

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Istilah *adult* atau dewasa berasal dari kata kerja latin yang sama dengan istilah *adolescence-adolescere* yang artinya “tumbuh menjadi kedewasaan”. Tetapi kata *adult* berasal dari bentuk lampau partisipel dari kata kerja *adultus* yang artinya “telah tumbuh menjadi kekuatan dan ukuran yang sempurna” atau “telah menjadi dewasa”. Oleh karena itu, orang dewasa merupakan individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan telah siap menerima kedudukan dengan orang dewasa lainnya. Pada masa dewasa awal ini dimana merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan sosial baru (Hurlock, 1953).

Masa dewasa awal adalah masa peralihan pandangan *egosentris* menjadi sikap yang empati (Putri, Nur'aini, & Shofia, 2022). Masa dewasa awal ini adalah masa perkembangan manusia sampai puncaknya dan hal ini menjadi salah satu faktor manusia yang membuat keinginan untuk berpenampilan lebih menarik di depan semua orang lain, terutama pada lawan jenis. Rentang usia dewasa awal sekitar 20 sampai 40 tahun dengan ciri-ciri perkembangan khusus, yaitu kondisi fisik pada titik puncak kehidupan. Kemampuan kognitif dan penilaian moral diperkirakan sudah berkembang lebih kompleks, telah menentukan pilihan karir yang menetap (Papalia, Olds, & Feldman, 2008).

Wanita dan pria yang memperhatikan bentuk tubuh mereka tidak hanya karena untuk diri mereka sendiri. Banyak juga yang memamerkan bentuk tubuh mereka di media sosial, media sosial muncul pada awal 2000an dan

memberikan layanan yang didalamnya termasuk jejaring media sosial, *blog*, situs, video *sharing* dan masih banyak lagi yang memberikan kesempatan bagi penggunaanya agar bisa membagikan konten dan mengabadikan momen. Media sosial memiliki beberapa fungsi yang bisa memenuhi kebutuhan individu seperti membangun hubungan melalui dunia maya, menyampaikan apa yang dirasakan individu, dan masih banyak hal lain yang dapat dituangkan di jejaring sosial.

Media sosial ini merupakan salah satu sarana komunikasi, sebagai tempat berbagi informasi serta inspirasi dan sering juga dimanfaatkan sebagai sarana pengepresian diri, pencitraan diri dan sarana keluhan kesah (Fauzia, Maslihah, & Ihsan, 2019). Sosial media memberikan berbagai keuntungan sehingga banyak orang di belahan dunia bisa berinteraksi dengan mudah serta informasi juga bisa disebar dengan lebih cepat. Hal ini juga berlaku pada media sosial Instagram, Instagram merupakan salah satu aplikasi jejaring sosial yang berbasis foto dan video yang memungkinkan penggunaanya dapat berbagi konten apapun kepada publik. Pengguna media sosial seperti instagram tidak selamanya dianggap positif, karena dapat menimbulkan masalah seperti adanya penyebaran informasi secara berlebihan, sehingga dapat mempermudah pihak-pihak yang mempunyai tujuan yang kurang baik. Berikut jumlah pengguna Instagram pada tahun 2024 di Indonesia:

Tabel 1.1
Pengguna Instagram di Indonesia

Keterangan	Jumlah
Jumlah Pengguna Instagram di Indonesia	90.183.200
Presentase Pengguna dari Populasi	31,6%

Sumber: Garuda.Website

Menurut data yang dikumpulkan pada Agustus 2024, jumlah pengguna Instagram di Indonesia mencapai 90.183.200 pengguna, yang setara dengan 31,6% dari total populasi negara ini. Sementara berdasarkan data terbaru, jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2024 diperkirakan mencapai sekitar 284.389.952 jiwa. Hal ini menunjukkan bahwa hampir sepertiga dari populasi Indonesia aktif menggunakan Instagram, mencerminkan pentingnya platform ini dalam kehidupan digital masyarakat Indonesia. Sementara dari segi umur pengguna media sosial Instagram didominasi oleh umur:

Gambar 1.1
Rentang Usia Pengguna Instagram 2024



Sumber: NapoleonCat

Berdasarkan diagram di atas, terdapat 90.183.200 pengguna Instagram di Indonesia pada bulan Desember 2024 atau setara dengan 31,8% dari total populasi Indonesia. Pengguna paling banyak sekitar 36.000.000 individu yang berusia 25 sampai 34 tahun. Perbedaan paling menonjol antara laki-laki dan perempuan terjadi pada kelompok 18 sampai 24 tahun, dimana perempuan lebih unggul dengan selisih 12.600.000 pengguna.

Body image merupakan suatu hal yang paling utama dan sangat sensitif sehingga pemilik tubuh akan sangat memperhatikan penampilan dan sikap pada dirinya. *Body image* diartikan sebagai pandangan dari penampilan fisik seseorang secara keseluruhan. Ketidaksesuaian antara tubuh yang diinginkan oleh individu dengan bentuk tubuh yang menurutnya ideal akan memunculkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya sendiri (Haryani, 2024).

Body image atau citra tubuh merupakan persepsi, pemikiran, dan perasaan seseorang terhadap tubuhnya. Menurut Grogan dalam Manatar, dkk (2022) *Body image* adalah gambaran diri terkait ukuran, bentuk dan penampilan tubuh atau tingkat kesesuaian antara tubuh individu dengan gambaran tubuh ideal. *Body image* seseorang dengan *body image* positif akan lebih merasa puas dengan penampilannya sehingga tidak mempermasalahkan kondisi tubuhnya sedangkan negatif cenderung melakukan evaluasi negatif pada tubuhnya dan merasakan ketidakpuasan terhadap beberapa aspek penampilan fisiknya yang dapat memperburuk kesehatan psikologis. Meskipun *body image* yang negatif lebih sering identik dengan perempuan, namun kenyataannya laki-laki juga memikirkan bagaimana *body image* mereka dihadapan banyak orang.

Berdasarkan observasi yang telah peneliti lakukan, kemudian diperkuat dengan adanya wawancara pada 2 orang dewasa awal yang menggunakan aplikasi Instagram yang membandingkan citra tubuh dengan perbandingan sosial lingkungan mereka. Wawancara dilakukan dengan HN berumur 20 tahun, 12 Agustus mengatakan bahwa:

“HN sudah menggunakan aplikasi Instagram selama 3 tahun. Dalam sehari rata-rata HN membuka aplikasi Instagram kurang lebih sekitar 4 jam. Dalam kurun waktu tersebut HN hanya scroll beranda dari aplikasi tersebut, HN jarang untuk mengupload sebuah foto atau video pada aplikasi Instagram ini. Biasanya HN lebih sering mengupload gambar pemandangan dari pada diri sendiri, karena HN merasa kurang percaya diri.”

Hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa HN seorang pengguna aktif aplikasi Instagram tetapi HN tidak suka mengupload foto atau video tentang dirinya sendiri karena merasa tidak percaya diri. HN merasa bahwa HN menggunakan aplikasi cukup untuk melihat *story* teman-teman di sosial media saja, dan mencari tahu berita terbaru setiap harinya. HN lebih suka mengupload pemandangan yang *aesthetic* Selanjutnya berikut merupakan kutipan wawancara dengan AY pada tanggal 3 Juni mengatakan bahwa:

“AY termasuk individu yang jarang upload foto dan video pada aplikasi Instagram dengan alasan tidak mau publish diri sendiri karena merasa tidak pentingnya orang lain tau tentang kehidupan dan pencapaian yang telah dicapai oleh AY saat ini. Terkadang AY juga berpikir ketika AY upload kegiatan keseharian AY bekerja di puskesmas merasa kasihan atau iba hati dengan teman seperjuangan yang sampe saat ini belum mendapatkan pekerjaan padahal sama-sama sudah lulus kuliah 2 tahun yang lalu.”

Ketika ada orang lain yang mengunggah keberhasilannya dalam bentuk pendidikan ataupun pekerjaan, maka individu akan cenderung untuk

membandingkan dengan kondisi dirinya sendiri. Kondisi ini disebut sebagai hasil dari mekanisme respons ketika individu melihat unggahan dari orang lain tersebut. Ketika seseorang melihat unggahan orang lain yang berisi pencapaian dan aktivitas yang belum didapatkan oleh dirinya sendiri, maka secara kognitif seseorang tersebut akan berpikir terhadap unggahan tersebut. Proses berpikir ini bisa dalam bentuk memersepsi konten dari unggahan orang lain sebagai sesuatu hal yang positif. Kemudian, seseorang akan berpikir tentang kondisi dirinya (Saifuddin, 2023).

Selain menggunakan wawancara, peneliti juga membagikan survey untuk melihat permasalahan terkait *body image* terkait *social comparison* pada dewasa awal pengguna Instagram di Padang.

Tabel 1.2

Hasil Survei Awal Mengenai *Body Image*

No	Pernyataan	Skor %	
		Setuju	Tidak Setuju
1	Saya merasa puas dengan penampilan fisik saya saat ini	52,2%	47,8%
2	Saya merasa percaya diri ketika bentuk tubuh saya dibandingkan dengan orang lain	17,4%	82,6%
3	Saya merasa nyaman dengan penampilan tubuh saya saat ini	52,2%	47,8%
4	Saya menjadikan aplikasi Instagram untuk membandingkan bentuk tubuh saya dengan orang lain	52,2%	47,8%

Tabel 1.2 merupakan jenis survey awal yang disebarkan kepada 23 orang dewasa awal di kota Padang. Survey awal tersebut berisi lima aitem terkait *body image* dengan dua jawaban alternatif yaitu setuju dan tidak setuju. Berdasarkan

dari beberapa aitem diantaranya bahwa mereka merasa puas dengan penampilan fisiknya saat ini yang setuju sebanyak 52,2% dan tidak setuju sebanyak 47,8%. Kemudian pada aitem merasa percaya diri ketika bentuk tubuh dibandingkan dengan orang lain hanya 17,4% yang merasa percaya diri pada dirinya dan 82,6% lainnya tidak percaya diri. Hal ini menyebabkan dewasa awal merasa tidak merasa puas dengan bentuk tubuh mereka jika dibandingkan dengan orang lain. Karena pada masa dewasa awal ini cenderung mencari jati dirinya masing-masing oleh dan ingin kelihatan lebih baik dari orang lain.

Pada aitem selanjutnya yaitu merasa nyaman dengan penampilan tubuh saat ini 52,2% dan 47,8% lainnya merasa tidak setuju dan merasa tidak nyaman dengan penampilan saat ini. Aitem terakhir menjadikan aplikasi Instagram untuk membandingkan bentuk tubuh saya dengan orang lain, pada aitem ini 52,2% merasa setuju dan 47,8% lainnya tidak setuju. Hal ini mencerminkan bahwa kelebihan berat badan pada dewasa awal membuat mereka stress terlebih lagi karena adanya kaitan dari lingkungan sekitar. Santrock (1999), masa dewasa awal ini termasuk masa transisi, baik secara fisik, transisi secara intelektual serta transisi peran sosial. Perkembangan sosial masa dewasa awal adalah puncak dari perkembangan sosial masa dewasa. Pada masa ini, penentuan relasi sangat memegang peranan penting. Dewasa awal merupakan masa permulaan dimana seseorang mulai menjalin hubungan secara intim dengan lawan jenisnya. Hurlock (1953) mengemukakan beberapa karakteristik dewasa awal dan pada salah satu intinya dikatakan bahwa dewasa awal

merupakan suatu masa penyesuaian diri dengan cara hidup baru dan memanfaatkan kebebasan yang diperoleh.

Tahun 1954 Leon Festinger mengembangkan *social comparison theory* (teori perbandingan sosial). Festinger percaya bahwa orang termotivasi untuk membuat penilaian yang akurat terhadap level kemampuan mereka sendiri dan terhadap sikap mereka sendiri. Untuk itu, mereka akan menilai diri mereka sendiri dan terhadap sikap mereka sendiri. Untuk itu, individu akan menilai diri sendiri dengan membandingkan dirinya dengan orang lain yang setara dengan dirinya. Festinger mencontohkan bahwa pemain catur pemula lebih cenderung membandingkan dirinya dengan pemain pemula lainnya ketimbang dengan pecatur yang sudah bergelar master (Taylor, Peplau, & Sears, 2018).

Perbandingan sosial yang menyebabkan rentan mengalami iri *online* adalah perbandingan sosial kearah atas. Artinya, individu membandingkan kondisi dirinya sendiri dengan kondisi orang lain yang dianggap lebih baik daripada dirinya. Terlebih lagi, iri *online* menimbulkan terjadinya perasaan yang muncul akibat orang lain memiliki dan mencapai sesuatu yang tidak atau belum dimiliki atau yang belum dicapai oleh individu itu sendiri (Saifuddin, 2023).

Teori perbandingan sosial yang dijelaskan oleh Festinger (Alifa & Rizal, 2020), menyebutkan bahwa individu mempunyai dorongan untuk menentukan kemajuan dan kedudukan mereka dalam kehidupan. Sebagai akibat dari dorongan untuk menentukan kemajuan yang dimiliki, individu akan lebih suka mencari standar yang dapat mereka jadikan objek pembandingan. Teori ini

membedakan dua jenis perbandingan sosial yaitu perbandingan sosial ke atas dan perbandingan sosial ke bawah. Tindakan yang dilakukan oleh setiap individu seperti suka membandingkan dirinya dengan seseorang yang dinilai lebih baik dari dirinya disebut sebagai perbandingan keatas (*upward comparison*). Ketika individu membandingkan diri mereka dengan seseorang yang dinilai tidak lebih baik dari dirinya disebut sebagai perbandingan sosial kebawah (*downward comparison*).

Bentuk perbandingan sosial di antaranya ditemukan dalam penelitian oleh Putra (Alifa & Rizal, 2020). Dalam penelitiannya, sebagian subjek membandingkan dirinya dengan artis dan temannya yang dianggap memiliki penampilan yang ideal. Proses membandingkan diri tersebut menyebabkan subjek merasa tidak puas dengan tubuhnya.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nurhotimah (2022), yang berjudul “Pengaruh *social comparison* terhadap *body image* wanita usia dewasa awal pengguna Instagram” yang mana hasilnya wanita usia dewasa awal sebagai pengguna Instagram rentan melakukan *social comparison* yang dapat berpengaruh terhadap bagaimana mereka menggambarkan *body image*nya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *social comparison* terhadap *body image* wanita usia dewasa awal pengguna instagram.

Berdasarkan uraian yang sudah dijelaskan di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *social comparison* dengan *body image* pada pengguna aplikasi Instagram di Kota Padang.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah “Adakah hubungan *social comparison* dengan *body image* pengguna aplikasi Instagram di Kota Padang?”.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang rumusan masalah di atas maka penelitian ini dibatasi agar tercapai tujuan yang jelas. Batasan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Apakah kategorisasi *social comparison* pada pengguna aplikasi Instagram di kota Padang?
2. Apakah kategorisasi *body image* pada pengguna aplikasi Instagram di kota Padang?
3. Apakah terdapat hubungan *social comparison* dengan *body image* pada pengguna Instagram di kota Padang?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui bagaimana *social comparison* pada pengguna aplikasi Instagram di kota Padang.
2. Untuk mengetahui bagaimana kategorisasi *body image* pengguna aplikasi Instagram di kota Padang.
3. Untuk mengetahui bagaimana hubungan *social comparison* dengan *body image* pada pengguna Instagram di kota Padang.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis dengan uraian sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Beberapa manfaat teoritis yang diharapkan pada peneliti yaitu:

- a. Peneliti dapat memperoleh pemahaman yang baik tentang hubungan *social comparison* dengan *body image*.
- b. Dengan memahami bagaimana penggunaan instagram berhubungan dengan *body image*, peneliti dapat menyumbangkan pemahaman tentang dampak media sosial instagram terhadap kepercayaan diri individu.
- c. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan tentang hubungan antara penggunaan media sosial instagram, khususnya dalam konteks *social comparison* dan *body image*.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi dewasa awal pengguna instagram agar lebih bersyukur atas dirinya sendiri dan tidak lagi membandingkan diri sendiri dengan orang lain.
- b. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini mampu digunakan sebagai tambahan acuan dasar dan sumber ilmu yang dapat memberikan informasi yang dibutuhkan.

F. Sistematika Penulisan

BAB I : PENDAHULUAN

Pendahuluan yang terdiri dari latar belakang, identifikasi masalah, rumusan masalah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan

BAB II : LANDASAN TEORI

Tinjauan pustaka, yang terdiri dari teori-teori yang berkaitan dengan variabel penelitian, hubungan antara variabel, penelitian yang relevan, kerangka konseptual dan hipotesis penelitian.

BAB III : LANDASAN TEORI

Metodologi penelitian, yang terdiri dari penjelasan mengenai jenis penelitian, definisi operasional, populasi dan sampel, serta instrumen penelitian.

BAB IV : PEMBAHASAN

Hasil penelitian dan pembahasan, yang terdiri dari pelaksanaan penelitian, dan pembahasan.

BAB V : PENUTUP

Bab terakhir yang berisi kesimpulan dari penelitian yang dilakukan penulis. Pada bab ini juga memuat saran-saran untuk pengembangan penulisan karya ilmiah dimasa mendatang.