

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Salah satu gejala psikologis yang pernah dialami oleh seseorang adalah mengalami kecemasan sosial. Menurut La Greca dan Lopes (1998) kecemasan sosial ialah perasaan takut terhadap keadaan sosial dan perasaan takut akan menghadapi penilaian dari orang lain, akan diamati, rasa takut akan dihina dan dipermalukan. Sedangkan menurut Herman dkk (2018) Kecemasan sosial merupakan perasaan takut yang berlebihan serta adanya hambatan terhadap lingkungan sekitar. Ketika baru pertama kali bertemu dengan orang baru, biasanya seseorang akan mengalami gugup serta khawatir. Menurut Pratiwi dkk (2019) kecemasan sosial merupakan rasa takut berlebih akan evaluasi atau penilaian negatif dari orang lain.

Munculnya gejala kecemasan sosial pada seseorang tentunya dipengaruhi oleh beberapa faktor. Namun, munculnya kecemasan sosial pada seseorang ini merupakan salah satu hal yang wajar karena semua orang pasti pernah mengalami. Akan tetapi, jika tidak diatasi dengan baik maka hal ini dapat mengganggu kesehatan psikologis seseorang, apalagi jika hal ini terjadi pada seorang perempuan khususnya pada perempuan dewasa awal. Dimana faktanya menunjukkan bahwa secara garis besar perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi daripada laki-laki (Caballo dkk, 2014). Kecemasan sosial sering dialami pada usia 15-29 tahun (Durand & Barlow, 2006). Dimana pada usia tersebut merupakan masa transisi dari masa remaja menuju masa dewasa awal. Menurut Hurlock (1996) seseorang dikatakan menginjak dewasa awal jika berusia 18 sampai 40 tahun.

Pada usia dewasa awal ini salah satu aspek penting yang diperhatikan oleh seseorang adalah penampilan. Pasalnya, penampilan adalah salah satu bagian penting untuk meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Hal ini diungkapkan oleh Pratami dkk (2023) bahwa seseorang yang memiliki penampilan menarik dapat membuat seseorang lebih percaya diri. Pratami dkk (2023) juga menegaskan bahwa

tingkat kepercayaan diri yang rendah dapat membuat seseorang menilai dirinya negatif dan akan mudah merasa cemas. Sehingga hal ini dapat dikatakan bahwa seseorang yang kurang menarik secara penampilan akan mempengaruhi kepercayaan diri seseorang dan membuat individu mudah merasa cemas, baik merasa cemas secara umum maupun secara sosial.

Dari hasil riset yang dilakukan oleh *ZAP Beauty Index (2023)* menunjukkan sebagian besar perempuan Indonesia memiliki masalah yang berbeda mengenai penampilan. Dari hasil riset yang dilakukan oleh *ZAP Beauty Index (2023)* menyebutkan bahwa separuh wanita Indonesia (50,1%) masih merasa insecure dengan kulit wajah, serta wanita Indonesia masih memprioritaskan wajah dan tubuh agar terlihat cantik. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh *ZAP Beauty Index (2023)* memaparkan bahwa sebanyak 58,5% wanita Indonesia menganggap cantik itu memiliki wajah yang bersih dan mulus, serta 55,8% wanita Indonesia mengartikan cantik ketika memiliki tubuh yang sehat dan bugar.

Menurut Pribadi (2019) menyatakan bahwa kecemasan sosial dapat dipengaruhi oleh citra diri yang negatif. Sedangkan menurut Permatasari dkk (2022) kecemasan sosial pada individu dapat dipengaruhi oleh ketidakpuasan bentuk tubuh. Ketidakpuasan perempuan terhadap bentuk tubuh di usia dewasa awal inilah yang menjadi masalah yang dapat membuat seseorang merasa cemas secara sosial. Hal ini dikarenakan, stigma mengenai standar kecantikan perempuan selalu digambarkan dengan karakteristik memiliki kulit putih, tubuh yang ideal, paras cantik, dan berambut lurus (Adani dkk, 2021).

Adani dkk (2021) mengatakan tidak sedikit perempuan Indonesia yang menjadi korban *bullying* dari masyarakat karena adanya standar kecantikan. Tekanan untuk memenuhi standar kecantikan juga dapat menyebabkan perasaan cemas dan stres pada perempuan Chinta dkk (2023). Tidak hanya itu, dari hasil riset yang dilakukan oleh Dove dalam *Indonesia Beauty Confidence Report 2017* menyebutkan bahwa 38% perempuan Indonesia masih suka membandingkan dirinya dengan orang lain, serta 72% perempuan Indonesia meyakini bahwa untuk mencapai kesuksesan, seseorang harus memiliki standar kecantikan (Subagyo,

2018). Dari beberapa faktor diatas berkaitan pada suatu tren yang saat ini terjadi, yaitu *beauty privilege*.

Beauty privilege merupakan hak istimewa kecantikan yang diperoleh seseorang yang memenuhi standar kecantikan. *Beauty privilege* adalah hak istimewa yang didapatkan oleh seseorang yang memiliki paras cantik dan berpenampilan menarik (Pratami dkk, 2023). *Beauty privilege* dapat terjadi di beberapa lingkungan mulai dari lingkungan pendidikan, lingkungan keluarga, lingkungan kerja, lingkungan teman, dan lingkungan masyarakat (Aprilianty dkk, 2023). Tidak hanya di kehidupan sehari-hari saja. *Beauty privilege* juga menuai perhatian masyarakat di sosial media, terutama bagi pengguna twitter (Aprilianty dkk, 2023).

Adanya tren *beauty privilege* saat ini juga memungkinkan seseorang terkena imbasnya jika tidak bijak dalam menyikapinya. Hal ini dikarenakan standar kecantikan yang berlaku di masyarakat akan menjadi ancaman psikologis bagi perempuan, dimulai dari masa remaja hingga dewasa (Adani, dkk 2021). Pada penelitian Sutanto (2022) mengatakan bahwa anggapan masyarakat tentang *beauty privilege* pastinya mempunyai dampak baik positif maupun dampak negatif, salah satu dampak positifnya yaitu bisa mendorong individu untuk memperbaiki penampilan dan perilaku supaya terlihat cantik dari luar maupun dari dalam, sedangkan sisi negatifnya dapat membuat individu kurang percaya diri karena tidak memperoleh perlakuan istimewa serta memahami dirinya kurang menarik sehingga takut untuk memulai sesuatu.

Anggapan seseorang mengenai tren *beauty privilege* tentu tidak lepas dari persepsi setiap individu dalam mempersepsi tren tersebut. Persepsi merupakan suatu proses yang dilalui setiap individu untuk mengorganisir dan menafsirkan pesan, informasi, atau stimulus yang diperoleh melalui panca indra sehingga mampu memberikan makna bagi lingkungannya (Robbins dan Judge, 2008). Menurut Simbolon, (2007) persepsi adalah reaksi kognitif yang dialami setiap individu dalam memahami informasi atau pesan mengenai lingkungannya melalui panca indra, baik melalui penglihatan, pendengaran, penghayatan, penciuman, dan perasaan.

Persepsi seseorang terhadap tren *beauty privilege* tentu berbeda beda. Persepsi sendiri terdiri dari dua jenis, yaitu persepsi positif dan persepsi negatif. Menurut Jayanti dan Arista (2018) persepsi merupakan sebuah upaya untuk menyeleksi suatu rangsangan yang datang dari luar individu, mengorganisir, menginterpretasikan, serta menciptakan reaksi terhadap tingkah laku seseorang. Sedangkan menurut Nugroho (2012) persepsi merupakan proses masuknya pesan atau informasi ke dalam pikiran manusia. Rangsangan yang datang dari luar yang pernah dirasakan oleh individu akan dicerna oleh alat indra yang kemudian akan diolah didalam pikiran, sehingga hal inilah yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang dalam mempersepsi sesuatu.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Chinta dkk (2023) menunjukkan bahwa perundungan terhadap penampilan seseorang akan mempengaruhi persepsi tentang kecantikan remaja perempuan, selain itu dampak adanya standar kecantikan akan menyebabkan perasaan tidak aman, menjadi bahan perbandingan, dan gangguan hubungan sosial. Pada penelitian yang dilakukan oleh Aprilianty dkk (2023) menunjukkan bahwa konsep *beauty privilege* dapat terjadi di beberapa lingkungan, diantaranya lingkungan pendidikan, keluarga, kerja, teman, serta lingkungan masyarakat.

Berdasarkan latar belakang diatas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi terhadap tren *beauty privilege* dan kecemasan sosial pada perempuan dewasa awal. Peneliti ingin mengetahui hubungan antara persepsi terhadap tren *beauty privilege* dan kecemasan sosial pada perempuan dewasa awal di Kabupaten Jombang.

1.2 Identifikasi Masalah

Tekanan untuk memenuhi standar kecantikan, budaya bullying karena adanya standar kecantikan, dan ketidakpuasan terhadap penampilan fisik menjadi faktor yang menyebabkan seseorang mengalami kecemasan secara sosial. Hal ini tidak lain merupakan imbas dari adanya tren *beauty privilege*. Dimana dengan

adanya tren ini dapat membuat individu kurang percaya diri dan muncul ketakutan individu untuk memulai sesuatu.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana persepsi perempuan dewasa awal terhadap tren *beauty privilege*?
2. Bagaimana kecemasan sosial pada perempuan dewasa awal dengan adanya tren *beauty privilege*?
3. Adakah hubunganantara persepsi terhadap tren *beauty privilege* dan kecemasan sosial pada perempuan dewasa awal?

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah korelasi atau hubungan antara persepsi terhadap tren *beauty privilege* dan kecemasan sosial yang dialami oleh perempuan dewasa awal.

1. Mengetahui persepsi perempuan dewasa awal dalam memandang *tren beauty privilege*.
2. Mengetahui tingkat kecemasan sosial pada perempuan dewasa awal dengan adanya tren *beauty privilege*.
3. Mengetahui hubunganantara persepsi terhadap tren *beauty privilege* dan kecemasan sosial pada perempuan dewasa awal.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis: Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan sebuah pengembangan keilmuan di bidang psikologi, khususnya pada peminatan psikologi klinis dan psikologi sosial terkait dengan persepsi dan kecemasan sosial.
2. Manfaat Praktis: Secara praktis, hasil dari penelitian ini diharapkan mampu menyumbangkan sumber pengetahuan serta sebagai bahan referensi bagi pembaca dan peneliti selanjutnya di bidang psikologi.