

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Setiap orang mengalami pertumbuhan dan perkembangan dalam siklus kehidupan menuju pendewasaan. Pengertian perkembangan (*development*) dan pertumbuhan (*growth*) secara umum hampir sama. Keduanya dapat diartikan sebagai perubahan pada suatu keadaan. Pertumbuhan dititik beratkan pada suatu perubahan secara fisik yang dapat diukur seperti berat (gram, pound), tinggi (cm, inci), sedangkan perkembangan merupakan perubahan yang terjadi dengan bertambahnya kemampuan (*skill*) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks sebagai hasil dari proses pematangan (Jahja, 2011). Pertumbuhan dan perkembangan menunjukkan manusia mengalami perubahan seperti tinggi dan berat badan, perbendaharaan kata, dan kematangan berpikir, namun ada juga yang menetap seperti temperamen dan kepribadian (Hildayani, 2014). Dengan kata lain, perkembangan merupakan proses menuju pendewasaan pada seseorang.

Dewasa atau *adult* berasal dari kata kerja bahasa Latin *adultus* yang memiliki arti kedewasaan dimana seseorang bertanggung jawab penuh atas sikap dan tindakan yang dilakukan serta tidak bergantung pada orang lain. Masa dewasa merupakan masa terjadinya perubahan yaitu pada rentan usia antara 18 tahun – 30 tahun atau 20 tahun – 40 tahun (Retno, 2019). Seperti pendapat dari ahli lain yang juga mengatakan bahwa rentang usia dewasa awal berkisar dari usia 20 tahun hingga usia 40 tahun (Papalia, dkk dalam (Agusdwitanti, Tambunan, & Retnaningsih, 2015). Ada pula pendapat lain bahwa masa beranjak dewasa

(dewasa awal) *emerging adulthood* adalah istilah yang digunakan untuk merujuk masa transisi dari remaja menuju dewasa dimana rentang usia masa tersebut berkisar antara 18 hingga 25 tahun yang ditandai oleh kegiatan bersifat eksperimen dan eksplorasi serta diwarnai dengan perubahan yang berkesinambungan (Santrock, 2011).

Selama masa dewasa seseorang harus siap menerima perubahan – perubahan pada dirinya baik secara fisik maupun psikis bersamaan dengan kesiapan diri untuk menghadapi masalah – masalah atau tantangan hidup yang semakin bertambah dalam penyesuaian diri dan tekanan serta harapan pada diri sendiri dikarenakan perubahan tersebut. Pada usia dewasa ini rata – rata seorang wanita mulai menunjukkan perubahan pada penampilan dalam gaya hidup sehari – hari dengan menonjolkan bagian – bagian tubuhnya sehingga terlihat menarik.

Hal mengenai daya tarik tubuh yaitu payudara mulai diperhatikan pada tingkat mahasiswa karena tingkat tersebut merupakan masa dimana seseorang berada pada masa peralihan dari remaja menjadi dewasa. Rata – rata usia pada tingkat mahasiswa adalah usia 18 tahun karena usia tersebut merupakan usia berakhirnya tingkatan sekolah akhir (Retno, 2019). Usia dimana seseorang mulai memerhatikan penampilan fisiknya terutama bagi mahasiswi dimulai dari cara berpakaian, mulai berdandan, hingga memerhatikan bentuk tubuh salah satunya adalah bentuk dan ukuran payudara yang memengaruhi kepercayaan dirinya dalam menampilkan diri di kehidupan sehari – hari.

Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan. Kepercayaan diri adalah keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri untuk mencapai target, keinginan, dan tujuan walaupun menghadapi berbagai tantangan dan masalah serta dilakukan dengan penuh tanggungjawab

(Syam & Amri, 2017). Kepercayaan diri yaitu suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya (Bidjuni, 2016). Salah satu faktor yang memengaruhi kepercayaan diri dipengaruhi oleh salah satu faktor yaitu penampilan fisik (Santrock dalam Ildil, Denich, & Ilyas, 2017). Salah satu penampilan fisik pada perempuan adalah payudara. Faktor – faktor lain yang memengaruhi kepercayaan diri seseorang antara lain hubungan dengan orang tua dan teman sebaya, rasa aman, serta konsep diri seseorang.

Seperti yang telah dikatakan para ahli di atas bahwa kepercayaan diri mampu memengaruhi seseorang dalam menjalani kehidupan sehari - hari. Dengan memiliki kepercayaan diri, seseorang menjadi mampu melakukan berbagai hal. Kepercayaan diri memberi pengaruh pada seseorang dari segi emosi, perasaan, keyakinan pada diri, kehidupan sosial, serta pola pikir seseorang yang menuntun dalam tindakan serta perilaku. Kepercayaan diri dapat menuju ke arah yang positif dan negatif. Hal tersebut bermula pada pemikiran seseorang ketika menghadapi segala sesuatu, yaitu bagaimana cara seseorang menilai dan menyikapi setiap permasalahan yang dihadapi atau biasa disebut dengan persepsi.

Persepsi merupakan sebuah kata dalam bahasa Indonesia yang merupakan istilah serapan dari Bahasa Inggris yaitu *perception*. Kata *perception* sendiri berasal dari bahasa Latin, *percepto dan percipio*, yang berarti pengaturan identifikasi dan penerjemahan dari informasi yang diterima melalui panca indra manusia dengan tujuan untuk mendapatkan pengertian dan pemahaman akan lingkungan sekitar (Corri, 2017). Persepsi merupakan keyakinan seseorang pada diri sendiri maupun kepada orang lain (Fernandez-rio, Cecchini, Mendez-

Gimenez, & Mendez-Alonso, 2018). Selain itu, persepsi dapat diartikan sebagai suatu proses mengenai petunjuk-petunjuk yang didapatkan dari alat indera dan pengalaman masa lampau yang relevan (Bilondatu, 2013). Ada pula pendapat lain mengenai persepsi, yaitu proses dalam diri untuk mengetahui dan mengevaluasi sejauh mana kita mengetahui orang lain (Listyana & Hartono, 2015).

Persepsi tidak hanya berlaku untuk menilai sesuatu di lingkungan sekitar namun juga untuk menilai diri sendiri. Persepsi diri merupakan pandangan atau penilaian terhadap diri sendiri yang diperoleh dari hasil belajar atau pengalaman yang mempengaruhi individu tersebut untuk berinteraksi atau berperilaku dengan sekitarnya karena teori persepsi diri merupakan kelanjutan dari teori konsep diri (Yazid & Ridwan, 2017). Persepsi dapat mengarah pada hal yang positif dan negatif, persepsi yang positif akan menuntun seseorang menuju pada tindakan, perasaan, dan pemikiran yang positif, begitu sebaliknya.

Seorang wanita cenderung lebih memperhatikan dirinya, terutama bagian fisik salah satunya yaitu payudara. Seorang wanita menilai bagaimana bentuk dan ukuran payudara yang dimiliki. Besar kecilnya ukuran payudara tergantung pada penilaian terhadap diri sendiri. Seringkali seorang wanita merasa payudara yang indah adalah payudara yang berukuran besar dan memiliki bentuk yang padat serta kencang meskipun ada pedoman yang dapat digunakan untuk mengukur besar kecilnya payudara.

Pedoman yang digunakan untuk mengukur besar kecilnya payudara adalah melalui ukuran *bra* dari ukuran terkecil secara umum yaitu A hingga yang dihitung dari ukuran lingkar dada (*cup*) serta lingkar bawah payudara yang dapat diukur menggunakan alat yaitu meteran. Seperti yang terpaparkan dari hasil survey di atas, meskipun terdapat pedoman dalam pengukuran payudara, namun

pada kenyataannya terdapat wanita yang merasa belum percaya diri dengan payudara yang dimilikinya. Ada yang menilai payudara yang dimilikinya berukuran kecil sehingga wanita memiliki keinginan untuk memperbesar payudaranya, namun ada pula yang merasa dengan ukuran payudara besar juga belum membuat dirinya percaya diri, begitu pula sebaliknya. Penilaian tersebut timbul berdasarkan persepsi seseorang mengenai ukuran payudara yang dimilikinya. Meskipun demikian, payudara tetap memiliki nilai keindahan tertentu bagi masing – masing orang baik bagi pria maupun wanita baik berukuran kecil maupun berukuran besar.

Payudara merupakan salah satu bagian tubuh yang berharga bagi seorang perempuan yang memiliki banyak arti dari berbagai sudut pandang serta konteksnya yaitu sebagai citra kewanitaan, daya tarik seorang wanita, bagian dari fungsi alat reproduksi yaitu untuk menyusui (Elvaventia, 2008). Payudara bertumbuh menjelang usia pubertas dan terus bertambah besar mencapai ukuran optimal yang dipengaruhi oleh hormon kewanitaan estrogen maupun progesteron (Wylie, 2010). Payudara yang baik dapat membuat seorang wanita merasa yakin dan percaya diri, namun apabila memiliki payudara yang bentuk dan ukurannya tidak sesuai dengan keinginan mungkin akan menimbulkan rasa rendah diri (Irianto, 2014).

Hasil dari berbagai pengamatan dan pengalaman penulis yang mengamati dan berbincang langsung dengan beberapa kerabat dari beberapa fakultas Unika Soegijapranata Semarang yang merupakan tempat penulis menimba ilmu bidang psikologi, para mahasiswi mengeluhkan mengenai bentuk dan ukuran payudara yang dimilikinya. Wawancara dilakukan pada tanggal 16, 18, dan 20 bulan Oktober tahun 2019 dengan subyek berinisial B, Y, E, dan N. Wawancara dilakukan

berdasarkan pada ciri – ciri seseorang yang memiliki kepercayaan diri antara lain memiliki keyakinan terhadap kompetensi yang dimiliki, mampu menyesuaikan diri, mampu berpikir positif, mampu mengendalikan diri, realistis, serta mampu bersikap tenang dalam menghadapi sesuatu yang dikaitkan dengan ukuran payudara yang dimiliki.

Hasil wawancara pada subyek B dan N yang memiliki ukuran payudara besar menunjukkan pada subyek B merasa percaya diri dengan ukuran payudara yang dimiliki karena subyek merasa ukuran payudara yang dimilikinya sudah cukup dan tidak merasa terganggu saat beraktivitas yang membutuhkan banyak gerakan seperti berlari dan melompat. Subyek juga merasa percaya diri menggunakan jenis pakaian apapun seperti pakaian *press body*, *t-shirt*, maupun pakaian longgar. Berbeda dengan subyek N, merasa kurang percaya diri dengan ukuran payudara besar yang dimilikinya karena subyek merasa ukuran payudara yang dimilikinya terlalu besar, serta subyek merasa terganggu pada saat beraktivitas seperti berlari atau melompat karena payudaranya akan bergoyang sehingga subyek takut apabila menjadi pusat perhatian orang – orang di sekitarnya.

Hasil wawancara pada subyek Y dan E juga menunjukkan hasil yang berbeda. Subyek Y merasa percaya diri dengan ukuran payudaranya yang kecil karena subyek mudah beradaptasi pada lingkungan sekitar dan tidak perlu merasa takut apabila menjadi pusat perhatian orang – orang di sekitarnya. subyek juga dapat menggunakan pakaian dengan jenis apapun seperti pakaian yang ketat maupun yang longgar karena bagian tubuh yaitu pada payudaranya menjadi tidak terlalu mecolok. Berbeda dengan subyek E yang merasa kurang percaya diri dengan ukuran payudaranya yang kecil karena saat subyek ingin berpakaian

dengan model pakaian sexy subyek tidak dapat menonjolkan bagian tubuhnya yaitu pada payudaranya seperti *public figure* yang ia gemari. subyek juga memiliki beberapa pengalaman karena menjadi bahan candaan teman – temannya sehingga membuatnya kurang percaya diri dan *minder* dengan payudara yang dimiliki teman – temannya karena lebih besar dari yang ia miliki.

Hasil survey pada tahun 2016-2017 yang ditemukan dari *International Society for Aesthetic Plastic Surgery* (ISAPS) terdapat 4,217,862 atau 17,9 persen dari total prosedur operasi plastik di dunia diduduki oleh Amerika Serikat (Komarudin 2018). Selain itu, terdapat 5 prosedur populer yang diinginkan para pasien yaitu implan payudara, sedot lemak, operasi lipatan mata, pengencangan payudara, dan *abdominoplasty* (Frederick, Peplau, & Lever, 2008). Fenomena tersebut juga semakin berkembang di Indonesia dengan meningkatnya permintaan wanita Indonesia dalam pelayanan bedah plastik seperti bedah plastik estetika hidung, kelopak mata, *face lift*, *body contouring* termasuk implan payudara (Komarudin, 2017; Komarudin 2018). Menurut dr Iswinarno Doso Saputro SpBP, dokter Spesialis Bedah Plastik RS Graha Amerta Surabaya, pada tahun-tahun sebelumnya, wanita yang melakukan operasi payudara dalam 3 bulan hanya 1 orang, namun jumlah semakin meningkat dalam sebulan sebanyak 3 hingga 5 orang (Nadhiroh, 2015).

Perkembangan dalam dunia medis kecantikan semakin diminati masyarakat untuk mempercantik diri atau memperindah tubuh meskipun harus mengeluarkan biaya luar biasa untuk mendapatkan hasil yang maksimal, seperti yang dilakukan oleh beberapa *public figure* di Indonesia antara lain Ruth Sahanaya seorang penyanyi yang melakukan operasi implan payudara pada 23 Desember 2005 dari ukuran payudara 32A menjadi 34A dengan alasan agar terlihat lebih

berisi dan indah, karena merasa tidak nyaman dalam berbusana saat tampil menyanyi di atas panggung. Selain itu, ada Krisdayanti yang juga merupakan seorang penyanyi terkenal menceritakan kegemarannya untuk mempercantik diri dalam bukunya "Catatan Hati Krisdayanti: *My Live, My Secret*", salah satunya tentang operasi penanaman implan payudara yang dilakukannya pada 2 Januari 2004 di Bangkok (Saputra, 2014).

Ada banyak pula penawaran produk untuk memperindah bentuk payudara salah satunya ialah produk pembesar payudara yang ditawarkan oleh berbagai macam toko, *onlineshop*, serta distributor kecantikan dan kesehatan lainnya melalui media sosial seperti *facebook*, *instagram*, *line*, dan *website* lainnya. Selain itu, terdapat pula beberapa tempat seperti tempat pijat, *therapy*, *spa* yang menawarkan pelayanan – pelayanan untuk kecantikan salah satunya adalah pijat pembesar payudara.

Peristiwa – peristiwa tersebut kemungkinan besar terjadi juga dikarenakan penilaian diri seseorang tidak terbentuk secara utuh sehingga seseorang selalu merasa kurang pada dirinya atau yang biasa disebut konsep diri. Perkembangan konsep diri dimulai pada masa kanak-kanak awal, dimana ada kecenderungan perkembangan yang berasal dari citra diri atau *self image* yang positif atau negatif, kemudian diri terbentuk melalui interaksi dengan lingkungan, khususnya lingkungan yang terdiri dari orang-orang yang signifikan seperti orangtua dan sibling, sehingga ketika anak memiliki sensitifitas sosial disertai kemampuan kognisi dan kemampuan perseptualnya menjadi matang, konsep diri menjadi berbeda dan lebih kompleks (Widiarti, 2017).

Konsep diri dapat diartikan sebagai penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri, baik secara fisik, sosial, maupun psikologis yang terbentuk melalui proses

interaksi dengan diri dan lingkungannya (Subaryana, 2015). Konsep diri juga dapat diartikan sebagai pemahaman mengenai diri sendiri yang terbentuk akibat interaksi diri dengan orang lain (Widiarti, 2017). Konsep diri menjadi salah satu faktor yang turut berperan dalam pembentukan diri menjadi lebih yakin dan percaya diri akan kemampuan yang dimiliki. Konsep diri memiliki dua macam yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Seseorang yang memiliki konsep diri positif cenderung melihat keberadaan dirinya secara positif, sehingga seseorang lebih percaya dan yakin akan kemampuan yang ada pada dirinya serta mampu menerima dirinya dengan utuh secara positif. Sedangkan seseorang yang memiliki konsep diri negatif cenderung melihat keberadaan dirinya secara negatif, sehingga seseorang kurang percaya diri akan kemampuan yang ada pada dirinya (Subaryana, 2015).

Ketika seseorang tidak mampu mengenali serta menerima dirinya sendiri dengan baik, seseorang akan cenderung merasa tidak mampu melakukan dalam berbagai hal meskipun belum mencobanya. Seseorang cenderung membentuk pemikiran bahwa ia tidak mampu, dan tidak pantas untuk melakukan hal tersebut, sehingga kemampuan yang dimiliki akan tertutup dengan rasa rendah diri. Perasaan tersebut cenderung akan membuat seseorang menjadi tidak percaya diri dan membuatnya berpikir bahwa orang – orang disekitarnya lebih hebat dari dirinya sedangkan dirinya tidak mampu melakukan apa pun.

Berdasarkan hal tersebut, maka seseorang yang memiliki konsep diri positif cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi. Berdasarkan uraian di atas maka muncullah pertanyaan dalam diri peneliti seberapa kuat hubungan antara persepsi terhadap payudara dan konsep diri terhadap kepercayaan diri seorang perempuan.

1.2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini antara lain;

1. Apakah ada hubungan antara persepsi ukuran payudara dan konsep diri dengan kepercayaan diri pada wanita dewasa awal
2. Apakah ada hubungan positif antara persepsi ukuran payudara dengan kepercayaan diri pada wanita dewasa awal
3. Apakah ada hubungan positif antara konsep diri dengan kepercayaan diri pada wanita dewasa awal

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini antara lain;

1. Mengetahui adanya hubungan antara persepsi ukuran payudara dan konsep diri dengan kepercayaan diri pada wanita dewasa awal
2. Mengetahui adanya hubungan positif antara persepsi terhadap ukuran payudara dengan kepercayaan diri pada wanita dewasa awal
3. Mengetahui adanya hubungan positif antara konsep diri dengan kepercayaan diri pada wanita dewasa awal

1.4. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini antara lain :

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi sumbang ilmu dalam bidang psikologi, khususnya bidang psikologi perkembangan dan psikologi kepribadian berkaitan dengan kepercayaan diri pada wanita.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi peneliti dan pembaca khususnya bagi wanita berkaitan dengan kepercayaan diri.

