

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. LATAR BELAKANG

Korean pop (K-pop) adalah jenis musik populer Korea Selatan yang dinyanyikan dalam bahasa Korea (Tuk, dalam Dwiputeri dkk, 2015). K-pop memiliki beberapa karakteristik. Menurut Benjamin (2012), K-pop adalah gabungan dari musik Barat dan musik pop Jepang yang menarik perhatian pendengar dengan kata-kata khusus dalam lirik lagu. Lagu K-pop biasanya mempunyai bagian lagu yang dinyanyikan secara berulang-ulang dan ditampilkan dengan tarian kelompok yang kompak dan seragam (Korean Culture dan Information Service, 2011). K-pop juga terkenal dengan grup penyanyi laki-laki dan perempuan yang berpenampilan menarik (Hong dalam Afzalia dkk, 2020).

Munculnya budaya Korea ke dalam Indonesia cukup membuat perubahan dalam pandangan para remaja putri akan penampilan fisiknya. Hal ini yang kerap membuat remaja putri mengalami permasalahan fisik akibat dari penekanan budaya Korea yang mereka jadikan sebagai acuan terhadap penampilan fisiknya. Hampir 80% remaja mengalami ketidakpuasan terhadap kondisi fisik pada periode remaja (Janiwarty & Pieter, 2013).

Remaja adalah masa transisi seorang anak menuju dewasa (Sarwono, 2016), masa ini ditandai dengan perubahan-perubahan fisik dan psikis yang dikenal dengan pubertas. Masa remaja ditandai dengan pubertas, adanya pertumbuhan fisik dan kematangan organ reproduksi (Papalia, 2008). Dampak dari ledakan pertumbuhan membuat remaja sering melakukan penilaian terhadap fisiknya. Perilaku sering memerhatikan penampilan tersebut dilakukan untuk mendapatkan penghargaan atas dirinya (Lubis, 2016).

Remaja mengalami banyak perubahan dalam fisik, biologis, psikologis dan sosial. Perubahan fisik yang sangat pesat ini banyak menimbulkan respon tersendiri bagi remaja, berupa tingkah laku yang sangat memperhatikan suatu perubahan bentuk tubuhnya dan membangun citra tubuh atau *body image* (Septian & Safitri, 2014). Umumnya para remaja menyadari perubahan yang dialami mereka, khususnya perubahan dalam hal penampilan. Sulit untuk menentukan apakah dengan perubahan penampilan, pribadinya juga mengalami perubahan. Banyak remaja menghayati perubahan tubuh atau fisik mereka sebagai sesuatu hal yang ganjil dan asing dan selalu membingungkan mereka (Gunarsa, 2007).

Selanjutnya *Body image* merupakan sikap individu terhadap bentuk tubuh, penampilan tubuh, fungsi dan ukuran potensi tubuh secara sadar dan tidak sadar (Tatangelo dkk, 2015). Menurut (Tatangelo dkk,2015) pada saat remaja persepsi terhadap *body image* terjadi lebih kuat, khususnya pada remaja putri, masa dimana seseorang sedang melalui masa perubahan fisik serta terjadinya perkembangan psikologis, yang dapat membuat remaja memperhatikan bentuk tubuhnya serta menyibukkan diri demi kepuasan akan penampilannya. Akibat perubahan fisik salah satu alasan remaja akan melakukan penilaian serta lebih memperhatikan penampilannya.

Body image merupakan persepsi individu dalam mengevaluasi dan menilai penampilan fisik berdasarkan gambaran ideal penampilan yang diinginkan (Cash & Purzinsky, 2002). Seorang remaja dikatakan mempunyai *body image* yang positif, jika dia dapat merasa sangat puas dengan kondisi fisiknya. *Body image* menurut Honigman dan Castle (2006) merupakan gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang dapat mempersepsi dan dapat memberikan penilaian atas apa yang dia pikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya, dan atas bagaimana kira-kira penilaian orang lain terhadap dirinya. Sebenarnya, apa yang dia pikirkan dan rasakan belum tentu benar-benar mempresentasikan

keadaan yang sebenarnya, namun lebih merupakan hasil penilaian dan evaluasi diri yang subjektif.

Selanjutnya faktor-faktor yang mempengaruhi *Body image* menurut (Cash & Pruzinsky, 2002) yaitu, 1. Sosialisasi budaya (Cultural Socialization), 2. Pengalaman interpersonal (Interpersonal Experiences), 3. Karakteristik fisik (Physical Characteristics). *Body image* terbentuk di tahun-tahun awal remaja, yang didasarkan pada interaksi terus menerus antara gambaran tubuh ideal dengan kenyataan sesungguhnya (Cash, 2012). Remaja awal adalah periode penting dari perkembangan body image, terkhusus pada perempuan.

Pada usia remaja banyak dari mereka yang ingin berusaha untuk mengubah penampilannya sehingga dapat terlihat menarik. Kepedulian terhadap penampilan dan gambaran tubuh yang ideal dapat mengarah kepada upaya obsesif seperti mengontrol berat badan. Pola ini menjadi lebih umum pada remaja putri. Orang dengan tubuh kurang ideal selalu dipersepsikan malas dan mudah puas dengan dirinya, dan banyak dari mereka yang berharap agar berat badannya turun dengan sendirinya (Papalia, 2008).

Body image bagi remaja putri merupakan suatu hal yang sangat penting, karena pada seseorang banyak yang mengalami perubahan, baik secara fisik maupun psikis. Perubahan yang pesat saat ini menimbulkan respon tersendiri bagi remaja putri berupa tingkah laku yang sangat memperhatikan dalam perubahan bentuk tubuhnya. Prinsip dasar dari *Body image* adalah bagaimana seseorang dapat menerima tubuhnya sendiri. Individu bisa menerima diri mereka sendiri secara rendah atau tinggi tergantung dari pribadi (Cash, 2012).

Persepsi remaja putri mengenai tubuh mereka terutama pada masalah penampilan menjadi hal yang utama sehingga dapat berpengaruh terhadap citra tubuh remaja putri. Semua wanita terutama remaja putri tentu sangat ingin memiliki bentuk tubuh yang langsing dan menarik

sesuai dengan persepsi masyarakat umum tentang citra tubuh perempuan ideal di mata masyarakat dengan bentuk tubuh yang sesuai dengan tubuh gadis-gadis yang ada di majalah atau bintang film. Remaja putri menganggap bahwa dengan memiliki bentuk tubuh yang ideal dapat lebih unggul dengan menjadi pusat perhatian di antara teman teman sebayanya (Dian, 2006).

Remaja dengan *body image* positif mempunyai evaluasi dan persepsi positif terhadap ukuran dan bentuk tubuh serta merasakan kenyamanan dengan bentuk fisiknya, yang diwujudkan dengan rasa percaya diri dan konsep diri positif (Alidia, 2018). Bentuk dari *body image* positif adalah dengan menghargai bentuk tubuhnya dan merasa sangat puas serta merasa percaya diri terhadap kondisi bentuk tubuhnya yang saat ini. Sedangkan, remaja dengan *body image* negatif, memandang negatif terhadap bentuk tubuhnya yang saat ini seperti pada bentuk dan ukuran badan yang ideal. Selain itu, mereka juga sering merasa minder dan khawatir terhadap bentuk kondisi fisik yang berdampak pada rasa yang tidak puas.

Body image negatif ini dapat mengakibatkan remaja sangat sulit menerima dirinya sendiri, peka terhadap kritik, tidak merespon penghargaan dari orang lain, dan mudah putus asa. Dalam banyak studi tentang citra tubuh dan ketidakpuasan pada remaja putri kerap dikaitkan dengan masalah berat badan dan bentuk tubuh. Namun tidak hanya itu saja, tetapi kekhawatiran pada citra tubuh dapat mengenai karakteristik tertentu atau bagian tubuh, seperti karakteristik wajah (ukuran atau bentuk hidung, mata), karakteristik kulit (warna, tekstur), rambut, bagian tubuh, kebugaran dan kekuatan (Weirtheim & Paxton, 2012). Maka dari itu remaja putri menganggap penting untuk memenuhi citra tubuh ideal yang dibentuk oleh masyarakat dan juga media.

Remaja mengembangkan minatnya selama masa pubertas, minat tersebut diantaranya minat rekreasi, sosial dan pribadi (Hurlock, 2003). Minat akan membentuk kepribadian unik pada setiap individu. Pada saat ini banyak remaja yang memiliki minat pada *K-Pop* atau

kebudayaan Korea terutama remaja perempuan. Banyak remaja sekarang ini ingin memiliki bentuk tubuh seperti artis *Korean pop (K-pop)*, dengan memiliki bentuk tubuh yang tinggi dan berat badan yang ideal.

Remaja yang fans *K-Pop* sudah tidak asing dalam penggunaan media sosial. Kegiatan mengakses media sosial ini dapat berdampak pada *body image* remaja. (Aprilisa,2017) menyebutkan dampak dari media sosial bagi kesehatan remaja terkhusus pengguna aktif, mengalami kecemasan, kualitas tidur, depresi hingga gangguan makan. Remaja perempuan juga sangat merasa penampilannya sangat kurang menarik jika dibandingkan dengan orang lain yang dilihat di media sosial.

Menurut Gan (2012), selebriti Korea memiliki karakteristik penampilan tertentu, yaitu bentuk hidung yang mancung, ukuran wajah yang kecil, dan pipi tirus. Artis K-pop perempuan juga memiliki beberapa bagian tubuh dengan karakteristik yang dianggap sempurna dan diinginkan oleh fans. Karakteristik bagian tubuh tersebut adalah kaki (paha sampai telapak kaki) panjang dengan proporsi ukuran yang sempurna, perut dengan otot yang menyerupai angka sebelas, lengan kurus, dan lebar pinggang yang kecil (Kim, dalam Wahyuni dkk 2021).

Berdasarkan beberapa kasus di atas, para remaja yang saat ini menyadari bahwa bentuk tubuhnya berbeda dari artis K -pop perempuan yang memiliki penilaian yang kurang baik terhadap tubuh mereka dan berusaha untuk mengubah bentuk tubuh mereka. Karena itu, mereka dianggap mengalami *body dissatisfaction*. Menurut Menzel, Krawczyk, dan Thompson (2011), *body dissatisfaction* adalah penilaian atau opini yang bersifat meremehkan bagian tubuh, seperti berat badan, bentuk badan, atau bagian tubuh spesifik lain. Menurut National Eating Disorder Collaboration [NEDC] (t.th.), orang yang merasa tidak puas terhadap tubuhnya (*body dissatisfaction*) cenderung berusaha untuk mengubah bentuk tubuhnya.

Berdasarkan hasil wawancara yang saya lakukan pada 3 remaja putri fans K-pop dikota medan

(LNG, Komunikasi personal, Mei 2022)

“Saya merasa kalo tubuh saya tidak sesuai dengan yang saya inginkan, saya merasa kalo saya gemuk banget. Pengen punya tubuh kayak idola saya, kayak girlband blackpink gitu memiliki bentuk tubuh yang langsing dan cantik”.

(PST, Komunikasi Personal, Mei 2022)

“Saya terus berusaha diet, untuk dapat bentuk tubuh yang sama kayak idola korea. Kadang teman saya suka bilang kalo saya udah kurus, tapi saya rasa belum karena jauh banget dengan idola saya yang perutnya rata.

(KDB, Komunikasi personal, Mei 2022)

“Pengen banget tubuhnya kayak artis korea gitu, badannya bagus-bagus. Perut rata, kakinya kecil dan cantic banget pake baju apapun. Saya juga pernah ikutin system diet ekstrim artis korea tapi saya ternyata gak sanggup”.

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa para remaja merasa bahwa tubuhnya tidak memuaskan, yang berkaitan dengan evaluasi penampilan, remaja juga merasa tubuhnya sangat gemuk, yang berkaitan dengan pengkategorian tubuh remaja juga berusaha untuk diet untuk mendapatkan orientasi penampilan yang baik, dan sangat ingin memiliki tubuh yang sama dengan idola korea yang dikaguminya. Sehingga mencoba terus berdiet untuk menyesuaikan tubuhnya sama dengan idola yang digemarinya. Hal ini juga didukung terdahulu yang dilakukan Husna & Rusli (2016), mengenai pengaruh *body image* terhadap *self-esteem* pada remaja fans K-Pop dapat diambil kesimpulan bahwa tingkat *body image* pada remaja fans K-Pop memiliki rerata hipotetik yang lebih rendah dibandingkan dengan rerata empirik. Hal ini menunjukkan bahwa subjek penelitian yang merupakan remaja fans K-Pop memiliki, *body image* yang lebih positif dari pada populasi pada umumnya. Selain itu, didapatkan bahwa *body image* bukan satu-satunya faktor yang menentukan selfesteem seseorang.

Hasil penelitian serupa yang dilakukan Clay, Vignoles dan Dittmar (2005) di London, yang dilakukan pada remaja perempuan dengan cara memperlihatkan foto model bertubuh sangat kurus hingga model bertubuh rata-rata. Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh gambaran media dalam kepuasan tubuh dan *self-esteem* pada remaja.

Hasil Survey yang dilakukan peneliti pada 50 orang remaja putri fans K-Pop di kota Medan menunjukkan bahwa Pada aspek mengenai Evaluasi penampilan responden menyatakan sebanyak 68% merasa tidak puas dengan penampilan keseluruhan yang dimilikinya, Selanjutnya pada aspek Orientasi penampilan responden menyatakan sebanyak 80% merasa bahwa penampilan mereka di hadapan orang lain merupakan hal yang sangat penting, Survey pada aspek kepuasan terhadap bagian tubuh, responden menyatakan sebanyak 60% merasa tidak puas dengan bagian-bagian bentuk tubuhnya. Survey yang dilakukan pada aspek kecemasan untuk menjadi gemuk, responden menyatakan sebanyak 80% mengalami kecemasan akan tubuhnya menjadi gemuk. Selanjutnya survey pada aspek pengkategorian tubuh, responden menyatakan sebanyak 82% bahwa tubuh yang kurus dan ramping merupakan bentuk tubuh yang ideal.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melihat bagaimana gambaran *Body Image* pada remaja putri fans K-Pop khususnya terhadap bentuk tubuhnya. Peneliti ingin melihat bagaimana kepuasan tubuh orang-orang yang menyukai K-Pop, khususnya pada remaja putri di kota medan.

1.2. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka peneliti tertarik untuk memfokuskan permasalahan dengan rumusan masalah sebagai berikut:

Untuk mengetahui apakah ada gambaran *body image* pada remaja putri fans k-pop di kota medan.

1.3. TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas , peneliti mempunyai tujuan sebagai berikut:

Peneliti ingin mengetahui apakah ada gambaran *body image* pada remaja putri fans k-pop dikota medan.

1.4. MANFAAT PENELITIAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat setidaknya dalam dua aspek yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis, antara lain:

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah memberikan kontribusi terhadap kajian psikologi khususnya kajian ilmiah pada bidanhg psikologi perkembangan.

2. Manfaat praktis

Manfaat praktis yang diharapkan dari penelitian ini adalah dapat memberikan informasi kepada remaja khususnya mahasiswa agar tetap menghargai tubuh atau keadaan tubuh mereka, sehingga dapat mengurangi terjadinya pemikiran-pemikiran negative tentang pandangan terhadap bentuk tubuhnya yang dapat mempengaruhi kondisi psikologisnya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Body Image

2.1.1 Pengertian Body Image

Pengertian *body image* menurut (Arthur, 2010) adalah imajinasi subjektif yang dimiliki seseorang tentang bentuk tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini. Beberapa peneliti atau pemikir menggunakan istilah ini hanya terkait tampilan fisik, sementara yang lain mencakup pula penilaian tentang fungsi tubuh, gerakan tubuh, koordinasi tubuh, dan sebagainya.

Body image menurut Hoyt (Naimah, 2008) diartikan sebagai sikap seseorang terhadap bentuk tubuhnya dari segi ukuran, bentuk maupun estetika berdasarkan evaluasi individual dan pengalaman efektif terhadap atribut fisiknya. *Body image* bukan sesuatu yang statis, tetapi selalu berubah. Pembentukannya dipengaruhi oleh persepsi, imajinasi, emosi, suasana hati, lingkungan, dan pengalaman fisik. Dengan demikian, proses komparasi sosial pasti terjadi dalam membentuk *body image* remaja. Menurut Hardisuryabrata (1997) *body image* bersifat subyektif, sebab hanya didasarkan pada interpretasi pribadi tanpa mempertimbangkan atau meneliti lebih jauh dari kenyataan yang sebenarnya.

Tingkat *Body image* individu dapat digambarkan seberapa jauh individu dapat merasa puas terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan serta menambahkan tingkat penerimaan citra raga sebagian besar tergantung pada pengaruh sosial budaya yang terdiri dari empat aspek yaitu reaksi orang lain, perbandingan dengan orang lain, peranan individu dan identifikasi terhadap orang lain (Thompson, 2000). Pengertian *Body Image* menurut Honigam dan Castle (Januar, 2007) adalah gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya, dan atas penilaian orang lain

terhadap dirinya. Sebenarnya, apa yang dipikirkan dan rasakan olehnya, belum tentu benar-benar mempresentasikan keadaan yang aktual, namun lebih merupakan hasil penilaian diri yang bersifat subjektif.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan *body image* merupakan gambaran persepsi seseorang dengan bentuk tubuh ideal dan apa yang mereka inginkan terhadap bentuk tubuh mereka baik itu dalam hal berat maupun bentuk tubuh yang didasarkan pada persepsi-persepsi orang lain dan seberapa harus mereka menyesuaikan persepsi tersebut. Seseorang menganggap kondisi fisiknya tidak sama dengan konsep idealnya, maka individu tersebut akan merasa memiliki kekurangan secara fisik meskipun dalam pandangan orang lain sudah dianggap menarik. Keadaan seperti itu yang sangat sering membuat seseorang tidak dapat menerima kondisi fisiknya secara apa adanya sehingga *body image* nya menjadi negatif. Jika seorang wanita merasa gemuk dan memiliki berat badan yang berlebih, mereka cenderung sangat merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya dan menginginkan berat badannya berkurang. Kesenjangan yang terlalu jauh antara tubuh yang dipersepsi dengan gambaran idealnya akan menyebabkan penilaian yang negatif terhadap tubuhnya, hal tersebut yang membuat mereka memiliki kepercayaan diri yang rendah akibat dari penilaian yang negatif terhadap *body image* yang tidak sesuai dengan gambaran idealnya.

2.1.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Body Image

Ada beberapa Faktor-Faktor yang mempengaruhi *body image* menurut Cash (1994) adalah sebagai berikut :

1. Jenis kelamin

Jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan *body image* seseorang (Phares, V., Steinberg, A. R., & Thompson, J. K. 2004). Cash (1994)

menyatakan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh lebih sering terjadi pada wanita daripada laki-laki. Pada umumnya wanita, lebih kurang puas terhadap bentuk tubuhnya dan memiliki body image yang negatif. Wanita biasanya lebih kritis terhadap bentuk tubuh mereka baik secara keseluruhan maupun pada bagian tertentu tubuh mereka daripada laki-laki. Persepsi body image yang buruk sering berhubungan dengan perasaan kelebihan berat badan terutama pada wanita.

2. Media massa

Media massa yang muncul dimana-mana memberikan gambaran ideal mengenai figure perempuan dan laki-laki yang dapat mempengaruhi gambaran bentuk tubuh seseorang. Tiggeman (Cash, 1994) menyatakan media massa menjadi pengaruh kuat dalam budaya social. Anak-anak dan remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan menonton televisi dan kebanyakan orang dewasa membaca surat kabar harian dan majalah. Survey media massa menunjukkan 83% majalah fashion khususnya dibaca oleh mayoritas perempuan maupun anak perempuan. Konsumsi media yang tinggi dapat mempengaruhi konsumen dalam berbagai cara. Isi tayangan media massa sering menggambarkan standart kecantikan perempuan adalah tubuh yang kurus , dalam hal ini berarti level kekurusan yang dimiliki, kebanyakan wanita percaya bahwa mereka adalah orang-orang yang sehat.

3. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal membuat seseorang sangat cenderung membandingkan diri dengan orang lain dan feedback yang bisa diterima mempengaruhi konsep diri termasuk mempengaruhi bagaimana perasaan seseorang terhadap penampilan fisik. Hal inilah yang sangat sering membuat orang merasa cemas dengan bentuk penampilannya dan gugup

ketika orang lain melakukan evaluasi terhadap dirinya sendiri. Rossen dan koleganya (Cash, 1994) menyatakan feedback terhadap penampilan dan kompetensi teman sebaya dan keluarga dalam hubungan interpersonal dapat mempengaruhi bagaimana pandangan dan perasaan seseorang mengenai bentuk tubuhnya.

2.2 Aspek-Aspek Body Image

Menurut Cash (2012) Aspek-Aspek *Body Image* Diantaranya adalah:

a. Evaluasi Penampilan (Appearance evaluation)

Aspek ini merupakan kemampuan individu dalam mengukur kepuasan-ketidakpuasan relatif individu dengan penampilan keseluruhan serta menilai perasaan keseluruhan dan evaluasi penampilan, misalnya “Saya suka penampilan tubuh saya” / “Tubuh saya menarik secara seksual” .

b. Orientasi penampilan (Appearance orientation)

Yang dimaksud aspek orientasi penampilan adalah bagaimana individu dapat menilai seberapa penting penampilannya terhadap orang lain, perhatiannya terhadap penampilan, dan usaha untuk memperbaiki serta meningkatkan penampilannya. Orientasi penampilan juga disebut sebagai investasi perilaku-kognitif individu dalam penampilan. Usaha yang biasa diinvestasikan melalui pakaian, rambut, diet, dan praktik perawatan sehari-hari serta meningkatnya popularitas bedah plastik.

c. Kepuasan terhadap bagian tubuh (Body areas satisfaction)

Aspek ini menggambarkan individu menilai kepuasan terhadap berat badan dan mengukur kepuasan terhadap aspek-aspek tertentu atau area spesifik dari tubuhnya. Adapun aspek-aspek tersebut adalah wajah, rambut, tubuh bagian bawah (pantat, paha,

pinggul, kaki), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tampilan otot, berat, tinggi, dan penampilan secara keseluruhan.

d. Kecemasan untuk menjadi gemuk (Overweight preoccupation)

Menggambarkan kecemasan dan kekhawatiran individu terhadap kegemukan atau menjadi gemuk. Hal ini dapat membuat individu waspada akan berat badan, kecenderungan melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan membatasi pola makannya.

e. Pengkategorian tubuh (Self classified weight)

Menggambarkan bagaimana individu mempersepsi dan menilai berat badannya dengan rentang penilaian berat badan yang sangat kurus sampai dengan yang sangat gemuk.

2.3 Hasil penelitian terdahulu

Penelitian yang dilakukan oleh Husna & Rusli (2019) menyatakan bahwa Secara umum tingkat *body image* pada remaja fans K-Pop memiliki rerata hipotetik yang lebih rendah dibandingkan dengan rerata empirik. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa remaja fans K-Pop memiliki *body image* yang lebih tinggi atau positif dari rata-rata populasi pada umumnya. Hal ini didapatkan dari perbandingan skor hipotetik dan skor empirik penelitian. Remaja fans *K-Pop* di Kota Padang hampir seluruhnya memiliki tingkat *body image* yang tinggi atau positif, hal ini dilihat setelah mengkategorikan data penelitian.

Penelitian yang dilakukan oleh Ridha (2012) hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dan penerimaan diri pada mahasiswa aceh yang berada di asrama provinsi Yogyakarta. Ada hubungan positif antara *body image* dengan penerimaan diri, artinya individu yang memiliki *body image* yang baik secara

penampilan fisik maka semakin baik pula individu bisa menerima dengan penerimaan diri yang positif.

Penelitian yang dilakukan oleh ratnasari (2013) hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan citra tubuh (*Body Image*) dengan harga diri remaja putri pada masa pubertas di Smp Negeri 33 Semarang, kepada remaja putri diharapkan mempertahankan dan mengembangkan citra tubuh yang positif dengan cara memandang, memikirkan dan menilai diri sendiri sehingga dapat menerima kondisi tubuhnya.

Penelitian dilakukan oleh Ostrum (2016), hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara pesan verbal dan non verbal yang dirasakan penari dari citra tubuh guru dan penari. Selanjutnya Penelitian yang dilakukan oleh tresna dkk (2014), hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek hiburan sosial pujian selebriti terbukti memiliki korelasi positif yang signifikan dengan dimensi orientasi penampilan citra tubuh. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh morais dkk (2016), hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan terkait dengan ketidakpuasan tubuh, dan WHR merupakan faktor yang paling mengkondisikan ketidakpuasan.

2.4 Kerangka Konseptual

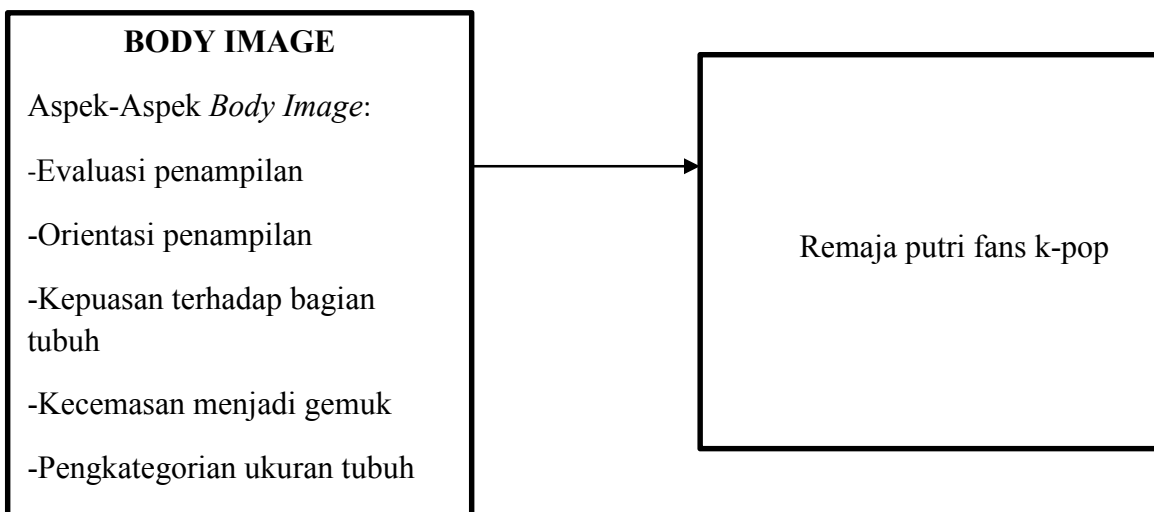
Body image merupakan pengalaman yang dimiliki individu berupa sebuah persepsi terhadap bentuk dan berat badannya, serta perilaku yang akan mengarah pada evaluasi individu tersebut terhadap penampilan fisiknya (Cash dalam Aurellia 2020). Menurut Papalia (dalam Aurellia, 2020) *body image* merupakan keyakinan deskriptif dan evaluatif mengenai penampilan tubuh seseorang.

Menurut Weirthem (dalam Aurellia, 2020) remaja putri banyak mengalami kekhawatiran mengenai citra tubuh mereka, dapat mengenai karakteristik-karakteristik tertentu atau bagian tubuh tertentu, seperti wajah (ikisan atau bentuk hidung, dan mata), kulit (warna dan tekstur),

rambut, bagian tubuh (bentuk tubuh seperti gemuk ataupun ukuran pinggang), kebugaran dan kekuatan.

Munculnya budaya Korea dalam Indonesia cukup membuat banyak perubahan dalam segi pandangan remaja putri akan penampilan fisiknya. Akibatnya banyak remaja putri mengalami tekanan untuk mengikuti penekanan budaya Korea didalam kehidupannya. Dimana budaya Korea dijadikan acuan dalam standarisasi cara berpakaian ataupun bentuk tubuh remaja putri. Menurut Janiwarty (dalam Aurellia, 2020) hampir 80% remaja mengalami ketidakpuasan terhadap kondisi fisik pada periode remaja.

Remaja putri mulai mengikuti cara berpenampilan maupun gaya mereka agar terlihat menarik dan selaras dengan idola yang dikagumi. Usaha remaja putri mengikuti standarisasi penampilan remaja di Korea membuat remaja putri merasakan ketidakpuasan akan bentuk tubuh yang dimilikinya dan berusaha menyesuaikan dengan standar budaya Korea. Sehingga banyak remaja putri memiliki *body image* yang cukup rendah akan dirinya.



BAB III

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dikota Medan, Penelitian ini dilakukan guna untuk menemukan pemecahan masalah terhadap fenomena yang ditemukan yang kemudian ditetapkan oleh peneliti, dengan demikian dapat dikatakan penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif..

Penelitian kuantitatif menurut Martono (2010) adalah suatu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menemukan keterangan mengenai apa yang ingin kita ketahui. Pembahasan pada bagian metode penelitian ini akan diuraikan mengenai indentifikasi variabel penelitian, definisi operasional, subyek yang meliputi populasi, metode pengumpulan data, validitas, reliabilitas dan analisis data.

3.1 Identifikasi Variabel Penelitian

Pembahasan pada bagian metode penelitian ini akan diuraikan mengenai indentifikasi variabel penelitian , definisi operasional, variabel penelitian, populasi, dan teknik pengumpulan sampel. Metode pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

3.2 Definisi Operasional

Pengertian *body image* menurut Arthur (2010) adalah imajinasi subjektif yang dimiliki seseorang tentang bentuk tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini. Beberapa peneliti atau pemikir menggunakan istilah ini hanya terkait tampilan fisik, sementara yang lain mencakup pula penilaian tentang fungsi tubuh, gerakan tubuh, koordinasi tubuh, dan sebagainya.

Tingkat *Body image* individu dapat digambarkan seberapa jauh individu dapat merasa puas terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan serta menambahkan tingkat penerimaan citra raga sebagian besar tergantung pada pengaruh sosial budaya yang terdiri dari empat aspek yaitu reaksi orang lain, perbandingan dengan orang lain, peranan individu dan identifikasi terhadap orang lain (Thompson, 2000).

3.3. Subjek Penelitian

Menurut Santrock (2007) remaja akhir dimulai dari usia 18-22 Tahun. subjek dalam penelitian ini adalah usia remaja akhir dengan rentang usia 18-22 tahun . Adapun subjek penelitian ini adalah remaja putri fans k-pop dikota medan dengan rentang usia 18-22 tahun.

3.4 Populasi dan Sampel

3.4.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2013) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek atau objek yang mempunyai karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi merupakan objek atau subjek yang berada dalam suatu wilayah dan memenuhi syarat-syarat tertentu berkaitan dengan masalah penelitian.

Populasi dalam penelitian ini adalah populasi tak terhingga, menurut Nawawi (1983), Populasi yang memiliki sumber data yang tidak dapat ditentukan batas-batasnya

secara kuantitatif. Oleh karenanya, luas populasi bersifat tak terhingga dan hanya dapat dijelaskan secara kualitatif.

3.4.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi, yang meliputi ukuran dan karakteristik populasi. Pengambilan sampel harus dilakukan sedemikian rupa sehingga sampel secara akurat mencerminkan situasi populasi saat ini. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Teknik *Snowball Sampling*. Menurut Neuman (2003) *Snowball sampling* adalah Suatu metode untuk mengidentifikasi, memilih dan mengambil sampling dalam suatu jaringan atau rantai hubungan yang menerus. Teknik *Snowball sampling* merupakan metode dimana sampel diperoleh melalui proses bergulir dari satu responden ke responden lainnya.

Dalam penelitian ini adapun karakteristik populasi yang digunakan yaitu:

- Berdomisili di kota medan
- usia remaja akhir 18-22 tahun
- remaja putri fans k-pop

Dalam penelitian ini, jumlah sampel yang diambil dihitung dengan aplikasi G-power yang dilakukan pada tanggal 31 Mei 2022, sebagai berikut:

Effect size d	: 0.225
α err	: 0.05
power (1- β err prob)	: 0.95
total sample size	: 205
actual power	: 0.9505679

Maka jumlah responden berdasarkan perhitungan menggunakan aplikasi G Power adalah berjumlah 205 responden. Maka responden yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah 205 orang remaja putri fans k-pop dikota medan.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala psikologi, dimana responden diminta untuk memilih salah satu jawaban sesuai dengan karakteristik dirinya dengan cara memberi tanda (x). Skala psikologi adalah suatu prosedur pengambilan data yang mengungkapkan konstrak atau konsep psikologi yang menggambarkan aspek kepribadian individu (Azwar,2009). Skala psikologi yang digunakan adalah skala *Body Image*.

3.5.1 Skala *Body Image*

Pengukuran *Body Image* diukur dengan menggunakan skala model Likert yang disusun berdasarkan aspek *Body Image* menurut Robbins dan Wilner (2001). Skala Likert dalam pengukuran *Body Image* memiliki 4 kategori pemilihan 4 kategori pemilihan jawaban yang dipisahkan menjadi pernyataan favourable dan unfavourable, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Distribusi skor jawaban responden dapat diuraikan sebagai berikut:

Tabel 3.2 Kriteria penilaian skala likert

Pilihan Jawaban	Bentuk Pernyataan	
	Favourable	Unfavourable
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

Tabel 3.3 Blue print skala *body image*

NO.	ASPEK	Item Favorable	No	Item Unfavorable	No
1.	Evaluasi penampilan	- Saya menyukai bentuk tubuh saya	1	- Saya tidak menyukai bentuk tubuh saya	5
		- Saya menerima apa adanya dengan penampilan saya	2	- Saya kurang menerima apa adanya dengan penampilan saya	6
		- Saya merubah penampilan saya agar orang lain menyukainya	3	- Saya tidak ingin merubah penampilan saya agar orang lain menyukainya.	7
		- Saya berusaha memperbaiki postur tubuh saya	4	- Saya tidak ingin mengubah postur tubuh saya	
2.	Orientasi penampilan	- saya sering mengganti pakaian saya berulang kali agar mendapatkan penampilan yang terbaik	9	- penampilan tidaklah begitu penting untuk saya	13

		- bagi saya penampilan itu penting sehingga saya melakukan yang terbaik agar di pandang baik oleh orang lain	10	- bagi saya pendapat orang mengenai penampilan saya tidak penting	
		- Saya memperbaiki penampilan saya agar sama dengan idola saya	11	- Saya berpenampilan apa adanya tanpa mengikuti penampilan idola saya.	15
		- Saya berusaha menurunkan berat badan saya agar sama dengan lisa black pink	12	- Menurut saya berat badan tidak menentukan kesamaan dengan idola saya.	16
3.	Kepuasan terhadap bagian tubuh	- Saya suka dengan wajah saya yang putih dan bersih	17	- Saya tidak percaya diri dengan wajah	21
		- Saya bersyukur mendapatkan kulit mulus dan lembut	18	- Saya mengeluh karena tidak memiliki kulit semulus orang lain.	22

		- Setiap malam saya selalu menilai bentuk tubuh saya di cermin	19	- Saya mengabaikan perubahan bentuk tubuh saya.	23
		- Saya selalu melihat perubahan apa aja yang terjadi pada bentuk tubuh saya	20	- Saya tidak mencek perubahan yang terjadi pada diri saya	24
4.	Kecemasan untuk menjadi gemuk	- Apabila berat badan saya naik, saya merasa cemas.	25	- Ketika berat badan saya naik tidak membuat saya cemas	30
		- Saya melihat pipi saya tembem, saya khawatir.	26	- Perubahan pada pipi saya tidak membuat saya khawatir.	31
		- Saya setiap sore melakukan olahraga	27	- Saya makan makanan yang tidak sehat.	32
				- Berolahraga kegiatan yang tidak saya sukai	33
5	Pengkategorian tubuh	- saya merasa bentuk tubuh saya sudah ideal	28	- Saya merasa kalau saya kurus	34

		- menurut saya kecantikan individu dilihat dari bentuk tubuhnya	29	- Saya melihat bentuk tubuh saya berlebihan	35
--	--	---	----	---	----

3.5.2 Validitas Alat Ukur

Menurut Azwar (2013) uji validitas adalah sejauh mana ketetapan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsinya karena dalam suatu penelitian ilmiah sangat diperlukan penggunaan alat ukur yang tepat untuk memperoleh data yang akurat. Jumlah item skala body image yang valid sebanyak 27 item.

3.5.3 Realibilitas Alat Ukur

Realibilitas sering diartikan dengan kepercayaan, keterampilan, keterandalan keajegan. Ide dasar yang terdapat pada konsep realibilitas adalah tingkat kepercayaan dari hasil pengukuran. Realibilitas alat ukur dalam penelitian ini ditentukan oleh Koefisien Alpha Cronbach (Azwar, 2003). Seluruh analisis realibilitas pada penelitian ini dikerjakan menggunakan alat bantu SPSS For Windows 25.0. realibilitas skala body image sebesar 0,845.

3.6 Pelaksanaan penelitian

Prosedur pelaksanaan penelitian ini terdiri dari dua tahap yaitu tahap persiapan dan pelaksanaan.

3.6.a Tahap persiapan penelitian

Penelitian ini merupakan suatu cara untuk memperoleh, mengembangkan dan menguji kebenaran suatu ilmu pengetahuan. Untuk mendapatkan data yang akurat peneliti membutuhkan instrument yang tepat sehingga peneliti harus merencanakan dan menyiapkan langkah yang tepat dalam penyusunan instrument penelitian yang akan dipergunakan dalam penelitian.

3.6.b Tahap pelaksanaan penelitian

Pelaksanaan penelitian akan dilakukan penulis dikota medan dengan jumlah subjek 205 remaja putri fans k-pop dikota medan, mereka terdiri dari usia remaja yaitu usia 18-22 tahun. pelaksanaan penelitian ini akan segera dilakukan penulis ketika teknik serta langkah penelitian sudah tersusun.

3.7 Analisis Data

Analisis data dilakukan untuk menguji hipotesis dalam rangka penarikan kesimpulan untuk mendapat tujuan penelitian. Adapun metode statistic yang akan digunakan untuk menguji hipotesis dan menganalisa gambaran *Body Image* pada remaja putri fans k-pop dikota medan adalah analisis data deskriptif dengan metode statistic deskriptif.