

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Globalisasi telah memainkan peran yang semakin kritis dalam setiap bidang kehidupan masyarakat tak terkecuali budaya (Lee, 2015). Globalisasi dalam budaya selanjutnya menghasilkan budaya populer. Budaya populer didefinisikan sebagai kumpulan pemikiran, ide, sikap, perspektif, dan gambar yang disukai oleh banyak orang seperti film, musik, olahraga, politik, fashion hingga teknologi (Vyomakesisri, 2020). Budaya populer telah lama didominasi oleh kebudayaan barat (Hogarth, 2013). Namun beberapa dekade terakhir budaya populer asal Korea Selatan atau *hallyu* mulai *booming* di seluruh penjuru dunia tak terkecuali Indonesia.

Hallyu adalah istilah umum yang digunakan untuk menyebut popularitas budaya Korea dalam skala global. Produk dari budaya korea selalu diawali dengan huruf K, misalnya *K-pop*, *K-drama*, *K-food*, *K-beauty*, *K-style*, dan *K-fashion* (Oh, 2018). Pada awalnya *hallyu* hanyalah sebagai bentuk representasi produk seperti drama, musik populer, dan film (Lee, 2015). Namun baru-baru ini *hallyu* telah mengembangkan dan mengeksport konten semi-esensial (makanan dan *video game*), produk dan layanan (pariwisata, produk perawatan kulit, operasi plastik, gaya busana dan bahasa) serta teknologi *smartphone* dari berbagai platform (Choi, 2015).

Chen (2011) mengatakan istilah *hallyu* pertama kali diperkenalkan oleh media China sebagai ungkapan yang menggambarkan tingginya lonjakan minat masyarakat terhadap budaya Korea di China. Sejak saat itu popularitas budaya korea mulai mengalami perkembangan dan menyebar keseluruh Benua Asia. Menurut Yoon & Jin (2017) secara geografis yang awalnya *hallyu* hanya berkembang di beberapa negara Asia Timur sekarang telah berkembang pesat ke berbagai negara lain.

Dilansir dari korea.net (2020) *hallyu* atau *korean wave* telah membangun fondasi kuat sehingga membantu mendorong pengaruhnya sejak tahun 2010-an melalui budaya populer seperti drama TV dan musik. Jumlah komunitas *hallyu* terus meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan survei yang diterbitkan oleh *Korea Foundation* (KF) dibawah naungan Kementerian Luar Negeri Korea Selatan pada tahun 2022 jumlah penggemar *hallyu* di seluruh dunia mengalami kenaikan sebesar 17 kali lipat atau mencapai 156.607.448 (Yeon, 2022).

Pada tahun 2000-an *hallyu* mulai masuk ke Indonesia diawali dengan penayangan drama *Winter Sonata* di saluran televisi lokal seperti indosiar (Jung, 2011). Drama tersebut telah menarik banyak penonton terutama remaja karena jalan cerita yang dianggap menarik, *background* yang bagus serta didukung oleh visual dan kualitas akting aktor dan aktris yang sangat memukau (Halim & Kiatkawsin, 2021). Setelah popularitas drama meningkat, pada tahun 2010 perlahan-lahan budaya Korea berkembang dan menambah penyebarannya melalui *K-pop*.

World Health Organization menyatakan bahwa masa remaja dimulai dari usia 10 hingga 19 tahun. Masa remaja merupakan tahap transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan biologis, kognitif, psikologis dan sosial (Steinberg, 2014b). Menurut Markey (Chae, 2022) perubahan fisik yang terjadi pada remaja dapat menjadi faktor resiko remaja memiliki persepsi yang menyimpang tentang tubuh mereka. Banyak remaja merasa khawatir karena menganggap tubuh mereka tidak sesuai dengan standar budaya yang berlaku. Ketika standar atau bentuk model yang dianggap menarik tidak dapat dicapai, akan menimbulkan kekhawatiran mengenai bentuk tubuh sehingga remaja cenderung melakukan kontrol tubuh berlebihan (Belogai, 2020). Sebanyak 72% remaja ingin mengubah beberapa bagian tubuh seperti ukuran pinggang, tinggi dan berat badan serta sebanyak 28% remaja ingin mengubah semua tubuhnya. Hurlock (1984) mengatakan bahwa kekhawatiran yang dialami remaja dapat timbul karena adanya anggapan bahwa daya tarik fisik berperan penting dalam hubungan sosial. Perhatian berlebih terhadap standar ideal dapat juga dapat mempengaruhi kondisi psikologis dan perilaku individu (Halim & Kiatkawsin, 2021).

Budaya Korea memiliki standar kecantikan yang ketat dimana karakteristik penampilannya seperti mata besar, kelopak mata ganda, bentuk tubuh langsing, wajah kecil berbentuk *v-line*, hidung tinggi runcing, bibir kecil namun tebal, kulit putih pucat, dan kaki jenjang (Aglibot, 2022). Penampilan selebriti Korea yang seperti itu dianggap sebagai bentuk standar ideal bagi remaja di Indonesia. Seseorang yang telah menginternalisasi tubuh ideal dan memiliki kecenderungan

membandingkan tubuh mereka dengan orang lain yang dianggap lebih unggul akan mengalami penilaian negatif terhadap tubuh mereka sendiri (Vartanian & Dey, 2013).

Voelker, Reels & Greenleaf (2015) mengatakan masa remaja merupakan masa kritis bagi perkembangan *body image* karena berbagai perubahan sosial, budaya, fisik dan psikologis pada tubuh yang terjadi antara usia 12-18 tahun. Citra tubuh atau *body image* adalah bentuk dari reflesksi tubuh seseorang yang dipengaruhi oleh banyak faktor seperti sosial budaya, keluarga, lingkungan, hubungan dengan teman sebaya serta media massa (Chakraborty & De, 2014). Tidak hanya itu, menurut Markey (Chae, 2022) *body image* bukanlah karakter statis individu, melainkan aspek dinamis yang dipengaruhi oleh perasaan individu tentang diri sendiri ketika mereka mengalami perubahan fisik selama hidup mereka.

Koreaboo (2018) mengungkapkan banyak penggemar yang berpendapat bahwa proporsi mayoritas idola sangat tidak realistis. Namun bagi mereka tubuh para idol adalah standar ideal yang ingin mereka capai. Salah seorang penggemar mengatakan bahwa saat dirinya menonton video musik *K-pop* yang menampilkan penampilan fisik sempurna perlahan-lahan membuatnya semakin membenci tubuhnya sendiri. Adapun pendapat dari penggemar lain yang mengatakan bahwa saat melihat mayoritas anggota girl grup *K-pop* memiliki wajah bulat dan dagu kecil membuatnya semakin membenci bentuk wajahnya.

Berdasarkan hasil survei untuk data *preliminary* yang dilakukan peneliti pada tanggal 21 November 2022 terhadap 785 remaja berusia 14-19 tahun yang

terdiri dari 754 perempuan dan 31 laki-laki menunjukkan bahwa sebanyak 398 (51%) siswa memiliki *body image* dalam kategori rendah dan sebanyak 387 siswa (49%) *body image* dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebanyak 398 siswa memiliki *body image* negatif dan 387 siswa lainnya memiliki *body image* positif.

Pada tanggal 1 Desember 2022 peneliti melakukan wawancara kepada tiga orang remaja penggemar *hallyu*. Hasil wawancara pada tiga remaja menunjukkan bahwa ketiga subjek cenderung memiliki *body image* negatif.

Subjek pertama berusia 15 tahun yang sudah dua tahun belakangan mengikuti *hallyu*. Subjek mengatakan bahwa dirinya sering membandingkan tubuhnya dengan selebriti Korea seusianya. Subjek beranggapan bahwa tubuh yang ia miliki terlalu gemuk dan jauh dari standar ideal yang ada di masyarakat sehingga seringkali membuat subjek tidak percaya diri dengan penampilannya. Subjek mengatakan bahwa dirinya ingin memiliki tubuh langsing dan putih serta wajah yang mulus seperti idolanya. Menurutnya fisik yang dimiliki idol *K-pop* adalah tubuh yang ia inginkan selama ini. Subjek mengaku telah mencoba berbagai cara untuk mencapai tubuh ideal dari mulai program diet seperti yang dilakukan oleh selebriti Korea, meminum teh diet, olahraga, hingga memakai produk perawatan tubuh seperti lotion pemutih, krim pemutih asal Korea.

Subjek kedua, seorang perempuan berusia 16 tahun yang beberapa tahun menjadi *fans* berat dari salah satu anggota girl grup *K-pop* ternama. subjek mengatakan bahwa dirinya mulai menyukai *K-pop* setelah melihat anggota girl grup tersebut tampil di televisi Indonesia pada tahun 2018 lalu. Sejak saat itu

subjek mulai mengikuti *K-pop* dan mulai mengetahui banyak hal mengenai budaya Korea. Namun semenjak subjek mengikuti *K-pop* subjek mulai membanding-bandingkan dirinya dengan artis idolanya. Subjek mengaku ingin memiliki kulit putih dan bentuk wajah kecil seperti selebriti Korea. Keinginan tersebut semakin kuat ketika subjek menginjak usia 14 tahun. Subjek merasa bahwa penampilannya masih sangat jauh dari apa yang subjek inginkan. Subjek juga sering merasa kurang percaya diri saat berkumpul dengan teman-temannya karena ia merasa bahwa penampilannya tidak secantik teman-temannya. Dari situ subjek muncul keinginan untuk melakukan perawatan kulit dari membeli sabun dan lotion pemutih hingga rangkaian krim wajah rekomendasi dari teman-temannya. Subjek juga mengaku bahwa dirinya sempat mengonsumsi minuman *collagen* yang diklaim dapat memutihkan kulit. Namun karena harganya yang mahal subjek akhirnya berhenti membeli minuman tersebut.

Subjek ketiga, seorang perempuan berusia 15 tahun yang merupakan seorang penggemar *hallyu*. Subjek mulai menyukai budaya Korea sejak masih kecil. Berawal dari *K-pop* selanjutnya subjek mengaku mulai mengikuti hal apapun yang berhubungan dengan Korea mulai dari drama, makanan, *fashion* hingga produk perawatan kecantikan. Subjek menganggap bahwa selebriti korea adalah seorang *trendsetter* dimana apapun yang ditampilkan akan menjadi *booming*. Selain itu, subjek juga merasa bahwa tampilan selebriti korea sangatlah sempurna terutama fisiknya dan telah dijadikan sebagai standar ideal oleh kebanyakan orang. Saat masih kecil subjek merasa hal tersebut hanyalah sebuah bentuk kekaguman namun seiring beranjak remaja, subjek mulai membanding-

bandingkan dirinya dengan selebriti Korea. Subjek selalu beranggapan bahwa tubuhnya sangat berbeda jauh dengan standar yang ada. Subjek mengaku ingin memiliki tubuh yang langsing, tinggi, putih serta hidung yang mancung seperti selebriti korea idolanya. Selama ini subjek sering merasa kurang percaya diri dengan bentuk tubuhnya terutama bagian wajah. Subjek seringkali merasa iri dengan selebriti Korea yang memiliki kulit putih, wajah yang bagus serta bentuk tubuh yang ideal. Berbagai usaha telah subjek lakukan dari mulai melakukan perawatan kulit hingga olahraga dan diet. Hal tersebut dilakukan semata-mata untuk mencapai tubuh yang ideal.

Dari beberapa kasus diatas terlihat bahwa penilaian seseorang terhadap tubuhnya bisa positif ataupun negatif. Hal ini sejalan dengan pendapat Tylka & Barcalow (2015) yang mengatakan bahwa *body image* dapat berupa positif maupun negatif. Menurut Tylka (2012) seorang individu dikatakan memiliki *body image* positif apabila mampu mengapresiasi dan menerima diri meskipun dengan bentuk dan proporsi tubuh yang tidak sempurna. Selain itu, seseorang dengan *body image* positif juga tidak mudah terpengaruh oleh penetapan standar ideal yang dibuat oleh media dan masyarakat. Sedangkan menurut Cash dan Szymanski (Grogan, 2008) individu dengan *body image* negatif akan memandang negatif bentuk dan ukuran tubuh yang dimiliki karena merasa tubuh yang dimiliki tidak sesuai dengan standar ideal.

Penelitian sebelumnya oleh Harti (2022) menemukan sebanyak 52,7% remaja memiliki *body image* negatif, dan 47,3% memiliki *body image* positif. *Body image* negatif lebih banyak dialami oleh remaja perempuan (63,2%)

dibandingkan remaja laki-laki (38,9%). Penelitian lain yang dilakukan oleh Hasanah & Halimah (2019) yang melibatkan 93 orang siswa MTs Negeri 6 Subang menunjukkan bahwa sebanyak 70 siswa (75,3%) mengalami *body image* negatif, sedangkan 24,7% memiliki *body image* positif.

Cash & Smolak (2011) mengatakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *body image* pada remaja yaitu faktor individu seperti harga diri, konsep diri, dan perfeksionisme. Vartanian & Dey (2013) berpendapat bahwa *body image* remaja harus dipahami tidak hanya dari faktor sosial budaya, namun juga karakteristik individu seperti konsep diri. Perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja juga dapat mempengaruhi perkembangan konsep diri seseorang. (Lysak, 2017).

Konsep diri memainkan peran utama dalam memfasilitasi kontribusi positif terhadap dukungan sosial emosional dan penyesuaian perilaku remaja (Yousef, 2018). Menurut Deaux, Dane, Wrightsman (Sarwono, 2009) mendefinisikan konsep diri sebagai sekumpulan keyakinan dan perasaan seseorang mengenai dirinya yang mencakup bakat, minat, kemampuan serta penampilan fisik. Konsep diri juga diartikan sebagai keyakinan mengenai dirinya tersebut, apakah ia merasa positif atau negatif, bangga atau tidak bangga, dan senang atau tidak senang dengan dirinya.

Vartanian, Froreich & Smith (2016) melaporkan bahwa seseorang yang memiliki konsep diri rendah dapat meningkatkan internalisasi ideal kurus sehingga berdampak pada ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh. Jeon (You & Shin, 2019) menemukan bahwa tekanan sosiokultural dan konsep diri

memberikan pengaruh yang signifikan terhadap internalisasi ideal kurus dikalangan mahasiswi Korea. Hal ini menunjukkan bahwa konsep diri yang rendah dapat memicu meningkatnya perilaku komparatif ideal kurus terkait penampilan mereka.

Selain itu seseorang dengan konsep diri yang rendah umumnya cenderung konformis atau lebih peduli terhadap penilaian orang lain dan menetapkan harga diri mereka pada bentuk tubuh (Vartanian, 2009). Begitupun sebaliknya, konsep diri yang positif dapat mempengaruhi pengembangan evaluasi positif terhadap tubuh seseorang serta mencegah distorsi *body image* (Cash, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Azhar (2021) berjudul “ Hubungan *Self-Concept* dengan *Body Image* pada Remaja” menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara *self concept* dengan *body image*. Artinya semakin tinggi *self concept* suatu individu, maka semakin positif *body image* individu tersebut. Penelitian lain yang dilakukan oleh Wilianto (2017) dengan judul “Hubungan antara Konsep Diri dengan Citra Tubuh pada Perempuan Dewasa Awal” yang melibatkan 100 perempuan dewasa berusia 18-40 tahun, juga menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara konsep diri dengan citra tubuh. Artinya semakin positif konsep diri yang dimiliki maka semakin positif juga citra tubuhnya.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi *body image* seseorang adalah kebersyukuran (Barber, 2001; Homan & Tylka, 2018; Homan, Sedlak & Boyd, 2014; Tylka & Wood-Barcalow; Wolfe & Peterson, 2017; Wood, Froh, & Geraghty, 2010). Menurut Homan & Tylka (2018) rasa syukur dapat meningkatkan perasaan positif dalam diri seseorang yang diwujudkan dalam

bentuk apresiasi terhadap bentuk tubuh. Tylka (2012) mengatakan bahwa salah satu karakteristik individu dengan *body image* positif yaitu mampu menerima dan mengapresiasi tubuhnya sendiri.

Wood, Frogh, & Geraghty (2010) mengatakan bahwa syukur merupakan kecenderungan seseorang dalam memandang aspek kehidupan secara positif sehingga dapat memberikan pengaruh terhadap kesejahteraan fisik dan emosional. Rasa syukur juga dapat meningkatkan *body image* positif serta mengurangi rasa ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh. Hal ini menunjukkan bahwa individu dengan rasa syukur yang tinggi akan memiliki *body image* positif, sedangkan individu dengan rasa syukur yang rendah cenderung memiliki *body image* negatif.

Penelitian yang dilakukan oleh Rini (2020) berjudul “Hubungan Antara Kebersyukuran dengan Citra Tubuh pada Wanita Dewasa Awal yang Bertubuh Gemuk di Universitas Islam Riau” menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kebersyukuran dengan citra tubuh. Artinya semakin tinggi kebersyukuran maka akan semakin positif citra tubuh. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat kebersyukuran maka semakin negatif pula citra tubuh. Penelitian lain yang dilakukan oleh Nurfaizri (2017) dengan judul “Hubungan Antara Kebersyukuran dan *Body Image* pada Remaja Putri” menunjukkan hasil bahwa ada hubungan positif antara kebersyukuran dengan *body image*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kebersyukuran maka semakin positif *body image* pada diri remaja. Sebaliknya semakin rendah kebersyukuran maka akan semakin negatif *body image* pada remaja tersebut.

Berdasarkan uraian permasalahan di atas, maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “*Body Image* Ditinjau dari Konsep Diri dan Kebersyukuran pada Remaja Terdampak *Hallyu*”

B. Tujuan Penelitian

Tujuan utama yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empirik mengenai hubungan antara konsep diri dan kebersyukuran dengan *body image* pada remaja terdampak *hallyu*.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan psikologi khususnya bidang psikologi klinis berkaitan dengan hubungan antara konsep diri dan kebersyukuran dengan *body image* pada remaja terdampak *hallyu*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi remaja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan serta sumbangan informasi mengenai hubungan antara konsep diri dan kebersyukuran dengan *body image* pada remaja terdampak *hallyu*.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengkaji bidang yang sama.