

Ketidakpuasan bentuk tubuh pada remaja perempuan penggemar K-Pop

Widya Santika, Yudho Bawono*

Universitas Trunojoyo Madura, Jl. Raya Telang PO. Box 2 Kamal Bangkalan, Jawa Timur, Indonesia

Email: widyasantika12345@gmail.com; yudho.bawono@trunojoyo.ac.id*

Naskah diterima: 03/3/2022; Revisi: 08/4/2022; Disetujui: 24/5/2022

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah ingin mengetahui gambaran ketidakpuasan bentuk tubuh pada remaja perempuan penggemar K-Pop. Penelitian ini melibatkan 349 remaja perempuan penggemar K-Pop yang tersebar di Provinsi Jawa Timur, Jawa Barat, dan Kepulauan Riau. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh berdasarkan aspek yang dikemukakan Thompson, Altabe, & Tantleff (dalam Prima & Sari, 2013). Uji deskriptif yang dilakukan pada Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh ditemukan skor minimum sebesar 53, skor maksimum 101, rata-rata (mean) 78,11 dan standar deviasi sebesar 8,914. Berdasarkan kategorisasi yang dilakukan peneliti, diketahui bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh pada remaja perempuan penggemar K-Pop dengan kategori tinggi sebanyak 70 orang (20%), kategori sedang berjumlah 226 orang (65%), dan kategori rendah sebanyak 53 orang (15%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja perempuan penggemar K-Pop yang mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi mengenai bagaimana seharusnya ukuran tubuh yang ideal hingga berkaca pada idola Korea. Selain itu ketidakpuasan bentuk tubuh ini juga berkaitan dengan first impressions. Hal ini menunjukkan bahwa kesan pertama saat bertemu dengan seseorang menjadi langkah utama diterimanya seorang individu dalam lingkungan sosial, termasuk dalam hal standar kecantikan yang “ditetapkan” lingkungan sosialnya.

Kata kunci: *ketidakpuasan bentuk tubuh; remaja; K-Pop*

Body dissatisfaction in teenage girls K-Pop fans

Abstract

The purpose of this study was to determine the picture of body dissatisfaction among teenage girls K-Pop fans. This study involved 349 teenage girls K-Pop fans spread across the Provinces of East Java, West Java and Riau Islands. Data collection was carried out by distributing the Body Dissatisfaction Scale based on the aspects put forward by Thompson, Altabe, & Tantleff (in Prima & Sari, 2013). The descriptive test carried out on the Body Dissatisfaction Scale found a minimum score of 53, a maximum score of 101, an average (mean) 78.11 and a standard deviation of 8.914. Based on the categorization carried out by the researcher, it is known that body dissatisfaction among teenage girls K-Pop fans in the high category is 70

people (20%), the moderate category is 226 people (65%), and the low category is 53 people (15%). The results showed that teenage girls K-Pop fans who experience body dissatisfaction have too high expectations about how ideal body size should be to reflect on Korean idols. In addition, body dissatisfaction is related to first impressions. This shows that the first impression when meeting someone is the main step in accepting an individual in a social environment, including in terms of beauty standards that are "set" by her social environment.

Keywords: *body dissatisfaction, teenage, K-Pop*

Pendahuluan

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini, individu mengalami berbagai perubahan, baik fisik maupun psikis (Agustiani, 2009) di mana perubahan psikis yang terjadi berkaitan dengan adanya perubahan fisik (Santrock, 2012). Menurut Santrock (2012) hal ini dapat dilihat dari perilaku remaja yang sangat memperhatikan bentuk tubuhnya dan mengembangkan citra mengenai tubuhnya. Psikoedukasi terhadap citra tubuh itu sangat kuat di antara para remaja, khususnya sangat terlihat pada masa remaja awal, ketika remaja tidak puas dengan tubuhnya dibandingkan pada masa remaja akhir (Santrock, 2012). Pada periode ini, remaja juga mengalami beberapa perubahan, salah satunya adalah perubahan minat, di mana K-Pop menjadi salah satu hal yang paling diminati para remaja, khususnya perempuan.

K-pop (dalam bahasa Korea *VÍ, Gayo*) (singkatan dari Korean pop atau Korean popular music) adalah sebuah genre musik terdiri dari pop, dance, electropop, hip hop, rock, R&B dan electronic music yang berasal dari Korea Selatan. Menurut Nursanti dkk. (2013), K-Pop telah tumbuh menjadi sebuah subkultur yang menyebar secara luas di berbagai belahan dunia. Idol group dan solo artist idol group dan solo artis seperti BoA, Rain, DBSK, JYJ, Super Junior, B2ST, Girl's Generation, BIGBANG, Wonder Girls, 2NE1, 2PM, 2AM, Miss A, KARA, SHINee, f(x), After School, Brown Eyed Girls, Se7en, CNBLUE, F.T. Island, Secret, MBLAQ sangat terkenal di negara-negara Asia Timur dan Asia Tenggara, termasuk Jepang, Malaysia, Mongolia, Filipina, Indonesia, Thailand, Taiwan, Singapura, China, dan Vietnam. Musik Korea yang lebih dikenal dengan K-pop juga mengambil peran yang penting dalam mempopulerkan Korean wave di Indonesia. Musisi dan grup idola Korea Selatan secara bergantian menggelar konser di Indonesia. Tahun 2011 hingga 2013 menjadi tahun-tahun meledaknya K-pop dan kedatangan bintang-bintang K-Pop juga menjadi sorotan utama media di Indonesia (Rinata & Dewi, 2019).

Menurut Puspitasari (2013) konsumsi terhadap suatu budaya populer akan selalu memunculkan adanya kelompok penggemar, di mana dalam hal ini penggemar adalah bagian paling tampak dari khalayak teks dan praktik budaya pop. Dalam hal ini K-pop juga telah melahirkan penggemar-penggemarnya dari berbagai penjuru dunia yang berhasil membentuk sebuah dunia baru, nilai-nilai baru dan juga trend baru yang diikuti oleh banyak orang di berbagai penjuru dunia. Di Indonesia sendiri, ada banyak perkumpulan pecinta K-Pop yang telah tersebar di berbagai provinsi seperti provinsi Jawa Timur (63,53%), Jawa Barat (9,39%), Kepulauan Riau (7,18%), DKI Jakarta (3,86%), Jawa Tengah (2,76%), Sumatera Barat (2,20%), Kalimantan Barat (1,65%), Sumatera Utara (1,65%), Banten (1,65%), DIY (1,10%), Sulawesi Selatan (1,10%),

Kalimantan Timur (0,55%), Jayapura (0,55%), Denpasar (0,55%), Sumatera Selatan (0,55%), Maluku (0,55%) dan NTT (0,55%) (Santika, 2020).

Rinata dan Dewi (2019) mengemukakan bahwa remaja memiliki kecenderungan yang besar untuk menjadi penggemar yang fanatik terhadap idola mereka yang tergabung dalam suatu komunitas penggemar yang biasa disebut fandom. Salah satu permasalahan remaja yang sering dibahas dengan kelompoknya berkaitan dengan bentuk fisik atau citra tubuh. (Meiliana dkk., 2018) menyatakan bahwa perhatian berlebih pada citra tubuh secara negatif dapat menyebabkan body dissatisfaction, yaitu ketidakpuasan seseorang akan bentuk dan ukuran tubuh mereka. Body dissatisfaction merupakan perbedaan antara persepsi individu tentang ukuran tubuh dengan ukuran tubuh yang sebenarnya. Persepsi adanya perbedaan antara ukuran tubuh yang sebenarnya dengan ukuran tubuh ideal menurut seorang individu menggambarkan ketidakpuasan terhadap ukuran dan bentuk tubuh (Meiliana dkk., 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Alifa dan Rizal (2020) menemukan remaja usia 18-22 tahun mengalami tingkat *body dissatisfaction* yang tinggi karena merupakan kondisi transisi dari masa remaja akhir ke dewasa awal, sehingga sering mempertanyakan tubuhnya. Hal inilah yang menurut (Meiliana dkk., 2018) menyebabkan terjadinya kesenjangan antara konsep tubuh ideal yang dimiliki seorang individu dengan kondisi tubuh yang sebenarnya dan menyebabkan perasaan tidak puas terhadap tubuh sehingga mendorong keinginan untuk mengubah bentuk atau berat badan dengan melakukan “diet”.

Ketidakpuasan tubuh yang dialami oleh remaja penggemar K-Pop dipengaruhi oleh keinginan untuk membandingkan diri dengan idola K-Pop. Berawal dari membentuk pola perilaku membandingkan diri dengan bentuk tubuh idola yang proporsional akhirnya menyebabkan remaja penggemar K-Pop ingin memiliki bentuk tubuh yang serupa agar terlihat lebih menarik. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Puspitasari, 2017) yang menemukan ada hubungan positif antara social comparison dengan body dissatisfaction pada remaja perempuan, di mana semakin sering remaja perempuan membandingkan bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh perempuan lain yang lebih menarik, maka akan semakin tinggi pula tingkat *body dissatisfaction* yang dialaminya.

Diketahui bahwa girlband dan boyband memiliki penampilan yang menarik dan sempurna di mata penggemar, mulai dari bentuk tubuh yang langsing, warna kulit yang putih, postur tubuh yang tinggi, serta berbagai bentuk dan warna rambut yang kekinian sesuai karakteristik kelompok K-Pop. Memiliki bentuk badan yang ideal pastinya dambaan semua orang. Para penggemar (*peer group*) K-Pop yang didominasi remaja hingga dewasa awal menganggap tubuh merupakan bagian penting, terutama seseorang yang telah mengalami masa transisi dari masa anak-anak ke masa remaja yang sedang mengalami pubertas. Penggemar tersebut mencari informasi mengenai perkembangan idolanya di media sosial. Aktivitas tersebut rutin dilaksanakan seperti mempersepsikan yang dilihat dari *life style*, aksesoris bahkan secara detail memperhatikan penampilan fisik idola masing-masing (Idris, 2020).

Hal ini sejalan dengan penelitian Wati dan Sumarmi (2017) di salah satu SMA swasta di Surabaya yang menunjukkan persentase 61,5% remaja perempuan memiliki *body image* negatif, mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh sebanyak 66,7% dan melakukan tindakan diet sebanyak 64,1%. Remaja perempuan yang memiliki citra tubuh negatif beresiko tiga kali mengalami *body dissatisfaction* atau ketidakpuasan bentuk tubuh dibandingkan remaja perempuan yang memiliki *body image* positif. Stiege (dalam Idris, 2020) bahkan mengungkap 20% dari 1.124 remaja mengalami depresi

berat, di mana ketiga penyebabnya yaitu merasa tidak puas terhadap tubuh, melakukan diet ketat dan munculnya simtom-simtom bulimia.

Remaja yang memiliki minat dengan dunia K-Pop ingin menampilkan diri seperti idola mereka, khususnya yang berhubungan dengan penampilan fisik dan citra tubuh. Hal ini menimbulkan ketidakpercayaan diri dan perasaan tidak puas akan bentuk tubuh (*body dissatisfaction*). Ketidakpuasan bentuk tubuh yang dialami oleh remaja penggemar K-Pop menyebabkan mereka mengalami kecemasan akan bentuk tubuh ideal. Senada dengan yang diungkapkan [Rahmadani dan Sawitri \(2018\)](#) citra tubuh yang negatif cenderung menimbulkan mood yang negatif seperti kecemasan dan depresi, serta beberapa individu mengalami gangguan makan (*eating disorder*). Remaja penggemar K-Pop akan mengalami kecemasan setiap melakukan pengukuran berat badan jika memiliki berat badan berlebih atau kurang dari normal. Oleh karena itu mereka mencoba untuk melakukan berbagai cara untuk menurunkan ataupun menaikkan berat badan, salah satunya adalah dengan cara melakukan diet. Selain itu mereka juga memiliki perhatian berlebih pada penampilan fisiknya, di mana dalam hal ini mereka ingin berpenampilan seperti idola Korea.

Menurut [Sari dkk. \(2010\)](#) penampilan fisik merupakan kontributor yang sangat berpengaruh pada rasa percaya diri remaja. Individu yang mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya akan merasa kurang percaya diri dan timbul perasaan cemas ketika individu tersebut mengalami konflik batin serta tekanan perasaan ([Rukun & Hanif, 2021](#)). Menurut [Kurniawati dan Suarya \(2019\)](#) bahkan mengatakan remaja perempuan cenderung lebih peka terhadap keadaan tubuh dan merasa kurang puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki karena kepedulian utama remaja perempuan adalah memiliki tubuh yang sangat kurus yang diidentikkan dengan kecantikan, dan kesadaran remaja perempuan yang tidak mungkin mencapai tubuh ideal dapat menyebabkan munculnya kecemasan. Memiliki kecintaan terhadap K-Pop sebenarnya boleh saja asal tidak berlebihan hingga mendatangkan perasaan negatif dan merasa kurang puas serta kurang bersyukur akan bentuk tubuhnya sendiri karena selalu berpatokan kepada idola K-Pop. Jika hal itu terus-menerus terjadi maka bisa menyebabkan perilaku *obsessive compulsive*. [Phillips dan Dufresne \(2000\)](#) mengatakan bahwa nilai-nilai sosial dan media massa sangat memengaruhi citra tubuh dan pada akhirnya turut memengaruhi citra diri, di mana seseorang yang memiliki kekhawatiran terkait dengan penampilan dianggap sebagai kekhawatiran yang patologis ketika mengganggu fungsi sosial atau pekerjaan yang disebut dengan istilah *body dysmorphic disorder*.

Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Subjek penelitian dalam penelitian ini melibatkan remaja penggemar K-Pop yang tersebar di kota-kota besar seperti Jawa Timur, Jawa Barat, dan Kepulauan Riau, di mana populasi tidak diketahui secara pasti, oleh karena itu peneliti menggunakan teori Roscoe dalam [Azwar \(2013\)](#) di mana $n > 30$ dan $n < 500$ adalah cukup layak bagi riset pada umumnya.

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan taraf kesalahan sebesar 5% sehingga jumlah sampel sebanyak 349 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Adapun yang menjadi kelompok sampel dalam penelitian ini memiliki karakteristik sebagai berikut: 1) Remaja putri; 2) Penggemar K-Pop; dan 3) Tergabung dalam kelompok penggemar. Alat

pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti adalah alat ukur Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh berdasarkan aspek yang dikemukakan Thompson, dkk dalam (Prima & Sari, 2013).

Hasil dan Pembahasan

Uji Deskriptif

Mengacu pada hasil uji deskriptif yang telah dilakukan, diketahui skor minimum sebesar 53, skor maksimum 101, rata-rata (mean) 78,11 dan standar deviasi sebesar 8,914.

Tabel 1. Kategorisasi Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Berdasarkan Jumlah Subjek

Ketidakpuasan Bentuk Tubuh	Skor	Kategori	Jumlah subjek	Persentase
	$X \geq (87,024)$	Tinggi	70	20%
	$(69,196) < X < (87,024)$	Sedang	226	65,7%
	$X \leq (69,196)$	Rendah	53	15,1%

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat dilihat bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh pada remaja perempuan penggemar K-Pop dengan kategori tinggi sebanyak 70 orang (20%). Artinya subjek dalam kategori ini menunjukkan ketidakpuasan bentuk tubuh yang tinggi, di mana dalam hal ini subjek memiliki perasaan negatif yang tinggi terhadap bentuk tubuhnya dan terus-menerus memikirkan tentang bagaimana konsep tubuh ideal yang dibentuk oleh lingkungannya hingga berusaha melakukan diet. Kemudian ketidakpuasan bentuk tubuh yang dialami oleh remaja perempuan penggemar K-Pop dengan kategori sedang berjumlah 226 orang (65,7%), artinya subjek penelitian ini cukup merasakan ketidakpuasan bentuk tubuh terhadap dirinya, di mana dalam hal ini subjek cukup memiliki perasaan negatif mengenai bentuk tubuhnya, subjek juga cukup memikirkan mengenai bentuk tubuh ideal, dan cukup melakukan usaha penurunan berat badan.

Selanjutnya ketidakpuasan bentuk tubuh yang dialami remaja perempuan penggemar K-Pop dalam kategori rendah sebanyak 53 orang (15,1%). Artinya subjek kurang menunjukkan ketidakpuasan bentuk tubuh yang dialami karena subjek tidak menunjukkan adanya perasaan negatif terhadap tubuhnya, tidak memikirkan mengenai bentuk tubuh ideal serta tidak berusaha untuk merubah bentuk tubuhnya dengan cara melakukan diet. Dapat disimpulkan bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh pada remaja penggemar K-Pop berada dalam kategori sedang dengan 226 subjek.

Uji Crosstabulasi

Tabel 2. Crosstabulasi Skala Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Berdasarkan Usia

Usia	Kategori						Total
	Tinggi	%	Sedang	%	Rendah	%	
≤ 18 tahun	34	19,5	115	66	25	14,3	174
≥ 19 tahun	33	18,9	112	64,3	29	16,6	174
Total	67		227		54		349

Pada tabel kategorisasi berdasarkan usia di atas, dapat dilihat jika pada usia ≤ 18 tahun sebanyak 174 orang dari keseluruhan responden. Pada usia ini, terdapat 115 subjek dengan persentase sebesar 66% termasuk kategori sedang. Sedangkan pada usia ≥ 19 tahun, subjek berjumlah 174 orang dan sebanyak 112 subjek atau 64,3% termasuk kategori sedang. Berdasarkan data tabel di atas, subjek yang merasakan ketidakpuasan bentuk tubuh didominasi oleh usia ≤ 18 tahun dan berada dalam kategori sedang yang persentasenya hampir setara dengan subjek yang berusia ≥ 19 tahun.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil survey [Dwiputeri dan Maulina \(2015\)](#) terhadap 45 remaja perempuan fans K-Pop di Indonesia yang ingin mengetahui gambaran proporsi jumlah fans yang membandingkan tubuh mereka dengan artis K-Pop perempuan, dan menemukan 31 dari 45 responden mengakui bahwa mereka pernah membandingkan bagian tubuh mereka dengan artis K-Pop perempuan. Sejalan dengan penjelasan tersebut, [Hall \(2009\)](#) menyebutkan salah satu faktor yang memengaruhi ketidakpuasan bentuk tubuh yaitu lingkungan sosial dan media, di mana hal ini menjadi salah satu sumber tekanan untuk menjadi kurus bagi perempuan, baik itu secara langsung ataupun tidak langsung, misalnya, kerabat atau teman yang menyuruh diet agar memiliki tubuh seperti sosok tokoh yang dikagumi.

Ketidakpuasan bentuk tubuh yang dialami oleh remaja perempuan penggemar K-Pop berada pada kategori sedang dengan total 227 orang atau 65% dari total keseluruhan. Menurut Thompson dkk dalam [\(Prima & Sari, 2013\)](#), ketidakpuasan bentuk tubuh memiliki tiga komponen yaitu komponen afektif, kognitif dan perilaku. Komponen afektif, seseorang yang mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh akan memiliki perasaan yang negatif terhadap tubuhnya. Pada komponen kognitif, pengetahuan dan informasi yang berkaitan dengan citra tubuh disimpan dan diproses di mana informasi tersebut berupa pengetahuan mengenai bentuk tubuhnya sendiri yang dianggap positif maupun negatif oleh lingkungan sosial. Pada komponen perilaku yaitu perilaku yang muncul berkaitan dengan citra tubuh maupun ketidakpuasan bentuk tubuh, salah satu contoh perilakunya adalah usaha untuk menurunkan berat badan.

Hasil tiap aspek pada ketidakpuasan bentuk tubuh yaitu afektif sebesar 41,6%, kognitif 25%, dan perilaku 33,3%. Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa aspek afektif pada remaja perempuan penggemar K-Pop dalam penelitian ini memberikan sumbangan terbesar dalam ketidakpuasan bentuk tubuh. Hal ini sesuai dengan pendapat Thompson dalam [\(Ekaningtias, 2017\)](#) menjelaskan bahwa afektif akan terganggu apabila individu merasa tertekan dengan penampilan fisiknya, misalnya tertekan akan ukuran perutnya. Senada dengan penjelasan tersebut, Cash dan Green dalam [\(Prima & Sari, 2013\)](#) mengatakan bahwa komponen atau aspek afektif merupakan komponen yang berkaitan dengan perasaan individu terhadap penampilan tubuhnya, seseorang yang mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh akan memiliki perasaan negatif terhadap tubuhnya dan perasaan negatif tersebut membuat seseorang selalu merasa tidak puas dengan tubuhnya sehingga mereka menjadi tidak percaya diri dan tidak senang dengan penampilan tubuhnya.

Temuan lain dalam penelitian ini adalah nilai ketidakpuasan bentuk tubuh pada remaja penggemar K-Pop yang berada di rentang usia ≤ 18 tahun (15-18 tahun) lebih besar dibandingkan dengan remaja penggemar K-Pop yang berada di rentang usia ≥ 19 tahun. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh [\(Puspitasari, 2017\)](#) yang mengatakan remaja usia 18-22 tahun mengalami tingkat ketidakpuasan bentuk tubuh yang tinggi karena merupakan kondisi transisi dari masa

remaja akhir ke dewasa awal, sehingga sering mempertanyakan tubuhnya. Senada dengan penjelasan tersebut Pujawati (2012) menjelaskan bahwa remaja akhir masih ada yang merasakan ketidakpuasan pada bentuk tubuhnya dan dibandingkan dengan laki-laki, perempuan lebih peduli dengan bentuk tubuhnya serta memperlihatkan ketidakpuasan akan penampilan fisiknya sebagai akibat adanya perbedaan persepsi antara bentuk tubuh ideal seseorang dengan bentuk tubuh ideal yang telah dibentuk oleh masyarakat.

Sejalan dengan itu, (Arsitowati, 2018) menyatakan bahwa baik perempuan yang berusia tua maupun muda sangat takut akan penuaan, oleh karena itu perempuan yang kurus maupun gemuk harus berjuang untuk mendapatkan bobot tubuh ideal, yang mana tubuh ideal menurut mereka adalah tinggi semampai, langsing, berkulit putih dengan wajah tanpa noda atau jerawat. Dalam hal ini bisa dilihat bahwa standar kecantikan setiap negara atau daerah di mana setiap individu tinggal berbeda satu sama lain, sedangkan masuknya K-Pop di Indonesia telah memengaruhi persepsi remaja penggemar K-Pop mengenai bentuk tubuh ideal. Seperti yang dapat diketahui bahwa artis K-Pop memiliki tubuh yang ramping, berkulit putih dengan wajah tanpa noda maupun jerawat. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Idris (2020) berdasarkan hasil wawancara dilakukan kepada enam penggemar K-Pop yang termasuk komunitas “X” penggemar idola K-Pop dengan usia 18-20 tahun dengan jenis kelamin perempuan menyatakan senang dan puas pernah mengikuti style rambut dan mewarnai rambut seperti idolanya. Pernyataan lain, salah satu dari enam orang mengaku melakukan diet ketat untuk mengikuti kompetisi cover dance dengan tujuan mendapatkan penilaian baik dari juri. Individu ada keinginan memiliki kulit putih dengan cara rutin luluran dan memakai masker setiap hari agar mendapatkan kulit seperti orang Korea. Mereka juga mengaku suka meniru model make up seperti idolanya dan kerap membeli produk skincare untuk mempercantik diri mereka. Para penggemar K-Pop yang selalu memperhatikan idolanya cenderung memiliki persepsi bentuk fisiknya jauh dari kata sempurna jika dibandingkan dengan idolanya dan memengaruhi body image individu. Selanjutnya Ekaningtias (2017) menjelaskan bahwa afektif akan terganggu apabila individu merasa tertekan dengan penampilan fisiknya, misalnya tertekan akan ukuran perutnya. Dalam hal ini penampilan fisik sangat mendapat perhatian lebih dan berhubungan erat dengan afektif seseorang sehingga mereka akan merasa terganggu jika ada sesuatu yang terlihat kurang menarik dari fisiknya.

Menurut Santrock (2003) penampilan fisik berkorelasi paling kuat dengan rasa percaya diri, di mana penampilan fisik yang dianggap kurang patut, mengganggu dan menimbulkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh merupakan masalah bagi remaja. Asri dan Setiasih (2004) mengatakan bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh dapat menyebabkan seseorang merasa tidak percaya diri, memiliki konsep diri yang kurang baik, dan harga diri yang rendah. Apabila tidak segera diatasi maka dapat menimbulkan risiko yang lebih besar seperti bunuh diri pada remaja perempuan (Sukamto, 2006). Remaja yang mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh dapat menyebabkan rendahnya tingkat kepercayaan diri, bahkan bisa berakibat fatal jika tidak segera ditangani. Tidak bisa dipungkiri bahwa kelompok teman sebaya ikut andil dalam pembentukan citra tubuh pada remaja. Hal ini sesuai dengan kesimpulan dari hasil penelitian (Kartika & Darminto, 2020) yang menjelaskan bahwa kepuasan para penggemar K-Pop harus dicapai meskipun menggunakan cara yang berbahaya sekalipun. Remaja yang memiliki perbedaan minat dengan kelompok teman sebayanya cenderung sulit melakukan

penyesuaian diri, di mana dalam hal ini penyesuaian diri dipengaruhi oleh kepercayaan diri.

Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketidakpuasan bentuk tubuh remaja perempuan penggemar K-Pop termasuk pada kategori sedang. Kategorisasi pada variabel ketidakpuasan bentuk tubuh berdasarkan usia, pada usia ≤ 18 tahun juga termasuk dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 66% sebanyak 115 subjek. Berdasarkan hasil penelitian dapat disarankan bagi kelompok remaja perempuan penggemar K-pop agar sebisa mungkin untuk menyebarkan kebaikan dalam satu kelompok dan mendukung anggotanya untuk bisa lebih menghargai serta mencintai dirinya sendiri sehingga tidak selalu meniru gaya idola Korea.

Daftar Pustaka

- Agustiani, H. (2009). *Psikologi perkembangan: Pendekatan ekologi kaitannya dengan konsep diri*. PT. Refika Aditama.
- Alifa, A. N., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan social comparison dan body dissatisfaction pada wanita yang memiliki kelebihan berat badan (overweight). *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 15(2), 110-119.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30659/jp.15.2.110-119>
- Arsitowati, W. H. (2018). Kecantikan Wanita Korea Sebagai Konsep Kecantikan Ideal Dalam Iklan New Pond'S White Beauty: What Our Brand Ambassadors Are Saying. 24(2), 84-97.
<https://pdfs.semanticscholar.org/34c9/973fb2a11ea361bb5dca6ea08e90f25729ce.pdf>
- Asri, D. N., & Setiasih, S. (2004). Penerapan metode akupuntur pada wanita penyandang obesitas. *Anima: Indonesian Psychological Journal*, 19(3), 286-296.
- Azwar, S. (2013). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Dwiputeri, L., & Maulina, V. V. R. (2015). Kontribusi body comparison dengan artis K-pop perempuan terhadap body dissatisfaction (Studi pada remaja perempuan Indonesia fans K-pop). *Jurnal Perkotaan*, 7(1-2), 58-76.
<https://ejournal.atmajaya.ac.id/index.php/perkotaan/article/view/271>
- Ekaningtias, Z. (2017). *Hubungan body dissatisfaction dengan kepercayaan diri pada remaja akhir* University of Muhammadiyah Malang].
<https://eprints.umm.ac.id/43410/1/jiptummp-gdl-zurisatie-47286-1-zurisatie.pdf>
- Hall, M. (2009). Predictors of body dissatisfaction among adolescent females. Makalah dipresentasikan pada pertemuan the American Counseling Association Annual Conference and Exposition, Charlotte, NC,

- Idris, R. F. (2020). *Hubungan Self Esteem Dengan Body Image Pada Penggemar Idola K-Pop Di Surabaya Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya*.
<http://repository.untag-sby.ac.id/4501/14/JURNAL.pdf>
- Kartika, T., & Darminto, E. (2020). Konsep diri remaja ditinjau dari kegemarannya terhadap musik pop korea (korean pop).
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/34161>
- Kurniawati, N. W. W., & Suarya, L. M. K. S. (2019). Gambaran kecemasan remaja perempuan dengan berat badan berlebih. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(2), 280-290. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/download/54173/32116>
- Meiliana, M., Valentina, V., & Retnaningsih, C. (2018). Hubungan body dissatisfaction dan perilaku diet pada mahasiswa universitas katolik soegijapranata semarang. *Praxis: Jurnal Sains, Teknologi, Masyarakat dan Jejaring*, 1(1), 49-62.
- Nursanti, M., Lukmantoro, T., & Ulfa, N. (2013). Descriptive analysis of K-Pop fans as media audience in consuming and constructing meaning. *Interaksi Online*, 1(2).
- Phillips, K. A., & Dufresne, R. G. (2000). Body dysmorphic disorder. *American Journal of Clinical Dermatology*, 1(4), 235-243.
<https://link.springer.com/article/10.2165/00128071-200001040-00005>
- Prima, E., & Sari, E. P. (2013). Hubungan antara body dissatisfaction dengan kecenderungan perilaku diet pada remaja putri. *Jurnal Psikologi Integratif*, 1(1), 17-30.
- Pujawati, I. (2012). Body Images pada Remaja Putri Usia 19-22 Tahun Pengguna Instagram. *Universitas Padjajaran*.
- Puspitasari, A. I. (2017). *Hubungan Social Comparison dan Body Dissatisfaction pada Remaja Perempuan UNIVERSITAS AIRLANGGA*].
- Puspitasari, W. (2013). Gaya Hidup Penggemar K-Pop (Budaya Pop Korea) Dalam Mengekspresikan Kehidupannya (Studi Kasus K-Pop Lovers Di Surakarta).
- Rahmadani, T. A., & Sawitri, D. R. (2018). Hubungan antara citra tubuh dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Padjajaran. *Jurnal EMPATI*, 6(4), 242-246.
<https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2017.20062>
- Rinata, A. R., & Dewi, S. I. (2019). Fanatisme penggemar kpop dalam bermedia sosial di instagram. *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 8(2), 13-23.
<https://doi.org/https://doi.org/10.14710/interaksi.8.2.13-21>
- Rukun, R., & Hanif, M. (2021). Kesenian Gajah-gajahan di Kaponan Mlarak Ponorogo (Studi nilai budaya dan potensinya sebagai sumber pembelajaran IPS SD). *Gulawentah: Jurnal Studi Sosial*, 6(2), 165-175.
<https://doi.org/http://doi.org/10.25273/gulawentah.v6i2.11305>

- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan remaja*. Erlangga.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development*. Erlangga.
- Sari, G. E. P., Harjono, H., & Priyatama, A. N. (2010). Perbedaan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh ditinjau dari strategi coping pada remaja wanita di SMA Negeri 2 Ngawi. *Jurnal Wacana Psikologi*, 2(2), 47-63.
<https://digilib.uns.ac.id/dokumen/download/16873/MzIwODM=/Perbedaan-ketidakpuasan-terhadap-bentuk-tubuh-ditinjau-dari-strategi-kop-ing-p-ada-remaja-wanita-di-SMA-Negeri-2-Ngawi-abstrak.pdf>
- Sukanto, M. (2006). Citra tubuh perempuan di media massa. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 20(3), 183-191.
- Wati, D. K., & Sumarmi, S. (2017). Citra tubuh pada remaja perempuan gemuk dan tidak gemuk: Studi cross sectional. *Amerta Nutrition*, 1(4), 398-405.
<https://doi.org/https://doi.org/10.20473/amnt.v1i4.2017.398-405>