

## GAMBARAN CITRA TUBUH PADA WANITA DEWASA AWAL YANG MENGALAMI *ACNE VULGARIS*

**Alfin Januar Kristanti**

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA, Email: [alfin.17010664082@mhs.unesa.ac.id](mailto:alfin.17010664082@mhs.unesa.ac.id)

**Siti Ina Savira**

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA, Email: [sitisavira@unesa.ac.id](mailto:sitisavira@unesa.ac.id)

### Abstrak

Penelitian ini memiliki tujuan untuk memberi gambaran mengenai citra tubuh pada wanita dewasa awal yang mengalami *acne vulgaris*. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, dengan desain fenomenologi. Pengambilan partisipan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara semi terstruktur dan akan diolah menggunakan teknik analisis data *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Hasil penelitian ini menunjukkan tiga topik, yakni topik pertama, mengenai gambaran citra tubuh, topik kedua, tentang pengaruh citra tubuh terhadap diri sendiri dan topik ketiga, mengenai upaya yang dilakukan untuk mengubah citra diri. Penelitian ini menunjukkan bahwa wanita dengan *acne vulgaris* cenderung mengalami ketidakpuasan terhadap kondisi fisiknya, seperti menggambarkan bahwa tubuh dan penampilannya kurang menarik dan kurang sesuai dengan kriteria ideal yang berlaku dalam lingkungan sosialnya sehingga berdampak pada berkurangnya rasa percaya diri. Penelitian ini juga menemukan bahwa salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap terbentuknya citra tubuh negatif adalah konsep cantik dengan kriteria tertentu yang dianggap sebagai kesepakatan umum di masyarakat.

**Kata Kunci :** Citra Tubuh, Wanita Dewasa Awal, *Acne vulgaris*.

### Abstract

*This study aims to explain the body image in early adult women with acne vulgaris. The research is a qualitative approach with phenomenological study design. Participants were selected using purposive sampling. The data were collected using semi-structured interviews and analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). The results of this study indicate three topics, the description of the body image, the effect of the body image to oneself, and efforts that were taken to change self body image. The study found that women with acne vulgaris tends to feel dissatisfaction to their body, such as describing that the body and appearance are attractive and not in accordance with the ideal criteria that apply in their social environment so that it has an which affect their self confidence. The study suggested that one of the contributing factors is the concept of beauty with certain criteria as often conveyed by the society.*

**Keywords:** *Body Image, Early Adult Women, Acne vulgaris.*

## PENDAHULUAN

Penampilan fisik merupakan hal pertama yang dapat terlihat serta mendapat penilaian dari orang lain secara langsung, dari hal tersebut seseorang menjadi lebih memperhatikan penampilan fisiknya. Dalam kehidupan bersosialisasi di masyarakat, penampilan fisik menjadi penunjang dan berpengaruh langsung terhadap kehidupan interaksi sosial seseorang. Menurut Mathes & Khan bahwa penampilan fisik menarik yang dimiliki oleh seseorang dapat memberikan sebuah potensi menguntungkan serta bermanfaat untuk mendapatkan umpan balik yang menyenangkan berasal dari interaksi sosial atau sosialisasi

(dalam Hurlock, 2004). Emslie (dalam Larsen, 2009) mengungkapkan baik wanita maupun laki-laki sesungguhnya sama-sama memperhatikan mengenai standar keindahan, tetapi disampaikan bahwa wanita lebih memperhatikan apapun yang berkaitan dengan tentang keindahan fisiknya dibandingkan laki-laki. Berdasarkan data yang telah diperoleh dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa wanita lebih memperhatikan penampilan fisiknya dibandingkan dengan laki-laki (Thompson & Hagborg, dalam Baron dan Byrne, 2000). Wanita membutuhkan banyak usaha, menghabiskan biaya, waktu, energi untuk membuat tubuh mereka menjadi menarik dan indah (Amirtham, 2011). Pada wanita yang

memasuki rentang usia dewasa awal (18 tahun sampai dengan 40 tahun) yang mana merupakan proses perkembangan masa peralihan dari masa remaja menuju dewasa, lebih dominan untuk memperhatikan penampilan fisiknya dibandingkan dengan laki-laki (Hurlock, 1999).

Penampilan fisik merupakan suatu hal yang paling sering mendapatkan titik perhatian utama, salah satu permasalahan yang berkaitan dengan masalah tersebut ialah jerawat. Jerawat merupakan penyakit kulit inflamasi kronis. Jerawat didefinisikan sebagai jenis penyakit pada kulit yang diakibatkan penyumbatan folikel rambut oleh minyak dan kulit mati namun tidak bersifat menular.

Jerawat dalam istilah medis dikenal dengan *Acne vulgaris*. *Acne vulgaris* biasanya muncul ketika masa pubertas, tetapi bisa juga muncul pada anak-anak, dan dapat bertahan hingga dewasa (Coyle & Liang, 2019). *Acne vulgaris* adalah bentuk jerawat yang paling umum, dan menduduki peringkat delapan dalam prevalensi penyakit global pada tahun 2010. Perkiraan prevalensi jerawat bervariasi menurut pendekatan yang digunakan. Menurut Pendekatan epidemiologi, *acne vulgaris* adalah salah satu kondisi kulit yang paling umum, mempengaruhi lebih dari 645 juta orang di seluruh dunia (9,4%). Prevalensi jerawat dalam survei populasi umum berkisar dari 0,1% di Tanzania hingga 8,9% di Kamerun. Data dari penelitian besar di Cina terhadap lebih dari 17.000 remaja dan dewasa memperkirakan prevalensi sebesar 8,1%. Prevalensi jerawat pada remaja meningkat setelah usia 20-22,5 dan dapat meluas hingga dewasa, terutama pada wanita.

Dampak dari *acne vulgaris* dapat mempengaruhi kualitas hidup manusia. Kualitas hidup seseorang yang mengalami *acne vulgaris* dapat meningkat atau bisa menjadi menurun. Seperti pada penelitian Dicky, Hendri & Cicilia (2016) didapatkan hasil signifikan  $0,422 > 0,05$  dari 102 sampel, yang mengalami *acne vulgaris* memiliki sikap percaya diri yang tinggi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maftuh, Beata & Sondang (2019) yang mengatakan bahwa hasil dari penelitian menunjukkan responden yang mengalami *acne vulgaris* memiliki *body image* positif sebanyak 36 responden dan *body image* negatif sebanyak 14 responden.

*Acne vulgaris* juga dapat menyebabkan kualitas hidup dari seseorang menjadi menurun. Gawkrödger (2009) *Acne vulgaris* tidak hanya berdampak negatif pada kulit, melainkan juga terhadap psikologis seseorang yang mengalami *acne vulgaris*, yakni dapat menyebabkan depresi sehingga berpengaruh langsung pada kualitas hidupnya menjadi menurun, perasaan malu dan tingkat kepercayaan diri menjadi berkurang (dalam Fithriyana, 2019). *Acne vulgaris* juga menimbulkan bermacam

macam mengenai permasalahan psikososial yang terjadi pada berbagai usia.

Erdemir, dkk (2013) mengemukakan bahwa pada pasien *acne vulgaris* ditemukan tingkat *social appearance anxiety* yang tinggi pada wanita dibandingkan dengan pasien laki-laki (dalam Amil & Bozgeyikli, 2015). Titcher & Wong (2015) mengemukakan pada saat seseorang mengalami *social appearance anxiety*, seseorang tersebut memiliki persepsi yang negatif terhadap tubuhnya serta membuat perasaan tidak puas muncul. Selain itu, Waitaatmadja (2018:64) mengungkapkan bahwa, *acne vulgaris* dapat menyebabkan tingkat kepercayaan diri menjadi berkurang, dan berpengaruh langsung terhadap fungsi sosial.

Kecantikan dan ketertarikan merupakan suatu hal yang membuat wanita agar mampu menarik perhatian dari lawan jenis dan lingkungan di dunia sosial. Bagi wanita yang mengalami *acne vulgaris* masalah yang muncul ialah kepercayaan diri yang rendah, sebab seseorang menilai bahwa penampilannya kurang menarik baik untuk dirinya maupun orang lain, hal tersebut merupakan akibat dari persepsi wanita yang mengalami *acne vulgaris*, mereka beranggapan memiliki kekurangan terhadap fisiknya. Hal tersebut senada dengan hasil yang telah ditemukan pada saat studi awal "... dengan jerawat yang saya miliki membuat saya merasa kurang pd (percaya diri) ya tentunya... dan saya suka *insecure* untuk bergabung pada saat bersosialisasi. Agustiani (2006) mengungkapkan perasaan tidak berdaya dapat ditimbulkan ketika individu memberikan penilaian negatif terhadap dirinya, artinya individu memiliki anggapan pada segi fisik terdapat kekurangan, sehingga memiliki penampilan yang kurang menyenangkan dan kurang pantas dalam dunia sosial. Perasaan yang dimiliki individu tersebut dapat menjadi hambatan untuk menyesuaikan diri dalam lingkungan (dalam Fernando, 2019).

Sementara itu, di usia wanita yang memasuki rentang dewasa awal dibutuhkan proses kemudahan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, agar dapat memenuhi salah satu tuntutan tugas dari masa perkembangan tersebut ialah mencari teman hidup untuk menikah. Hal tersebut sejalan juga dengan tahapan dalam masa perkembangan pada teori psikososial Erikson yang mencapai pada level keenam yakni intimacy versus isolation, yang memiliki tugas untuk membuat interpersonal relationship secara intens dengan lawan jenis, ini juga bisa disebut dengan intimate relationship (Papalia, Olds & Feldman, 2007). Dengan adanya tuntutan tugas pada masa perkembangan tersebut membuat seseorang memiliki keinginan agar terlihat menarik di depan lawan jenis. Kesan menarik yang didapatkan dari orang lain akan memberikan kepuasan terhadap diri seseorang itu sendiri.



Kepuasan terhadap citra tubuh seseorang berkaitan langsung dengan bagaimana seseorang memandang citra tubuhnya sendiri. Cash dan Pruzinsky (dalam Sari, 2019) mengungkapkan Citra Tubuh (Body Image) ialah sikap penilaian yang terdiri dari penilaian positif dan negatif terhadap bentuk tubuh yang dimiliki oleh seseorang. Arthur (2010, dalam Sari 2019) Citra tubuh dapat didefinisikan sebagai seseorang memiliki imajinasi subyektif terhadap tubuhnya, yang berkaitan dengan penilaian dari orang lain dan sejauh mana tubuhnya dapat menyesuaikan dengan baik sesuai persepsi – persepsi dari orang lain. Istilah citra tubuh digunakan oleh beberapa peneliti untuk mengaitkan dengan tampilan fisik, namun terdapat pula peneliti lain yang menggunakan istilah tersebut tidak hanya pada tampilan fisik saja melainkan juga penilaian mengenai fungsi tubuh, gerakan oleh tubuh, koordinasi tubuh dan sebagainya. Citra tubuh berkaitan dengan bagaimana persepsi dan penilaian seseorang mengenai apa yang dipikirkan, dirasakan pada ukuran, bentuk dari tubuhnya, penilaian orang lain atas dirinya. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Audrey, Berman, Shirlee Synder (2016, dalam Zaini, 2019), mengatakan citra tubuh merupakan seseorang menggambarkan bagian-bagian tubuh dan penampilan fisiknya yang berasal dari integrasi persepsi, pikiran dan perasaan seseorang itu sendiri.

Thompson (2000) menyatakan aspek-aspek dalam citra tubuh terdiri dari: 1) Persepsi secara keseluruhan terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan. Simbol diri seseorang adalah dari bentuk tubuhnya, sebab hal tersebut seseorang mendapat penilaian baik dari dirinya sendiri maupun orang lain. Kemudian bentuk tubuh, penampilan baik atau buruknya seseorang membuahakan perasaan senang ataupun kurang menyenangkan pada bentuk tubuhnya sendiri. 2) Aspek kedua adalah Perbandingan dengan orang lain. Penilaian baik atau buruk dari orang lain dapat memberikan prasangka terhadap dirinya maupun orang lain juga. Sehingga dari hal tersebut membuat seseorang menciptakan perbandingan untuk menilai penampilan dirinya dengan penampilan fisik dari orang lain. 3) Aspek selanjutnya, sosial budaya. Pada aspek ini berkaitan dengan reaksi seseorang terhadap orang lain. Penilaian dari reaksi seseorang pada individu lain, jika seseorang tersebut terlihat menarik secara fisik. Sehingga seseorang menggambarkan dirinya berdasarkan hal-hal baik ketika menilai dirinya.

Suryani (2005, dalam Sari, 2019 ) menyebutkan aspek-aspek dalam Citra Tubuh (Body Image) terdiri atas: a) Aspek persepsi, aspek ini mengacu pada keseluruhan bagian-bagian tubuh dan penampilan. Seseorang dalam mempersepsi dirinya dengan memberikan penilaian terhadap apa yang dipikirkan maupun rasakan atas ukuran

dan bentuk tubuhnya yang dimiliki dan bagaimana penilaian dari orang lain, namun belum tentu benar mempresentasikan dirinya, akan tetapi lebih pada hasil dari penilaian subyektif. b) Aspek perbandingan, dalam aspek ini berkaitan dengan membandingkan dan reaksi terhadap orang lain. Seseorang memberikan penilaian terhadap bentuk tubuh dan penampilannya dengan orang lain tentang baik atau buruknya citra tubuh. Sehingga dari hal tersebut menimbulkan perbandingan antara bentuk fisiknya dengan bentuk fisik yang dimiliki oleh orang lain. c) Aspek penilaian/ pengukuran, dasar pengukuran terhadap citra tubuh berdasarkan pada perasaan dan harapan yang menyertai objek citra tubuh. Hasil pengukuran dari aspek-aspek tersebut dapat menciptakan kepuasan atau ketidakpuasan seseorang pada bentuk bagian-bagian tertentu tubuhnya.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Agustin, Khabib & Prasetya (2019) didapatkan data bahwa responden yang mengalami jerawat/akne memiliki citra tubuh positif sebesar 82,9% dari sampel sebanyak 35 siswa yang melakukan perawatan. Dengan citra tubuh positif yang telah dimiliki tersebut merupakan kepuasan dan penerimaan dalam diri seseorang terhadap penampilan fisiknya. Akan tetapi didapatkan hasil penelitian yang berbeda yang dilakukan oleh Sumitri (2019) mengungkapkan bahwa 63,8% dari 47 responden yang mengalami *acne vulgaris* memiliki citra diri negatif, artinya seseorang memiliki persepsi yang menyimpang akan bentuk tubuhnya, merasa malu, tidak nyaman dan ketidakpuasan mengenai penampilannya.

Seseorang memiliki persepsi mengenai citra tubuh terdiri atas citra tubuh positif dan negatif, citra tubuh positif ialah seseorang yang memandang dirinya memiliki penampilan menarik, sedangkan citra tubuh yang negatif merupakan seseorang yang memiliki persepsi terhadap penampilannya yang kurang menarik baik untuk dirinya maupun orang lain serta kurang mampu menerima dirinya dengan kekurangan yang telah dimiliki, sebab tidak memiliki kesempurnaan fisik, sehingga berpengaruh langsung terhadap penampilannya. Sejalan dengan yang diungkapkan oleh Bimantara, Adriani & Suminar (2019) bahwa citra tubuh positif ialah suatu bentuk pandangan positif dalam menerima keadaan bentuk tubuhnya dan citra tubuh negatif merupakan pandangan negatif dari seseorang atas bentuk tubuhnya dan ketidakpuasan dengan bentuk tubuh yang telah dimilikinya. Belgrave (2009, dalam Sumanty, Sudirman & Puspasari (2018)) mengatakan citra tubuh positif dapat dimiliki seseorang yang merasa puas atas penampilan fisiknya (*body satisfaction*), sedangkan citra tubuh negatif dapat dimiliki oleh seseorang yang merasa tidak puas akan penampilan fisiknya (*body dissatisfaction*).Citra tubuh negatif yang



dimiliki individu biasa disebut dengan gangguan citra tubuh.

Gangguan citra tubuh bisa terjadi kapan saja, seperti pada saat meningkatnya atau menurunnya berat badan yang tidak diinginkan seseorang, perubahan dalam bentuk tubuh, kehilangan anggota tubuh, timbulnya jerawat dan sakit (Nugroho, M. D., & Rizal, A. (2017)). Menurut Suryani (2005, dalam Sari, 2019) gangguan citra tubuh merupakan perasaan tidak puas yang dimiliki seseorang terhadap bentuk, struktur dan fungsi tubuh disebabkan oleh adanya ketidaksesuaian dari yang diinginkan seseorang tersebut. Respon ketidakpuasan terhadap perubahan dalam bentuk, struktur dan fungsi tubuh seperti malu, merasa keadaan tubuhnya memalukan, merasa bersalah terhadap tubuhnya dan reaksi-reaksi mendadak lainnya (tidak melihat, tidak ingin menyentuh dan berlebihan dalam memanjakan bagian tubuh, keterlibatan sosial mengalami perubahan, perasaan negatif terhadap tubuh, deperonalisasi dari bagian tubuh hingga perilaku yang merusak diri. Vivenda & Hadiwono (2019) juga menyebutkan bahwa respon yang ditimbulkan dari ketidakpuasan terhadap perubahan dalam bentuk, struktur dan fungsi tubuh antara lain: menimbulkan perasaan-perasaan stress, memiliki kepercayaan diri rendah atau minder, timbulnya gangguan-gangguan mental seperti *Body Dysmorphic Disorder* (BDD) dan gangguan makan serta dalam kehidupan bermasyarakat seseorang dapat mengalami *body shamming* sehingga hal tersebut berdampak langsung terhadap mental orang tersebut.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran citra tubuh pada wanita dewasa awal yang mengalami *acne vulgaris* berdasarkan pada aspek-aspek citra tubuh, sehingga dari hal tersebut wanita dewasa awal yang mengalami *acne vulgaris* dapat menerima serta mengevaluasi keadaan tubuh atau fisiknya secara positif dan lebih baik.

## METODE

Penelitian yang dilakukan menggunakan jenis metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Fokus dari studi fenomenologi ialah bagaimana makna tentang pengalaman dari seseorang, suatu kondisi yang telah dipersepsikan, kejadian suatu peristiwa atau penampakan objek, merupakan beberapa hal yang berkaitan dengan studi fenomenologi (Littlejohn dan Foss, 2005). Refleksi peneliti dalam melakukan penelitian ini salah satunya, dikarenakan pengalaman dari peneliti pernah mengalami *acne vulgaris* yang membuat kurang percaya diri dan merasa tidak menarik, serta peneliti banyak mendengar cerita di sekitar peneliti terhadap seseorang yang mengalami *acne vulgaris* tentang

“bagaimana” dia memandang citra tubuhnya ketika mengalami *acne vulgaris* tersebut.

Pengambilan partisipan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Peneliti memilih partisipan hanya pada wanita dewasa awal dengan rentang usia 18 hingga 40 tahun dan mengalami *acne vulgaris*. Dalam mendapatkan partisipan, peneliti menggunakan pamflet yang di bagikan melalui media massa seperti *whatsapp* dan *Instagram* pribadi peneliti. Kemudian calon partisipan diarahkan pada *link google form* untuk mengikuti proses seleksi menjadi partisipan penelitian. Apabila sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan oleh peneliti, maka partisipan dihubungi lebih lanjut. Dari *google form* tersebut terdapat 10 calon partisipan. Setelah diseleksi peneliti mendapatkan 5 calon partisipan sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Akan tetapi, 2 calon partisipan mengundurkan diri tanpa alasan yang jelas. Sehingga total partisipan dalam penelitian ini sejumlah 3 partisipan.

Teknik pengumpulan data merupakan suatu prosedur penelitian untuk memperoleh data yang dibutuhkan oleh peneliti dengan penyusunan secara sistematis (Djaman Satori & Aan Komariah, 2010). Penelitian ini menggunakan wawancara semi terstruktur merupakan suatu teknik wawancara dimana dalam pelaksanaannya peneliti menyajikan berbagai pertanyaan utama sebagai panduan wawancara, tetapi peneliti berhak menambahkan pertanyaan-pertanyaan tambahan, sehingga peneliti lebih bebas dan terbuka dalam menggali informasi (Nizamuddin, dkk (2021).

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Smith, dkk (2009) mengungkapkan langkah-langkah dalam melakukan analisis data dengan menggunakan IPA terdiri atas: 1) membuat transkrip wawancara dari hasil data yang telah didapatkan, selanjutnya diganti menjadi tulisan verbatim sehingga data dapat dianalisis dengan mudah. 2) Membuat tabel tema agar dapat mempermudah peneliti untuk memahami makna dari data yang telah diperoleh. 3) Setelah membuat tabel tema, kemudian menentukan tema yang sesuai dan berhubungan diantara partisipan satu dengan partisipan lainnya lalu membentuk tabel tersebut menjadi subtema. 4) Langkah yang terakhir mengkodekan.

Uji keabsahan data pada penelitian ini menggunakan *keterpercayaan (credibility)*, merupakan proses dalam menguji keabsahan data dengan melakukan pengecekan secara konsisten, kedalaman dan ketetapan ataupun kebenaran dari suatu data dengan bantuan orang lain yang ahli dibidangnya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil



Berdasarkan pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti dengan 3 partisipan didapatkan 3 tema induk dari hasil wawancara yang telah dianalisis. 3 tema induk tersebut terdiri dari Gambaran Citra Tubuh, Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Diri Sendiri dan Upaya Yang Dilakukan Untuk Mengubah Citra Diri. 3 Tema induk tersebut dapat dipaparkan sebagai berikut:

### 1) Citra Tubuh

Citra tubuh merupakan Gambaran individu mengenai bagian-bagian tubuh dan penampilan fisiknya yang berasal dari integrasi persepsi, pikiran dan perasaan seseorang itu sendiri. Dari hal itu diperoleh sub-tema mengenai persepsi terhadap bagian tubuh dan penampilan, dan Perbandingan dengan orang lain, yang dapat dijabarkan sebagai berikut:

#### a. Pandangan terhadap bagian tubuh dan penampilan

Pandangan partisipan mengenai bagian tubuh dan penampilannya yang dapat menimbulkan perasaan senang maupun tidak senang terhadap bentuk tubuh dan penampilannya. Partisipan menilai bahwa fisik yang dimiliki kurang ideal, fisiknya tidak menarik akibat jerawat yang dimiliki dan penampilan yang dimiliki tidak sempurna sehingga perlu ditutupi.

[...]Kalau dari segi fisik ya gitu kurang ideal, kalau dari segi wajah enggak semenarik temen-temen lainnya gitu (GNS, 6 DES 2020)

Saya nggak merasa kalau saya ideal, biasa aja gitu sih. (ECP, 8 MAR 2021)

Menurut saya tidak (tidak ideal), karena saya memiliki wajah yang berjerawat (DD, 15 MAR 2021)

Partisipan menyampaikan bahwa fisik yang dimiliki kurang ideal. Menurut partisipan penampilannya tidak ideal dikarenakan tidak menarik seperti teman-temannya, dan partisipan menganggap bahwa penampilannya tidak ideal akibat jerawat yang dimilikinya.

[...] kalau dibilang menarik sih enggak menarik (segi fisik), soalnya ya malah gimana gitu ih malah jerawat malah gini-gini gitu kalau yang jerawat besar [...] (GNS, 6 DES 2020)

[...]kalau saya gimana ya kurang menarik sih, *soale* kan mau pake apapun kayak nggak pd gitu pakai baju apa, terus nanti kalau pake hijab yang warna ini takutnya gak cocok bikin kelihatan kusam gitu sih mbak (ECP, 8 MAR 2021)

Ketika saya berjerawat itu saya merasa jadi orang yang paling jelek seperti itu (DD, 15 MAR 2021)

Partisipan juga menyampaikan bahwa fisiknya menjadi tidak menarik dikarenakan jerawat yang dimilikinya. Hal tersebut juga disampaikan oleh partisipan ECP bahwa dengan jerawatnya membuat penampilannya kurang memuaskan seperti memakai hijab warna tertentu menjadi terlihat wajahnya kusam. Dan partisipan merasa dengan adanya jerawat yang dimiliki merasa menjadi orang yang paling jelek.

Oh iya waktu itu pernah (pernah kurang merasa percaya diri), misal di pipi gitu, jadi saya tutupin pakai masker terus kalau mau keluar atau apa gitu. (GNS, 6 DES 2020)

[...] kayak enggak pd aja sama diri saya ya karena jerawat itu, merasa kayak minder kalo keluar rumah harus pake masker gitu. (ECP, 8 MAR 2021)

yang pasti saya merasa tidak percaya diri dengan penampilan saya karna e... jerawat itu juga memperburuk kondisi wajah [...] (DD, 15 MAR 2021)

Tidak hanya memiliki persepsi tidak menarik terhadap fisiknya, akan tetapi *acne vulgaris* yang dimiliki oleh partisipan membuat penampilannya tidak sempurna sehingga perlu ditutupi dengan sesuatu. Sesuatu tersebut seperti dengan menggunakan masker ketika keluar rumah atau menutupi jerawat dengan make-up (*bedak dan foundation*).

#### b. Perbandingan dengan orang lain

Terdapat penilaian mengenai sesuatu yang lebih baik atau lebih buruk yang berasal dari perbandingan yang dibuat subyek terhadap dirinya dengan orang lain, sehingga dari hal tersebut dapat menimbulkan prasangka terhadap dirinya maupun orang lain juga. Dalam hal ini, partisipan menginginkan penampilan seperti wanita dewasa lainnya, partisipan menganggap bahwa belum termasuk kriteria ideal dan menurut partisipan penampilan merupakan hal yang penting sebab dapat menentukan penilaian dari orang lain.

awal-awal dulu itu ya pengen (memiliki fisik ideal ketika melihat wanita dewasa lainnya) sih kak, gimana sih caranya (GNS, 6 DES 2020)



ya... tentulah pengenlah (ingin seperti wanita dewasa lainnya yang bebas dari *acne vulgaris*) (ECP, 8 MAR 2021)

iya benar sekali (ingin seperti wanita dewasa lainnya yang bebas dari *acne vulgaris*) (DD, 15 MAR 2021)

Partisipan menginginkan penampilan yang lebih baik dengan bebas dari *acne vulgaris* seperti wanita dewasa lainnya.

[...]Kalau bagian wajah juga engga (belum masuk ideal) sih kayaknya kalau bagi saya sendiri. (GNS, 6 DES 2020)

Saya nggak merasa kalau saya ideal, biasa aja gitu sih. (ECP, 8 MAR 2021)

Menurut saya tidak (kriteria ideal), karena saya memiliki wajah yang berjerawat (DD, 15 MAR 2021)

Dengan kriteria wanita ideal yang diciptakan, membuat partisipan merasa bahwa belum termasuk dalam kriteria ideal seperti wanita dewasa lainnya. Partisipan menganggap bahwa wanita ideal, adalah wanita yang memiliki wajah bebas dari *acne vulgaris*.

sangat sangat penting, soalnya sekarang kan orang lihat kan dari fisik kita, "o... kita tu gimana putih, bersih, cantik sekarang kan mandang covernya sih orang-orang jaman sekarang gitu. (ECP, 8 MAR 2021)

Iya menurut saya faktor fisik atau penampilan itu sangat penting (DD, 15 MAR 2021)

Partisipan menganggap bahwa penampilan merupakan hal yang sangat penting, sebab seperti yang disampaikan oleh partisipan ECP dan DD, bahwa pertama kali orang memandang orang lain melalui penampilan fisik dulu. Hal tersebut menjadikan penampilan fisik menentukan penilaian dari orang lain.

## 2) Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Diri Sendiri

Citra tubuh yang dimiliki oleh partisipan dapat menimbulkan pengaruh di kehidupan sosialnya. Pengaruh yang ditimbulkan di kehidupan sosialnya ialah pada sikap partisipan ketika bersosialisasi dengan lingkungan sekitar dan hubungan dengan lingkungan sekitar.

### a. Sikap ketika bersosialisasi dengan lingkungan sekitar

Sikap yang dilakukan oleh partisipan pada saat bersosialisasi dengan lingkungan sekitar dengan citra tubuh yang dimiliki. Pada saat bersosialisasi dengan lingkungan sekitar partisipan merasa tidak percaya diri dan kurang nyaman apabila bertemu dengan orang baru.

Ya tentulah merasa nggak nyaman, soalnya kan ya, ya ituloh nggak pd sama diri saya sendiri itu (8 MAR 2021)

Iya saya sering merasa tidak percaya diri (untuk bersosialisasi (DD, 15 MAR 2021)

Dalam bersosialisasi dengan lingkungan sekitar, partisipan sering mengalami kurang percaya diri.

Ya tentulah merasa nggak nyaman, soalnya kan ya, ya ituloh nggak pd sama diri saya sendiri itu. (ECP, 8 MAR 2021)

Kalau untuk lingkungan orang sekitar saya merasa nyaman-nyaman saja tapi kalau untuk orang baru mungkin kadang kurang merasa percaya diri (DD, 15 MAR 2021)

Partisipan merasa nyaman apabila bersosialisasi dengan lingkungannya dan jerawat tidak menjadikan masalah dalam lingkungan sekitarnya, namun hal tersebut kurang berlaku apabila partisipan bersosialisasi dengan orang baru karena merasa kurang nyaman.

### b. Hubungan dengan lingkungan sekitar

Hubungan partisipan dengan citra tubuh yang dimiliki di lingkungan sekitarnya. Hubungan partisipan dengan lingkungan sekitarnya terjalin dengan baik dan *acne vulgaris* yang dialami secara umum tidak mengganggu aktivitas.

Masih baik- baik aja sih kak (hubungan dengan lingkungan sekitar. (GNS, 6 DES 2020)

[...]ya biasa aja sih sebenarnya kalo dengan lingkungan sekitarnya kecuali kalau keluar rumah dan kemana gitu baru nggak nyaman. (ECP, 8 MAR 2021)

Untuk hubungan relasi saya dengan lingkungan sekitar itu baik-baik saja. (DD, 15 MAR 2021)

Dengan *acne vulgaris* yang dimiliki oleh partisipan, tidak membuat hubungannya dengan



lingkungan sekitar menjadi buruk. Hingga sekarang hubungan partisipan dengan lingkungan sekitarnya masih terjalin dengan baik.

Enggak pernah sampai mengganggu aktivitas sih ya kak (GNS, 6 DES 2020)

Terganggunya sih enggak, cuma kayak gimana ya... kalau setiap keluar rumah itu nggak pd, saya pakai masker gitu sih, harus pakai bedak yang tebal buat nutupi jerawat itu. (ECP, 8 MAR 2021)

Untuk aktivitas sehari-hari saya merasa tidak terganggu. (DD, 15 MAR 2021)

Secara umum *acne vulgaris* yang dimiliki oleh partisipan tidak mengganggu aktivitas-aktivitas sehari-harinya. Namun partisipan menyampaikan meskipun jerawat tidak membuat aktivitas sehari-harinya menjadi terganggu, akan tetapi partisipan tetap merasa kurang percaya diri lalu menggunakan masker untuk menutupi jerawatnya.

### 3) Upaya Yang Dilakukan Untuk Memperbaiki Citra Diri

Partisipan melakukan berbagai cara dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi mengenai kekurangan yang dimiliki. Upaya-upaya yang dilakukan seperti partisipan melakukan berbagai usaha untuk merawat atau mengobati jerawat dan memiliki harapan yang positif di masa depan mengenai fisiknya.

#### a. Partisipan Melakukan berbagai usaha untuk merawat atau mengobati jerawat

Dengan *acne vulgaris* yang dimiliki partisipan, mereka melakukan berbagai usaha-usaha perawatan atau pengobatan dalam mengatasi *acne vulgaris*. Perawatan atau pengobatan yang dilakukan dengan pergi ke dokter, melakukan treatment, perawatan dengan masker organik dan mencari informasi pada *beauty blogger*. Tidak hanya melakukan perawatan saja, partisipan menutupi kekurangan yang dimiliki dengan *make-up* dan masker.

Pernah dengan pakai masker itu ya, atau masker-masker yang buat sendiri gitu... waktu itu pernah pakai dari kulit jeruk dicampur apa gitu ya kak [...] (GNS, 6 DES 2020)

[...] saya sempat perawatan di dokter hingga sekarang, ya cari-cari kayak *beauty blogger* gitu sih tentang perawatan muka itu. (ECP, 8 MAR 2021)

Ya saya melakukan usaha seperti pergi ke klinik

kecantikan, treatment ke klinik kecantikan, makan-makanan yang sehat dan sebagainya (DD, 15 MAR 2021)

Partisipan tidak hanya diam dengan kondisi yang dialaminya, akan tetapi melakukan berbagai usaha untuk menyembuhkan *acne vulgaris*nya dengan melakukan perawatan baik dari dokter SpKK, melakukan treatment di klinik kecantikan maupun, perawatan masker organik seperti dari kulit jeruk hingga mencari informasi yang bersumber dari *beauty blogger*.

Oh iya waktu itu pernah, misal di pipi gitu, jadi saya tutupin pakai masker terus kalau mau keluar atau apa gitu. (GNS, 6 DES 2020)

[...] kalo keluar rumah sih ya kadang saya tutupi dengan bedak atau pakai foundation, pake masker gitu. (ECP, 8 MAR 2021)

Saya menggunakan make-up untuk menutupi jerawat ataupun bekas yang ada di wajah. (DD, 15 MAR 2021)

Partisipan tidak hanya melakukan perawatan dengan dokter maupun menggunakan masker organik sebagai usahanya dalam mengatasi *acne vulgaris*, melainkan juga melakukan usaha lainnya seperti menggunakan *make-up* (*foundation* dan bedak) maupun masker untuk menutupi kekurangan yang dimiliki.

#### b. Memiliki harapan yang positif mengenai fisiknya dimasa depan

Dalam mengatasi masalah, partisipan tidak hanya melakukan usaha dari luar fisik saja, namun memiliki pikiran positif mengenai masa depan dibutuhkan juga. Partisipan berharap bahwa *acne vulgaris* yang dialami segera sembuh, tidak hanya itu saja partisipan juga memiliki impian fisik yang bersih di masa depan, seperti bebas dari jerawat, tidak berminyak dan memiliki wajah yang *glowing*.

Ya... jangan sering muncullah (*acne vulgaris*) hehe... (GNS, 6 DES 2020)

Saya berharap sih ya... ya cepet bersihlah wajah saya, soalnya kan saya juga usaha buat ini, buat perawatan gitu. (ECP, 8 MAR 2021)

Harapan kedepannya semoga *acne vulgaris* yang saya alami ini segera sembuh dan saya bisa hidup normal seperti orang-orang lain tanpa harus makan-makanan bersih setiap hari ataupun harus pergi ke klinik kecantikan setiap bulan ataupun menggunakan obat-



obat dokter yang membuat ketergantungan seperti itu. (DD, 15 MAR 2021)

Partisipan tidak putus asa dengan jerawat yang dimiliki, disampaikan oleh partisipan bahwa mereka memiliki harapan-harapan yang lebih baik untuk kondisi wajahnya agar sembuh dari *acne vulgaris* yang dialami.

Mukanya bersih gitu aja sih kak, gak jerawat, gak beruntusan, gak berminyak juga (GNS, 6 DES 2020)

Ya saya inginnya sih punya wajah bersih, cantik, glowing, enggak jerawat lagi gitu (ECP, 8 MAR 2021)

Partisipan tidak hanya memiliki harapan agar bebas dari *acne vulgaris*, tetapi juga memiliki impian bahwa wajah yang bersih, tidak berminyak, glowing dan cantik dapat dimiliki di masa depan.

## Pembahasan

Pada tema yang utama mengenai bagaimana seseorang menggambarkan citra tubuh ketika mengalami *acne vulgaris*. Citra tubuh berkaitan dengan bagaimana persepsi dan penilaian seseorang mengenai apa yang dipikirkan, dirasakan pada ukuran, bentuk dari tubuhnya, penilaian orang lain atas dirinya. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Audrey, Berman & Shirlee Synder (2016, dalam Zaini, 2019), mengatakan citra tubuh merupakan seseorang menggambarkan bagian-bagian tubuh dan penampilan fisiknya yang berasal dari integrasi persepsi, pikiran dan perasaan seseorang itu sendiri. Cash dan Pruzinsky (dalam Sari, 2019) mengungkapkan Citra Tubuh (Body Image) ialah sikap penilaian yang terdiri dari penilaian positif dan negatif terhadap bentuk tubuh yang dimiliki oleh seseorang.

Pertama akan dipaparkan mengenai pandangan partisipan tentang fisik yang dimiliki dan selanjutnya tentang perbandingan dengan orang lain. Pandangan dari partisipan tentang fisik yang dimiliki ketika mengalami *acne vulgaris*, hal ini berkaitan dengan penilaian partisipan mengenai bagian tubuh dan penampilannya yang dapat menimbulkan perasaan senang maupun tidak senang terhadap bentuk tubuh dan penampilannya (Thompson, 2000). Jadi, bagaimana seseorang dalam memandang terhadap proporsi tubuhnya yang mempengaruhi penampilannya di hadapan masyarakat.

Dengan adanya *acne vulgaris* yang dimiliki membuat partisipan memandang bahwa fisik yang dimiliki kurang ideal. Sebab, menurut partisipan bahwa seseorang dapat termasuk dalam kriteria ideal apabila memiliki wajah yang bersih, menarik, tidak terlalu tinggi maupun juga tidak terlalu pendek. Partisipan menganggap

bahwa fisik yang dimiliki dikarenakan *acne vulgaris* menjadikan serba salah karena merasa memakai pakaian maupun hijab apapun terlihat tidak cocok, kusam bahkan juga menjadi merasa orang yang paling jelek akibat *acne vulgaris*. Sehingga partisipan menganggap bahwa fisiknya menjadi tidak menarik sebab *acne vulgaris* yang dimiliki. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Agustini, Pradanie & Pratiwi (2019), menunjukkan responden yang mengalami *acne vulgaris* cenderung memiliki pandangan negatif terhadap penampilan fisiknya, sebab mereka menyatakan bahwa *acne vulgaris* yang dimiliki menyebabkan penampilan pada dirinya menjadi tidak menarik.

Pandangan yang dianut oleh partisipan bisa saja tidak benar, karena hal tersebut merupakan pandangan subyektif dari partisipan akibat ketidakpuasan terhadap penampilannya sendiri. Sejalan yang diungkapkan oleh Cash dan Smolak (2011, dalam Dewi & Widiasavitri (2017)) bahwa komponen persepsi dalam citra tubuh berhubungan dengan bagaimana seseorang memandang dirinya dan tubuhnya sendiri tidak selalu merepresentasikan apa yang terlihat sebenarnya serta penilaian subyektif dari seseorang mengenai penampilan secara keseluruhan berhubungan langsung dengan kepuasan atau ketidakpuasan pada penampilannya secara keseluruhan.

Kedua, perbandingan dengan orang lain, terdapat penilaian mengenai sesuatu yang lebih baik atau lebih buruk yang berasal dari orang lain, sehingga dari hal tersebut dapat menumbulkan prasangka terhadap dirinya maupun orang lain juga (Denich & Iffdil, 2015). Partisipan memiliki standar masing-masing tentang kriteria wanita yang ideal berdasarkan penilaian yang telah dilakukannya. Menurut Thompson (2000, Denich & Iffdil, 2015), mengatakan dalam citra tubuh faktor budaya memiliki peran yang sangat besar mengenai standar keindahan tubuh yang ditentukan oleh masyarakatnya sendiri. Dengan demikian penilaian yang termasuk dalam kriteria indah, ideal maupun tidak, dilakukan dan dikatakan oleh masyarakat itu sendiri.

Trend yang diciptakan dapat mempengaruhi persepsi seseorang mengenai tubuhnya, sehingga membuat kecenderungan untuk melakukan perbandingan antara persepsi tubuh serta penampilan dengan penampilan ideal yang diciptakan oleh masyarakat. Hal tersebut sejalan dengan yang diungkapkan oleh Sari & Permatasari (2016) bahwa secara umum citra tubuh terbentuk atas perbandingan yang dilakukan oleh seseorang terhadap fisiknya sendiri dengan standar kecantikan yang berlaku dalam lingkungan sosial/budaya/trend yang sedang berlangsung. Makna cantik atau ideal merupakan suatu bentuk keistimewaan atau



keunggulan dari wajah yang seseorang miliki dan digunakan untuk batasan cantik maupun jelek berdasarkan kriteria yang ditetapkan oleh masyarakat. Cantik ialah suatu bentuk pengaruh dari berbagai konstruk budaya ke budaya dan berganti dari waktu ke waktu (Hermawan & Hamzah, 2017).

Dengan timbulnya standarisasi ideal dalam kalangan wanita menyebabkan kelompok-kelompok memiliki batasan-batasan tertentu disebabkan oleh standar yang tidak sesuai dengan yang telah dikonstruksi oleh lingkungan sekitarnya (Rizkiyah & Apsari, 2020). Salah satu konstruksi yang dapat mempengaruhi konsep cantik di Indonesia adalah media massa, dari media massa tersebut cantik dikonsepsikan dengan seseorang yang berkulit putih, bebas jerawat, wajah oval, langsing dan tinggi sempurna (Hermawan & Hamzah, 2017). Akan tetapi, standar ideal yang telah diidentifikasi tersebut dapat mengalami perubahan sesuai dengan perkembangan dari zaman ke zaman dengan adanya dukungan dari perkembangan teknologi yang sangat maju hingga membuat informasi tentang perkembangan standar tubuh ideal dapat mudah serta cepat untuk diakses oleh masyarakat, kemudian menyebabkan para wanita untuk mengikuti perubahan tersebut (Wiranatha, F. D., & Supriyadi, S. (2015)).

Pada penelitian ini, partisipan ada yang mengungkapkan bahwa wanita yang termasuk dalam kriteria ideal adalah memiliki kulit putih, bersih dan tentunya bebas dari jerawat. Kemudian, ada yang menganggap bahwa wanita ideal tidak cukup dengan kulit wajah yang bersih saja namun juga memiliki fisik yang tidak terlalu tinggi maupun tidak terlalu pendek jadi yang memiliki proporsi fisik yang sedang. Dengan melihat banyak wanita dewasa lainnya yang memiliki penampilan ideal membuat partisipan juga menginginkan penampilan yang lebih baik dengan bebas dari *acne vulgaris* seperti wanita dewasa lainnya. Partisipan juga menganggap bahwa belum termasuk dalam kriteria ideal seperti wanita dewasa lainnya karena *acne vulgaris* yang dialaminya. Hal tersebut juga sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fakihatun, Rivani & Pasaribu (2019) bahwa seseorang yang mengalami *acne vulgaris* biasanya cenderung selalu membandingkan dirinya dengan teman seusianya yang tidak mengalami *acne vulgaris*, sehingga membuatnya merasa malu dan rendah diri.

Thompson & Hagborg (dalam Baron dan Byrne, 2000) menyatakan dari beberapa penelitian memperoleh hasil bahwa wanita lebih memperhatikan penampilan fisiknya dibandingkan dengan laki-laki. Sesuai dengan yang diungkapkan oleh partisipan bahwa menurut partisipan penampilan adalah sesuatu hal yang sangat penting, sebab seseorang pada saat memandang orang lain pertama kali ialah melalui penampilan fisik terlebih

dahulu. Jadi, penampilan fisik dapat menentukan penilaian dari orang lain. sejalan yang dikatakan oleh Rumsey & Harcourt (2003) bahwa kesan yang terbentuk dari diri seseorang dan bagaimana hubungannya dengan orang lain ditentukan oleh penampilan fisik yang menarik. Penampilan dapat mempengaruhi tingkat rasa percaya diri seseorang, apabila seseorang merasa bahwa memiliki penampilan sesuai yang diinginkan maka rasa percaya diri yang dimiliki dapat meningkat, begitu sebaliknya apabila seseorang merasa bahwa penampilannya tidak sesuai dengan keinginannya rasa percaya diri yang dimiliki dapat berkurang.

Dengan persepsi partisipan yang menganggap bahwa fisik yang dimiliki kurang ideal, fisiknya menjadi tidak menarik, penampilannya tidak sempurna, termasuk dalam citra tubuh negatif/ ketidakpuasan citra tubuh. Citra tubuh negatif merupakan seseorang yang memiliki persepsi terhadap penampilannya yang kurang menarik baik untuk dirinya maupun orang lain serta kurang mampu menerima dirinya dengan kekurangan yang telah dimiliki, sebab tidak memiliki kesempurnaan fisik, sehingga berpengaruh langsung terhadap penampilannya (Suryani (2005), dalam Sari, 2019). Citra tubuh negatif juga dapat disebut sebagai gangguan citra tubuh. Menurut Suryani (2005, dalam Sari, 2019) gangguan citra tubuh merupakan perasaan tidak puas yang dimiliki seseorang terhadap bentuk, struktur dan fungsi tubuh disebabkan oleh adanya ketidaksesuaian dari yang diinginkan seseorang tersebut. Respon ketidakpuasan dari penampilan fisiknya memberikan dampak di kehidupan sosialnya. Dampak yang pertama yang dialami oleh partisipan mengenai sikap yang dilakukan oleh partisipan di kehidupan sosialnya, partisipan menjadi sering mengalami kurang percaya diri ketika bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya. Tidak hanya itu saja, *acne vulgaris* yang dialaminya membuat kurang nyaman apabila bersosialisasi dengan orang baru. Hal tersebut sesuai yang diungkapkan oleh Harlim, dkk (2019) yang menyatakan bahwa *acne vulgaris* merupakan penyakit yang digolongkan tidak berbahaya, akan tetapi dapat menimbulkan gangguan psikososial seperti kurangnya percaya diri hingga enggan untuk bersosialisasi karena malu. Akan tetapi, hal tersebut tidak berlaku pada saat partisipan bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya, maka partisipan akan nyaman-nyaman saja.

Dampak kedua yang ditimbulkan dari citra tubuh yang negatif adalah berkaitan dengan hubungan partisipan dengan lingkungan sekitarnya. Hubungan sosial merupakan interaksi sosial yang dinamis dengan melibatkan hubungan-hubungan antara perorangan, kelompok-kelompok, maupun perorangan dengan kelompok manusia (Khalilah, 2017). Dengan *acne vulgaris* yang dimiliki oleh partisipan, tidak membuat hubungannya dengan lingkungan sekitar menjadi buruk.



Hingga sekarang hubungan partisipan dengan lingkungan sekitarnya masih terjalin dengan baik. Lalu, aktivitas sehari-hari yang dijalani orang partisipan juga tidak terganggu karena *acne vulgaris* yang dialaminya. Hal tersebut perlu diciptakan dan dipertahankan, sebab dalam hubungan sosial diperlukan penyesuaian diri yang baik, sehingga dapat bergaul dengan orang lain secara baik pula, yang merupakan salah satu hakikat dari penyesuaian diri di lingkungan sosial (Khalilah, 2017).

Pembahasan tema ketiga tentang upaya yang dilakukan untuk memperbaiki citra tubuh yang negatif. Citra tubuh negatif yang dimiliki tidak menjadikan partisipan pasrah dan menyerah dengan kondisi serta situasi yang dialami. Partisipan melakukan berbagai usaha-usaha untuk memperbaiki hal yang menjadikannya kurang nyaman maupun kurang percaya diri dengan penampilan yang dimilikinya. Tubuh dan penampilan idealah yang diharapkan oleh seseorang untuk dapat memberikan rasa nyaman dalam kehidupan sosial di masyarakat. Seseorang tidak menginginkan memiliki wajah dengan berjerawat, sehingga membuat mereka untuk mengupayakan dalam mewujudkan keinginannya memiliki wajah yang bersih.

Upaya pertama yang dilakukan oleh partisipan, dengan melakukan berbagai usaha seperti melakukan perawatan dan menutupi kekurangan dengan sesuatu. Dalam meningkatkan citra tubuh positif, partisipan melakukan berbagai perawatan untuk tampil ideal dan menarik seperti wanita dewasa lainnya. Partisipan melakukan perawatan dengan pergi ke dokter SpKK, *treatment* ke klinik kecantikan, menggunakan masker-masker yang terbuat dari bahan organik seperti dari kulit jeruk, hingga mencari-cari informasi pada *beauty blogger*. Hal tersebut dilakukan seiring dengan kepedulian penampilan fisik pada wanita dewasa ketika penampilan fisiknya yang saat ini tidak sesuai dengan yang diinginkan seperti halnya wanita-wanita dewasa lainnya. Cash (dalam Sumanty, Sudirman & Puspasari, 2018) mengungkapkan pada dimensi citra tubuh bagian orientasi penampilan diartikan sebagai perhatian dari seseorang pada penampilan yang dimiliki oleh dirinya dan usaha-usaha yang dilakukan dengan bertujuan memperbaiki serta meningkatkan penampilan dirinya.

Berbagai usaha yang telah dilakukan oleh partisipan untuk meningkatkan citra tubuhnya agar lebih positif tidak hanya dengan melakukan perawatan-perawatan saja. Dalam proses untuk menyembuhkan *acne vulgaris* yang dialami partisipan juga menutupi *acne vulgaris* dengan sesuatu seperti menggunakan masker, menggunakan *make-up* (*foundation* dan bedak). Hal tersebut dilakukan agar kepercayaan diri yang dimiliki lebih meningkat. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang telah dilakukan Sumanty, Sudirman & Puspasari,

(2018) pada mahasiswi UIN Sunan Gunung Djati di Bandung, didapatkan hasil bahwa 68,5 % dari 332 responden yang memiliki citra tubuh negatif melakukan bergai usaha seperti menggunakan *make-up* dan pemilihan baju yang dirasa serasi untuk menutupi kekurangan yang dimilikinya.

Masuda, Price, Anderson, & Wendell (2010, dalam Hasmalawati (2018)) Citra tubuh negatif yang dimiliki oleh partisipan dapat menimbulkan persoalan dalam dirinya seperti adanya perasaan dan pikiran yang dapat menjadi kendala mengenai tubuhnya. Tidak hanya itu saja, pada saat seseorang memiliki persepsi yang salah tentang bentuk seseorang dan perasaan yang bertolak belakang dengan kondisi tubuh seseorang sebenarnya, maka dapat membuat seseorang tersebut merasa bahwa hanya orang lain yang memiliki bentuk tubuh maupun penampilan yang menarik, sedangkan untuk bentuk tubuh dan penampilannya sendiri dianggap sebagai tanda kegagalan pribadi. Hal tersebut juga menyebabkan individu merasa malu, *self conscious*, khawatir, canggung dan gelisah atas bentuk tubuh dan penampilannya (Sari & Permatasari, 2016). Oleh sebab itu, kemampuan dari seseorang untuk tidak membebaskan pikiran yang dapat mengganggu atau mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan sangat penting untuk dimiliki seseorang.

Dari hal tersebut dibutuhkan pikiran-pikiran yang positif agar seseorang dapat bertahan dalam situasi yang kurang menyenangkan seperti pada saat mengalami gangguan pada citra tubuh atau memiliki citra tubuh yang negatif. Berpikir positif berkaitan dengan hidup positif seseorang dengan berorientasi terhadap keyakinan. Berpikir positif menurut Albrecht (dalam Syaf, Anggraini, & Murni, 2017) diartikan sebagai kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menilai suatu hal dari sudut pandang positif, sehingga dengan berpikir positif dapat meningkatkan dalam membentuk kemampuan untuk menilai segala sesuatu dari sudut pandang yang positif. Partisipan memiliki harapan-harapan yang positif di masa depan seperti berharap bahwa *acne vulgaris* yang dialami segera sembuh atau bebas dari *acne vulgaris*. Dengan pikiran positif yang dimiliki partisipan tersebut dapat mempengaruhi dalam menurunkan ketidakpuasan pada bentuk tubuh maupun penampilan yang dimiliki.

Memiliki wajah yang bersih, segar dan bebas dari masalah kulit merupakan impian bagi semua wanita, sebab hal tersebut dapat mempercantik diri dan meningkatkan rasa percaya diri (Eki Purbosetyo & Kusstianti, 2020). Selain harapan untuk sembuh atau bebas dari *acne vulgaris*, partisipan juga memiliki impian fisik yang bersih, wajahnya tidak berminyak dan *glowing*. Impian merupakan kekuatan yang berperan sebagai penyemangat jiwa untuk melewati kesulitan maupun untuk meraih harapan (Muchtar, 2010). Dengan adanya impian



membuat mereka untuk tahan dalam menghadapi kendala ataupun kegagalan. Memiliki suatu Impian juga dapat menggerakkan hasrat untuk meraihnya (Muchtar, 2010). Sehingga dengan impian positif mengenai fisiknya di masa depan, membuat partisipan melewati kesulitan maupun kendala yang sedang dihadapinya.

## KESIMPULAN

Berdasarkan pemaparan hasil dari penelitian didapatkan bahwa wanita dewasa yang mengalami *acne vulgaris* memiliki ketidakpuasan terhadap citra tubuhnya seperti menggambarkan bahwa tubuh dan penampilannya kurang menarik dan kurang sesuai dengan kriteria ideal yang berlaku dalam lingkungan sosialnya. Dalam hal ini kriteria ideal ialah suatu standar atau batasan-batasan mengenai konsep cantik yang diyakini oleh partisipan yang belum tentu benar, akan tetapi konsep tersebut bersumber serta memiliki nilai di masyarakat. Sehingga dari hal tersebut, menimbulkan kekhawatiran terhadap partisipan atas kondisi fisiknya yang tidak sesuai dengan kriteria yang telah dianut oleh partisipan dan menjadi penyebab utama munculnya ketidakpercayaan diri pada partisipan.

Pengaruh citra tubuh yang dimiliki wanita dewasa dengan *acne vulgaris* yakni menjadi tidak percaya diri dalam bersosialisasi dan kurang nyaman apabila bertemu dengan orang baru, namun hubungan dengan lingkungan sekitar terjalin dengan baik serta secara umum tidak mengganggu aktivitasnya.

Wanita dewasa yang mengalami *acne vulgaris* melakukan berbagai upaya untuk memperbaiki citra tubuhnya dengan melakukan perawatan atau pengobatan agar *acne vulgaris* yang dimiliki segera sembuh. Tidak hanya itu saja, wanita dewasa awal yang mengalami *acne vulgaris* memiliki harapan-harapan positif mengenai fisik dan penampilannya di masa depan.

## SARAN

*Acne vulgaris* dapat memberikan ketidakpuasan seseorang terhadap citra tubuh yang dimilikinya seperti memandang bahwa tubuh dan penampilannya kurang sesuai dengan kriteria ideal yang berlaku dalam lingkungan sosialnya. Tidak hanya itu saja dengan ketidakpuasan terhadap citra tubuh yang dimiliki menimbulkan pengaruh terhadap kehidupan sosial dalam bermasyarakat. Dari hal tersebut agar dapat memberikan informasi mengenai gambaran citra tubuh pada wanita dewasa awal yang mengalami *acne vulgaris* dan agar dapat lebih menerima akan fisik dan penampilan yang dimiliki. Dalam penelitian selanjutnya diharapkan dapat meneliti secara lebih mendalam mengenai topik tersebut yang berhubungan dengan topik kondisi psikologis lainnya, seperti kepercayaan diri, kecemasan, depresi,

fobia sosial, isolasi sosial, emosi dan lain-lain yang disebabkan oleh ketidakpuasan atas citra tubuh yang dimiliki. Sehingga dapat meneruskan dan mengembangkan penelitian ini agar cakupan penelitian menjadi lebih luas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, D., Iqomh, M. K. B., & Prasetya, H. A. (2019). Gambaran Harga Diri, Citra Tubuh, Dan Ideal Diri Remaja Putri Berjerawat. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 6(1), 8-12. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/download/4416/4061>
- Agustiningih, T., Pradanie, R., & Pratiwi, I. N. (2019). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kepercayaan Diri Akibat Timbulnya Acne Vulgaris pada Remaja Berdasarkan Teori Adaptasi Roy di SMA 17 Agustus 1945 Surabaya. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 4(1). <http://103.114.35.30/index.php/JKM/article/view/2108>
- Amil, O. & Bozgeyikli, H. (2015). Investigating the relationship between social appearance anxiety and loneliness of Turkish university youth. *Journal of Studies in Social Sciences*, 11, (1), 68-96. [https://www.researchgate.net/publication/304349739\\_Investigating\\_the\\_Relationship\\_between\\_Social\\_Appearance\\_Anxiety\\_and\\_Loneliness\\_of\\_Turkish\\_University\\_Youth](https://www.researchgate.net/publication/304349739_Investigating_the_Relationship_between_Social_Appearance_Anxiety_and_Loneliness_of_Turkish_University_Youth)
- Amirtham, M. (2011). *Women in India: Negotiating Body, Reclaiming Agency*. Wipf and Stock Publishers.
- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). Metodologi penelitian kualitatif. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Baron & Byrne. (2000). *Social psychology* (9th Edition). Apearson education company.
- Bimantara, M. D., Adriani, M., & Suminar, D. R. (2019). Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi pada Siswi di SMA Negeri 9 Surabaya. *Amerta Nutrition*, 3(2), 85-88. <https://ejournal.unair.ac.id/AMNT/article/viewFile/11351/7584>
- Coyle, M., & Liang, H. (2019). Evidence-based Clinical Chinese Medicine - Volume 11: *Acne vulgaris*. World Scientific.
- Denich, A. U., & Ifdil, I. (2015). Konsep Body Image Remaja Putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 3(2), 55-61. <https://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/article/view/165>
- Dewi, I., & Widiasavitri, P. N. (2017). Citra Tubuh Pada



- Remaja Penyandang Tunadaksa Yang Menempuh Pendidikan Di Sekolah Umum. *Jurnal psikologi udayana*, 4(2), 333-346 <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/download/37132/22495>
- Djam'an Satori, A. K. (2010). Metode Penelitian Kualitatif. Alfabeta, Bandung.
- Eki Purbosetyo, M. I. F. T. A. S. Y. A., & Kusstianti, N. (2020). Pelayanan Jasa Micro Needle Therapy System Pada Perawatan Wajah Di Achie House Of Beauty Sidoarjo. *Jurnal Tata Rias*, 9(2). <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-tata-riass/article/view/34555>
- Fakihatun, M. F., Rivani, B., & Pasaribu, S. D. (2019). Hubungan *Acne vulgaris* Dengan Body Image Pada Remaja Di SMA Fajrul Islam Jakarta. *Jurnal STIKes IMC Bintaro*, 2(3), 247-247. Diakses dari <http://jurnal.stikesimcbintaro.ac.id/index.php/djs/article/view/68>
- Fithriyana, R. (2019). Hubungan Kejadian *Acne vulgaris* Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswi Kelas XI di SMAN 2 Bangkinang Kota. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*. Diakses dari <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/394>
- Fernando, M. L. (2019). Gambaran Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami Obesitas. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Diakses dari <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/view/6369>
- Hasmalawati, N. (2018). Pengaruh citra tubuh dan perilaku makan terhadap penerimaan diri pada wanita. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 2(2), 107-115. <https://www.jurnal.arraniry.ac.id/index.php/Psikoislam/article/view/1892>
- Hermawan, H., & Hamzah, R. E. (2017). Objektifikasi perempuan dalam iklan televisi: Analisis lintas budaya terhadap iklan parfum axe yang tayang di televisi indonesia dan amerika serikat. *Jurnal Kajian Media*, 1(2). <https://ejournal.unitomo.ac.id/index.php/ilkom/article/viewFile/721/356>
- Hurlock, E. B. (2004). Psikologi perkembangan. PT. Gelora aksara pratama.
- Joko Subagyo. 2011. Metode Penelitian Dalam Teori Dan Praktik. Rineka Cipta.
- Khalilah, E. (2017). Layanan bimbingan dan konseling pribadi sosial dalam meningkatkan keterampilan hubungan sosial siswa. *JIGC*, 1(1), 41-57 <http://jigc.dakwah.uinjambi.ac.id/index.php/jigc/article/view/6>
- Harlim, C., Kumala, M., & Tansil, S. (2019). Pemetaan konsumsi produk coklat dan kejadian akne vulgaris pada dewasa muda mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanegara. *Tarumanagara Medical Journal*, 2(1), 14-21 <https://journal.untar.ac.id/index.php/tmj/article/view/5839>
- Littlejohn, S.W. and K.A. Foss. 2005. Theories of Human Communication. 8th edition Belmont. Thomson Learning Academic Resource Center
- Lubkin, I. M., & Larsen, P. (2009). Chronic illness: Impact and intervention (7th ed). Sudbury, MA: Malloy, Inc.
- Manzilati, Asfi. (2017). Metodologi Penelitian Kualitatif: Paradigma, Metode, dan Aplikasi. Penerbit Universitas Brawijaya Press
- Mardawani. (2020). Praktis Penelitian Kualitatif: Teori Dasar dan Analisis Data Dalam Perspektif Kualitatif. Penerbit Deepublish
- Muchtar. (2010). Menyusun Business Plan. Penerbit PT Elex Media Komputindo Kompas Gramedia
- Murlistyarini, S. (2019). *Acne vulgaris*. UB Press.
- Nizamuddin, dkk. (2021). Metodologi Penelitian. DOTPLUS Publisher.
- Nugroho, M. D., & Rizal, A. (2017). Citra Tubuh Dengan Depresi Pada Lansia Wanita. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 7(02), 229-234. <http://journals.stikim.ac.id/index.php/jiiki/article/view/239>
- Papalia, D.E., Olds. S.W., & Feldman R. D. (2007). Human development (10th ed). Mcgraw Hill Companies
- Rumsey, N & Harcourt, D. (2003). Body image and disfigurement: issues and interventions. *Journal Body Image*. 1 (1), 83-97.
- Rizkiyah, I., & Apsari, N. C. (2020). Strategi Coping Perempuan Terhadap Standarisasi Cantik Di Masyarakat. *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama dan Jender*, 18(2), 133-152 <http://ejournal.uinsuska.ac.id/index.php/marwah/article/view/7371>
- Saragih, D. F., Opod, H., & Pali, C. (2016). Hubungan tingkat kepercayaan diri dan jerawat (*Acne vulgaris*) pada siswa-siswi kelas XII di SMA Negeri 1 Manado. *Jurnal e-Biomedik*, 4(1). Diakses dari <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ebiomedik/article/view/10750/0>
- Sari, D. A. K. W., & Permatasari, A. I. (2016). Gambaran Citra Tubuh Siswi dengan Obesitas. *JURNAL STIKES RS Baptis Kediri*, 9(1).