

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Di era digital saat ini, standar kecantikan yang ditampilkan pada media semakin menekankan pada penampilan fisik yang sempurna, seperti kulit mulus tanpa noda, tubuh langsing, dan fitur wajah yang simetris. Media sosial, iklan, dan selebriti sering kali memperlihatkan standar kecantikan yang tidak realistis, menciptakan tekanan bagi individu untuk memenuhi ekspektasi tersebut, terutama pada wanita. Hal ini terjadi karena sebagian masyarakat lebih menekankan pentingnya penampilan fisik kepada wanita daripada pria (Santoso et al., 2019). Adanya tuntutan bahwa wanita harus tampil cantik membuat sebagian besar wanita dari kalangan remaja hingga dewasa lebih memperhatikan penampilannya.

Seiring dengan perkembangan zaman, tren di dunia kecantikan berubah dengan cepat dan memengaruhi persepsi wanita mengenai standar kecantikan. Masyarakat Indonesia secara historis memiliki standar kecantikan lokal yang menghargai keberagaman, seperti kulit sawo matang, rambut hitam alami, dan bentuk tubuh yang sehat (Nurliana, 2020). Namun, pengaruh budaya Korea dan globalisasi telah menggiring masyarakat untuk memandang kulit putih, tubuh langsing, dan wajah tirus sebagai hal yang ideal dalam kecantikan (Prameswari et al., 2025). Perubahan ini sering kali membuat masyarakat, khususnya wanita, merasa perlu menyesuaikan diri demi diterima secara sosial.

Dari semua bagian tubuh, wajah adalah bagian tubuh yang paling terlihat dan tidak dapat disembunyikan, sehingga menjadi pusat perhatian dalam interaksi sosial. Penampilan wajah sering kali menjadi dasar pertama dalam menilai individu, baik dari segi estetika maupun karakter (Putri, 2021). Hal ini membuat wanita cenderung memberikan perhatian lebih pada perawatan dan penampilan wajah mereka. Di Indonesia, standar kecantikan ideal seringkali dikaitkan dengan kulit bersih, mulus, dan bebas jerawat. Survei JakPat (2021) menunjukkan bahwa 81% responden menganggap kulit bebas jerawat sebagai kondisi kulit ideal, bahkan lebih penting daripada kulit putih yang hanya 41%.

Jerawat atau *acne vulgaris* adalah salah satu permasalahan kulit yang paling banyak dialami oleh para wanita dan memengaruhi sekitar 85% remaja. Meskipun umumnya dikaitkan dengan remaja, *acne vulgaris* dapat bertahan hingga dewasa, dengan penelitian menunjukkan bahwa 54% wanita di atas 25 tahun masih mengalami *acne vulgaris* (Ogbechie & Elbuluk,

2017). *Acne vulgaris* bisa timbul karena faktor genetik, hormon, penggunaan *skincare* atau kosmetik dan pola hidup serta makanan dan minuman tertentu (Darmawan et al., 2020; Ogé et al., 2019). Fluktuasi hormonal, terutama selama siklus menstruasi, kehamilan, atau akibat penggunaan kontrasepsi, dapat memperburuk gejala *acne vulgaris* pada wanita.

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2024), prevalensi *acne vulgaris* di Indonesia mencapai sekitar 87,5%, menjadikannya salah satu masalah kulit paling umum di negara ini. Studi menunjukkan sebanyak 80% hingga 85% *acne vulgaris* dialami oleh remaja Indonesia dengan puncak kejadian pada usia 15–18 tahun (Rahmawati, 2021). Kemudian penelitian observasional yang dilakukan oleh Widaty dkk. (2022) di Indonesia menemukan bahwa prevalensi *acne vulgaris* pada wanita usia 20–30 tahun adalah sekitar 10%, dan menurun menjadi 0,7% pada kelompok usia 51–60 tahun. Tingginya prevalensi *acne vulgaris* menunjukkan bahwa kondisi ini tidak hanya menjadi permasalahan dermatologis, tetapi juga berpotensi memengaruhi aspek psikologis individu, termasuk *subjective well-being*.

Diener (1984) mendefinisikan *subjective well-being* sebagai pengalaman subjektif individu tentang kehidupan mereka, baik secara afektif maupun kognitif. *Subjective well-being* mencakup penilaian kognitif dan emosional individu tentang kehidupannya yang terdiri dari kepuasan hidup (*life satisfaction*) dan keseimbangan antara emosi positif dan negatif. Setiap orang tentunya memiliki tingkat *subjective well-being* yang berbeda dan bervariasi. Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan *acne vulgaris* memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih rendah dibandingkan mereka yang tidak mengalami kondisi ini. Hal ini disebabkan oleh perasaan malu, rendah diri, dan isolasi sosial yang sering dialami oleh penderita *acne vulgaris* (Chilicka et al., 2020).

Studi yang dilakukan oleh Morshed dkk. (2023) menemukan bahwa pasien wanita dengan *acne vulgaris* mengalami tingkat depresi, kecemasan, dan stres yang lebih tinggi. *Acne vulgaris* dan tekanan psikologis terkait memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap harga diri dan kualitas hidup pasien. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aripin dkk. (2023) bahwa *acne vulgaris* dapat menurunkan *subjective well-being* melalui peningkatan stres dan ketidakpuasan terhadap penampilan diri. Meskipun prevalensinya menurun seiring bertambahnya usia, dampak psikologis *acne vulgaris* tetap signifikan, terutama pada wanita muda yang lebih terpapar tekanan sosial terkait penampilan.

Permasalahan kulit seperti *acne vulgaris* dapat memengaruhi persepsi individu tentang bagaimana mereka melihat dirinya sendiri dan bagaimana mereka ingin dilihat oleh orang lain. Persepsi diri pada individu yang mengalami *acne vulgaris* muncul karena adanya kesadaran diri terhadap penampilan yang berkaitan langsung dengan *body image*. Dalam literature, *body image* mengacu pada pengalaman psikologis mengenai penampilan yang mencakup persepsi diri dan sikap diri yang berhubungan dengan tubuh termasuk pikiran, keyakinan, perasaan dan perilaku (Cash & Pruzinsky, 1990). *Body image* dapat bersifat positif maupun negatif, namun penelitian ini secara khusus menyoroti aspek negatif berupa *body image disturbance* yang sering dialami wanita dengan *acne vulgaris*, mengingat tekanan sosial yang kuat terhadap penampilan fisik mereka.

Paparan informasi terhadap standar kecantikan yang tidak realistis di media sosial dapat memperburuk *body image disturbance* pada wanita dengan *acne vulgaris*. Studi menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang berfokus pada penampilan dapat meningkatkan kecemasan terkait penampilan dan ketidakpuasan terhadap *body image* (Zhang & Zhou, 2024). Beberapa wanita dengan *acne vulgaris* merasa malu dan cenderung menghindari kontak sosial, yang dapat berdampak negatif pada hubungan interpersonal dan kualitas hidup secara keseluruhan (Aqilah & Trihandayani, 2024). Kondisi ini pada akhirnya berpotensi menurunkan *subjective well-being* individu, terutama dalam dimensi kepuasan hidup dan keseimbangan emosi positif-negatif.

Untuk mengonfirmasi fenomena tersebut, peneliti melakukan studi awal dengan *Google Form* kepada 30 wanita dengan *acne vulgaris* pada komunitas kecantikan *Oh My Beauty Bank* pada *platform* sosial media Twitter. Berdasarkan hasil studi awal dapat disimpulkan bahwa persepsi terhadap kebahagiaan bersifat sangat subjektif dan beragam. Sebagian besar responden memaknai kebahagiaan sebagai kondisi batin yang tenang dan terbebas dari beban, keberanian untuk menerima diri sendiri, serta kemampuan untuk menjalin hubungan yang baik dengan orang lain. Namun, tak sedikit pula yang mengaitkannya dengan faktor eksternal seperti kestabilan finansial, pencapaian tertentu maupun keberadaan pasangan dan penampilan fisik.

Dalam kaitannya dengan kecantikan, mayoritas responden menilai bahwa penampilan fisik tetap menjadi salah satu sumber kebahagiaan, terutama ketika dikaitkan dengan kondisi kulit. Kecantikan juga diakui oleh hampir seluruh responden sebagai salah satu sumber kebahagiaan. Meski definisi cantik yang dikemukakan responden beragam, salah satu responden menjawab bahwa kecantikan itu adalah “*Punya wajah manis, glowing, maybe*”. Hal ini

menunjukkan bahwa kecantikan sering dikaitkan dengan penampilan fisik yang menarik dan mempesona, terlihat juga adanya pengaruh kuat dari standar kecantikan yang berlaku di masyarakat.

Permasalahan kulit, khususnya *acne vulgaris*, menjadi salah satu isu yang menonjol dalam survei ini. Mayoritas responden menyatakan bahwa kondisi kulit bersih dan bebas jerawat berkaitan erat dengan kebahagiaan yang mereka rasakan. Namun demikian, upaya penerimaan diri juga muncul dalam berbagai bentuk strategi adaptasi. Salah satu responden mengungkapkan, “*Sebenarnya butuh proses yang panjang untuk menerima diri sendiri disaat posisi seperti itu, yang saya lakukan saat itu adalah mempersibuk diri dengan melakukan banyak kegiatan.*” Responden lain menyampaikan langkah serupa, seperti merawat diri secara rutin, mengubah cara pandang terhadap kecantikan, mengurangi kebiasaan membandingkan diri dengan orang lain, fokus pada hal-hal positif dalam hidup, serta menumbuhkan rasa percaya diri. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun *acne vulgaris* dapat memengaruhi *body image*, sebagian responden mampu mempertahankan *subjective well-being* melalui penerimaan diri dan perilaku perawatan yang adaptif.

Temuan ini sejalan dengan sejumlah penelitian yang menyoroti pengaruh *body image* terhadap *subjective well-being* pada wanita dengan *acne vulgaris*. Widyanti (2024) menemukan bahwa *body image* memiliki pengaruh signifikan terhadap kebahagiaan wanita dewasa awal yang mengalami *acne vulgaris*. Individu dengan *body image* positif cenderung memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi, meskipun pengaruhnya tidak dominan. Lebih lanjut, Sari dkk. (2023) mengungkapkan bahwa *self-acceptance* memiliki hubungan positif terhadap *body image* pada wanita berjerawat; hal ini mencerminkan strategi responden dalam studi awal yang mencoba mencintai diri dengan merawat kulit, mengurangi fokus pada kekurangan, dan membangun rasa percaya diri.

Berdasarkan hasil dari studi awal maupun dukungan berbagai penelitian empiris, dapat disimpulkan bahwa *body image* berperan penting dalam membentuk *subjective well-being* pada wanita dewasa dengan *acne vulgaris*. Penerimaan diri, kepuasan terhadap penampilan, dan ketahanan terhadap tekanan standar kecantikan menjadi faktor kunci dalam meningkatkan kualitas hidup mereka. Meskipun telah banyak penelitian yang membahas hubungan antara *body image* dan *subjective well-being*, masih belum banyak kajian yang dilakukan dalam ranah digital. Penelitian sebelumnya oleh Widyanti (2024) dan Sari et al. (2023), belum secara spesifik

menelusuri pengaruh standar kecantikan digital terhadap wanita dengan kondisi kulit seperti *acne vulgaris* dalam komunitas daring tertentu, khususnya komunitas kecantikan di *Twitter*.

Berdasarkan fenomena dan latar belakang masalah yang sudah dijelaskan, peneliti tertarik untuk melakukan pengkajian lebih lanjut mengenai pengaruh *body image* terhadap *subjective well-being* melalui komunitas kecantikan *Oh My Beauty Bank* di media *Twitter*. Populasi yang diteliti adalah wanita dewasa awal dengan *acne vulgaris* yang berdomisili di Jawa Barat. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik pada tahun 2024, Provinsi Jawa Barat memiliki jumlah penduduk terbesar di Indonesia, yaitu sekitar 50,3 juta serta menunjukkan tingkat penggunaan internet yang tinggi sebesar 82,73% (APJII, 2023). Kondisi ini menjadikan Jawa Barat sebagai wilayah dengan basis pengguna media sosial yang besar dan relevan untuk mengkaji pengaruh *body image* terhadap *subjective well-being* pada wanita dengan *acne vulgaris* yang aktif pada komunitas kecantikan di *Twitter*. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Pengaruh *Body Image* terhadap *Subjective Well-Being* pada Wanita dengan *Acne Vulgaris*”.

Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang sudah dijelaskan, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh *body image* terhadap *subjective well-being* pada wanita dengan *acne vulgaris*?

Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari rumusan masalah yang telah dibuat, maka didapatkan bahwa tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *body image* terhadap *subjective well-being* pada wanita dengan *acne vulgaris*.

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoretis

Secara teoretis, penelitian ini memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi klinis dan psikologi positif. Dengan menyoroti hubungan antara *body image* dan *subjective well-being* pada wanita dengan kondisi dermatologis tertentu seperti *acne vulgaris*. Penelitian ini juga memperluas kajian ilmiah serta mendukung relevansi teori-teori mengenai *body image* dan *subjective well-being* dalam konteks budaya dan sosial masyarakat Indonesia.

Kegunaan Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini dapat dijadikan rekomendasi bagi berbagai pihak yang berkepentingan. Bagi psikolog dan konselor, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk menyusun intervensi yang bertujuan untuk membantu individu mengelola tekanan psikologis akibat ketidakpuasan terhadap penampilan. Bagi wanita dengan *acne vulgaris*, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi motivasi untuk meningkatkan penerimaan diri, mengurangi perasaan negatif terhadap penampilan, serta mengarahkan pada strategi *coping* yang lebih sehat dalam menghadapi tekanan sosial terkait standar kecantikan.

