

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

TikTok menjadi salah satu platform sosial media yang sangat populer dan sering digunakan oleh masyarakat pada era ini. Hal ini dibuktikan dengan data dari CNBC tahun 2023 yang mengungkapkan bahwa Indonesia menempati posisi kedua dalam jumlah pengguna aktif TikTok terbanyak di dunia, dengan total 113 juta pengguna (CNBC Indonesia, 2023). Berdasarkan survei yang dilakukan We Are Social pengguna tiktok paling banyak adalah pada kelompok usia 18-24 tahun sebesar (38%) dan didominasi oleh perempuan (Databoks, 2023). Pengguna Tik-tok tiktok di Indonesia didominasi oleh individu berusia 18-24 tahun. Pada kelompok usia 18-24 aktif menggugah dan mengakses video di tiktok tidak terkecuali mahasiswa. Rentang rentang usia 18-24 biasanya didominasi oleh kelompok mahasiswa (Aizah, 2021)

Kelompok mahasiswa yang aktif menggunakan tiktok dapat mengakses konten yang diinginkan mengingat beragamnya variasi konten di tiktok. Tik-tok memiliki beragam konten, mulai dari pembelajaran, estetika, kuliner, tarian, hingga humor (Andini, 2023). Konten kecantikan adalah salah satu yang cukup terkenal di kalangan mahasiswa. Mahasiswa sering berlomba-lomba untuk tampil menarik dengan mengambil inspirasi dari konten yang ditemukan di media sosial. (Maimunah, 2021). Keinginan mahasiswa untuk berpenampilan semenarik mungkin yang didasarkan dari konten tik-tok menimbulkan standar, standar ideal yang dibentuk oleh masyarakat dapat menyebabkan masalah bagi individu, yaitu munculnya ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh mereka sendiri. (Maimunah, 2021).

Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh biasa disebut dengan istilah *Body dissatisfaction* yaitu penilaian negatif mengenai ukuran tubuh, bentuk tubuh, definisi otot, dan berat badan seseorang. Hali ini biasanya diikuti dengan ketidaksesuaian dengan apa yang dirasakan dan yang sebenarnya

dilihat orang lain mengenai (Cash & Pruzinsky, 2002). Cooper, Taylor, & Fairburn menjelaskan bahwa *body dissatisfaction* dinilai ketika individu membandingkan pandangan mereka tentang citra tubuhnya dengan individu lain, memiliki fokus secara berlebihan pada penampilan fisik, serta pandangan diri sendiri terhadap tubuhnya berubah signifikan. *Body dissatisfaction* merupakan bagaimana individu memberi persepsi dan menilai tentang apa yang dipikirkan dan dirasakan terhadap tubuh mereka. Berkembangnya *body dissatisfaction* pada individu dapat menimbulkan berbagai dampak negatif. Pandangan negatif individu terhadap tubuh berperan dalam munculnya depresi atau gejala depresi, kekhawatiran terhadap penampilan fisik, gangguan dalam pekerjaan, dan dalam beberapa kasus yang parah dapat mengakibatkan penyalahgunaan obat serta masalah kesehatan mental (Opsiviantoto&Santi & Kusumawardani,2023).

Penelitian Khoiriyah dan Rosdiana pada tahun 2019 yang menyajikan data dari 100 responden wanita dewasa muda berusia antara 18 hingga 25 tahun yang berdomisili di Malang, ditemukan bahwa 84% dari mereka mempunyai tingkat *body dissatisfaction* sedang (Khoiriyah & Rosdiana,2019). Selain itu Robertson memaparkan bahwa sekitar 91% perempuan merasa tidak puas terhadap tubuh mereka sendiri (Aziz,2016). Berdasarkan penelitian tersebut dapat kita lihat bahwa *body dissatisfaction* banyak dialami perempuan dengan jangkauan usia 18-24 tahun.

Temuan dari penelitian sebelumnya didukung oleh hasil studi wawancara singkat dengan mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang mengaku kurang puas terhadap bentuk tubuhnya. RH (21 tahun) mengaku kurang puas dengan tubuhnya karena berat badannya kurang ideal,ia merasa tubuhnya terlalu kurus dan berharap bisa menambah berat badannya. RH mengaku mengkonsumsi minuman penggemuk yang berada di pasaran untuk menambah berat badannya. DA (20 Thn) mengungkapkan bahwa dirinya kurang puas terhadap penampilannya dan juga tubuhnya. Ada beberapa bagian tubuh yang membuat DA kurang puas

adalah bagian paha, lengan dan juga warna kulitnya. Ia juga kerap membandingkan penampilannya dengan orang lain yang ditemuinya.

Wawancara tersebut mengungkapkan bahwa individu mengalami ketidakpuasan terhadap penampilan dan juga bentuk tubuhnya, seperti pada berat badan, bagian tubuh dan juga warna kulit. Selain mereka juga membandingkan penampilannya dengan individu lain yang dianggap ideal. Sejalan dengan Anjela dan Ambawati pada tahun 2022 menjelaskan bahwa perempuan yang mengalami *body dissatisfaction* merasa tubuhnya kurang proporsional dikarenakan tinggi badan dan berat badannya, merasa beberapa bagian tubuhnya tidak memuaskan seperti bagian paha, lengan, perut, dan pinggang, selain itu dan juga dikatakan bahwa mereka sering membandingkan dirinya dengan teman yang lebih menarik (Anjela & Ambarwati, 2022). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa membandingkan diri dengan individu lain dapat memicu *body dissatisfaction*.

Body dissatisfaction terjadi ketika seseorang kerap merasa tidak puas dengan tubuhnya karena membandingkan dirinya dengan orang lain yang dianggap memiliki penampilan menarik dan sempurna.. Terutama pada perempuan, kebiasaan membandingkan tubuh dengan orang lain seringkali terjadi, entah itu disadari atau tidak. (Sukamto, 2019). Perempuan seringkali membandingkan diri mereka dengan individu lain yang dianggap memiliki penampilan yang lebih menarik, lebih langsing, lebih menawan, atau lebih tinggi. yang didasarkan pada apa yang mereka lihat di timeline media social (Sukamto, 2019). Perilaku membanding-bandingkan menstimulasi individu semakin sering mengamati tubuh sendiri serta membangkitkan perbandingan dengan orang lain mengenai tubuhnya. Praktik ini disebut sebagai perbandingan sosial atau yang akrab dengan istilah *social comparison*. Postingan di media social yang cenderung menampilkan bagian terbaik dari individu, sehingga menimbulkan ekspektasi yang tidak realistis. Hal ini menjadi penyebab perbandingan sosial menjadi jauh lebih kuat di media social (Kayala, 2023)

Perilaku membanding-bandingkan menstimulasi individu semakin sering mengamati tubuhnya sekaligus menstimulasi mereka membandingkan tubuhnya dengan orang lain. Perilaku ini disebut perbandingan sosial atau yang sering dikenal sebagai *social comparison*. *Social Comparison* adalah kebiasaan yang sering terjadi ketika seseorang membandingkan pencapaian, pengalaman, dan situasi mereka dengan individu lain. Ini merupakan refleksi alami dari keinginan manusia untuk menilai diri mereka sendiri dalam konteks hubungan sosial. Festinger (1954) menyoroti bahwa *Sosial Comparison* muncul ketika individu merasa tertarik untuk membandingkan diri mereka sendiri dengan standar yang ditetapkan oleh orang lain. Festinger (1954) juga menekankan bahwa persaingan dalam interaksi sosial mendorong keinginan untuk memulai perbandingan sosial, yang pada gilirannya memotivasi individu untuk berusaha mencapai tingkat yang dianggap ideal dan secara terus-menerus menilai diri mereka sendiri dalam proses tersebut.

Dengan mempertimbangkan fenomena tersebut, peneliti merasa tertarik untuk menyelidiki topik mengenai Pengaruh *Sosial comparison* Terhadap *Body Dissatisfaction* Mahasiswa Pengguna Aktif Sosial Media Tiktok di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Dalam penelitian ini peneliti ingin fokus pada mahasiswi di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung pengguna platform sosial media tiktok. Subjek yang dipilih mahasiswa dikarenakan mahasiswa seringkali terpapar dengan konten-konten yang menampilkan gambaran tubuh yang dianggap secara sosial "ideal" dapat mendorong individu untuk membandingkan penampilan fisik mereka dengan standar yang terpapar di platform-platform media sosial. Karena itulah, sangatlah penting untuk menjalankan penelitian ini untuk memahami dampak negatif dari variabel tersebut.

1.2 Identifikasi Masalah

Masalah yang menjadi fokus penelitian ini adalah Pengaruh *Sosial comparison* Terhadap *Body Dissatisfaction* Mahasiswa Pengguna Aktif

Sosial Media Tiktok di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah

1. *Body dissatisfaction* ketidakpuasan individu terhadap tubuhnya sendiri merupakan perasaan negatif individu terhadap bentuk tubuhnya.
2. *Sosial comparison* kecenderungan individu dalam melakukan perbandingan dengan individu lain, baik dengan individu yang lebih baik darinya maupun lebih buruk darinya

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka diambil rumusan masalah yaitu apakah ada pengaruh *social comparison* terhadap *body dissatisfaction* mahasiswa pengguna Tiktok di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

1.4 Tujuan Penelitian

Dengan mengacu pada perumusan masalah sebelumnya, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *social comparison* terhadap *body dissatisfaction* mahasiswa pengguna Tiktok di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

1.5 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dalam bidang psikologi terutama mengenai hubungan antara *social comparison* dan *body dissatisfaction*, terutama bagi para ahli psikologi.

2. Manfaat Praktis

a. Peneliti Lain

Untuk peneliti lain yang tertarik untuk mengkaji variabel *social comparison* dengan *body dissatisfaction*, diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi yang berharga.

b. Masyarakat Umum

Bagi masyarakat umum, kajian dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan sudut pandang baru

tentang hal tersebut. *social comparison* dengan *body dissatisfaction*.