

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Penelitian Terdahulu

Terdapat beberapa referensi penelitian terdahulu yang sesuai dengan kajiannya sebagai acuan bagi penulis untuk melakukan penelitian yang sedang dilaksanakan. Penulis menyadari bahwa terdapat beberapa kesamaan dan perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu, baik dalam hal teori, metodologi, maupun isi. Adapun penelitian terdahulu yang berhubungan dengan judul penelitian sebagai berikut:

1. Rahmawati (2024) Universitas Teknologi Yogyakarta.

Berjudul *Gambaran Persepsi Perempuan Pengguna Media Sosial Instagram Tentang Konten Body Goals*. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan melakukan wawancara. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini menunjukkan bahwa konten *body goals* di Instagram memicu persepsi positif dan negatif di kalangan perempuan. Responden merasa termotivasi dan inspirasi, namun juga mengalami ketidakpuasan terhadap tubuh mereka akibat standar kecantikan yang tidak realistis.

2. Anggrainy (2022) Institut Agama Islam Negeri Manado

Berjudul *Body dissatisfaction pada wanita pengguna media sosial Instagram*. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan kajian literatur yang bersifat deskriptif dan analisis naratif terhadap berbagai sumber ilmiah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *body dissatisfaction* pada wanita pengguna Instagram terjadi akibat beberapa faktor utama, yaitu *social comparison* atau perbandingan sosial dengan pengguna lain yang dianggap lebih ideal, intensitas penggunaan Instagram yang tinggi, adiksi terhadap media sosial, serta rendahnya *self-compassion* atau kemampuan memberi pengertian pada diri sendiri. Semakin tinggi intensitas penggunaan Instagram dan tingkat perbandingan sosial yang dilakukan, semakin tinggi pula tingkat ketidakpuasan terhadap tubuh yang dialami. Kondisi ini dapat mengganggu kesehatan mental karena standar tubuh ideal yang

sering muncul di Instagram memicu ketidakpuasan terhadap tubuh sendiri.

3. Merita (2020) Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim Jambi

Berjudul *Persepsi Citra Tubuh, Kecenderungan Gangguan Makan Dan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Kota Jambi*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross sectional, Hasil yang diperoleh dari penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi yang normal(83,1%), *Body image* positif (64,6%) dan sebanyak 82,8%) remaja putri tidak memiliki gejala gangguan makan.

4. Ayu endang purwati (2023) STIKes Muhammadiyah Ciamis

Berjudul *Dampak Media Sosial Terhadap Body image Remaja Putri*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian *observasional research*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial dapat mempengaruhi citra tubuh ideal positif maupun negatif, Remaja putri, sebagai pengguna aktif dan sering terpapar konten yang dapat membentuk persepsi mereka terkait penampilan fisik.

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu

NO	Nama/ Judul penelitian	Metode penelitian	Perbedaan	Persamaan
1	Azizah Luthfia Gigih Rahmawati, Nararya Rahadyan Budiyo/ Gambaran Persepsi Perempuan Pengguna Media Sosial Instagram Tentang Konten <i>Body Goals</i>	kualitatif	Pada penelitian terdahulu lebih menekankan pada dampak konten dari <i>body goals</i>	Menggunakan metode penelitian kualitatif
2.	Nur Evira Anggrainy/ Body dissatisfaction pada Wanita Pengguna Media Sosial Instagram	kualitatif	Pada penelitian terdahulu Persepsi, perasaan, dan pengalaman terkait ketidakpuasan tubuh	Menggunakan metode penelitian kualitatif
3	Merita, Nurainun, Hamzah, Djayusmantoko/ Persepsi Citra Tubuh, Kecenderungan Gangguan Makan Dan Status Gizi Pada Remaja Putri Di Kota Jambi	Kuantitatif	Pada penelitian terdahulu Menggunakan metode penelitian kuantitatif	Mengkaji terkait persepsi citra tubuh.
4	Ayu Endang Purwati, Sri Utami Asmarani, Sri Wulan Ratna Dewi/ Dampak Media Sosial Terhadap <i>Body image</i> Remaja Putri	Kuantitatif	Pada penelitian terdahulu menggunakan metode penelitian kuantitatif	Mengkaji terkait <i>body image</i> pada remaja putri

2.2 Teori Yang Di Gunakan

2.2.1 Teori *Uses and gratification*

Dalam penelitian ini teori yang digunakan adalah Teori *Uses and Gratification* pertama kali dikembangkan oleh tiga peneliti yaitu Elihu Katz, Jay G. Blumler, dan Michael Gurevitch. Latar belakang munculnya teori *Uses and Gratification* ini adalah karena ketiga peneliti tersebut mengamati bahwa masyarakat memiliki keinginan (baik dari aspek psikologis maupun sosial) untuk memilih konten yang mereka inginkan dari paparan media.

Menurut Kustiawan, (2022) Teori *Uses and Gratification* juga mengatakan bahwa ada alasan tertentu untuk menggunakan media. Motivasi berasal dari kumpulan kepentingan individu, jadi mereka menggunakan media masa untuk memenuhi kepentingan mereka. Menurut McQuail, ada empat kategori motif pengkonsumsian media, yaitu:

1) Motif Informasi.

Pengguna memiliki motif informasi karena mereka ingin mengetahui berbagai peristiwa dan kondisi yang berkaitan dengan lingkungan mereka.

2) Motif Identitas Pribadi.

Pengguna memiliki motif identitas karena mereka ingin menemukan penunjang nilai-nilai yang berkaitan dengan diri mereka sendiri.

3) Motif Integrasi dan Interaksi Sosial.

Pengguna memiliki motif identitas karena mereka ingin mengetahui tentang berbagai peristiwa dan kondisi yang berkaitan.

Teori *Uses and Gratifications* sangat relevan digunakan dalam penelitian yang menelaah motif perempuan dalam menggunakan Instagram, khususnya terkait aktivitas memposting konten yang menggambarkan bentuk tubuh ideal. Teori ini memandang individu sebagai pihak yang aktif dan sadar dalam memilih serta menggunakan media untuk memenuhi berbagai kebutuhan psikologis dan sosial. Melalui Instagram, perempuan dapat memanfaatkan berbagai fitur yang ada untuk membangun dan memperkuat citra diri, memperoleh pengakuan sosial,

mengekspresikan diri, serta menjalin interaksi dengan komunitas yang memiliki minat serupa. Aktivitas memposting konten bentuk tubuh ideal bukan sekadar berbagi gambar, melainkan juga menjadi sarana untuk menunjukkan pencapaian pribadi, mendapatkan dukungan, serta membangun jejaring sosial yang positif. Dengan demikian, media sosial seperti Instagram berperan penting sebagai wadah pemenuhan kebutuhan personal, sosial, bahkan sebagai bentuk pelarian dari rutinitas sehari-hari.

Dengan menggunakan kerangka teori *Uses and Gratifications*, peneliti dapat mengidentifikasi dan menganalisis berbagai motif spesifik yang mendorong perempuan untuk aktif memanfaatkan Instagram. Beberapa motif tersebut antara lain kebutuhan akan eksistensi diri, keinginan memperoleh pengakuan dan validasi dari lingkungan sosial, serta upaya membentuk dan memperkuat identitas diri di dunia maya. Selain itu, interaksi yang terjalin melalui komentar, likes, dan pesan langsung juga memberikan rasa keterhubungan dan dukungan emosional yang penting bagi individu. Fokus utama teori ini adalah bagaimana individu secara sadar menggunakan media untuk mencapai tujuan tertentu, bukan semata-mata menjadi penerima pasif dari pesan-pesan media. Oleh karena itu, teori *Uses and Gratifications* memberikan kerangka konseptual yang kuat untuk memahami dinamika perilaku pengguna media sosial, khususnya perempuan yang menggunakan Instagram untuk mengekspresikan diri dan memperoleh kepuasan melalui aktivitas tersebut.

2.3 Kerangka Konseptual

2.3.1 Motif

Motif adalah sebuah konsep yang mencakup berbagai faktor internal yang mengarahkan perilaku individu menuju tujuan tertentu. Pengamatan perilaku individu menunjukkan bahwa setiap tindakan memiliki tujuan dan didorong oleh aspek-aspek tertentu. Dengan kata lain, perilaku individu bukanlah kejadian acak, melainkan hasil dari dorongan dan tujuan yang mendasarinya. Handoko dalam Sobur (2003) menjelaskan bahwa motif umumnya terdiri dari dua unsur utama: dorongan atau kebutuhan, dan tujuan. Secara etimologis, istilah "motif" berasal dari

kata "*motion*" yang berarti gerakan, sehingga motif erat kaitannya dengan tindakan atau perilaku manusia. Dalam psikologi, motif dapat dipahami sebagai rangsangan, dorongan, atau energi yang memicu dan mengarahkan suatu perilaku. Dengan kata lain, motif adalah dorongan internal yang meliputi hasrat, keinginan, dan energi yang memotivasi seseorang untuk bertindak. Ini merupakan kekuatan yang ada dalam diri individu, mendorong mereka untuk melakukan sesuatu. Seperti yang dinyatakan oleh Nasution dalam, Sobur (2023) "motif adalah segala daya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu."

1. Menurut Para Ahli

a) M.N. Purwanto (2007)

Motif tidak dapat dipisahkan daripada kebutuhan (*need*). Seseorang atau suatu organisme yang berbuat atau melakukan sesuatu, sedikit banyaknya ada kebutuhan di dalam dirinya atau ada sesuatu yang hendak dicapainya.

b) Sardiman (2012)

Motif dapat dikatakan sebagai daya penggerak dari dalam dan di dalam subjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan.

c) Ricky Andrianto Widodo (2009)

Motif merupakan suatu pengertian yang meliputi semua pergerakan, alasan-alasan atau dorongan dalam diri manusia yang menyebabkan manusia untuk berbuat sesuatu.

2.3.2 Konsep Remaja(Perempuan)

Remaja merupakan masa transisi krusial antara masa anak-anak dan dewasa yang ditandai oleh perubahan fisik, psikologis, dan sosial secara signifikan. Pada masa ini, individu mengalami perkembangan kompleks yang membentuk identitas dan perilaku mereka di masa depan. Menurut Jean Piaget, remaja akhir berada pada tahap operasional formal, di mana mereka mulai mampu berpikir secara abstrak dan berpikir deduktif, serta mulai mempertanyakan nilai-nilai yang ada. Mereka mengembangkan pemahaman lebih mendalam mengenai budaya, moralitas, dan norma sosial. Pada remaja perempuan, perkembangan ini diperkuat oleh faktor-faktor fisik dan psikologis

husus yang berbeda dibanding remaja laki-laki, termasuk tekanan sosial yang lebih besar terkait citra tubuh.

Beberapa Faktor fisik memengaruhi proses berikut:

a) Faktor Genetik

Gen adalah faktor utama dalam menentukan tinggi badan, bentuk tubuh, dan karakteristik fisik lainnya. Menurut penelitian, gen tertentu dapat memengaruhi metabolisme dan risiko terkena penyakit tertentu.

b) Gizi dan Pola Makan

Pertumbuhan memerlukan nutrisi yang tepat, kekurangan nutrisi dapat menghambat pertumbuhan dan menyebabkan masalah kesehatan dalam jangka panjang (Brown , 2009).

c) Olahraga dan Aktivitas Fisik

Berolahraga secara teratur meningkatkan kesehatan jantung, berat badan yang sehat, kekuatan otot dan tulang, dan kesehatan mental dan emosional(Green dan Brown, 2004).

Pertumbuhan dan perkembangan remaja akhir dipengaruhi oleh faktor- faktor psikologis yang kompleks, yaitu:

a) Identitas Diri

Identitas diri pada remaja akhir berkembang seiring waktu, dengan melibatkan eksplorasi nilai-nilai, minat, dan tujuan hidup. Identitas diri yang positif memberikan fondasi stabil, tetapi ketidakpastian dan konflik selama pencarian identitas dapat menimbulkan stres.

b) Konsep Diri

Konsep diri remaja mencakup persepsi dan penilaian terhadap kemampuan, karakter, dan peran mereka dalam kehidupan. Konsep diri yang positif berhubungan dengan percaya diri yang tinggi dan kesejahteraan emosional, sedangkan konsep diri negatif dapat menyebabkan masalah seperti rendah diri atau depresi.

c) Kesehatan Mental

Kesehatan mental remaja akhir penting dalam menentukan kualitas hidup mereka. Stres yang terkait dengan tuntutan akademik, perubahan fisik dan emosional, serta tekanan sosial dapat menyebabkan gangguan kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, atau gangguan makan.

Perkembangan remaja perempuan berlangsung secara kompleks dan multidimensional, dipengaruhi oleh dinamika fisik, psikologis, dan sosial yang khas pada masa transisi usia sekitar 18 hingga 24 tahun. Kelompok usia ini yang juga merupakan rentang usia informan dalam penelitian di komunitas G Sport Center merupakan periode akhir remaja menuju dewasa muda, di mana pencarian dan pembentukan identitas menjadi sangat krusial. Dalam konteks sosial digital yang kian berkembang, remaja perempuan pada usia ini sangat dipengaruhi oleh interaksi media sosial, terutama Instagram, yang menjadi salah satu ruang utama ekspresi diri dan pembentukan identitas sosial. Dalam komunitas kebugaran seperti G Sport Center, ekspektasi terhadap bentuk tubuh ideal yang dibangun oleh norma dan standar kecantikan yang tersebar melalui media sosial membawa tekanan tambahan di samping perubahan fisik dan psikologis alami. Tekanan ini sering membuat mereka mengalami rasa tidak aman akibat perbandingan sosial secara online, yang memicu stres dan kecemasan.

2.3.3 Tubuh Ideal

Menurut Puspasari (2019) Tubuh ideal merupakan keinginan dari semua orang, baik laki-laki maupun perempuan, yang didefinisikan sebagai proporsi seimbang antara tinggi badan dan berat badan, di mana tubuh tidak gemuk maupun kurus. Namun, persepsi tentang tubuh ideal sering kali tidak sejalan dengan realitas, yang dapat memicu *body image* negatif. Media sosial berperan besar dalam hal ini, sering menampilkan standar kecantikan yang sulit dijangkau, seperti kulit putih, tubuh langsing, dan wajah simetris. Tekanan untuk memenuhi standar tersebut dapat mengganggu kesehatan mental remaja, menciptakan rasa tidak puas terhadap penampilan diri mereka. Seseorang yang merasa tidak sesuai dari standar kecantikan dalam media sosial tersebut akan memicu adanya ketidakpuasan

terhadap *Body image* dan akan menyebabkan gangguan pada mental.

Body image adalah gambaran dari mental yang dimiliki seseorang dari ukuran, bentuk dan rupa tubuh individu. *Body image* merupakan penilaian individu terhadap tubuh, yang mencakup tubuhnya baik dari segi bentuk maupun ukuran. *Body image* sangat di pengaruhi dari faktor sosial termasuk budaya tempat tinggal, pengaruh media, tren, dan bahkan saudara, teman dan lainnya (Roberta honigman, 2008). Tingkat *Body image* individu di gambarkan oleh seberapa jauh individu merasa puas terhadap penampilan fisik secara keseluruhan serta menambahkan tingkat penerimaan citra diri sebagian besar terhadap pengaruh sosial yang terdiri dari empat aspek yaitu dari reaksi orang lain, perbandingan dengan orang lain, dan identifikasi terhadap orang lain.

1. Aspek- aspek *body image*

Kepuasan dan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dapat diukur dengan aspek-aspek pada *body image*. Cash (2002): Ramanda (2019) mengemukakan aspek-aspek dalam *body image*, yaitu:

- a) Aspek persepsi terhadap bagian- bagian tubuh dan penampilan secara keseluruhan.

Bentuk tubuh dan penampilan baik seseorang dapat menunjukkan rasa senang atau tidak senang terhadap bentuk tubuhnya sendiri.

- b) Aspek perbandingan dengan orang lain.

Adanya penilaian sesuatu yang lebih baik atau lebih buruk dari yang lain, sehingga menimbulkan prasangka bagi dirinya kepada orang lain, hal yang menjadikan perbandingan individu ialah ketika harus menilai penampilan dirinya dengan penampilan fisik orang lain.

- c) Aspek sosial budaya

Individu memiliki kemampuan untuk menilai bagaimana reaksi terhadap orang lain apabila dinilai orang itu menarik secara fisik, maka gambaran orang tersebut akan menunjukkan hal-hal baik untuk menilai dirinya.

Menurut cash (2012) Aspek yang mendasari pengukuran body image pada seorang individu sebagai berikut:

a) Evaluasi Penampilan

Aspek ini mencakup kemampuan individu dalam mengukur kepuasan dan ketidakpuasan dengan penampilan individu dengan menampilkan keseluruhan dan menilai penampilan individu.

b) Orientasi Penampilan

Aspek orientasi penampilan adalah bagaimana individu dalam menilai seberapa penting penampilannya terhadap orang lain, dan usaha untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan.

c) Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh

Aspek menggambarkan individu menilai tingkat kepuasan terhadap berat badan dan dalam mengukur kepuasan terhadap aspek-aspek tertentu.

d) Kecemasan Untuk Menjadi Gemuk

Aspek ini menggambarkan kecemasan dan kekhawatiran individu terhadap kegemukan. Hal ini membuat individu cenderung melakukan diet untuk menurunkan berat badan.

e) Pengkategorian Tubuh

Aspek ini menggambarkan bagaimana individu menilai berat badan nya dengan rentang penilaian berat badan yang sangat kurus sampai dengan sangat gemuk.

2. Faktor Yang Mempengaruhi *Body Image*

Body image terbentuk sepanjang hidup seseorang dan sangat dipengaruhi oleh pengalaman individu serta interaksi sosial di lingkungannya. Persepsi terhadap tubuh sendiri tidak hanya berdasar pada pandangan pribadi, tetapi juga dipengaruhi oleh bagaimana individu menilai dan dinilai oleh orang lain dalam konteks sosial dan budaya yang mereka jalani. Beberapa faktor utama yang memengaruhi pembentukan body image menurut Fardouly et al., (2015) meliputi:

a) Pengaruh media sosial dan paparan massa:

Intensitas penggunaan media sosial membuat individu sering membandingkan dirinya dengan standar kecantikan yang ideal dan sering tidak realistis, yang berpotensi menimbulkan ketidakpuasan terhadap tubuh.

b) Faktor budaya dan norma sosial:

Lingkungan sosial dan budaya tempat tinggal memberikan norma-norma tentang penampilan fisik yang ideal, yang dapat membentuk ekspektasi dan standar terhadap tubuh seseorang.

c) Sosialisasi dan peran teman sebaya:

Teman dan kelompok sosial menjadi sumber pengaruh penting yang membentuk persepsi individu tentang tubuh ideal dan citra diri.

d) Konsep diri dan identitas personal:

Bagaimana individu memandang dirinya sendiri dari sisi penilaian pribadi dan sosial dapat menentukan tingkat kepuasan terhadap tubuh.

Berikut adalah faktor-faktor yang memengaruhi pembentukan body image pada remaja menurut Tita Tatiana Trinita (2024) yaitu :

a) Sosialisasi Budaya:

Norma dan nilai budaya di lingkungan sekitar membentuk standar dan ekspektasi terhadap bentuk tubuh yang ideal. Nilai budaya ini diinternalisasi oleh individu sehingga membentuk sikap dasar terhadap tubuh sendiri. Faktor budaya berperan besar dalam memberikan acuan tentang penampilan fisik yang dianggap menarik atau diterima masyarakat.

b) Pengalaman Interpersonal:

Hubungan sosial dengan teman sebaya, keluarga, dan lingkup sosial memberikan pengalaman dan feedback yang penting. Melalui interaksi ini, individu sering melakukan perbandingan sosial, yang memengaruhi persepsi tentang tubuh dan citra diri.

Umpan balik positif maupun negatif dari lingkungan sosial dapat memperkuat atau melemahkan kepuasan terhadap body image.

c) Karakteristik Fisik:

Bentuk tubuh aktual dan perubahan yang terjadi selama masa pertumbuhan dan perkembangan memengaruhi cara individu melihat tubuhnya sendiri. Perubahan fisik dalam masa muda, seperti pubertas dan perubahan berat badan, punya dampak kuat pada pembentukan citra tubuh.

d) Jenis Kelamin:

Perempuan cenderung memiliki tingkat ketidakpuasan terhadap tubuh yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Faktor gender ini menjadi penentu penting dalam pembentukan persepsi tubuh ideal dan ketidakpuasan terhadap tubuh.

e) Pengaruh Media Massa:

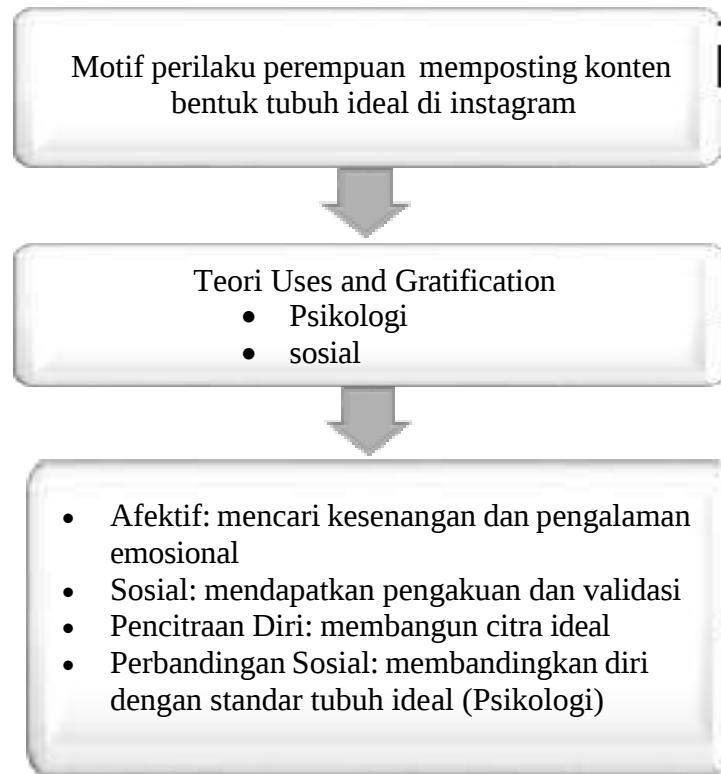
Media massa, termasuk media sosial, menampilkan gambaran dan standar kecantikan tubuh yang ideal dan seringkali tidak realistis. Hal ini menjadi salah satu sumber tekanan bagi remaja untuk memenuhi standar tersebut, yang dapat memicu rasa tidak puas dan gangguan citra tubuh.

f) Persepsi Berat Badan:

Keinginan untuk mencapai dan mempertahankan berat badan sesuai dengan standar sosial atau pribadi mendorong perilaku tertentu seperti diet dan aktivitas fisik. Persepsi ini berperan dalam pembentukan kepuasan atau ketidakpuasan terhadap body image.

2.4 Kerangka Berfikir

Kerangka pemikiran sebagai landasan dalam pemahaman untuk memperjelas pelaksanaan penelitian dan sekaligus untuk mempermudah dalam pemahaman dapat dijelaskan sebagai berikut:



Gambar 2.1 Bagan kerangka pemikiran
Sumber: Olahan Penelitian Tahun 2025