

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Mahasiswa

1. Pengertian Mahasiswa

Mahasiswa adalah sebagai pelaku utama dan *agent of change* dalam gerakan-gerakan pembaharuan memiliki makna yaitu sekumpulan manusia intelektual, memandang segala sesuatu dengan pikiran jernih, positif, kritis yang bertanggung jawab serta dewasa secara moral, karena mahasiswa akan dituntut tanggung jawab akademisnya dalam menghasilkan sebuah karya yang berguna bagi kehidupan lingkungan. Mahasiswa dalam peraturan pemerintah RI No.30 tahun 1990 adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar diperguruan tinggi tertentu.

Selanjutnya menurut Sarwono dalam Ardana Kurniaji (2012), mahasiswa adalah setiap orang yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di perguruan tinggi dengan batas usia sekitar 18-30 tahun. Mahasiswa merupakan suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh statusnya karena ikatan dengan perguruan tinggi. Mahasiswa juga merupakan calon intelektual atau cendekiawan muda dalam suatu lapisan masyarakat yang sering kali syarat dengan berbagai predikat.

Mahasiswa menurut Knop Femacher dalam Ardana Kurniaji (2012) adalah merupakan insan-insan calon sarjana yang dalam keterlibatannya dengan perguruan tinggi yang makin menyatu dengan masyarakat, dididik dan diharapkan menjadi calon-calon intelektual. Mahasiswa menurut A. Malik Fadjar dan Muhadjir Effendy dalam Ardana Kurniaji (2012) adalah mereka merupakan aset

masa depan bangsa, karena merekalah yang paling berpeluang untuk menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi, dimana keduanya menjadi alat penyelesai utama bagian tangan kehidupan berbangsa masa kini dan mendatang, juga mahasiswa sebagai kelompok strategis yang memiliki peluang untuk mengembangkan idealismenya, karena dengan idealisme yang berkembanglah jiwa semangat nasionalismenya itu bisa tumbuh dengan subur dan menyadarkan upaya membangun solidaritas bersama memikirkan dan memenuhi kebutuhan bersama dan rela mengorbankan kepentingannya sendiri.

2. Peran mahasiswa

Menurut Drs. M. Achmad Icksan dalam Ardana Kurniaji (2012) bahwa mahasiswa pasti berhubungan dengan universitas namun mahasiswa di dalam universitas tidak hanya sebagai anggota masyarakat kampus, tapi mahasiswa harus ikut berperan dalam menentukan program-program, aturan-aturan dan kesejahteraan dari lembaga yang ada di kampus mahasiswa sebagai salah satu wadah pemikiran demi kemajuan masa depan bangsa, dalam hal ini seorang mahasiswa harus dituntut untuk mempunyai pemikiran yang sifatnya holistic dan ofensif demi masa depan Indonesia yang lebih baik, yang dapat digalinya pemikiran tersebut dengan penanganan masalah-masalah kecil, sehingga dari pengalaman masalah kecil tersebut dapat membentuk seorang mahasiswa menjadi kritis.

Sebagai *Agent Of Change* mahasiswa dengan upayanya yang merupakan ujung tombak pembangunan masa depan bangsa, mempunyai relasi kontribusi yang mendalam dan strategis, hal ini tercermin dari ide-ide dan karyanya dalam pembangunan sosial. Sejak masa perjuangan hingga masa sekarang sejarah

mencatat bahwa pemuda adalah yang menyusun dasar negara, membangunnya dan sebagai pembawa perubahan secara global dan eksistensinya, yang berkeahlian kritis, aktif dan inovatif serta berkemampuan multi disiplin ilmu dalam berbagai bidang kehidupan nasional Indonesia.

B. Body Image

1. Pengertian *Body Image*

Menurut Sukanto (2006) citra tubuh adalah gambaran mental yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya yang memiliki pikiran-pikiran, perasaan-perasaan, penilaian-penilaian, sensasi-sensasi, dan perilaku yang terkait dengan tubuhnya. Hal ini sejalan dengan pendapat oleh Schlundt dan Johnson (2007) yang mengatakan bahwa *body image* merupakan suatu gambaran mental yang dimiliki setiap orang baik maupun wanita mengenai tubuhnya, *body image* menunjuk pada perasaan yang dialami tentang tubuh berupa penilaian positif atau negatif.

Cash dan Deagle (2000) mendefinisikan gambaran tubuh sebagai derajat kepuasan individu terhadap dirinya secara fisik yang mencakup ukuran, bentuk, dan penampilan umum. Thompson & Altabe, 1993 (dalam Fakhrurozy M dan Henggaryadi G, 2008) mengatakan bahwa *body image* seseorang merupakan evaluasi terhadap ukuran tubuh, berat badan, ataupun aspek-aspek lainnya dari tubuh yang berhubungan dengan penampilan fisik.

Menurut Santrock (2003), *body image* 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.

Papalia, Olds, dan Feldman (2008) mendefinisikan gambaran tubuh adalah evaluasi mengenai penampilan seseorang. Chaplin (2004) mendefinisikan, *body image* sebagai ide seseorang bagaimana penampilan badannya dihadapan orang lain yang kadang kala dimasukkan pada konsep mengenai fungsi tubuhnya.

Menurut Roberta Honigman & David J. Castle (Anwar, 2009) *body image* adalah gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang mempersepsikan dan memberikan penilaian atas apa yang dia pikirkan dan rasakan terhadap tubuhnya, dan atas bagaimana seseorang kira-kira penilaian orang lain terhadap dirinya.

Berdasarkan definisi diatas dapat disimpulkan bahwa *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.

2. Ciri-ciri *Body Image*

The National Eating Disorders Association (dalam Syahputri, 2006) menyebutkan terdapat dua jenis *body image*, yaitu *body image* positif dan *body image* negatif yang masing-masing memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

a. *Body image* positif

1. Individu mempersepsikan bentuk tubuhnya dengan tepat dan menyadari bahwa bagian tubuhnya sudah sesuai dengan yang memang seharusnya ada.
2. Individu merayakan dan menghargai bentuk tubuh alaminya dan mengerti bahwa untuk melihat karakter seseorang dan menilai seseorang tidak hanya berdasarkan penampilan fisik semata.
3. Individu merasa bangga dan menerima keunikan tubuhnya dan menolak untuk menghabiskan waktu yang tidak beralasan untuk mencemaskan mengenai makanan, berat badan, dan kalori.

b. *Body image* negatif

1. Individu salah mempersepsikan bentuk tubuhnya dimana individu mempersepsikan bagian-bagian tubuhnya tidak sesuai dengan yang seharusnya ada.
2. Individu meyakini bahwa hanya orang lain yang menarik sedangkan ukuran dan bentuk tubuhnya sendiri merupakan suatu kegagalan.
3. Individu merasa malu dan cemas mengenai tubuhnya.
4. Individu merasa tidak nyaman dan merasa aneh dalam tubuhnya.

3. Aspek-aspek *Body Image*

Adapun aspek-aspek *body image* menurut Cash (2000) yaitu terdiri dari:

a. Evaluasi penampilan

Mengukur perasaan menarik atau tidak menarik, kepuasan atau tidak kepuasan secara intrinsik terkait pada kebahagiaan atau ketidakbahagiaan, kenyamanan atau ketidaknyamanan terhadap penampilan secara keseluruhan.

b. Orientasi penampilan

Banyaknya usaha yang dilakukan individu untuk memperbaiki serta meningkatkan penampilan dirinya.

c. Kepuasan area tubuh

Mengukur kepuasan atau tidak kepuasan individu terhadap area-area tubuh tertentu. Adapun area-area tersebut adalah wajah, rambut, tubuh bagian bawah (bokong, paha, pinggul, kaki), tubuh bagian tengah (pinggang, dan perut), tubuh bagian atas (dada, bahu, lengan), tampilan otot, berat, ataupun tinggi badan.

d. Kecemasan menjadi gemuk

Menggambarkan kecemasan terhadap kegemukan dan kewaspadaan akan berat badan yang ditampilkan melalui perilaku nyata dalam aktivitas sehari-hari seperti kecendrungan menjaga dan membatasi pola makan atau membeli jamu atau obat pelangsing untuk menurunkan berat badan.

e. Pengkategorian ukuran tubuh

Bagaimana individu membuat persepsi dan menilai berat badannya, dari sangat kurus sampai sangat gemuk.

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Body Image*

Menurut Health Canada (dalam Bidasari, 2009) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* antara lain:

a. Orangtua dan anggota keluarga

Orangtua dan keluarga dapat memberikan pengaruh yang besar pada *body image* seseorang. Orangtua dan anggota keluarga yang sering memberikan komentar negatif dan menyindir kebiasaan makan dan berat badan tubuh anak dapat membuat anak merasa tidak nyaman dengan tubuhnya. Selain itu orangtua anak dan anggota keluarga yang sering membicarakan hal-hal negatif tentang tubuh dan anak-anaknya mendengarkan hal tersebut, juga tanpa disadari mengirimkan pesan-pesan yang sangat kuat kepada anak-anak mereka bahwa mencemaskan tentang berat badan dan keadaan tubuh adalah hal yang normal dan wajar.

b. Media masa dan budaya

Selamanya beberapa abad belakangan ini *body image* yang berbeda telah menjadi objek oleh budaya barat dan dipromosikan sebagai standar untuk dunia *fashion*. Media dan budaya membentuk citra ideal pada dasarnya sangat tidak nyata. Media menyampaikan pesan secara tidak langsung bahwa jika wanita ingin sukses haruslah menarik dan cantik.

c. Kekerasan seksual

Kekerasan seksual dapat menjadi hal yang sangat buruk untuk *body image* seseorang. Korban dari kekerasan seksual sering merasa sangat tidak nyaman

dengan tubuhnya karena hal tersebut dapat mengingatkan mereka kepada pengalaman tidak menyenangkan yang pernah dialaminya. Selain kekerasan seksual gangguan-gangguan yang seksual seperti *labeling*, menyentuh atau menyolek, rumor-rumor yang tidak benar dan lelucon yang ditujukan kepada seseorang juga dapat mempengaruhi *body image* ketika anak tersebut mulai merasa tidak menyukai bagian tubuh mereka karena perhatian negatif yang dibawa oleh gangguan seksual tersebut.

d. Konformitas

Teman sebaya memiliki bagian yang sangat integral bagi remaja untuk menunjukkan *body image* remaja. Khususnya dalam masa remaja, anak perempuan sering membandingkan dirinya jika berbeda dengan teman-temannya, sehingga kondisi ini akan mengganggu remaja terhadap penilaian tentang *body image* dalam konformitas atau penyesuaian diri dengan keadaan lingkungan (teman-temannya). Ketika teman mereka secara terus menerus berbicara tentang betapa gemuk dan jelek bentuk tubuh seseorang, maka anak remaja tersebut akan menilai kondisi fisiknya.

Menurut Melliana (2006) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* adalah:

a. *Self Esteem*

Body image mengacu pada gambaran seseorang tentang tubuhnya yang dibentuk dalam pikirannya, yang lebih banyak dipengaruhi oleh *self esteem* individu itu sendiri, daripada penilaian orang lain tentang kemenarikan fisik yang

sesungguhnya dimiliki serta dipengaruhi pula oleh keyakinan dan sikapnya terhadap tubuh sebagaimana gambaran ideal dalam masyarakat.

b. Perbandingan dengan Orang Lain

Body image secara umum dibentuk dari perbandingan yang dilakukan seseorang atas fisiknya sendiri dengan standar yang dikenal oleh lingkungan sosial dan budayanya. Salah satu penyebab kesenjangan antara citra tubuh ideal dengan kenyataan tubuh yang nyata seringkali di picu oleh media masa yang banyak menampilkan figut dengan tubuh yang dinilai sempurna, sehingga terdapat kesenjangan dan menciptakan persepsi akan penghayatan tubuhnya yang tidak atau kurang ideal. Konsekuensinya adalah individu sulit menerima bentuk tubuhnya.

c. Bersifat Dinamis

Body image bukanlah konsep yang bersifat statis atau menetap seterusnya, melainkan mengalami perubahan terus menerus, sensitif terhadap perubahan suasana hati (mood), lingkungan dan pengalaman fisik individual dalam merespon suatu peristiwa kehidupan.

d. Proses Pembelajaran

Body image merupakan hal yang dipelajari. Proses pembelajaran *body image* ini seringkali dibentuk lebih banyak oleh orang lain diluar individu sendiri, yaitu keluarga dan masyarakat yang terjadi sejak dini ketika masih kanak-kanak dalam lingkungan keluarga, khususnya cara orangtua mendidik anak dan diantara teman-teman pergaulannya. Tetapi proses belajar dalam keluarga dan pergaulan

ini sesungguhnya hanyalah mencerminkan apa yang dipelajari dan diharapkan secara budaya. Proses sosialisasi yang dimulai sejak usia dini, bahwa bentuk tubuh yang langsing dan propososial adalah yang diharapkan lingkungan akan membuat individu sejak dini mengalami ketidakpuasan apabila tubuhnya tidak sesuai dengan yang diharapkan oleh lingkungan terutama orangtua.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi *body image* adalah orangtua dan keluarga, media masa dan budaya, kekerasan seksual, konformitas, *self esteem*, perbandingan dengan orang lain, bersifat dinamis, dan proses pembelajaran.

C. Konformitas

1. Pengertian Konformitas

Menurut David O'Sears dalam Luciana (2006) bahwa bila seseorang menampilkan perilaku tertentu karena disebabkan oleh karena orang lain menampilkan perilaku tersebut, disebut konformitas.

Jalaludin dalam Luciana (2006) mengatakan mengenai konformitas, bahwa apabila sejumlah orang dalam kelompok mengatakan atau melakukan sesuatu, dan ada kecendrungan para anggota untuk mengatakan dan melakukan hal yang sama maka dapat dikatakan terjadinya konformitas.

Menurut Baron dan Byrne (1991) konformitas remaja adalah penyesuaian perilaku remaja untuk menganut pada norma kelompok acuan, menerima idea tau aturan-aturan yang menunjukkan bagaimana remaja berperilaku.

Menurut Hurlock (1994), karena remaja lebih banyak berada di luar rumah bersama dengan teman-teman sebaya sebagai kelompok, maka dapatlah dimengerti bahwa pengaruh teman-teman sebaya pada sikap, pembicaraan, minat,

penampilan dan perilaku terkadang lebih besar daripada pengaruh keluarga. Misalnya, sebagian besar remaja mengetahui bahwa mereka memakai model pakaian yang sama dengan pakaian anggota kelompok yang populer, maka kesempatan baginya untuk diterima oleh kelompok menjadi besar.

Sarwono (2002), mengemukakan bahwa konformitas teman sebaya menjadi sumber pengaruh yang penting bagi individu, menghabiskan waktu bersama dengan teman-teman lainnya menjadi lebih menyenangkan daripada bersama keluarga, karena bersama teman-teman sebaya mereka bias mendapatkan suasana lebih santai dan terbuka.

Kelompok muncul pada masa remaja yang ditunjukkan dengan cara menyamakan diri dengan teman sebaya dalam hal berpakaian. Sebagian remaja beranggapan bila mereka berpakaian dengan menggunakan aksesoris yang sama dengan yang sedang diminati kelompok acuan, maka timbul rasa percaya diri dan kesempatan diterima kelompok lebih besar. Oleh karena itu remaja cenderung menghindari penolakan dari teman sebaya dengan bersikap konformitas atau sama dengan teman sebaya.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan konformitas merupakan perubahan perilaku remaja sebagai usaha untuk menyesuaikan diri dengan norma kelompok acuan baik dan maupun tidak ada tekanan secara langsung yang berupa suatu tuntutan tidak secara tertulis dari kelompok teman sebaya terhadap anggotanya namun memiliki pengaruh yang dan dapat menyebabkan munculnya perilaku-perilaku tertentu pada remaja anggota kelompok tersebut.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konformitas

Menurut David O'Sears dalam Luciana (2006) menyebutkan ada empat faktor yang mempengaruhi konformitas, antara lain:

a. Kekompakan kelompok

Konformitas juga dipengaruhi oleh eratnya hubungan antara individu dengan kelompoknya. Yang dimaksud kekompakan kelompok adalah jumlah total yang kekuatan yang menyebabkan orang tertarik pada suatu kelompok dan yang membuat mereka ingin tetap menjadi anggotanya. Kekompakan yang tinggi menimbulkan konformitas yang semakin tinggi.

Alasan utamanya adalah bahwa bila orang merasa dekat dengan anggota kelompok yang lain akan semakin menyenangkan bagi mereka untuk mengakui kita, dan semakin menyakitkan bila mereka mencela kita. Artinya kemungkinan untuk menyesuaikan diri atau tidak menyesuaikan diri akan semakin besar bila kita mempunyai keinginan yang kuat untuk menjadi anggota kelompok tersebut.

Bila melakukan sesuatu yang berharga konformitas yang dihasilkan kelompok akan meningkat. Peningkatan konformitas ini terjadi karena anggotanya enggan disebut orang yang menyimpang, penyimpangan menimbulkan resiko ditolak oleh kelompoknya. Semakin tinggi perhatian seseorang terhadap kelompoknya, semakin serius ingkat rasa takutnya terhadap penolakan dan semakin kecil kemungkinan untuk tidak menyetujui kelompoknya.

b. Kesepakatan kelompok

Faktor yang sangat penting bagi timbulnya konformitas adalah kesepakatan pendapat kelompok. Orang yang dihadapkan pada keputusan kelompok yang sudah bulat akan mendapat tekanan yang kuat untuk menyesuaikan pendapatnya.

Namun, bila kelompok tidak bersatu, akan tampak adanya penurunan tingkat konformitas. Moris dan Miller menunjukkan bahwa saat terjadinya perbedaan pendapat bisa menimbulkan perbedaan. Bila orang menyatakan pendapat yang berbeda setelah mayoritas menyatakan pendapatnya, konformitas akan menurun.

Penurunan konformitas yang drastic karena hancurnya kesepakatan disebabkan oleh beberapa faktor. Pertama, tingkat kepercayaan terhadap mayoritas akan menurun bila terjadi perbedaan pendapat, meskipun orang yang berbeda pendapat itu sebenarnya kurang ahli bila dibandingkan anggota lain yang membentuk mayoritas. Kedua, bila anggota kelompok yang lain mempunyai pendapat yang sama, keyakinan individu terhadap pendapatnya sendiri akan semakin kuat. Keyakinan yang kuat akan menurunkan konformitas. Ketiga, menyangkut keengganan untuk menjadi orang yang menyimpang.

c. Ukuran kelompok

Serangkaian eksperimen menunjukkan bahwa konformitas akan meningkat bila ukuran mayoritas yang sependapat juga meningkat, setidaknya sampai tingkat tertentu. Asch dalam Luciana (2006) dalam eksperimennya menemukan bahwa dua orang menghasilkan tekanan yang lebih kuat daripada satu orang, tiga orang memberikan tekanan yang lebih besar daripada dua orang, dan empat orang kurang lebih sama dengan tiga orang. Asch dalam Luciana (2006) menemukan bahwa penambahan jumlah anggota mayoritas sehingga lebih dari enam belas orang. Dia menyimpulkan bahwa untuk menghasilkan tingkat konformitas yang paling tinggi, ukuran kelompok yang optimal adalah tiga atau empat orang.

d. Ketertarikan pada penilaian bebas

Ketertarikan sebagai kekuatan total yang membuat seseorang mengalami kesulitan untuk melepaskan suatu pendapat. Orang yang secara terbuka dan sungguh-sungguh terikat suatu penilaian bebas akan lebih enggan menyesuaikan diri terhadap perilaku kelompok yang berlawanan. Mungkin kita harus menanggung resiko mendapat celaan sosial karena menyimpang dari pendapat kelompok, tetapi keadaannya akan lebih buruk bila orang mengetahui bahwa kita telah mengorbankan penilaian pribadi sendiri hanya untuk menyesuaikan diri terhadap kelompok.

Sedangkan Baron & Byrne (1991) mengungkapkan ada tiga faktor yang mempengaruhi konformitas, antara lain:

- a. Kohesivitas (*cohesiveness*), yang dapat didefinisikan sebagai derajat ketertarikan yang dirasa oleh individu terhadap suatu kelompok. Ketika kohesivitas tinggi, ketika kita suka dan mengagumi suatu kelompok orang-orang tertentu, tekanan untuk melakukan konformitas bertambah besar. Hasil penelitian Crandall dan Latane 7 L'Herrou dalam Luciana (2006) mengindikasikan bahwa kohesivitas memunculkan efek yang kuat terhadap konformitas, sehingga hal ini jelas-jelas merupakan suatu penentu yang penting mengenai sejauh mana kita akan menuruti bentuk tekanan sosial.
- b. Ukuran kelompok. Asch dalam Luciana dan peneliti pendahulu lainnya menemukan bahwa konformitas meningkat sejalan dengan bertambahnya jumlah anggota kelompok, namun hanya hingga sekitar tiga orang anggota tambahan, lebih dari itu tampaknya tidak akan berpengaruh atau bahkan

menurun. Studi-studi terkini malah menemukan bahwa konformitas cenderung meningkat seiring dengan meningkatnya ukuran kelompok hingga delapan orang anggota tambahan atau lebih. Jadi tampak bahwa semakin besar kelompok tersebut, maka semakin besar pula kecenderungan kita untuk ikut serta, bahkan meskipun itu berarti kita akan menerapkan tingkah laku yang berbeda dari yang sebenarnya kita inginkan.

- c. Norma sosial deskriptif dan norma sosial *injugtif* . Norma deskriptif/himpunan (*descriptive norms*) adalah norma yang hanya mendeskripsikan apa yang sebagian besar orang lakukan pada situasi tertentu. Norma-norma ini mempengaruhi tingkah laku dengan cara memberi tahu kita mengenai apa yang umumnya dianggap efektif atau adaptif pada situasi tersebut. Sebaliknya, norma injugtif menetapkan apa yang harus dilakukan, tingkah laku apa yang diterima atau tidak diterima pada situasi tertentu. Kedua norma tersebut dapat memberikan pengaruh yang kuat pada tingkah laku.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan faktor-faktor yang mempengaruhi konformitas adalah kekompakkan kelompok, kesepakatan kelompok, ukuran kelompok, ketertarikan pada penilaian bebas, kohevision, dan norma sosial.

3. Sebab-sebab Timbulnya Konformitas

Menurut David O' Sears dalam Luciana (2006) pada dasarnya, orang melakukan perilaku conform terhadap kelompoknya karena dua alasan, yaitu:

- a. Perilaku orang lain (kelompok) memberikan informasi yang bermanfaat.

Orang lain merupakan sumber informasi yang penting. Seringkali mereka mengetahui sesuatu yang tidak kita ketahui, dengan melakukan apa yang mereka lakukan kita akan memperoleh manfaat dari pengetahuan mereka. Tingkat konformitas yang didasarkan pada informasi ditentukan oleh dua aspek situasi, antara lain:

1. Kepercayaan terhadap kelompok: semakin besar kepercayaan individu terhadap kelompok sebagai sumber informasi yang benar, semakin besar pula kemungkinan untuk menyesuaikan diri terhadap kelompok.
2. Kepercayaan yang lemah terhadap penilaian sendiri: sesuatu yang meningkatkan kepercayaan individu terhadap penilaiannya sendiri akan menurunkan konformitas, begitu juga sebaliknya. Karena salah satu faktor yang sangat mempengaruhi rasa percaya diri dan tingkat konformitas adalah tingkat keyakinan orang tersebut pada kemampuan sendiri untuk menampilkan suatu reaksi.

- b. Rasa takut terhadap celaan sosial

Alasan utama konformitas yang kedua adalah demi memperoleh persetujuan, atau menghindari celaan kelompok. Tingkat konformitas yang didasarkan pada rasa takut terhadap celaan sosial ditentukan oleh rasa takut terhadap penyimpangan. Rasa takut dipandang sebagai orang yang menyimpang

merupakan faktor dasar hamper pada semua situasi sosial. Kita ingin agar kelompok tempat kita berada menyukai kita, memperlakukan kita dengan baik, dan bersedia menerima kita. Rasa takut dipandang sebagai orang yang menyimpang ini diperkuat oleh tanggapan kelompok terhadap perilaku menyimpang. Orang yang tidak mau mengikuti apa yang berlaku dalam kelompok akan menanggung resiko mengalami akibat yang tidak menyenangkan.

Sedangkan menurut Baron & Byrne (1991) menyatakan bahwa untuk dapat mengerti mengapa seseorang bisa conform terhadap kelompok, perlu diamati dua bentuk pengaruh sosial, yaitu:

a. Pengaruh sosial normatif

Konformitas karena pengaruh sisial normatif, berarti bagaimana kita dapat membuat orang lain menyukai kita. Sumber konformitas yang dikenal sebagai pengaruh sosial normatif (*normative social influence*), karena pengaruh sosial ini meliputi peruahan tingkah laku kita untuk memenuhi harapan orang lain. Jika kecendrungan kita untuk melakukan konformitas terhadap norma sosial berakar, paling tidak sebagian, pada keinginan kita untuk disukai dan diterima oleh orang lain, maka masuk akal jika apapun yang dapat meningkatkan rasa takut kita akan penolakan oleh orang-orang ini juga akan meningkatkan konformitas kita.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Janes dan Olson dalam Luciana (2006) menunjukkan kecendrungan yang lebih besar untuk melakukan konformitas. Temuan-temuan ini memberikan dukungan tambahan bagi pandangan bahwa salah satu alasan mengapa kita melakukan konformitas adalah

agar disukai oleh orang lain atau paling tidak untuk menghindari penolakan mereka.

b. Pengaruh sosial informasional

Kita menggunakan opini dan tindakan mereka sebagai panduan opini dan tindakan kita. Ketergantungan terhadap orang lain semacam ini, pada gilirannya, seringkali menjadi sumber yang kuat atas kecendrungan untuk melakukan konformitas. Tindakan dan opini orang lain menegaskan kenyataan sosial bagi kita, dan kita menggunakan semuanya itu sebagai pedoman bagi tindakan dan opini kita sendiri. Dasar dari konformitas ini dikenal sebagai pengaruh sosial informasional (informational social influence). Hal tersebut didasarkan pada kecendrungan kita untuk bergantung pada orang lain sebagai sebuah informasi tentang aspek dunia sosial.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan sebab-sebab timbulnya konformitas adalah perilaku kelompok memberikan informasi yang bermanfaat, atau rasa takut terhadap celaan sosial, pengaruh sosial normatif dan pengaruh sosial informasional.

4. Aspek-aspek Konformitas

Konformitas sebuah kelompok acuan dapat mudah terlihat dengan adanya ciri-ciri yang khas. David O'Sears (1991) mengemukakan secara eksplisit bahwa konformitas remaja ditandai dengan adanya tiga hal sebagai berikut:

1. Kekompakan

Kekuatan yang dimiliki kelompok acuan menyebabkan remaja tertarik dan ingin tetap menjadi anggota kelompok. Eratnya hubungan remaja dengan

kelompok acuan disebabkan perasaan suka antara anggota kelompok serta harapan memperoleh manfaat dari keanggotaannya. Semakin besar rasa suka anggota yang satu terhadap anggota yang lain, dan semakin besar harapan untuk memperoleh manfaat dari keanggotaan kelompok serta semakin besar kesetiaan mereka, maka akan semakin kompak kelompok tersebut.

a. Penyesuaian diri

Kekompakan yang tinggi menimbulkan tingkat konformitas yang semakin tinggi. Alasan utamanya adalah bahwa bila orang merasa dekat dengan anggota kelompok lain, akan semakin menyenangkan oleh mereka untuk mengakui kita, dan semakin menyakitkan bila mereka mencela kita. Kemungkinan untuk menyesuaikan diri akan semakin besar bila kita mempunyai keinginan yang kuat untuk menjadi anggota sebuah kelompok tertentu.

b. Perhatian terhadap kelompok

Peningkatan konformitas terjadi karena anggotanya enggan disebut sebagai orang yang menyimpang. Seperti yang telah kita ketahui, penyimpangan menimbulkan resiko ditolak. Orang yang terlalu sering menyimpang pada saat-saat yang penting diperlukan, tidak menyenangkan, dan bahkan bisa dikeluarkan dari kelompok. Semakin tinggi perhatian seseorang dalam kelompok semakin serius tingkat rasa takutnya terhadap penolakan dan semakin kecil kemungkinan untuk tidak menyetujui kelompok.

2. Kesepakatan

Pendapat kelompok acuan yang sudah dibuat memiliki tekanan kuat sehingga remaja harus royal dan menyesuaikan pendapatnya dengan pendapat kelompok.

a. Kepercayaan

Penurunan melakukan konformitas yang drastis karena hancurnya kesepakatan disebabkan oleh faktor kepercayaan. Tingkat kepercayaan terhadap mayoritas akan menurun bila terjadi perbedaan pendapat, meskipun orang yang berbeda pendapat itu sebenarnya kurang ahli bila dibandingkan anggota lain yang membentuk mayoritas. Bila seseorang sudah tidak mempunyai kepercayaan terhadap pendapat kelompok, maka hal ini dapat mengurangi ketergantungan individu terhadap kelompok sebuah kesepakatan.

b. Persamaan pendapat

Bila dalam satu kelompok terdapat satu orang saja atau tidak sependapat dengan anggota kelompok yang lain maka konformitas akan turun. Kehadiran orang yang tidak sependapat tersebut menunjukkan terjadinya perbedaan yang dapat berakibat pada berkurangnya kesepakatan kelompok. Jadi dengan persamaan pendapat antar anggota kelompok maka konformitas akan semakin tinggi.

c. Penyimpangan terhadap pendapat kelompok

Bila orang mempunyai pendapat yang berbeda dengan orang lain dia akan dikucilkan dan dipandang sebagai orang yang menyimpang, baik dalam

pandangannya sendiri maupun dalam pandangan orang lain. Bila orang lain juga mempunyai pendapat yang berbeda, dia tidak akan menyimpang dan tidak akan dikucilkan. Jadi kesimpulan bahwa orang yang menyimpang akan menyebabkan penurunan kesepakatan merupakan aspek penting dalam melakukan konformitas.

3. Ketaatan

Tekanan atau tuntutan kelompok acuan pada remaja membuatnya rela melakukan tindakan walaupun remaja tidak menginginkannya. Bila ketaatannya tinggi maka konformitasnya akan tinggi juga.

a. Tekanan karena ganjaran, ancaman, atau hukuman

Salah satu cara untuk menimbulkan ketaatan adalah dengan meningkatkan tekanan terhadap individu untuk menampilkan perilaku yang diinginkan melalui ganjaran, ancaman, atau hukuman karena akan menimbulkan ketaatan yang semakin besar. Semua itu merupakan insentif pokok untuk mengubah perilaku seseorang.

b. Harapan Orang Lain

Seseorang akan rela memenuhi permintaan orang lain hanya karena orang lain tersebut mengharapkannya. Dan ini akan mudah dilihat bila permintaan diajukan secara langsung. Gejala ini sangat mudah dilihat bila permintaan diajukan secara langsung. Misalnya, bila kita menyatakan kepada teman kita bahwa mereka harus menyumbang sejumlah uang, dan memberikan peringatan kepada teman kita apabila dia tidak menyumbangkan sejumlah uang maka kita akan memberikan uang yang lebih banyak. Harapan-harapan orang lain dapat

menimbulkan ketaatan, bahkan meskipun harapan itu bersifat implisit. Salah satu cara untuk memaksimalkan ketaatan adalah dengan menempatkan individu dalam situasi yang terkendali, dimana segala sesuatunya diatur sedemikian rupa sehingga ketidaktaatan merupakan hal yang hampir tidak mungkin timbul.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek aspek konformitas adalah kekompakan, kesepakatan, dan ketaatan.

5. Ciri-Ciri Konformitas

Sarwono mengatakan bahwa ada enam ciri yang menandai konformitas, yaitu:

- a. Besarnya kelompok, kelompok yang kecil lebih memungkinkan melakukan konformitas daripada kelompok yang besar.
- b. Suara bulat, lebih mudah mempertahankan pendapat jika banyak kawannya
- c. Keterpaduan / kohesivitas, semakin besar kohesivitas maka akan tinggi keinginan individu untuk melakukan konformitas terhadap kelompok.
- d. Status, bila status individu dalam kelompok belum ada maka individu akan melakukan konformitas agar dirinya memperoleh status sesuai harapannya.
- e. Tanggapan umum, perilaku yang terbuka yang dapat didengar atau dilihat secara umum lebih mendorong konformitas daripada perilaku yang dapat didengar atau dilihat oleh orang-orang tertentu.
- f. Komitmen umum, konformitas akan lebih mudah terjadi pada orang yang tidak mempunyai komitmen apa-apa.

6. Bentuk-Bentuk Konformitas

Menurut Myers di dalam konformitas terdapat 2 bentuk perilaku konformitas :

a. *Compliance* (Menurut)

Adalah tindakan konformitas dimana seseorang menerima pengaruh social yang dibentuk akibat tekanan sosial meskipun secara pribadi sebenarnya tidak menyetujui.

b. *Acceptance* (Penerimaan)

Adalah tindakan konform yang dilakukan dengan senang hati karena percaya terhadap tekanan atau norma sosial dalam kelompok atau masyarakat.

D. Hubungan Konformitas dengan *Body Image*

Pada masa remaja salah satu perubahan yang tampak jelas adalah perkembangan fisik remaja itu sendiri. Menurut Wright (Santrock, 2003) mengungkapkan bahwa suatu hal yang pasti tentang aspek-aspek psikologis dari perubahan fisik pada masa remaja adalah bahwa masa remaja disibukkan dengan tubuh mereka dan mengembangkan citra individual mengenai gambaran tubuh mereka (*body image*). Kesibukkan dengan *body image* seseorang sangat kuat selama masa remaja, tetapi kesibukkan itu secara khusus meningkat selama masa pubertas, suatu masa ketika remaja awal lebih tidak puas dengan tubuh mereka dari pada masa akhir remaja.

Menurut Papalia (2004) *body image* sebagai pendeskripsian dan penelitian yang diyakini mengenai penampilan seseorang. Selain itu, *body image* adalah 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 (Santrock, 2003).

Melalui ketertarikan tubuhnya, remaja lebih percaya diri untuk bergabung dalam kelompok kecil yang mereka anggap memenuhi kebutuhan mereka akan hubungan kebersamaan dimana mereka dapat dihargai baik secara materi maupun psikologis (Santrock, 2003).

Diketahui bahwa, pada masa remaja selalu memiliki dorongan yang kuat untuk bergaul dan diterima oleh orang lain atau teman sebaya. Pengaruh yang kuat dari teman-teman sebaya pada masa ini merupakan kenyataan bahwa remaja menggunakan waktu lebih banyak dengan teman sebayanya. Mereka lebih banyak berada diluar rumah dan lebih mau menerima pendapat teman-temannya. Remaja takut tidak disukai oleh teman-teman sebayanya (Hurlock, 1999).

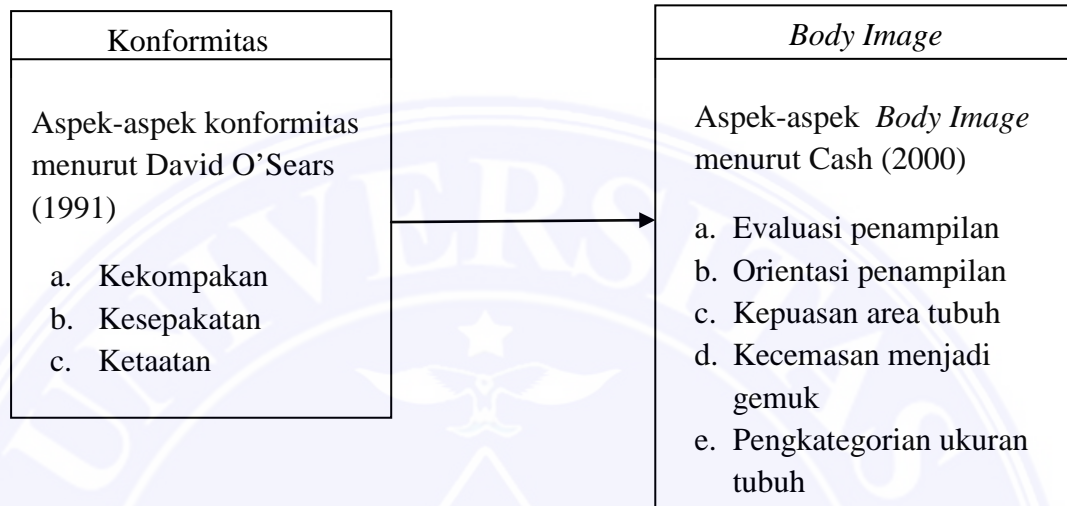
Hal ini dikarenakan teman sebaya memiliki bagian yang sangat integral bagi remaja untuk menunjukkan *body image* remaja. Khususnya dalam masa remaja, anak perempuan sering membandingkan dirinya jika berbeda dengan teman-temannya, sehingga kondisi ini akan mengganggu remaja terhadap penilaian tentang *body image* dalam konformitas atau penyesuaian diri dengan keadaan lingkungan (teman-temannya). Ketika teman mereka secara terus menerus bicara tentang betapa gemuk dan jelek bentuk tubuh seseorang, maka anak remaja tersebut akan menilai kondisi fisiknya (Healt Canada, dalam Bidasari, 2009).

Selain itu, yang menjadi peran penting pada masa remaja berupa konformitas. Hal ini terlihat bahwa konformitas mempunyai peranan penting pada

masa remaja, pengaruh teman sebaya lebih besar dibandingkan keluarga dalam hal sikap, minat, nilai yang dianut dan tingkah lakunya. Tingkah laku remaja berkaitan dengan penilaian-penilaian tentang dirinya sendiri. Konformitas yang kurang baik mempengaruhi *body image* remaja putri yang kurang baik pula, dan secara tidak langsung berkaitan dengan kemampuannya di dalam memenuhi tuntutan yang ada di lingkungan sosialnya. Kebanyakan remaja putri yang mengalami konformitas yang kurang baik mengeluhkan penyesuaian dirinya terhadap bentuk tubuhnya agar ideal sehingga remaja merasa sulit berpenampilan dan menerima diri, merasa tidak menarik, tidak memiliki kemampuan dan tidak percaya diri (Schneiders,1992).

E. Kerangka Konseptual

Adapun secara sederhana kerangka konseptual dari penelitian ini yaitu:



F. Hipotesis

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti mengajukan hipotesis yang berbunyi: Ada hubungan yang positif antara konformitas dengan *body image* pada remaja. Artinya semakin tinggi konformitas remaja, maka semakin positif *body image*, sebaliknya semakin rendah konformitas remaja, maka semakin negatif *body image*nya.