas sehingga melakukan cara untuk mendapatkan tubuh yang ideal.

Citra tubuh merupakan suatu bentuk evaluasi terhadap diri seperti persepsi, sikap ataupun perasaan individu terhadap tubuh atau penampilan fisik secara keseluruhan yang dimiliki oleh seseorang (Cash, 2008). Individu dengan

citra tubuh yang positif dapat menimbulkan kepercayaan diri yang tinggi, melakukan pola makan yang baik dan membuat diri menjadi lebih bahagia serta bersyukur, berbeda dengan individu yang memiliki citra tubuh negatif dimana hal tersebut dapat memengaruhi kesehatan psikologis maupun setiap proses tahap perkembangan yang ada pada remaja akhir yaitu dapat menerima keadaan fisik dan mempergunakannya dengan efektif, mencapai kemandirian emosional dan mempersiapkan diri untuk berkarir (Havighurst dalam Qoniah, 2016). Perasaan tidak senang dan puas pada tubuh merupakan bentuk dari citra tubuh yang negatif, ketidaksenangan individu pada tubuhnya muncul diakibatkan persepsi individu mengenai bentuk tubuh yang ideal berbeda dengan bentuk tubuh yang dimiliki. Bentuk tubuh yang dimiliki remaja acap kali di rasa tidak sesuai sehingga menjadi permasalahan besar yang sering terjadi di kalangan remaja, remaja sangat memperhatikan penampilan dengan intens dibandingkan aspek lainnya. Adanya anggapan di masyarakat bahwa perempuan cantik ditandai dengan tubuh yang langsing, berkulit putih dan mulus, serta tubuh yang tinggi sehingga terjadinya perbandingan yang dilakukan. Pada pria hanya ditandai dengan tubuh yang berotot yang merupakan standar tubuh yang ideal.

Faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh salah satunya adalah jenis kelamin. Pada umumnya perempuan lebih memperhatikan dan senang akan penampilan tubuh. Perempuan lebih melihat secara kritis bentuk tubuh mereka secara menyeluruh maupun pada bagian tertentu dibandingkan laki-laki (Denich & Ifdil, 2015). Salah satu faktor perempuan lebih memperhatikan penampilan tubuhnya karena acap kali perempuan diminta untuk memperhatikan penampilannya oleh keluarga, teman bahkan adanya pengaruh dari sarana media sosial yang memperlihatkan keindahan penampilan tubuh seseorang sehingga mempengaruhi persepsi akan penampilan tubuhnya. Berbeda dengan laki-laki dimana mereka cenderung kurang memberikan perhatian dan kurang membandingkan tubuh mereka dibandingkan perempuan (Haytko & Granatino, 2013).

Fenomena yang terjadi yaitu hasil survei di Amerika Serikat sebesar 89% perempuan tidak bahagia karena tidak puas akan tubuh yang dimilikinya dan merasa gelisah terhadap berat badan (Usihana, 2016). Fenomena lainnya juga menunjukkan banyak remaja perempuan tidak menyukai penampilannya karena tubuh yang dimiliki dianggap gemuk oleh orang lain yaitu adanya *body shaming* di media sosial. Berdasarkan laporan dari ZAP Beauty Index dengan melakukan survei pada 6.460 perempuan Indonesia sekitar 62,2% perempuan mengalami *body shaming*. Beberapa diantaranya sebanyak 47% mengalami *body shaming* karena tubuhnya yang berisi, 36,4% karena memiliki jerawat, 28,1% memiliki wajah tembam, 23,3% memiliki kulit gelap, dan 19,65% memiliki tubuh yang kurus dimana survei tersebut dilakukan di 35 kabupaten/kota (Rizaty, 2021). Berdasarkan survei pada tahun 2021 sebanyak 11.305 responden dari 34 provinsi di Indonesia yang dilakukan Kementerian Komunikasi dan Informatika dan KIC (katadata *insight center*) memaparkan bahwa sebanyak 72,7% individu pengguna media sosial melakukan aktivitasnya hanya untuk melihat-lihat saja yaitu pengguna media sosial pasif. Hasil survei tersebut tergolong dari kalangan usia muda yaitu sebanyak 54% dari kategori generasi milenial dan 32,5% dari kategori generasi Z yang dimana dengan aktivitas melihat media sosial saja dapat memengaruhi individu terhadap citra tubuh hingga tidak menyukai penampilan dirinya (Kominfo & Kic, 2022).

Dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Widyastuti (2020) mengungkapkan bahwa adanya hubungan negatif antara intensitas mengakses media sosial dengan citra tubuh remaja akhir, namun berfokus hanya pada intensitas mengakses media sosial dan citra tubuh dengan menyarankan untuk peneliti selanjutnya menggunakan faktor-faktor lain dari citra tubuh yaitu jenis kelamin, media, hubungan interpersonal, dan budaya. Penelitian lain oleh Alidia (2018) menunjukkan hasil bahwa terdapat perbedaan citra tubuh berdasarkan gender yaitu citra tubuh pada laki-laki lebih baik dibandingkan perempuan. Penelitian yang dilakukan oleh Azminada (2021) menunjukkan hasil adanya perbedaan citra tubuh laki-laki dan perempuan, dimana pada laki-

laki memiliki citra tubuh yang positif dibandingkan perempuan dengan menggunakan responden dengan cacat setelah kelahiran namun memiliki keterbatasan jumlah subjek. Sedangkan penelitian Rengga & Soetjningsih (2022) menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan citra tubuh antara laki-laki dan perempuan pada dewasa awal di kota Kendari.

Banyaknya lembaga yang mencetak para calon guru hanya menekankan pada kemampuan pedagogik dan profesional yaitu *hard competency* serta kurang dalam membekali mental yang berhubungan dengan kepribadian dan sosial yaitu *soft competency*. Kompetensi kepribadian merupakan kompetensi personal dimana kemampuan tersebut diperlukan seorang pendidik untuk menjadi pendidik yang baik. Kompetensi personal yang selayaknya dimiliki guru diantaranya motivasi, percaya diri, kontrol diri, konsep diri, disiplin dan komunikatif dimana hal tersebut berkenaan dengan pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri dan perwujudan diri (Febriana, 2021). Pentingnya *soft competency* yang dimiliki guru akan membawa pengaruh terhadap kualitas guru dalam mengajar dan menciptakan atmosfer kelas yang nyaman dan menyenangkan yang ditimbulkan dari kepercayaan diri guru, motivasi berprestasi, emosi yang stabil, sikap penerimaan yang baik, dapat menghargai, konsep diri yang positif, dapat bekerjasama dengan orang lain dan tidak serta merta menghakimi peserta didik dikarenakan guru merasa rendah menanggapi pernyataan atau pertanyaan dari peserta didik sebagai suatu kritikan terhadap harga dirinya sehingga jawaban yang dilontarkan bercampur dengan emosi dan kepribadian guru yang baik harus memperlihatkan cara berfikir dan perilaku yang positif baik pada pribadi guru itu sendiri maupun peserta didik (Fitriana, 2019). Ketika guru masuk kedalam kelas dan melakukan kegiatan mengajar maka akan membawa seluruh unsur kepribadian yang dimiliki guru antara lain pemikirannya, akhlak, sikap, agama dan ilmu pengetahuannya. Dampak dari kurangnya *soft competency* yang dimiliki guru akan membawa pengaruh terhadap kualitas dan keberhasilan proses belajar serta perubahan pada diri siswa dari berbagai segi yaitu mental, fisik, kejiwaan, bakat, minat dan motivasi serta cara mengajar

guru dikelas tersebut. Kepribadian guru akan memengaruhi perilaku dan cara berfikir peserta didik dikarenakan mereka mudah melihat dan mencontoh apa yang dilihatnya (Rosyada, 2016). Mahasiswa FKIP sebagai calon guru diharapkan memiliki *hard competency* dan *soft competency* dengan seimbang

Pada bulan Februari 2023, peneliti melakukan wawancara kepada 8 mahasiswa yang terdiri dari 4 mahasiswa berjenis kelamin perempuan dari prodi Bimbingan dan Konseling, Biologi serta Matematika yang sedang berada di semester 4, 6 dan 8. Sedangkan 4 orang mahasiswa lainnya berjenis kelamin laki-laki dari prodi Bimbingan dan Konseling, Biologi, serta Kimia yang terdiri dari mahasiswa semester 6 dan 8. Hasil wawancara dari 4 mahasiswa perempuan diperoleh fakta bahwa seluruh mahasiswa merasa tidak puas akan bentuk tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan. Rasa tidak puas akan bentuk tubuh dan penampilan fisik disampaikan secara rinci seperti tidak puas pada berat badan, tinggi badan, lengan yang besar, warna kulit, tekstur kulit, paha, perut dan bentuk bibir yang menimbulkan ketidakpercayaan diri, cemas, membanding-bandingkan diri, mengasingkan diri dan *overthinking*.

Perasaan negatif yang timbul akibat rasa tidak puas akan bentuk tubuh dan penampilan fisik berdampak terhadap kegiatan yang dilakukan seperti ketika berinteraksi sosial, berfoto dan tampil didepan umum, mereka tidak percaya diri. Bahkan dari mereka memilih berdiam diri di rumah selama sehari-hari untuk menghindari interaksi dengan orang lain, menghapus foto pada media sosial miliknya, cenderung tidak ingin tampil didepan umum, menyesali kehidupan yang dimiliki karena ketidakpuasan terhadap tubuhnya dimana menimbulkan emosi marah, perilaku yang memukul diri hingga menangis secara berulang-ulang. Sedangkan hasil wawancara dari mahasiswa laki-laki diperoleh fakta bahwa mahasiswa laki-laki jauh lebih merasa puas akan bentuk tubuh dan penampilan fisiknya secara keseluruhan. Mereka hanya lebih menginginkan tubuh yang berotot dan penambahan berat badan sehingga tidak terdapat dampak terhadap kegiatan yang dilakukan.

Pada obeservasi yang dilakukan pada kenyataanya masih terdapat mahasiswa yang memiliki citra tubuh yang negatif. Oleh karena itu peneliti

memandang penting bagaimana perbandingan citra tubuh pada mahasiswa laki-laki dan perempuan pengguna media sosial di FKIP UKI dimana citra tubuh merupakan bagian dari konsep diri yang dapat mempengaruhi emosi dan perilaku sehingga memengaruhi performa guru dalam mengajar. Hal tersebut yang mendasari peneliti hendak melakukan penelitian terkait perbandingan citra tubuh pada mahasiswa laki-laki dan perempuan pengguna media sosial di FKIP UKI.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas, ditentukan bahwa permasalahan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran citra tubuh mahasiswa laki-laki pengguna media sosial di FKIP UKI?
2. Bagaimana gambaran citra tubuh mahasiswa perempuan pengguna media sosial di FKIP UKI?
3. Apakah terdapat perbedaan gambaran citra tubuh pada mahasiswa pengguna media sosial berdasarkan jenis kelamin di FKIP UKI?

1.3 Batasan Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk meneliti perbandingan citra tubuh mahasiswa pengguna media sosial berdasarkan jenis kelamin di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Indonesia.

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah penelitian, ditentukan bahwa penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut:

1. Untuk memperoleh gambaran citra tubuh mahasiswa laki-laki pengguna media sosial di FKIP UKI
2. Untuk memperoleh gambaran citra tubuh mahasiswa perempuan pengguna media sosial di FKIP UKI
3. Mengetahui perbandingan citra tubuh pada mahasiswa laki-laki dan perempuan pengguna media sosial di FKIP UKI

1. 5 Manfaat Penelitian

Dari latarbelakang yang telah dipaparkan, didapati beberapa manfaat penelitian sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa

Memberikan informasi secara lengkap bagaimana gambaran citra tubuh mahasiswa laki-laki dan perempuan pengguna media sosial di FKIP UKI sehingga mereka dapat meminimalisir hal yang dapat membentuk citra tubuh mahasiswa. Dengan demikian mahasiswa FKIP sebagai calon guru dapat menerima dirinya secara keseluruhan dengan baik salah satunya terciptanya gambaran diri atau citra tubuh yang positif sehingga mencapai aktualisasi diri yang baik.

2. Bagi FKIP UKI

Menambah pengetahuan seputar citra tubuh untuk dapat meningkatkan dan membekali para calon guru di FKIP UKI dalam hal kompetensi personal salah satunya yaitu citra tubuh yang merupakan bagian dari konsep diri, sehingga dapat memberikan program layanan khusus bagi mahasiswa FKIP UKI terkait citra tubuh untuk meningkatkan performa sebagai guru yang profesional dan dapat menyelesaikan tahap perkembangan yang sesuai pada masing-masing periode.