

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Body image berhubungan dengan kepribadian. *Body Image* adalah pandangan kita terhadap tubuh kita sendiri. Cara individu memandang dirinya mempunyai dampak yang penting pada aspek psikologinya. Setiap orang cenderung ingin memiliki tubuh yang sehat, bentuk tubuh dan berat badan yang ideal. Maka dari itu banyak orang yang berusaha untuk memperbaiki bentuk tubuh mereka demi menunjang penampilan.

Setiap remaja pasti mengalami perubahan pada tubuhnya, perubahan tersebut tidak hanya mendatangkan kesenangan tapi juga dapat menimbulkan kekhawatiran. Kekhawatiran tersebut timbul karena kesadaran bahwa daya tarik fisik berperan penting dalam interaksi sosial. Sebagai remaja, mahasiswi menyadari bahwa mereka yang menarik biasanya diperlakukan lebih baik dari pada mahasiswi yang kurang menarik. Tidak heran jika sekarang semakin banyak mahasiswi menjaga tubuhnya karena alasan untuk terlihat menarik, modis, seksi dan untuk mempercantik penampilan fisik.

Akan tetapi, tidak semua orang dapat memiliki bentuk tubuh dan berat badan yang ideal. Hal ini membuat banyak para mahasiswi merasakan kecemasan pada bentuk tubuhnya. Mereka merasa penampilan fisik atau bentuk dan berat badannya tidak ideal dan tidak sempurna. Inilah yang membuat *body image* merupakan hal yang sangat penting bagi mahasiswi. Seperti yang dikemukakan oleh Guslingga (2006) bahwa orang yang memiliki *body image* positif akan

cenderung merasa puas terhadap tubuhnya, memiliki harga diri dan kepeduliannya terhadap kondisi badan dan kesehatannya sendiri, serta adanya kepercayaan diri ketika menjalin hubungan dengan orang lain. Sedangkan orang yang memiliki *body image* yang negatif akan cenderung merasa tidak puas atau malu terhadap kondisi tubuhnya sehingga dapat menimbulkan depresi, memiliki harga diri yang rendah atau bahkan merasa dirinya tidak berharga dan tidak menarik.

Santrock (2003) juga mengatakan bahwa *body image* merupakan salah satu aspek psikologis dari perubahan fisik pada masa remaja dimana menjadi sangat memperhatikan tubuh mereka dan membangun dirinya sendiri mengenai bagaimana tubuh mereka terlihat menarik. Pada umumnya wanita memiliki standar tertentu tentang tubuh ideal yang didambakan, misalnya cantik, berpostur tubuh tinggi, langsing dan berkulit putih.

Melihat bentuk tubuh yang indah, membuat semua orang lebih percaya diri untuk masuk ke kelompok-kelompok lain. Hal ini dikarenakan kehidupan individu tidak pernah terlepas dari pengaruh kelompok atau individu lain, maka remaja menyesuaikan diri dengan norma-norma kelompok dalam melakukan kontak sosial yakni suatu proses dimana orang lain mempengaruhi individu dalam sikap atau perilakunya disebut dengan pengaruh sosial adalah konformitas (Ali dan Asrori, 2008).

Konformitas merupakan upaya yang sering dilakukan mahasiswi untuk dapat diterima dalam kelompoknya. Misalnya dengan menggunakan bahasa yang sama dengan kelompoknya, menyamakan penampilan agar tidak beda dengan teman-temannya, dan bergabung dalam perkumpulan tertentu (Santrock,2003).

Selain itu, Zebua dan Nurjdayadi (Hotmpascaman. S,2009) juga mengemukakan bahwa konformitas pada remaja umumnya terjadi karena mereka tidak ingin terlihat berbeda dengan teman-temannya. Hal ini disebabkan oleh besarnya keinginan untuk menjaga harmonisasi dan penerimaan sosial dalam kelompok. Konformitas terhadap kelompok teman sebaya ternyata merupakan suatu hal yang paling banyak terjadi pada masa remaja. Agar mahasiswi dapat diterima dalam kelompoknya maka penampilan yang dimanfaatkan untuk memperoleh hasil yang menyenangkan yaitu merasa terlihat menarik atau merasa mudah berteman.

Mahasiswi seringkali menjadikan kelompoknya sebagai acuan dalam berpenampilan agar mereka dapat terlihat sama dan diakui menjadi bagian dari kelompok tersebut. Mereka akan mengikuti kelompoknya dalam berbagai hal seperti ingin menyamakan bentuk tubuh, cara berpakaian, cara berdandan dan lain-lain.

Fenomena tersebut juga terlihat di Universitas Gajah Putih Fakultas Ekonomi, mahasiswi mengaku selalu berkumpul bersama teman-temannya baik dikampus maupun diluar kampus. Mereka sangat memperhatikan penampilan saat bersama teman-temannya agar terlihat menarik. Untuk menjaga penampilannya mereka melakukan diet, *fitness*, menjaga pola makan agar tubuhnya sehat dan berat badannya berkurang. Hal ini muncul akibat rasa ingin tampil menarik dan ideal agar diterima dan dikagumi oleh teman-temannya dan tidak menjadi bahan ejekan oleh teman sebayanya. Mereka berteman dengan mahasiswi yang memiliki tubuh ideal dan berpenampilan menarik memberikan

pengaruh terhadap bentuk tubuhnya dan muncul keinginan untuk menjaga bentuk tubuh agar sesuai dengan teman sebayanya, sekalipun mereka sadar Tuhan menciptakan manusia itu berbeda-beda.

Melihat fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai “Hubungan antara Konformitas dengan *Body Image* pada Mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Gajah Putih Takengon”.

B. Identifikasi Masalah

Body image adalah gambaran mental seseorang yang berupa perasaan, pikiran, sikap, dan evaluasi yang dimiliki seseorang mengenai tubuhnya yang meliputi bentuk tubuh, ukuran tubuh, berat tubuh, dan yang berhubungan dengan penampilan fisik lainnya yang mengarah kepada penilaian yang dapat bersifat positif atau negatif. Khususnya pada remaja yang memiliki gambaran dan sikap terhadap tubuh mereka yang berhubungan dengan penampilan fisiknya, individu dipengaruhi oleh beberapa faktor eksternal baik itu yang berasal dari teman sebaya atau media masa yang dapat memberi perubahan terhadap penampilan fisik dan sikap individu. Hal ini dapat dilihat dari salah satu faktor yang mempengaruhi *body image* remaja yang berkaitan dengan kelompoknya dan teman-teman mereka yang di sekitarnya.

Mahasiswi sangat memperhatikan penampilannya saat bersama teman-teman agar terlihat menarik diantara teman-teman mereka. Untuk menjaga penampilannya mereka memilih makan secukupnya, menjaga pola makan, melakukan diet, dan *fitness* agar tubuhnya sehat dan berat badannya berkurang. Hal ini muncul akibat rasa ingin tampil menarik dan ideal agar diterima dan

dikagumi oleh teman-teman sebayanya dan tidak menjadi bahan ejekan. Mereka berteman dengan mahasiswi yang memiliki tubuh ideal dan berpenampilan menarik serta melihat temannya yang bertubuh ideal memberikan pengaruh terhadap bentuk tubuhnya dan muncul keinginannya untuk menjaga bentuk tubuh agar sesuai dengan teman sebayanya. Berdasarkan fenomena tersebut peneliti ingin meneliti tentang Hubungan antara Konformitas dengan *Body Image* pada Mahasiswi Universitas Gajah Putih Takengon.

C. Batasan Masalah

Pada penelitian ini peneliti membatasi masalah pada Hubungan antara Konformitas dengan *Body Image* pada Mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Gajah Putih Takengon.

D. Rumusan Masalah

Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada Hubungan antara Konformitas dengan *Body Image* pada Mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Gajah Putih Takengon.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan antara Konformitas dengan *Body Image* pada Mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas Gajah Putih Takengon.

F. Manfaat Penelitian

Terdapat dua manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan agar dapat menambah ilmu pengetahuan, khususnya di bidang psikologi perkembangan yang terkait dengan konformitas dan *body image*.

2. Manfaat Praktis

Sebagai informasi yang berguna tentang pemahaman hubungan antara konformitas dengan *body image* pada remaja dan sebagai bahan pertimbangan bagi orangtua dan para pendidik untuk dapat melihat dampak dari konformitas yang selama ini dilakukan oleh anak-anaknya dalam mempengaruhi *body image* anak.