

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Setiap individu akan mengalami suatu perkembangan dan pertumbuhan dalam kehidupannya. Fase remaja merupakan masa perkembangan dan pertumbuhan individu yang sangat penting. Menurut Papalia dan Olds (2001) menyatakan bahwa masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 sampai 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun dan awal dua puluhan tahun. Masa remaja akan mengalami suatu tingkatan perubahan dalam bentuk sikap dan perilaku yang sesuai dengan tingkat perubahan fisiknya, pada saat perubahan fisik terjadi dengan pesat maka perubahan perilaku dan sikap juga akan berlangsung dengan cepat, (Hurlock, 2002)

Masa remaja merupakan suatu perubahan yang salah satunya perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial untuk dipesankan, menimbulkan masalah baru dan bagi remaja muda, masalah baru yang timbul tampaknya lebih banyak dan lebih sulit diselesaikan dibandingkan dengan masalah yang dihadapi sebelumnya sehingga remaja akan merasa ditimbuni masalah sampai ia menyelesaikannya menurut kepuasannya, ( Hurlock, 2002). Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak ke dewasa, bukan hanya dalam artian psikologis tetapi juga secara fisik. Perubahan-perubahan fisik merupakan gejala primer sedangkan perubahan psikologis muncul sebagai akibat dari perubahan-perubahan

secara fisik. Diantara perubahan fisik itu, yang terbesar pengaruhnya pada perkembangan jiwa remaja adalah pertumbuhan tubuh yaitu badan menjadi makin panjang dan tinggi, ( Sarwono, 2016).

Masa remaja mengalami banyak perubahan tubuh baik secara eksternal yang meliputi perubahan proporsi tubuh, berat badan, tinggi badan maupun secara ,dan organ seks maupun secara internal yang meliputi perubahan pada peredaran darah, sistem pernapasan dan sistem endokrin, (Hurlock, 2002). Efek dari perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja banyak mengalami keprihatinan *kateksis*-tubuh menjadi salah satu penyebab timbulnya konsep diri yang kurang baik dan kurangnya harga diri selama masa remaja, (Hurlock, 2002).

Perubahan fisik yang dialami oleh remaja terhadap berbagai bentuk tubuh menyebabkan remaja sadar akan adanya reaksi sosial sehingga remaja prihatin akan pertumbuhan tubuhnya yang tidak sesuai dengan standar atau budaya yang berlaku. Kecenderungan menjadi gemuk dianggap mengganggu, remaja dengan usaha mengendalikan nafsu makan, pemilihan pakaian yang teliti sehingga remaja mulai mengurus dirinya supaya dapat memberikan kesan bahwa mereka lebih langsing. Remaja yang sadar akan keprihatinan terhadap jerawat yang menjadikan remaja gelisah karena akan mengurangi daya tarik fisik sehingga remaja menggunakan kosmetik untuk penampilan fisiknya, ( Hurlock, 2002).

Gereja Masehi Advent Hari Ketujuh (GMAHK) yang berada dikota Palembang yang terletak di jalan Ratna dibentuk pada tahun 1960 an mengalami pertumbuhan keanggotaan hingga saat ini. Gereja Masehi Advent Hari Ketujuh (GMAHK) dikota Palembang ada tiga yaitu di jalan Ratna, Sekojo, dan Pakjo.

Dengan jumlah keanggotaan secara keseluruhan ada 863 anggota dengan keanggotaan remaja putri ada 280 orang. Kegiatan yang dilakukan setiap hari sabtu dan setiap dua minggu sekali para remaja berkumpul untuk melakukan kegiatan remaja. Remaja yang ada di Gereja Masehi Advent Hari Ketujuh (GMAHK) ini bukan saja yang berdomisili di Palembang tetapi datang juga dari berbagai tempat dikarenakan banyak remaja yang menempuh pendidikan di kota Palembang.

Kelas *pathfinder* adalah kelas untuk orang muda yang disponsori oleh organisasi GMAHK diseluruh dunia yang kegiatannya meliputi kegiatan dalam ruangan atau kegiatan luar ruangan seperti berkemah, membantu orang lain dalam masyarakat, pelatihan kepemimpinan dan belajar kegiatan rohani. Tujuan dari kelas *pathfinder* adalah untuk menolong anak muda untuk tetap semangat dalam setiap pelayanan, untuk merangkul keberadaan orang muda dan memberikan pelatihan tentang kepemimpinan dan kemampuan pelayanan bagi sesama, untuk memberikan ekspresi diri dalam aktifitas jangkauan keluar, membangun penghargaan untuk hidup yang sehat dengan jalan menikmati aktifitas diluar (seperti berkemah, jalan sehat), mengajar remaja untuk keahlian dan hobi khusus yang akan membuat hidup mereka lebih berarti dengan menggunakan waktu dengan kegiatan yang bermanfaat, memberi kesempatan untuk membangun jiwa kepemimpinan, untuk membantu perkembangan keharmonisan fisik, mental, sosial, intelektual dan kehidupan rohani dari remaja. Remaja putri GMAHK dalam perkembangan dan pertumbuhan melalui kelas *pathfinder* diharapkan dapat menjadikan remaja yang akan memiliki citra diri (*self image*) yang baik.

Menurut Buss ( Hartanti, 1998) *self image* adalah refleksi terhadap bentuk tubuh yang dibentuk didalam pikiran, yang dimaksudkan untuk menyatakan suatu cara penampilan tubuh bagi diri sendiri yang meliputi perasaan tentang tubuh seperti besar atau kecil, tinggi atau pendek dan cantik atau jelek. Menurut Burns (1993) *self image* adalah suatu gambaran yang dimiliki seseorang mengenai dirinya sendiri sebagai makhluk yang berfisik, sehingga *self image* dikaitkan dengan karekteristik-karekteristik fisik termasuk dalam penampilan seseorang secara umum, ukuran tubuh, cara berpakaian, model rambut dan pemakaian kosmetik. Menurut James K.Van fleet (1997) menyatakan bahwa setiap individu dapat memahami diri sendiri harus dapat memahami perbedaan *self image* positif dan *self image* negatif.

Menurut Fleet (1997) menyatakan bahwa individu yang memiliki karakteristik *self image* yang positif diantaranya: (1) memiliki rasa percaya diri yang kuat yaitu individu yang dapat mengembangkan dan belajar untuk mengasihi diri sendiri, (2) berorientasi pada ambisi dan sasaran yaitu ketika individu mempunyai ambisi yang kuat maka individu dapat menentukan sasaran hidupnya jika memiliki *self image* yang positif yang dapat mencapai misi dan tujuan untuk diraih, (3) terorganisir dengan baik dan efisien yaitu individu yang dapat menyelesaikan suatu pekerjaan tanpa harus menunggu akan hari esok untuk mengerjakan suatu tugas, (4) bersikap mampu yaitu suatu sikap yang secara otomatis akan menjadi miliki individu sendiri jika mampu mengadapsi *self image* positif, (5) memiliki kepribadian yang menyenangkan yaitu individu yang dapat memprogramkan pikiran bawah sadar dengan *self image* positif individu akan

memperoleh kesuksesan, (6) mampu mengendalikan diri yaitu jika individu dapat mengendalikan seluruh kehidupan individu jika individu dapat meninggalkan kebiasaan mencari kesenangan sendiri.

Berdasarkan fenomena yang terjadi di lapangan yaitu di GMAHK yang bertempat di Palembang yang dimana pada saat peneliti melakukan observasi di lapangan pada tanggal 10-12 April 2019 terdapat beberapa remaja putri advent yang mengakui memiliki bentuk tubuh yang ideal, wajah yang *glowing* dan bersih tanpa jerawat membuat beberapa remaja putri yakin akan penampilannya sehingga rasa percaya diri yang dimiliki dalam dirinya membuatnya mampu untuk melakukan presentasi dengan baik. Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 10-12 April 2019 yang peneliti lakukan di GMAHK pada remaja advent menyatakan bahwa observasi yang dilakukan di lapangan yaitu peneliti melihat beberapa remaja advent memiliki bentuk tubuh yang ideal, wajah yang terlihat *glowing* pada saat maju presentasi dapat melakukan dengan percaya diri sehingga penyampaian presentasi yang diberikan sangat jelas dan mudah untuk dipahami oleh teman-teman yang mendengarkan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan C (*personal communication*, April 11, 2019) menyatakan bahwa C saat mendapatkan tugas presentasi C sangat percaya diri karena sudah memiliki penampilan fisik yang ideal dan terlihat wajah yang *glowing* sehingga C dapat menyampaikan materi presentasi yang ditugaskan oleh kakak pembina dengan lancar, jelas tanpa gemetar atau takut. Sedangkan hasil wawancara bersama F menyatakan bahwa pada saat materi *rappelling* dengan bentuk tubuh yang ideal F memiliki keyakinan bahwa dirinya

dapat melakukan *rappeling* dengan mudah karena menurut F badannya ringan dan yakin kalau tali yang digunakan dapat membawa beban tubuh F yang ideal sehingga membuat F memiliki rasa percaya diri pada saat mengikuti kelas *rappeling* tidak seperti teman-temannya yang memiliki bentuk tubuh yang kurang ideal. Kondisi ini dapat disimpulkan secara teori menunjukkan gejala menurut James Fleet yang mengacu pada ciri-ciri *self image* yang positif.

Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 10-12 April 2019 yang peneliti lakukan di GMAHK pada remaja advent menyatakan bahwa observasi yang dilakukan dilapangan yaitu peneliti melihat beberapa remaja advent dapat menyelesaikan suatu tugas yang diberikan oleh kakak pembina tanpa harus menunda-nunda tugas yang telah diberikan. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan J (*personal communication*, April 11, 2019) menyatakan bahwa saat mendapatkan tugas meringkas materi *pathfinder* dari kakak pembina sebanyak 16 halaman kertas hvs dan ditulis tangan J dapat menyelesaikan dengan baik tanpa menunda-nunda tugas yang diberikan tidak seperti teman-temannya yang suka menunda-nunda tugas. Sedangkan hasil wawancara bersama I menyatakan bahwa I sangat menyukai tugas meringkas materi *pathfinder* yang diberikan oleh kakak pembina tanpa mengeluh sehingga I selalu mengumpulkan tugas tepat waktu. Kondisi ini dapat disimpulkan secara teori menunjukkan gejala menurut James Fleet yang mengacu pada ciri-ciri *self image* yang positif.

Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 10-12 April 2019 yang peneliti lakukan di GMAHK pada remaja advent menyatakan bahwa observasi yang dilakukan dilapangan yaitu peneliti melihat beberapa remaja advent mengendalikan

diri yaitu beberapa remaja dapat meninggalkan kebiasaan mencari kesenangan untuk dirinya sendiri. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan G (*personal communication*, April 11, 2019) menyatakan bahwa G dapat mengendalikan diri untuk tidak makan yang berlebihan pada jam *poutlack* meskipun menu makanan yang banyak ragam dan semuanya enak-enak G hanya mengambil sesuai porsi dan tidak berlebihan. Sedangkan hasil wawancara bersama D menyatakan bahwa D saat maju presentasi yang ditugaskan oleh kakak pembina D dapat mengendalikan diri dengan cara menenangkan diri dan menanamkan mindset bahwa D mampu melakukan presentasi sehingga D tidak gugup saat memberikan materi presentasi yang ditugaskan oleh kakak pembina *pathfinder*. Kondisi ini dapat disimpulkan secara teori menunjukkan gejala menurut James Fleet yang mengacu pada ciri-ciri *self image* yang positif.

Menurut Fleet (1997) menyatakan bahwa individu yang memiliki karakteristik *self image* yang negatif diantaranya: (1) merasa rendah diri yaitu individu yang menganggap diri sendiri terlalu rendah atau kurang berharga yang timbul karena ketidakmampuan psikologis atau sosial maupun keadaan jasmani yang kurang sempurna, (2) kurang memiliki dorongan dan semangat hidup yaitu individu yang diberikan suatu pekerjaan yang harus diselesaikan namun individu tidak mempunyai kemampuan untuk mengerjakannya atau pekerjaan itu berada jauh dibawah kemampuan individu sehingga dapat menimbulkan kebosanan, (3) hanya memikirkan kepuasan sendiri yaitu individu dengan kesenangannya sendiri seperti merokok, makan berlebihan, sering mabuk, bermain judi, dan melacur.

Berdasarkan fenomena yang terjadi di lapangan yaitu di GMAHK yang bertempat di Palembang yang dimana pada saat peneliti melakukan observasi di lapangan pada tanggal 10-12 April 2019 kepada 30 subjek penelitian terdapat beberapa remaja putri Advent yang mengakui bahwa tubuhnya kurang ideal, wajah yang banyak jerawat, serta wajah yang berminyak, kondisi ini membuat remaja putri merasa selalu dinilai dari apa yang digunakan saat berada di Gereja dan penampilan yang tidak sesuai dengan teman sebayanya yang menyebabkan para remaja menjadi minder dengan teman-teman lainnya. Tidak semua remaja putri advent yang mengalami masalah seperti diatas, akan tetapi pada umumnya mengalami masalah yang sama.

Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 10-12 April 2019 yang peneliti lakukan di GMAHK advent pada remaja advent menyatakan bahwa observasi yang dilakukan di lapangan yaitu peneliti melihat beberapa remaja advent sebelum mengambil bagian presentasi pada kelas remaja yaitu mereka menggunakan bedak untuk menutup wajah mereka yang berjerawat dan hitam dengan tujuan agar terlihat lebih menarik. Peneliti juga sempat melakukan wawancara kepada remaja advent, dan terdapat 2 subjek yang berhasil peneliti berikan pertanyaan yaitu kedua remaja putri ini menggunakan *sofilens* pada mata mereka agar terlihat mata mereka bercahaya dan bagus pada saat akan mengambil bagian presentasi meskipun mereka tidak minus pada mata mereka dan menunjang penampilannya saat di pandang oleh teman-teman sebayanya dan perilaku tersebut menunjukkan tanda-tanda yang berkaitan dengan *self image*. Dari enam ciri-ciri yang diungkapkan oleh James

Fleet berdasarkan hasil survey dan penyebaran angket didapat tiga ciri-ciri yang sesuai dengan fenomena.

Berdasarkan hasil observasi di lapangan yaitu bertempat di GMAHK Palembang pada tanggal 10-12 April 2019, terlihat bahwa beberapa remaja putri pada saat berada dikelas *pathfinder* merasa bahwa tubuh yang kurang ideal atau terlalu gemuk membuat remaja putri Advent malu untuk dapat bergerak pada saat kegiatan *pathfinder* pada materi *rappeling*. *Rappeling* merupakan suatu kegiatan petualang dengan menggunakan teknik menuruni bidang vertikal atau teknik turun tebing dengan alat bantu utama berupa tali. Kegiatan ini mengharuskan keluar dari zona nyaman yang akan memberikan dampak terhadap perkembangan mental dan juga fisik.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan M (*personal communication*, April 11, 2019) menyatakan bahwa M saat mengambil kelas *pathfinder* pada materi *rappeling* dengan tubuh yang dimiliki terlalu gemuk M sangat malu dengan teman-temannya yang lebih ideal dibandingkan dengan bentuk tubuh M. M takut kalau tali yang digunakan untuk mengangkat beban tubuh M akan putus dan teman-temannya akan menertawakan M pada saat *rappeling*. Sedangkan hasil wawancara bersama L menyatakan bahwa saat mengikuti kegiatan kelas *pathfinder* pada materi *rappeling* dengan tubuh yang gemuk dan pendek L merasa bahwa dirinya tidak mampu untuk *rappeling* tetapi ketika diberi motivasi oleh kakak pembina L dapat melakukan *rappeling* dan tidak terjadi apa-apa. Kondisi ini dapat disimpulkan secara teori menunjukkan gejala menurut James Fleet yang mengacu pada ciri-ciri *self image* yang negatif.

Berdasarkan hasil kuisioner awal yang dilakukan peneliti pada 11 April 2019, terhadap 65 remaja putri yang berada di GMAHK didapatkan hasil yaitu menurut ciri-ciri *self image* yaitu merasa rendah diri memiliki persentase 60% yang dimana dalam ciri-ciri *self image* yang terutama adalah para remaja putri *advent* ini saat berada di kelas *pathfinder* materi *rappelling* terlihat bahwa para remaja merasa memiliki rendah diri yang dimana ditunjukkan dalam bentuk tingkah laku remaja seperti tidak mampu untuk mengikuti *rappelling* oleh karena remaja putri memiliki bentuk fisik yang kurang ideal yaitu bentuk tubuh yang terlalu gemuk dan pendek.

Berdasarkan hasil observasi di lapangan yaitu bertempat di GMAHK Palembang pada tanggal 10-12 April 2019, beberapa remaja *Advent* terlihat kurang memiliki dorongan atau semangat, hal ini terlihat 35 remaja *Advent* yang melakukan diet mengalami kegagalan dan bentuk tubuh yang dimiliki semakin gemuk sehingga beberapa remaja kurang memiliki dorongan atau semangat dalam mengikuti kelas *pathfinder*.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan P (*personal communication*, April 11, 2019) mengatakan bahwa P telah melakukan diet mayo dan mengalami kegagalan diet sehingga P kurang memiliki dorongan dan kurang semangat mengikuti kelas *pathfinder* bukan hanya itu P juga tidak semangat dalam menjalani hidupnya karena P mempunyai *ekspetasi* yang tinggi dengan program diet yang dijalani. Sedangkan menurut W yang memiliki bentuk badan yang terlalu kurus sehingga W berusaha untuk makan yang banyak tetapi tetap saja bentuk tubuhnya kurus sehingga W kurang semangat dalam hidupnya dan kelas *pathfinder*

yang diikuti. Kondisi ini dapat disimpulkan secara teori menunjukkan gejala menurut James Fleet yang mengacu pada ciri-ciri kedua *self image* yang negatif.

Berdasarkan hasil kuisioner awal yang dilakukan peneliti pada 11 April 2019, terhadap 65 remaja putri yang berada di GMAHK didapatkan hasil yaitu menurut ciri-ciri *self image* yaitu kurang memiliki dorongan dan semangat hidup, memiliki persentase 85 % yang dimana dalam ciri-ciri *self image* yang terutama adalah remaja putri yang berada di gereja kurang dorongan atau semangat dalam menjalani kelas pathfinder oleh karena remaja putri mengalami kegagalan diet bagi remaja putri yang memiliki bentuk tubuh yang tidak sesuai dengan yang diharapkan.

Berdasarkan hasil observasi di lapangan yaitu bertempat di GMAHK Palembang pada tanggal 10-12 April 2019, beberapa remaja advent terlihat bahwa beberapa remaja putri pada saat makan bersama terlihat mengambil makanan dengan porsi yang banyak yang melebihi porsi ukuran untuk tubuh mereka. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan R (*personal communication*, April 11, 2019) mengatakan bahwa R yang memiliki bentuk tubuh yang gemuk, R selalu makan berlebihan baik dirumah atau pada saat makan bersama di Gereja padahal R selalu mengatakan kepada teman-temannya kalau R menginginkan bentuk tubuh yang langsing tetapi pada saat jam makan bersama di Gereja R selalu mengambil makanan yang banyak bahkan semua menu makanan harus R rasakan dengan porsi yang banyak. Sedangkan menurut S mengatakan bahwa pendapatnya sama dengan pendapat dari R bahwa S selalu mengambil makanan yang banyak pada saat makan bersama di Gereja apalagi kalau ada acara ulang tahun S mengambil makanan dengan porsi yang melebihi teman-temannya padahal S selalu

cerita kepada teman-temannya kalau S menginginkan bentuk tubuh yang ideal supaya terlihat cantik. Kondisi ini dapat disimpulkan secara teori menunjukkan gejala menurut James Fleet yang mengacu pada ciri-ciri yang ketiga *self image* yang negatif.

Berdasarkan hasil kuisioner awal yang dilakukan peneliti pada 11 April 2019, terhadap 65 remaja putri yang berada di GMAHK didapatkan hasil yaitu menurut ciri-ciri *self image* yaitu hanya memiliki kepuasan tersendiri yang memiliki persentase 15 % yang dimana dalam ciri-ciri *self image* menyatakan bahwa remaja sangat terlihat puas dengan pola makan yang berlebihan dari ukuran tubuh yang dimiliki oleh remaja itu sendiri.

Menurut Brown (1998) mengungkapkan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi *self image* yaitu: (1) faktor perilaku yang meliputi (perhatian selektif, melumpuhkan diri sendiri, bukti yang memperjelas perilaku mencari info strategis dan pemilihan tugas yang memperlihatkan usaha positif), (2) faktor sosial yang meliputi interaksi selektif, perbandingan sosial (*social comparison*). *Social comparison* adalah salah satu faktor yang cukup penting dalam pembentukan citra tubuh (*self image*) seseorang yang kemudian akan mempengaruhi seseorang puas atau tidaknya terhadap bentuk tubuhnya. Menurut Ryff (Myers, 2007) menyatakan bahwa manusia membandingkan diri sendiri dengan orang lain tidak hanya sekedar dalam hal pendapat dan kemampuan namun juga dalam hal emosi keyakinan, kekayaan, gambaran diri (*self image*), kesehatan, tata cara, kepuasan hidup, dan berbagai hal yang lainnya.

Menurut Wood (1996) *social comparison* adalah proses memikirkan informasi mengenai orang lain yang berhubungan dengan diri melalui serangkaian proses seperti mendapatkan informasi sosial, memikirkan informasi dan bereaksi terhadap komparasi. *Social comparison* adalah individu termotivasi untuk membandingkan diri mereka sendiri dengan orang lain yang lebih khusus atau umum untuk menilai situasi sosial, (Festinger, 2011). Menurut Kaplan dan Stiles (2004) menyatakan bahwa individu cenderung untuk membandingkan diri mereka dengan individu lain yang serupa dengan dirinya sendiri.

Menurut Taylor, Peplau, dan Sears (1997) ada tiga ciri-ciri individu melakukan *social comparison* yaitu: (1) *self evaluation* adalah evaluasi diri yang dilakukan dengan cara membandingkan diri kita dengan orang lain untuk mendapatkan pemahaman diri sebagai indikator untuk melihat kesamaan yang dimiliki orang lain, (2) *self enhancement* adalah individu memperkuat diri dengan cara membandingkan diri dengan orang lain yang memiliki level yang lebih rendah dari diri kita sehingga membuat individu merasa lebih baik, (3) *self improvement* adalah perbaikan diri yang dilakukan individu dengan cara membandingkan diri kita dengan orang lain yang lebih baik dari diri kita dengan tujuan untuk mendapatkan informasi yang akan digunakan sebagai acuan untuk melakukan perbaikan diri.

Berdasarkan fenomena yang terjadi di lapangan yaitu bertempat di GMAHK Palembang mengenai remaja putri *Advent* mengacu pada ciri-ciri *social comparison* menurut Taylor, Peplau, dan Sears (1997) yaitu yang pertama adalah *self evaluasi* yaitu evaluasi diri yang dilakukan dengan membandingkan diri kita dengan orang

lain untuk memperoleh pemahaman diri sehingga dapat melihat kesamaan yang dimiliki orang lain. Berdasarkan hasil observasi di lapangan yaitu bertempat di GMAHK Palembang pada tanggal 10-12 April 2019, terlihat bahwa beberapa remaja putri membanding-bandingkan diri mereka dengan remaja putri lainnya dalam hal penampilan dan bentuk fisik yang dimiliki sebagai sumber untuk mengevaluasi akan penampilan diri mereka sebagai indikator.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan M (*personal communication*, April 11, 2019) mengatakan bahwa M melihat temannya yang memiliki wajah yang bersih dan kulit yang putih dan M mencari informasi kepada temannya sehingga M mengevaluasi dirinya dengan melakukan perbandingan dirinya dengan temannya. Sedangkan hasil wawancara bersama L menyatakan bahwa dirinya L menggunakan bedak yang dapat membuat wajahnya lebih putih dan berseri sehingga L selalu melakukan evaluasi diri terhadap penampilan wajahnya dengan membandingkan bedak merk apa yang dipakai oleh temannya agar wajah L terlihat lebih putih dan lebih cantik lagi.

Berdasarkan hasil kuisioner awal yang dilakukan peneliti pada 11 April 2019, terhadap 65 remaja putri yang berada di GMAHK didapatkan hasil yaitu menurut ciri-ciri *social comparison* yaitu *self evaluation* yaitu evaluasi diri yang dapat digunakan untuk mengumpulkan informasi untuk membandingkan diri dengan orang lain dengan hasil persentase 58% yang dimana dalam ciri-ciri *social comparison* yang terutama adalah bahwa beberapa remaja putri banyak membanding-bandingkan penampilan fisik dengan teman-temannya.

Ciri-ciri yang kedua adalah *Self enhancement* yaitu individu memperkuat diri atau peningkatan diri yang dilakukan dengan cara membandingkan orang lain yang lebih rendah dari diri kita sehingga individu merasa lebih baik. Berdasarkan hasil observasi di lapangan yaitu bertempat di GMAHK Palembang pada tanggal 10-12 April 2019, terlihat bahwa remaja di GMAHK melakukan peningkatan diri mereka dengan membandingkan diri dengan teman yang lebih buruk dari dirinya atau lebih rendah sehingga mereka merasa lebih baik penampilan fisiknya dibandingkan temannya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan P (*personal communication*, April 11, 2019) mengatakan bahwa P merasa memiliki tubuh yang sedikit bagus setelah mengikuti program diet yang walaupun P tidak berhasil dalam program diet yang tidak sesuai dengan yang diharapkan oleh P dibandingkan dengan temannya yang lebih gemuk lagi dari P. Sedangkan hasil wawancara bersama W menyatakan bahwa W dengan bentuk tubuh yang kurus W merasa lebih baik dirinya dibandingkan dengan teman-temannya yang memiliki tubuh gemuk yang harus melakukan diet sehingga W melihat temannya yang lebih gemuk dari dirinya sehingga W merasa dirinya lebih ideal.

Berdasarkan hasil kuisioner awal yang dilakukan peneliti pada 11 April 2019, terhadap 65 remaja putri yang berada di GMAHK didapatkan hasil yaitu menurut ciri-ciri *social comparison* adalah *Self enhancement* yaitu individu memperkuat diri atau peningkatan diri yang dapat membuatnya merasa lebih baik akan dirinya diperoleh hasil persentase 66% yang dimana dalam ciri-ciri *social comparasion* adalah terlihat bahwa para remaja putri ini melakukan peningkatan diri.

Ciri-ciri yang ketiga adalah *Self improvement* yaitu perbaikan diri yang dilakukan individu dengan membandingkan diri individu dengan orang lain yang lebih baik dari individu tersebut untuk termotivasi melakukan yang lebih baik dengan harapan kita mendapatkan informasi yang menjadi acuan untuk melakukan perbaikan diri. Berdasarkan hasil observasi di lapangan yaitu bertempat di GMAHK Palembang pada tanggal 10-12 April 2019, terlihat bahwa beberapa remaja putri melakukan perbaikan diri dengan melihat temannya yang lebih baik penampilannya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan R (*personal communication*, April 11, 2019) mengatakan bahwa R dengan bentuk tubuh yang gemuk R selalu melihat temannya yang lebih ideal dari dirinya yang digunakan R untuk melakukan perbaikannya untuk lebih baik meski menurut R sulit untuk dilakukan tetapi R tetap berusaha melakukan perbaikan dirinya. Sedangkan hasil wawancara bersama S menyatakan bahwa S juga mengungkapkan bahwa cara perbaikan diri yang dilakukan S untuk menjadi diri yang lebih baik, lebih kreatif dalam penampilan wajah dan juga melakukan perbaikan diri dengan melihat penampilan temannya bukan untuk menjatuhkan atau menghina tetapi untuk mendukung dalam penampilan fisik seperti berpakaian, dan menggunakan bedak untuk lebih terlihat segar untuk mendapat kepuasan tersendiri dalam kelas *pathfinder*.

Berdasarkan hasil kuisioner awal yang dilakukan peneliti pada 11 April 2019, terhadap 65 remaja putri yang berada di GMAHK didapatkan hasil yaitu menurut ciri-ciri *social comparison* yaitu untuk menampilkan yang lebih baik dengan

melakukan perbaikan diri pada diri mereka dengan melihat atau membandingkan penampilan temannya yang ada diatas mereka yang mendasari *social comparison*, dengan hasil persentase 45% yang dimana dalam ciri-ciri *social comparison* adalah terlihat bahwa beberapa remaja putri banyak membanding-bandingkan penampilan fisik untuk melakukan perbaikan diri untuk mempertahankan bentuk tubuh yang dimiliki tetap ideal sehingga terlihat cantik.

Berdasarkan penelitian yang pernah dilakukan oleh Sunartio dkk (2012) didapatkan hasil bahwa objek pembandingnya adalah bentuk tubuh yang lebih menarik maka kecenderungan untuk melakukan *social comparison* akan meningkatkan ketidakpuasan bentuk tubuh remaja. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ida Ayu dkk (2018) dengan judul hubungan antara *social comparison* dengan harga diri terhadap citra tubuh pada remaja perempuan menyatakan semakin tinggi *social comparison* maka akan semakin rendah citra tubuhnya demikian sebaliknya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Brown (Jones, 2001) menyatakan bahwa *social comparison* membuat individu belajar tentang makna dari kesehatan, daya tarik fisik, tingkat ekonomi, performa kerja, dan kondisi kehidupan dengan objek yang dijadikan individu dalam melakukan *social comparison* yaitu rekan kerja, teman sebaya serta individu lain di lingkungan keluarga serta lingkungan tempat tinggal karena hal tersebut merupakan bagian yang penting dari kehidupan individu dan mempunyai peran yang penting dalam menentukan harapan sosial, membangun identitas, citra diri (*self image*), dan harga diri serta mengevaluasi diri.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Smolak (Cash, 2001) mengatakan bahwa *social comparison* yang dilakukan anak terkait kemampuan akademik,

kemampuan sosial, kemampuan fisik dan penampilan fisik yang merupakan dasar dari pembentukan citra tubuh, jika kemampuan fisik dan penampilan fisik tidak sesuai dengan standar ideal kelompok maka anak akan mulai merasa keawatiran yang besar terhadap tubuhnya. Demikian juga hasil penelitian yang dilakukan oleh Blowers dkk (2003) terhadap 150 anak perempuan dengan usia 10-13 tahun menemukan terdapat hubungan antara tekanan sosial berupa komentar negatif, ekspresi ketidaksukaan pada tubuh yang gemuk dan tekanan terhadap tubuh langsing yang akan membentuk perilaku *social comparison* dan konsep anak tentang tubuh ideal.

Berdasarkan fenomena diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti secara khusus remaja putri di GMAHK kota Palembang dikarenakan subjek remaja putri pada umumnya selalu memperhatikan penampilan fisik mulai dari bentuk tubuh, perawatan kulit dan wajah bahkan penampilan pakaian untuk dapat dilihat oleh teman-temannya, untuk itu peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara *social comparison* dengan *self image* pada Remaja Putri advent di Gereja Masehi Advent Hari Ketujuh (GMAHK) kota Palembang.

## **B. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Antara *Social Comparison* Dengan *Self Image* Pada Remaja Putri Advent di Gereja Masehi Advent Hari Ketujuh (GMAHK) Palembang.

### C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat teoritis dan juga praktis dalam lingkungan, adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah:

#### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi dan sumbangan kepada ilmu Psikologi. Khususnya Psikologi Perkembangan, Psikologi Kepribadian dan Psikologi Sosial yang berkaitan dengan *social comparison* dan *self image*.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Remaja Putri

Penelitian ini dapat memberikan masukan dan pengetahuan bagi para remaja putri advent di Gereja Masehi Advent Hari Ketujuh (GMAHK) Palembang untuk percaya diri sehingga tidak perlu melakukan perbandingan dengan teman-temannya.

##### b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti tentang psikologi perkembangan, psikologi kepribadian dan psikologi sosial khususnya *social comparison* dengan *self image*.

#### D. KEASLIAN PENELITIAN

Ningsih Suryati dan Bawono Yudho (2016) meneliti tentang “ Hubungan perilaku konsumtif pada produk X dengan *Self Image* Remaja Putri”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku konsumtif produk X dengan *self image* remaja putri. Metode penelitian yang digunakan dengan pendekatan kuantitatif korelasional. Analisis data yang dilakukan dengan menggunakan teknik *correlation bivariate pearson* dengan diperoleh hasil dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,481 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 dari taraf signifikansi 0,05 (5%) , hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara perilaku konsumtif pada produk X dengan *self image* remaja putri, sehingga dapat disimpulkan bahwa peningkatan *self image* akan diikuti dengan perilaku konsumtif yaitu semakin tinggi *self image* maka akan semakin tinggi perilaku konsumtif atau sebaliknya semakin rendah *self image* maka akan semakin rendah perilaku konsumtif.

Solistiawati dan Novenawati (2015) “Hubungan antara *self image* dengan harga diri remaja akhir putri pada mahasiswa reguler Universitas Esa Unggul”. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan menunjukkan bahwa hubungan antara *self image* dengan harga diri. Gambaran harga diri dapat dilihat dari *self image* untuk mengetahui dimensi dominan harga diri dan penelitian ini bersifat kuantitatif non eksperimental. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 120 responden. Teknik pengambilan sampel adalah proposional random sampling dengan alat ukur *self image* (33valid) dan harga diri (31valid) dalam bentuk skala likert. Hasil nilai sig 0.000( $p < 0.05$ ) dengan korelasi sebesar 0.390, artinya terdapat

hubungan positif yang lemah dan signifikan antara *self image* dengan harga diri pada Mahasiswa Reguler UEU. Mahasiswa lebih banyak memiliki *self image* positif dan harga diri tinggi dan dimensi dominan adalah dimensi kognisi.

Putrianti dan Ramadhani (2014) meneliti tentang “ Hubungan antara kepercayaan diri dengan *self image* pada remaja akhir”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dengan *self image* pada remaja akhir. Subjek yang digunakan pada penelitian ini adalah mahasiswa dan mahasiswi fakultas psikologi Universitas Sarjanawijata Taman siswa Yogyakarta dengan jumlah 90 subjek penelitian. Metode yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan korelasi *product moment pearson* dan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data dengan menggunakan skala kepercayaan diri dan skala *self image*. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini dengan nilai kepercayaan diri dengan *self image*, efektivitas regresi sebesar 5,6 % yang artinya kepercayaan diri sebesar 5,6 % ditentukan oleh *self image* 94,4 % dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Sunartio, Sukamto, dan Diaovinina (2012) meneliti tentang “ *social comparison* dan *body dissatisfaction* pada dewasa awal”. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* pada dewasa awal. Subjek penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya sebanyak 104 mahasiswi yang berusia 18-25 tahun. Teknik yang digunakan dengan teknik *accidental sampling*, yang diperoleh hasil berdasarkan *kolmogorov smirnov* dengan variabel *social comparison* menunjukkan nilai p yaitu  $p = 0,035 (p < 0,05)$  yang berarti sebaran data tersebut tidak normal

sedangkan variabel body dissatisfaction menunjukkan nilai p yang signifikan yaitu  $p=0,031(p<0,05)$  yang berarti sebaran data juga tidak normal.

David E. Ballenge (2017) meneliti tentang “*effect of visual self image on attention during speech*”. Tujuan dari penelitian ini untuk menentukan bagaimana variasi dalam tujuan bicara mempengaruhi perhatian terhadap citra diri visual. Subjek dalam penelitian ini termasuk 20 mahasiswa Trinity peserta termasuk 4 laki-laki dan 16 laki-laki antara usia 19 dan 22 dengan usia rata-rata 20 tahun. Semua peserta adalah penutur bahasa Inggris pasif dan lulus pemeriksaan pendengaran dengan  $\leq 25$  dB HL dan siswa berasal dari kelas psikologi 101. Teknik penelitian ini dengan menggunakan metode eksperimen dan observasional yang diperoleh hasil sebesar untuk durasi yang proporsional mencari untuk mata adalah  $G = 11.081$  ( $SD = 2.831$ ). Dalam kondisi tanpa tugas, peserta memiliki waktu pencarian proporsional yang secara signifikan lebih tinggi diarahkan ke mata ( $M = 17.173$ ,  $SD = 4.343$ ) daripada di ABC kasual ( $M = 11.618$ ,  $SD = 3.042$ )  $F(1, 19) = 5,55$ ,  $p = .021$ , kondisi santai ( $M = 8,498$ ,  $SD = 2,502$ )  $F(1,19) = 8,675$ ,  $P = .06$ , dan kondisi cerita jernih ( $M = 7.942$ ,  $SD = 2.882$ )  $F(1, 19) = 9.231$ ,  $p = .002$  dengan hasil menunjukkan bahwa umpan balik visual adalah bentuk unik dari umpan balik yang tampaknya berdampak besar pada perhatian selama pidato.

Thecla, Arie Dijkstra, Buunk dan W. Siero (2011) meneliti tentang “*Impact of Social Comparison on Cancer Survivors' Quality of Life*”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak perbandingan sosial terhadap kualitas hidup penderita kanker. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 101 siswa yang mengalami penderita kanker. Metode yang digunakan dengan eksperimen atau satu kondisi

kontrol yang diperoleh hasil secara berbeda oleh penderita kanker yang dilaporkan sendiri baik atau buruk status kesehatan,  $F(1, 118) = 8.15, p = .005, \eta^2 = 0.07$ . Penderita kanker dengan laporan diri yang buruk status kesehatan mengindikasikan bahwa mereka pikir mereka menangani situasi tidak lebih baik atau lebih buruk daripada yang selamat dari kanker dari wawancara itu ( $M = 3.89, SD = 0.95$ ). Penderita kanker dengan status yang dilaporkan sendiri dengan baik berpikir mereka menangani sedikit lebih baik dengan situasi daripada pasien dari wawancara ( $M = 4.43, SD = 1.08$ ). Dengan demikian, pasien dengan kesehatan yang dilaporkan sendiri baik atau buruk status memang mengamati situasi mereka secara berbeda. Hipotesis pertama yaitu sebagian dikonfirmasi pasien dengan status kesehatan yang dilaporkan sendiri baik membuat perbandingan ke bawah. Konsistensi internal penilaian 101 penilai pada fragmen sudah cukup tinggi, mulai dari  $\alpha = .77$  hingga  $\alpha = .98$ . Wawancara dipandang sama kredibel, meyakinkan, dan dapat dipahami;  $p > .10$ . Selanjutnya menilai jumlah informasi tentang emosi negatif dan strategi koping (jawaban berkisar pada skala 5 poin dari tidak pernah (1), jarang (2), kadang-kadang (3), reguler (4), hingga sering (5)). Sebagian besar emosi diidentifikasi dalam emosi ( $M = 4.88, SD = 0.33$ ) dan kondisi kombinasi ( $M = 4.35, SD = 0.60$ ), dan yang paling sedikit dalam mengatasi kondisi ( $M = 2.73, SD = 0.76$ ),  $F(2, 98) = 121.87, p < .001$ . Sebagian besar strategi koping diidentifikasi dalam kondisi coping ( $M = 4.76, SD = 0.50$ ) dan kondisi kombinasi ( $M = 4.56, SD = 0.56$ ), dan yang paling tidak dalam kondisi emosi ( $M = 2.62, SD = 0.78$ ),  $F(2, 98) = 120.28, p < .001$ . Dapat disimpulkan bahwa manipulasi isi wawancara berhasil.

Elizabeth TenBrook (2016) meneliti tentang “*social comparison: dimensional influences on academic and occupational choice*”. Tujuan utama dari penelitian ini yaitu untuk mengeksplorasi metodologi yang sesuai untuk menjawab pertanyaan tentang bagaimana perbandingan sosial beroperasi dalam bidang akademik dan pekerjaan pilihan dan tujuan lainnya adalah untuk mengeksplorasi faktor dan dimensi penting dalam proses ini. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa sarjana di Iowa Universitas Negeri setelah mendapat persetujuan dari Institutional Review Board. Subjek yang terdaftar dalam satu atau lebih kursus di Departemen Psikologi dan Studi Komunikasi dan direkrut menggunakan sistem SONA dan didapatkan ada 256 subjek. Dengan menggunakan kuesioner *demografis*, *My Vocational Situation (MVS)*, *Alternate Forms Public Domain (AFPD)* Penanda *RIASEC*, dan Skala Aspirasi Karir (CAS), serta Peran Seks Bem Inventarisasi (BSRI). Analisis data dengan menggunakan Paket Statistik IBM untuk ilmu sosial yaitu 23 (SPSS). Dalam penelitian ini dengan analisis regresi ordinal, model memprediksi peringkat target ide-laki-laki terbukti cocok secara marginal, dengan  $\chi^2(10, N = 256) = 21.47, p = .018$  dan  $R^2 = .082$ . diperoleh peluang target perbandingan ide-ide laki-laki yang dipilih lebih dari perbandingan lateral targetnya signifikan,  $652$  (95% CI, .205 hingga 1.10), Wald  $\chi^2(1) = 8.18, p = .004$ . peningkatan peringkat ide pria partisipan dikaitkan dengan peningkatan peringkat ide pria  $-.310$  (95% CI,  $-.520$  hingga  $-.100$ ), Wald  $\chi^2(1) = 8.365, p = .004$ . Model ini dapat memprediksi secara signifikan bahwa peringkat ketiga atau lebih tinggi dengan Wald  $\chi^2$  yang signifikan  $(1) = 4.42, p = 0.036$ . Dalam tes paralel 82 garis,

$\chi^2 (60) = 79.22, p = .049$  menunjukkan bahwa pengaruh model dalam memprediksi peringkat ini target tidak proporsional di setiap kategori peringkat.

Dari hasil penelitian sebelumnya berbeda dengan penelitian ini adalah terletak di fenomena dan berbeda disegi subjek penelitian, metode penelitian dan lokasi penelitian yang pada remaja putri di GMAHK Palembang sehingga penulis tertarik meneliti tentang Hubungan Antara *Social Comparison* Dengan *Self Image* Pada Remaja Putri advent di Gereja Masehi Advent Hari Ketujuh (GMAHK) Palembang.