

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Perkembangan seni terapan tari merebak dengan cepat di era global saat ini. Salah satu jenis tarian yang sedang menggejala atau menjadi *trend* saat ini adalah tarian modern atau biasa disebut *dance*. Tarian modern menjadi semakin fenomenal seiring kemunculan dan popularitas grup musik *boyband* atau *girlband* khususnya di Korea Selatan. Kemunculan dan popularitas grup-grup musik dari Korea Selatan ini menjadi daya tarik tersendiri bagi kalangan remaja di Indonesia.

Kalangan remaja pecinta grup musik *boyband* dan *girlband* dari Korea Selatan dikenal dengan sebutan komunitas *Korean-Pop* atau *K-Pop*. Dilansir dari laman berita *online* Musik.kapanlagi.com (SHInee, 2011), bahwa para *K-Pop* diketahui secara intens mencari dan meniru berbagai macam kegiatan yang telah dilakukan oleh idola mereka. Mereka meniru idolanya mulai dari jenis lagu, model pakaian (*fashion*) hingga tarian (*dance*). Demikian juga kalangan remaja di Indonesia, mereka tidak ketinggalan membentuk komunitas *K-Pop Dancer Cover* Indonesia. Tujuan utama dari komunitas ini adalah mewadahi *dancer-dancer cover* dan menjadi sarana berbagi informasi serta karya mereka (SHInee, 2011).

Fenomena *dance cover* sebagai salah satu jenis tarian modern sedikit berbeda dengan jenis-jenis tarian modern lainnya. Istilah *cover* menunjuk pada sifat gerakan tarian yang sebatas menirukan gerakan dari *dance* asli sehingga tidak ada gerakan tambahan yang dilakukan (Nurhadi dkk, 2019). Menurut Rarasati dan Pinasti (2016) *dance cover* merupakan salah satu kegiatan tari modern yang di dalamnya terdapat koreografi yang serupa dengan tarian asli dari artis originalnya.

Kalangan *dancer cover*, selain meniru koreografi atau seni merancang gerakan tarian, mereka biasanya juga meniru gaya berpakaian, gaya (*style*) rambut, dan model *make up*. Peniruan ini dilakukan agar diri mereka bisa tampil semakin mirip dengan sosok idolanya. Selain karena faktor keinginan untuk menyerupai sosok idola, banyak dari kalangan *K-Pop* menganggap bahwa *dance cover* merupakan bentuk ekspresi kesenangan atau perasaan suka terhadap *boyband* atau *girlband* idola mereka.

Kalangan *dancer cover* secara aktif mengadakan dan mengikuti berbagai *event* atau pertunjukan tari, baik yang sifatnya kompetitif atau perlombaan maupun sebatas hiburan. Sebuah pertunjukkan tari yang bertujuan untuk unjuk keterampilan menari dan menghibur para penonton. Bekal utama bagi penari adalah penguasaan keterampilan dan penghayatan secara total atas tarian. Seorang penari seharusnya tidak boleh ada keraguan ketika dirinya tampil menari. Dengan kata lain, seorang penari harus memiliki kepercayaan diri yang tinggi (Merianty, 2021). Jim Taylor (2020) dalam artikel berjudul "*Self-Confident*" mengatakan bahwa kepercayaan diri bagi seorang penari merupakan salah satu komponen terpenting bagi keberhasilan sebuah pertunjukkan tari. Dikatakan lebih lanjut bahwa tingkat kepercayaan diri penari menentukan seberapa baik penampilan mereka.

Murray (2019) dalam tulisannya "*Dancing is Good for Self-Confidance*", menyebutkan bahwa menari merupakan aktivitas yang sangat baik untuk membangun kepercayaan diri. Pada awal latihan menari, muncul kegugupan dan rasa takut merupakan sebuah kewajaran. Kegugupan dan rasa takut akan berangsur berkurang atau bahkan hilang dan digantikan perasaan nyaman dan santai ketika mereka secara rutin latihan menari dan dirinya berhasil menguasai

teknik-teknik menari. Keberhasilan menguasai teknik menari secara alami dapat meningkatkan kepercayaan diri. Penguasaan keterampilan menari tidak sebatas untuk kesenangan pribadi tetapi juga mendukung kesuksesan pada saat tampil dalam sebuah pertunjukan atau festival. Kesuksesan pertunjukkan tari pada gilirannya adalah wujud nyata kepercayaan diri. Menari juga bisa membantu meningkatkan kepercayaan diri karena mendapatkan berbagai pujian positif dari pihak lain. Latihan menari bersama orang-orang lain berarti seseorang memiliki lingkungan sosial baru yang pada gilirannya menambah kepercayaan diri. Menari melepaskan endorfin karena sangat menyenangkan, membuat rileks dan meningkatkan suasana hati yang pada gilirannya meningkatkan kepercayaan diri. Terampil menari dan latihan terus menerus serta berhasil dalam pertunjukkan adalah bukti kemampuan diri yang menjadi sumber kepercayaan diri.

Istilah kepercayaan diri (*self confidence*) dalam konteks psikologi merujuk pada beberapa pengertian. Lenney (1977), mengartikan kepercayaan diri sebagai harapan individu terhadap kinerja dan evaluasi diri atas kemampuan dan kinerja sebelumnya. Kamus Psikologi Online (*Psychology Dictionary Online*), arti kepercayaan diri merujuk pada kepercayaan individu pada kemampuan, kapasitas, dan penilaiannya sendiri, atau keyakinan bahwa dia dapat berhasil menghadapi tantangan dan tuntutan sehari-hari. Lauster dan Daradjat (dalam Wiranatha & Supriyadi, 2015) mengatakan bahwa kepercayaan diri adalah suatu keyakinan terhadap kemampuan diri seseorang yang didasari pada hal-hal yang sudah ada di dalam diri. Elfiky (2009) berpendapat bahwa kepercayaan diri adalah kepastian atau keyakinan yang dimiliki oleh seseorang ketika berhadapan dengan suatu hal atau penyelesaian tugas yang dilandasi motivasi tinggi sehingga tugas atau permasalahan tersebut berhasil diselesaikan. Menurut Maslow (1970) arti

kepercayaan diri dipandang dari sudut hirarki kebutuhan manusia merupakan modal dasar untuk pengembangan aktualisasi diri.

Seseorang memiliki kepercayaan diri tinggi adalah tidak ragu dan khawatir untuk melakukan suatu kegiatan karena dirinya yakin atau percaya mampu melakukannya, sopan dalam berinteraksi, bertanggung jawab, dan tidak takut untuk mengekspresikan diri (Lauster & Daradjat dalam Wiranatha & Supriyadi, 2015). Menurut Wiranatha dan Supriyadi (2015), bentuk-bentuk kepercayaan diri adalah keyakinan pada diri sendiri, mandiri dalam pengambilan keputusan, menerima kelebihan dan kelemahan diri, dan berani mengekspresikan sesuatu.

Sebaliknya seseorang yang memiliki kepercayaan diri rendah cenderung mengedepankan sikap pesimistis dalam menghadapi suatu hal (Amma dkk, 2017).

Manfaat memiliki kepercayaan diri yang tinggi bagi seseorang, antara lain, bisa mengembangkan kemampuannya hingga ke tingkat yang lebih tinggi, memiliki banyak koneksi karena memiliki kecenderungan mudah bergaul atau membaur dengan orang lain, memiliki konsep diri yang positif, menumbuhkan optimisme, lebih mudah dalam mengambil keputusan, dan memiliki motivasi yang kuat untuk menyelesaikan sesuatu (Elfiky, 2009).

Kepercayaan diri sangat penting dan bermanfaat bagi seorang penari, namun demikian tidak semua penari (*dancer*) percaya diri atau memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Hasil penelitian Merianty (2021) terhadap 20 orang penari tentang pentingnya *body image*. 9 dari 20 orang responden menjawab bahwa *body image* merupakan salah satu indikator penilaian. *Body image* atau citra tubuh menurut penjelasan dari 20 responden beragam, sebanyak 45% menyatakan citra tubuh baik ketika memiliki berat badan seimbang, 45% lainnya menyatakan *body* yang tinggi dan langsing, 20% lainnya menyatakan badan yang

kuat dan sehat. Kemudian, sebanyak 50% menyatakan puas dengan tubuhnya, dan sebanyak 80% responden menyatakan citra tubuh mempengaruhi performa dan kepercayaan diri saat tampil.

Peneliti juga melakukan wawancara awal kepada tiga orang *dancer cover K-pop* perempuan untuk memperoleh gambaran tentang kepercayaan diri mereka. Subjek 1 berinisial D (22 Tahun), subjek 2 berinisial FD (24 Tahun) dan subjek 3 berinisial R (21 Tahun). Peneliti melakukan wawancara kepada ketiga subjek pada tanggal 10 September 2021 di sebuah tempat latihan di Tri Lomba Juang Semarang secara bergantian. Hasil wawancara peneliti terhadap subjek pertama berinisial D adalah sebagai berikut;

“Aku suka banget sama *Blackpink*, Tarian dan gerakannya Mbak – mbak *Blackpink* tuh enak banget kak. Lagunya juga memang cocok banget untuk kita tuh nge-*dance* gitu. Jadi aku seringnya *cover* gerakan – gerakan *Blackpink* sama temen-temen *dancer* ku. Tapi aku ndak PD kalo harus di *Upload*, kondisi tubuh ku gak ideal. Jadi kayak buat kesenangan ku aja. Hehe...”

Subjek D menyatakan bahwa hasil video *dance cover* nya jarang diunggah di media sosial atau perkumpulan *K-Pop* di media sosial. Subjek D pernah mendapatkan pengalaman negatif, saat dirinya mencoba *upload* kegiatan *dance cover*nya ke media sosial. Subjek D mendapatkan komentar negatif yaitu “*badan gak bagus, sok – sok an ngecover dance*”, mulai saat itu konten *cover*nya dihapus dan subjek D enggan untuk mengupload lagi.

Hasil wawancara peneliti terhadap subjek kedua berinisial FD adalah sebagai berikut;

“... enggak pernah ku *upload*, ya kali ku *upload* kak, wong aku aja agak agak gendut gitu, sementara *Girls' Generation* tuh badannya ideal semua. Belum lagi gerakan – gerakan yang kita buat tuh jauh banget dari aslinya, gak PD banget hehe...”

Subjek FD mengaku tidak pernah meng-*upload* video *dance cover* nya di media sosial. Subjek FD merasa tidak percaya diri dengan penampilan fisik yang dimilikinya dan koreografinya yang dirasa tidak terlalu sempurna sehingga kegiatan *cover dance* idolanya sebatas dilakukan sebagai pelarian FD dari stres pekerjaan saja.

Adapun hasil wawancara peneliti terhadap subjek ketiga berinisial R adalah sebagai berikut;

“...aku menyukai musik - musik dan *Korean wave* sejak SMA, aku merasa cocok dengan model musiknya dan menyukai koreografinya yang sangat rapi. Belakangan, semanjak trend video *cover dance boyband* Korea memuncak, aku dengan teman-teman dance mulai meng-*cover* beberapa *boyband* yang menurutku dan kelompokku bagus dan aku rajin meng-*upload* di media sosial seperti *Facebook*, *Instagram* dan *Youtube*. Penonton memberi respon positif karena penampilan tim yang rapi, *clean*, *fresh* dan personil yang *cover dance* enak dipandang mata (memiliki paras cantik). Bahkan kelompok *dance cover*-ku pernah diajak untuk membuat project iklan dan menghasilkan uang”

Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan terhadap tiga *dancer cover* di atas, peneliti menemukan beberapa poin yang menarik dan dapat digunakan sebagai penguat argumentasi penelitian. Pertama, *dancer cover* ini dijadikan sarana untuk mengekspresikan diri, sarana melepaskan (*release*) stres, dan mendatangkan *income* atau penghasilan. Kedua, subjek D dan subjek FD memiliki kepercayaan diri yang rendah. Hal ini berdampak keengganan *dancer cover* untuk mengupload karya mereka. Ketiga, ketidakpercayaan diri kedua subjek didapatkan dari persepsi kondisi fisik yang tidak ideal atau citra tubuh negatif, sementara subjek R merasa percaya diri untuk mengupload *dance cover* nya, karena penampilan fisiknya dirasa baik.

Menurut Amma dkk (2017), faktor – faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang antara lain, citra tubuh, kematangan usia, jenis kelamin, hubungan

dengan keluarga, pola asuh, dan hubungan dengan teman sebaya. Wiranatha & Supriyadi (2015) menyebutkan bahwa kepercayaan diri berkaitan dengan keadaan fisik, bentuk tubuh, dan berat badan seseorang. Hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri seorang *dancer* tidak dapat terlepas dari persepsi tentang tubuh atau citra tubuh. Bagi remaja citra tubuh atau persepsi dirinya merupakan faktor utama yang mempengaruhi kepercayaan diri individu.

Citra tubuh dari perspektif biopsikososial menyangkut ranah fisik atau biologis manusia, psikologis dan social (Virk & Singh, 2020). Citra tubuh merupakan penilaian yang diberikan seseorang terhadap gambaran tubuhnya dan kondisi psikologisnya (Wiranatha & Supriyadi, 2015). Menurut Cash (dalam Nurvita & Handayani, 2015) citra tubuh seseorang dibentuk atas lima aspek yaitu, *appearance evaluation* (evaluasi penampilan), *appearance orientation* (orientasi penampilan), *body areas satisfaction* (kepuasan pada bagian tubuh tertentu), *overweight preoccupation* (kecemasan terhadap kegemukan), dan *self classification weight* (pengkategorisasian berat badan).

Menurut Ferron (dalam Wiranatha & Supriyadi, 2015), citra tubuh seseorang tergantung dari preferensi yang dibedakan berdasarkan jenis kelamin. Perempuan cenderung memiliki preferensi pada berat badan, kulit dan bentuk tubuh, sementara laki-laki bertumpu pada tubuh yang atletis (Wiranatha & Supriyadi, 2015). Wanita akan merasa puas atau memiliki citra tubuh yang positif apabila memiliki berat badan yang ideal, kulit yang putih dan bentuk tubuh yang bagus (Wiranatha & Supriyadi, 2015).

Beberapa penelitian telah dilakukan terkait hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada penari. Hasil penelitian Amma, Widiyani, dan Trishinta (2017) menunjukkan bahwa citra tubuh berhubungan positif yang

signifikan dengan kepercayaan diri pada penari. Hasil penelitian Anggraini (2019) juga menunjukkan bahwa citra tubuh memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kepercayaan diri pada wanita bertubuh besar dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.614. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Anggraini terletak pada subjek penelitian, pada penelitian ini terdapat pemfokusan pada subjek *dancer cover*, sehingga dapat diteliti apakah bila subjek penelitian berbeda akan menghasilkan hasil penelitian yang serupa. Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui “apakah ada hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada *dancer cover*?”.

1.2. Tujuan Masalah

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada *dancer cover*.

1.3. Manfaat Penelitian

1.3.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi ilmiah di bidang psikologi kepribadian, khususnya tentang citra tubuh dan kepercayaan diri pada *dancer cover*.

1.3.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memotivasi diri *dancer cover* agar bisa memaksimalkan kepercayaan dirinya dengan mempertimbangkan kondisi fisik atau persepsi diri tentang dirinya.