

Aku dan Dia, Cantik Mana? Perbandingan Sosial, *Body Dissatisfaction* dan Objektivikasi diri

Maria Helena Suprpto dan Anindito Aditomo
Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya
e-mail: mv_helena@yahoo.com/ masnino@yahoo.com

Abstract. This study was keen to investigate whether a relation exists between self-objectivication and body dissatisfaction; whether a difference exists in body dissatisfaction as a result of social comparison; and whether self-objectivication level of adolescent girls moderate this affect. An experimental pretest-posttest independent group design was used. Participants ($N = 32$) were 17 - 22 aged psychology students. Results reveal a correlation between self-objectivication and body dissatisfaction. Nonetheles, there is no influence of social comparison towards body dissatisfaction, also no such influence exists towards body dissatisfaction moderated by self-objectivication level. The effectivity of treatment, partisipants' personality are discussed, along with self-improvement and self-enhancement motives in conductng social comparison.

Key words: body dissatisfaction, social comparison, self-objectivication, beauty, physical appeal

Abstrak. Penelitian ini bertujuan menemukan adanya hubungan antara objektivikasi diri dan *body dissatisfaction*, apakah ada perbedaan *body dissatisfaction* yang diakibatkan oleh perbandingan sosial, dan apakah tingkat objektivikasi diri pada remaja putri memoderasi pengaruh tersebut. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain "*pre-test post-test independent group design*". Partisipan adalah mahasiswi berusia 17-22 tahun. Hasil penelitian ini yaitu ada korelasi objektivikasi diri dengan *body dissatisfaction*. Namun, tidak ada pengaruh perbandingan sosial terhadap *body dissatisfaction*, juga tidak ada pengaruh perbandingan sosial terhadap *body dissatisfaction* yang dimoderatori tingkat objektivikasi diri. Hal ini disebabkan kurang efektifnya perlakuan, faktor kematangan pribadi partisipan, dan belum mempertimbangkan motif *self-improvement* dan *self-enhancement* dalam melakukan perbandingan sosial.

Kata kunci: *body dissatisfaction*, perbandingan sosial, objektivikasi diri, kecantikan, kemenarikan fisik

Dewasa ini, banyak perempuan yang tidak puas terhadap tubuhnya. Mereka tidak puas dengan penampilan tubuhnya dan bobot badannya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Surabaya pada 2003, didapatkan informasi bahwa empat puluh persen perempuan berusia 18-25 tahun mengalami *body dissatisfaction* dalam kategori tinggi, dan 38 persen dalam kategori sedang (Herawati, 2003). Di Amerika, bila dibandingkan dari tahun ke tahun, ternyata jumlah perempuan yang mengalami *body dissatisfaction* semakin banyak (Garner, sitat dalam Dittrich, 2005). Hal ini ditunjukkan dari hasil survei di Amerika yaitu pada 1973, 25 persen perempuan tidak puas terhadap keseluruhan penampilannya (Robinson, 2003). Pada 1986, jumlah perempuan tidak puas terhadap keseluruhan penampilannya, meningkat menjadi 38 persen, dan 1997 jumlahnya mencapai 56 persen. Kenaikan jumlah perempuan yang mengalami *body*

dissatisfaction adalah hal yang memprihatinkan. Individu yang mengalami *body dissatisfaction* memiliki *body image* yang negatif. Individu dengan *body image* negatif menganggap dirinya tidak menarik. Mereka merasa tidak memenuhi standar kecantikan masyarakat, merasa tidak berharga, dan merasa tidak menerima penerimaan positif dari dirinya serta orang lain (Gideon, 1998).

Setelah menelusuri fenomena *body dissatisfaction* dan dampak negatifnya, timbul pertanyaan mengapa perempuan mengalami *body dissatisfaction* hingga sedemikian rupa. Brehm (1999) telah menemukan lima faktor yang menyebabkan *body dissatisfaction*, yaitu: *first impressions culture*; kepercayaan bahwa kontrol diri dapat memberikan jalan untuk mencapai tubuh ideal; standar kecantikan yang tidak mungkin dicapai; rasa tidak puas yang mendalam terhadap kehidupan dan diri sendiri; dan kebutuhan akan kontrol. Gideon (1998)