

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Perfeksionisme

1 Pengertian Perfeksionisme

Perfeksionisme sering kali diterjemahkan secara awam sebagai penetapan standar tertentu untuk mencapai sebuah kesempurnaan. Hewitt dan Flett's mendefinisikan perfeksionisme dengan karakteristik yaitu penetapan standar yang tinggi pada beberapa aspek untuk mencapai kesempurnaan dan penafian kegagalan.¹ Individu dengan perfeksionisme memiliki standar tinggi yang tidak realistis yang ditetapkan kepada dirinya sendiri dan juga orang lain dan memiliki evaluasi yang berlebihan terhadap dirinya dan menimbulkan kritik berlebih jika standar tersebut tidak terpenuhi. Individu dengan perfeksionisme memiliki perasaan tidak aman sehingga berusaha untuk mendapatkan penerimaan dari lingkungan sekitarnya melalui prestasi atau kemampuan dalam berperilaku sehingga individu tersebut menetapkan standar yang tinggi. Frost juga menyebutkan bahwa individu dengan perfeksionisme tidak hanya kritis terhadap diri sendiri, melainkan juga kepada individu lain. Individu yang memiliki perfeksionisme menetapkan standar yang tinggi untuk kinerja individu lain dan evaluasi yang kritis terhadap tingkah laku individu lain.²

Adler mengemukakan pada dasarnya, perfeksionisme merupakan sebuah aspek dalam perkembangan individu yang bersifat wajar, namun akan menjadi

¹ Gordon L. Flett & Paul L. Hewitt, dkk, "The Child-Adolescent Perfectionism Scale: Development, Psychometric Properties, and Associations With Stress, Distress, and Psychiatric Symptoms", *Journal of Psychoeducational Assessment*, Vol. 34, No. 7, (2016), h. 635. DOI : <https://doi.org/10.1177%2F0734282916651381>

² Angela, dkk, "Hubungan Perfeksionism Dengan Harga Diri Pada Mahasiswa Dewasa Awal" *Jurnal Psikologi Pendidikan*, Vol. 13, No. 01, (2020), 106.

maladaptif ketika individu menetapkan standar-standar yang tidak realistis dan superior dalam menetapkan sebuah target atau tujuan.³ Sejalan dengan Adler, Hamchek kemudian membagi perfeksionisme menjadi normal dan neurotik. Individu dengan perfeksionisme yang normal mampu mengerti batas-batas kemampuan dirinya sendiri sehingga individu tersebut akan menetapkan standar-standar yang sesuai dengan kemampuannya dalam mencapai sebuah *goals*. Sementara individu dengan perfeksionisme neurotik akan cenderung memberikan standar yang lebih tinggi dari kemampuannya sehingga akan mudah merasa tidak puas karena ketidakmampuannya untuk mencapai standar yang dibuatnya sendiri.⁴

Dari beberapa pengertian yang disebutkan di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa perfeksionis merupakan sebuah paham kepribadian dengan karakteristik penetapan standar yang tinggi, evaluasi berlebihan dan kritik yang tajam terhadap dirinya sendiri dan orang lain. Individu dengan perfeksionisme cenderung mudah merasa tidak puas dengan apa yang dicapainya sehingga merasa gagal dan tidak berharga. Perfeksionisme pada dasarnya merupakan sesuatu yang adaptif dan mampu memberikan motivasi seseorang untuk memiliki pencapaian atau prestasi yang tinggi, namun jika perfeksionisme dalam diri seseorang pada akhirnya membuatnya berikap maladaptif maka hal tersebut merupakan perfeksionisme yang bersifat neurotik.

³ Anindito Aditomo & Sofia Retnowati, "Perfeksionisme, Harga Diri dan Kecenderungan Depresi Pada Remaja Akhir", *Jurnal Psikologi*, No. 01, (2004), h. 4.

⁴ *Ibid*, h.5.

2 Aspek-Aspek Perfeksionisme

Hewitt dan Flett membagi aspek-aspek perfeksionisme ke dalam dua bagian yaitu ranah intrapersonal dan interpersonal. Dalam ranah intrapersonal ada aspek *self-oriented perfectionism*, sementara dalam ranah interpersonal terdapat dua aspek yaitu *other-oriented perfectionism* dan *socially prescribed perfectionism*.⁵

Berikut penjelasan lebih lanjut mengenai aspek-aspek perfeksionis :

a. *Self-Oriented Perfectionism*

Perfeksionisme *self-oriented* memiliki keterkaitan dengan penetapan standar yang tinggi untuk diri sendiri. Menurut Hewitt dan Flett individu dengan *self-oriented perfectionism* memiliki evaluasi yang kritis terhadap dirinya dan mengawasi dirinya sendiri secara berlebihan sehingga dirinya tidak mampu mentolerir kesalahan dalam dirinya walaupun hanya kesalahan yang kecil.⁶ Dengan kata lain, *self-oriented* merupakan aspek dalam perfeksionisme yang memiliki keinginan untuk berusaha sekuat tenaga untuk menghindari kegagalan dan selalu mencapai keberhasilan. Seseorang dengan *self-oriented perfectionism* yang adaptif berpotensi memiliki motivasi yang besar untuk mencapai target dan *goals*. Namun jika *self-oriented perfectionism* yang maladaptif justru menyebabkan kekhawatiran dan keraguan bahkan kecemasan jika individu mengalami situasi yang negatif.⁷

b. *Other-Oriented Perfectionism*

⁵ Hewitt, P. L., & Flett, G. L., "Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology", *Journal of personality and social psychology*, Vol. 60, No. 3, (1991), 457.

⁶ Anindito Aditomo & Sofia Retnowati, "Perfeksionisme, Harga Diri dan Kecenderungan Depresi Pada Remaja Akhir", *Jurnal Psikologi*, No. 01, (2004), h. 5.

⁷ Angela, dkk, "Hubungan Perfeksionism Dengan Harga Diri Pada Mahasiswa Dewasa Awal" *Jurnal Psikologi Pendidikan*, Vol. 13, No. 01, (2020), 107..

Individu dengan perfeksionisme *other-oriented* memiliki orientasi untuk menetapkan standar yang tinggi bagi orang lain. Individu cenderung menuntut orang lain untuk mencapai standar yang dibuatnya dan bereaksi secara berlebihan jika individu lain tidak dapat mencapai standarnya dan berbuat kesalahan. Sebagaimana perfeksionisme *self-oriented*, individu dengan *other-oriented perfectionism* juga memiliki target yang tidak realistis untuk mencapai kesempurnaan, mengevaluasi secara berlebihan dan kritis dalam kritik mereka namun berorientasi pada orang lain.⁸ Individu dengan perfeksionisme yang berorientasi pada orang lain tidak memberikan toleransi terhadap kesalahan yang dilakukan oleh orang lain sehingga cenderung bersikap kaku dalam menjalin relasi dengan lingkungan sekitarnya. Mereka juga tidak memiliki kepercayaan ketika memberikan sebuah tugas atau pekerjaan kepada orang lain karena khawatir hasil yang didapatkan tidak sesuai dengan standar mereka.

c. *Socially Prescribed Perfectionism*

Aspek perfeksionisme *socially prescribed* memiliki pemikiran bahwa orang lain memiliki standar yang tinggi terhadap dirinya. Individu dengan *socially prescribed* meyakini bahwa orang lain memiliki tuntutan dan harapan terhadap dirinya untuk selalu berhasil dan mencapai standar yang tidak masuk akal. Mereka percaya bahwa tuntutan dari orang lain tersebut harus dipenuhi agar dirinya diakui dan dihargai di lingkungan tersebut.⁹ Selain itu mereka

⁸ Hewitt, P. L., & Flett, G. L., "Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology", *Journal of personality and social psychology*, Vol. 60, No. 3, (1991), 457.

⁹ Anindito Aditomo & Sofia Retnowati, "Perfeksionisme, Harga Diri dan Kecenderungan Depresi Pada Remaja Akhir", *Jurnal Psikologi*, No. 01, (2004), h. 5.

juga percaya bahwa tindakannya akan dievaluasi secara kritis oleh orang lain jika dirinya melakukan kegagalan sehingga mereka cenderung menunjukkan kecemasan dan kekhawatiran ketika bertindak karena takut tidak mampu mencapai standar orang lain.

3 Faktor Yang Membentuk Perfeksionisme

Sebagaimana faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya atribut-atribut psikologis pada individu, faktor yang mempengaruhi perfeksionisme dibagi menjadi faktor eksternal dan faktor internal. Menurut Strober, faktor pembentuk perfeksionisme adalah lingkungan terutama keluarga sebagai kelompok terdekat dengan individu.¹⁰ Ada tiga faktor yang mempengaruhi perfeksionisme pada individu, yaitu :

a. Faktor Interpersonal

Salah satu faktor yang berpengaruh dalam terbentuknya perfeksionisme pada individu adalah faktor interpersonal. Dalam beberapa penelitian ditemukan peran lingkungan memiliki pengaruh pada terbentuknya perfeksionisme terutama pola asuh keluarga.¹¹ Strober dan Roche berpendapat bahwa pola asuh keluarga berpengaruh secara langsung pada pembentukan kebiasaan individu. Keluarga yang cenderung menuntut

¹⁰ Stoeber, J., & Roche, D.L. Affect Intensity Contribute to Perfectionistic Self – Presentation in Adolescents Beyond Perfectionism. *J Rat-Emo Cognitive – Behave Ther*, Vol. 32, No. 2, (2014), h. 9. DOI : <https://doi.org/10.1007/s10942-013-0176-x>

¹¹ Egan, S. J., Wade, T. D., Shafran, R., & Antony, M. M. *Cognitive-Behavioral Treatment of Perfectionism*. Guilford Publications, 2016, h. 8 Tersedia dari Google Play Books https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=jpmCCwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=cognitive-behavioral+treatment+of+perfectionism&ots=6PLc58vubT&sig=a6jwliE5QGNuSpSF0lLuOCK_KPU&redir_esc=y#v=onepage&q=cognitive-behavioral%20treatment%20of%20perfectionism&f=false

terhadap pencapaian anak-anak mereka akan menyebabkan munculnya perfeksionisme pada anak.¹²

Selain pola asuh keluarga, faktor interpersonal lain yang juga mempengaruhi perfeksionisme pada individu adalah orientasi pada pencapaian, yaitu ketika individu fokus untuk mencapai sebuah tujuan dan fokus pada tuntutan tugas sehingga akan muncul *adaptive achievement motivation*.¹³ Faktor lainnya yang juga mempengaruhi perfeksionisme pada individu adalah lingkungan yang kompetitif dimana individu akan selalu merasa bersaing dengan teman atau orang-orang di sekitarnya untuk mencapai prestasi atau pencapaian tertinggi.¹⁴

b. Faktor Genetik

Walaupun masih sedikit penelitian yang menyebutkan bahwa faktor genetik memberikan pengaruh terhadap terbentuknya perfeksionisme, Ilham Manlana dalam penelitiannya menyebutkan hasil studi terhadap sepasang anak kembar yang menunjukkan bahwa perfeksionisme maladaptif dan kecemasan dipengaruhi oleh genetik dengan prosentase heritabilitas berkisar antara 45% hingga 60%.¹⁵

¹² Stoeber, J., & Roche, D.L, Loc.Cit

¹³ Stoeber, J., Damian, L. E., & Madigan, D. J. (in press). "Perfectionism: A motivational perspective. In J. Stoeber (Ed.)", *The psychology of perfectionism: Theory, research, applications*. London: Routledge, h. 5 Diunduh dari : <http://ray.yorks.ac.uk/id/eprint/1950>

¹⁴ Paramita Tri Ratna & Iwan Wahyu Widayat, "Perfeksionisme Pada Remaja *Gifted* (Studi Kasus Pada Remaja Didik Kelas Akselerasi Di SMAN 5 Surabaya)," *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, Vol. 02, No. 03, 2013, h. 147

¹⁵ Egan, S. J., Wade, T. D., Shafran, R., & Antony, M. M. *Cognitive-Behavioral Treatment of Perfectionism*. Guilford Publications, 2016, h. 9 Tersedia dari Google Play Books https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=jpmCCwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=cognitive-behavioral+treatment+of+perfectionism&ots=6PLc58vubT&sig=a6jwIiE5QGNuSpSF0lLuOCK_KPU&redir_esc=y#v=onepage&q=cognitive-behavioral%20treatment%20of%20perfectionism&f=false

4 Karakteristik Individu Dengan Perfeksionisme

Berdasarkan temuan dari penelitian yang telah dilakukan oleh Paramita dan Iwan didapatkan beberapa karakteristik individu dengan perfeksionisme yaitu sebagai berikut :

- a. Memiliki cita-cita dan standar yang tinggi untuk diri sendiri. Hal tersebut sebagaimana yang telah disebutkan oleh Hewitt dan Flett mengenai karakteristik individu dengan perfeksionisme.¹⁶ Standar tinggi tersebut tidak hanya berasal dari diri pribadi individu namun juga dari perasaan bahwa orang lain menuntutnya dengan standar yang tinggi. Individu tersebut juga menetapkan standar yang tinggi untuk orang lain.
- b. Cenderung menyalahkan diri sendiri ketika mengalami kegagalan atau kesalahan pada tindakannya. Individu dengan perfeksionisme memiliki keragu-raguan pada tindakannya dan merasa tindakannya belum cukup baik. Mereka juga memiliki reaksi yang negatif ketika menghadapi suatu kegagalan dalam melakukan sesuatu seperti perubahan suasana hati, perasaan kecewa bahkan malu.¹⁷ Mereka juga mempercayai bahwa orang lain akan mengkritisi tindakannya yang salah dan juga sebaliknya, mereka melakukan kritik terhadap orang lain jika orang lain tidak mampu mencapai standarnya.
- c. Memiliki dorongan yang kuat untuk mencapai kesempurnaan dan menghindari kegagalan dalam setiap tindakannya.¹⁸

¹⁶ Hewitt, P. L., & Flett, G. L, "Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology", *Journal of personality and social psychology*, Vol. 60, No. 3, (1991), 457.

¹⁷ Paramita Tri Ratna & Iwan Wahyu Widayat, "Perfeksionisme Pada Remaja *Gifted* (Studi Kasus Pada Remaja Didik Kelas Akselerasi Di SMAN 5 Surabaya)," *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, Vol. 02, No. 03, 2013, h. 146.

¹⁸ *Ibid.* hal. 147.

B. Citra Diri

1 Pengertian Citra Diri

Citra diri sering disebut juga dengan gambaran diri (*self-image*), yaitu gambaran seseorang mengenai dirinya secara keseluruhan dan bersifat global baik dari aspek fisik maupun psikis. Mocanu mendefinisikan citra diri sebagai pikiran dan perasaan individu terhadap dirinya sehingga dari persepsi tersebut seseorang dapat menentukan bagaimana sikap dan tindakannya ketika berinteraksi dengan orang lain. Citra diri seseorang juga mempengaruhi bagaimana respon orang lain terhadap dirinya.¹⁹ Dengan kata lain, citra diri merupakan persepsi individu mengenai dirinya yang dapat digunakan oleh individu untuk mengenalkan dirinya kepada orang lain. Menurut Bailey citra diri yang dimiliki seseorang bersifat sangat subjektif, artinya individu menilai dan mengevaluasi dirinya sendiri melalui berbagai kegiatan dan tingkah lakunya kemudian mempersepsikan gambaran dirinya menjadi sebuah konstruk yang disebut citra diri. Gambaran mengenai diri sendiri tersebut mencakup gambaran fisik, kemampuan diri sendiri dan kepribadian yang dimiliki.²⁰

Allport juga berpendapat mengenai citra diri yaitu pandangan nyata dan ideal yang dimiliki seseorang mengenai dirinya sendiri dan ekspektasinya mengenai bagaimana seharusnya dirinya.²¹ Sementara Brown menyebut citra diri sebagai *self-knowledge* yaitu pemahaman dan pengetahuan individu mengenai dirinya

¹⁹ Mocanu, R, "Brand Image as a functions of self image and self brand connection", *Management Dynamics in the Knowledge Economy*. Vol. 1, No. 3, (2013), h. 389.

²⁰ Bailey, J. A, "Self-Image, Self-Concept, and Self-Identity Revisited", *Journal of the National Medical Association*, Vol. 95, No. 5, (2003), h. 384. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2594523/>

²¹ Alwisol, Psikologi Kepribadian, Malang : UMM Press, 2004, h. 225

sendiri yang meliputi dunia fisik, dunia sosial dan dunia psikis.²² Citra diri yang dimiliki seseorang dapat bersifat positif maupun negatif, hal tersebut dapat dipengaruhi oleh lingkungan sekitar dimana individu tersebut tumbuh dan juga pengaruh masa lalu yang disimpan oleh individu di alam bawah sadarnya.²³

Citra diri juga didefinisikan sebagai sikap yang dimiliki individu secara sadar maupun tidak disadari terhadap tubuhnya, mencakup persepsi di masa lalu dan perbandingannya dengan masa sekarang.²⁴ Hal tersebut juga berkaitan dengan bagaimana individu berusaha menciptakan bagaimana orang lain akan berpersepsi dan memberikan penilaian mengenai dirinya. Individu cenderung menilai dirinya melalui penampilan fisiknya karena fisik merupakan atribut yang pertama kali dilihat sehingga menurut Burn, citra diri berkaitan erat dengan karakteristik fisik yang mencakup penampilan individu secara umum meliputi bentuk tubuh, cara berpakaian, riasan dan aksesoris yang dapat diamati dari penampilan fisik.²⁵

Dari beberapa pengertian yang telah dipaparkan di atas, dapat diambil kesimpulan mengenai citra diri yaitu gambaran yang dimiliki seseorang mengenai dirinya sendiri yang didapatkan melalui cara pandang individu mengenai dirinya sendiri yang mencakup fisik, kepribadian dan kemampuan yang dimilikinya. Citra diri memberikan pandangan bagi individu dalam bertindak dan berperilaku di

²² Jonathon Brown, *The Self*, London : Psychology Press, 2014, h. 49, Tersedia dari Google Play Books https://books.google.co.id/books?id=Vi3AwAAQBAJ&pg=PT69&dq=info:2PJ21ODhrnEJ:scholar.google.com/&lr=&hl=id&source=gbs_toc_r&cad=3#v=onepage&q&f=false

²³ Rahmat Hidayat, dkk, "Hubungan Perilaku *Body Shaming* Dengan Citra Diri Mahasiswa" *Jurnal Keperawatan Jiwa*, Vol. 7 No, (2019), h. 80. DOI: <https://doi.org/10.26714/jki.7.1.2019.79-86>

²⁴ Ah. Yusuf, dkk. *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*, Jakarta : Penerbit Salemba Medika, 2015, h 93.

²⁵ Burns, R.B. *Konsep Diri: Teori, Pengukuran, Perkembangan, dan Perilaku*. Jakarta: Arcan, 1993, H. 189

ruang lingkup sosial dan juga sebagai gambaran keinginan individu bagaimana pribadi yang diinginkannya.

2 Aspek-Aspek Citra Diri

Secara garis besar, Brown membagi aspek-aspek citra diri ke dalam tiga bagian yaitu dunia fisik, dunia sosial dan dunia psikis. Kemudian Brown menjelaskan aspek-aspek tersebut menjadi indikator-indikator yang merujuk pada konstruksi citra diri. Berikut aspek-aspek citra diri yang dijelaskan oleh Brown :

a. Dunia Fisik

Penampilan fisik merupakan sumber pengetahuan yang signifikan terhadap cara individu menggambarkan dirinya. Penampilan fisik menjadi aspek yang terlihat secara nyata dan dapat diamati sehingga individu mampu menilai dirinya sendiri terutama melalui penampilan fisik. Namun, menurut Brown gambaran individu mengenai penampilan fisiknya bersifat sangat subjektif dan terbatas pada atribut-atribut yang tampak dan melibatkan perbandingan dengan individu lain sebagai tolak ukur.²⁶ Dunia fisik mencakup penampilan individu secara umum yang meliputi bentuk tubuh, cara berpakaian, riasan dan aksesoris yang dapat diamati dari penampilan fisik.

b. Dunia Sosial

Citra diri seseorang juga meliputi dunia sosial dimana individu akan mendapatkan gambaran mengenai dirinya melalui hubungannya dengan lingkungan sosialnya. Brown menjelaskan bahwa terdapat dua macam proses

²⁶ Jonathon Brown, *The Self*, London : Psychology Press, 2014, h. 53, Tersedia dari Google Play Books https://books.google.co.id/books?id=Vi3AwAAQBAJ&pg=PT69&dq=info:2PJ21ODhrnEJ:scholar.google.com/&lr=&hl=id&source=gbs_toc_r&cad=3#v=onepage&q&f=false

sebagai upaya individu untuk mencapai pemahaman mengenai dirinya, yaitu sebagai berikut :

1) Perbandingan Sosial

Sebagaimana dunia fisik, dunia sosial juga memberikan pengetahuan bagi individu mengenai gambaran dirinya melalui perbandingan dengan individu lain. Individu cenderung membandingkan dirinya dengan individu lain untuk mendapatkan gambaran diri yang adil menurut mereka. Mereka cenderung membandingkan diri mereka dengan individu lain yang lebih tinggi (*upward comparison*) atau dengan individu lain yang lebih rendah (*downward comparison*) sesuai dengan kebutuhan masing-masing.²⁷

2) Refleksi Penilaian

Individu mampu mendapatkan gambaran diri mereka melalui penilaian yang tercerminkan, yaitu ketika individu memperoleh penilaian mengenai diri mereka melalui pandangan individu lain. Orang lain akan memberikan tanggapan kepada individu mengenai perilakunya sehingga individu tersebut mendapatkan pengetahuan mengenai gambaran dirinya.²⁸

c. Dunia Psikis

Aspek citra diri lainnya yang disebutkan oleh Brown adalah dunia psikis. Individu mampu mendapatkan gambaran mengenai diri mereka melalui penilaian dari dalam diri mereka sendiri. Terdapat tiga hal yang

²⁷ Ibid. h. 54

²⁸ Ibid. h. 55

mempengaruhi gambaran diri individu melalui dunia psikis, yaitu sebagai berikut :

1) Introspeksi Diri

Individu dapat menilai dirinya sendiri melalui proses yang disebut introspeksi. Hal tersebut dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apa saja hal-hal yang bernilai di dalam dirinya. Introspeksi juga dilakukan individu dalam rangka mengetahui kekurangan yang dimilikinya sehingga individu dapat memiliki gambaran diri secara utuh.²⁹

2) Persepsi Diri

Serupa dengan introspeksi, proses mempersepsi diri dilakukan dengan tujuan untuk menyimpulkan diri individu melalui perjalanan hidupnya. Persepsi diri dilakukan untuk mengetahui apakah atribut yang dimaksudkan individu terdapat dalam dirinya ataukah tidak kemudian individu membuat kesimpulan mengenai gambaran dirinya.

3) Atribusi Kausal

Atribusi kausal merupakan proses untuk mendapatkan gambaran diri dengan mengetahui sebab-sebab atau alasan suatu perilaku dilakukan. Hal tersebut juga dilakukan terhadap individu lain yang berhubungan dengannya untuk mengetahui alasan mengapa individu tersebut berperilaku seperti demikian. Dengan atribusi kausal individu dapat memperoleh penilaian terhadap dirinya yang membentuk citra diri.

²⁹ Ibid, h. 58

3 Faktor yang Mempengaruhi Citra Diri

Citra diri seseorang terbentuk seiring kematangan mental dan pertumbuhannya. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi terbentuknya citra diri dalam diri individu sebagaimana yang disebutkan oleh Amaliyah Nafli dalam penelitiannya³⁰, yaitu sebagai berikut :

a. Jenis Kelamin

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa jenis kelamin merupakan faktor yang cukup berpengaruh terhadap terbentuknya citra diri seseorang. Nafli menyebutkan beberapa penelitian yang pernah dilakukan membuktikan bahwa wanita cenderung memiliki citra diri yang negatif dibandingkan laki-laki. Hal tersebut dikarenakan wanita banyak faktor yang menyebabkan adanya standar-standar tertentu yang berkaitan dengan konstruksi citra diri pada wanita

b. Usia

Usia merupakan faktor penting yang mempengaruhi citra diri seseorang. Citra diri mulai terbentuk seiring pertumbuhan dan perkembangan seseorang, terutama di masa remaja dimana di masa remaja, seseorang mengalami pubertas sehingga terjadi perubahan bentuk tubuh dan perubahan cara berpikir seseorang mengenai dirinya sendiri.

c. Media Massa

Belakangan media massa mulai menjadi kebutuhan tersendiri bagi manusia untuk beraktivitas. Media massa, terutama media sosial telah

³⁰ Amaliyah Nafli, "Hubungan Antara Citra Diri Dengan Perilaku Konsumtif Membeli Produk Make Up Pada Wanita Karir", (Skripsi, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Lampung, 2019), hal. 21-23

memberikan pengaruh terhadap citra diri manusia melalui tiga proses yaitu kognitif, persepsi dan tingkah laku yang memiliki keterkaitan dengan perbandingan sosial. Media sosial menyediakan fasilitas untuk berbagi segala *trand* yang menyuarakan standar-standar tertentu yang menyangkut aspek-aspek citra diri seseorang dan mempengaruhi citra diri tersebut.

d. Keluarga

Keluarga memberikan andil yang besar dalam pembentukan citra diri seseorang terutama melalui pola asuh orang tua terhadap anak-anak mereka. Hal tersebut dikarenakan keluarga adalah lingkungan pertama dimana seorang anak tumbuh dan mempelajari perilaku melalui *modelling* dari keluarga.

e. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal memiliki kaitan yang erat dengan aspek citra diri yaitu dunia sosial dimana seseorang akan mendapatkan pemahaman mengenai dirinya melalui proses sosialisasi dengan individu lain di lingkungannya. Dari interaksi dengan individu lain itu, manusia akan melakukan perbandingan dirinya dengan individu lain yang mempengaruhi citra diri yang dimilikinya.

f. Budaya

Salah satu faktor yang memberikan pengaruh dalam citra diri seseorang adalah budaya di lingkungan tempat tinggalnya. Adat atau kebiasaan yang dibudayakan di lingkungan sekitar akan mempengaruhi individu untuk berperilaku sesuai budaya di tempat tersebut.

C. Model

1 Pengertian Model

Modelling atau dunia model menjadi salah satu industri yang semakin berkembang dimana dunia model memberikan jasa di berbagai bidang. Seorang model menjadi pemeran utama dalam dunia *modelling* dimana model menjadi mediator antara produsen/desainer dengan konsumen untuk berperan dalam mengkomunikasikan produk berupa busana, aksesoris, dan lain-lain kepada konsumen.³¹ Seorang model memiliki tuntutan untuk tidak hanya sekedar tampil di panggung peragaan atau foto majalah saja, namun juga harus mampu menciptakan gaya, ekspresi dan sikap tertentu yang dikehendaki oleh produsen busana agar tercipta *image* yang mampu menarik minat calon konsumen.

Seorang model harus memiliki sikap profesional dalam bekerja karena di dunia *modelling* profesionalisme dibutuhkan sebagai tolak ukur kecakapan seorang model. Sikap profesional tersebut dapat dilihat dari kemampuan model dalam pengelolaan waktu, kerjasama dengan tim, ketepatan ekspresi, serta kemampuan dalam mengkomunikasikan kehendak produsen dalam peragaannya agar pesan yang ingin disampaikan melalui busana yang diperagakannya tersampaikan kepada konsumen. Oleh karena itu, seorang model haruslah memiliki kedisiplinan, motivasi yang tinggi, dan kemampuan komunikasi yang baik.³²

³¹ Rohmah Istikomah, "Pembinaan Keagamaan Bagi Para Modelling (Studi Kasus di Queen Mozza Muslimah *Modelling School* Malang), (Tesis, UIN Maulana Malik Ibrahim, Malang, 2016), h. 17

³² Ratih Sanggarwati, *Kiat Menjadi Model Profesional*, (Jakarta : PT GramediaPustaka Utama, Anggota IKAPI, 2003), h. 2-3.

Modelling meliputi peragaan busana dan *catwalk* yang menampilkan keserasian antara busana yang dikenakan, proporsi tubuh, performance atau penampilan panggung dan *inner beauty*.³³ Model identik dengan representasi dari kata “sempurna” karena dalam makna yang sebenarnya model berarti contoh atau sesuatu untuk ditiru. Model digambarkan dengan keindahan dan kecantikan yang dapat menarik perhatian banyak orang sehingga hal tersebut menjadikan model biasanya adalah sosok yang bertubuh ideal dengan paras yang rupawan. Hal tersebut dikarenakan model adalah pendeskripsian visual dari sosok yang ideal yang mendekati sempurna.³⁴

Untuk menjadi seorang model profesional, seseorang biasanya harus mengikuti kursus atau sekolah *modelling*. Definisi sekolah *modelling* disebutkan oleh Indra Kowar selaku model Indonesia tahun 2014 sebagai sekolah non-formal dengan kurikulum atau pembelajarannya mempelajari berbagai hal seputar dunia *modelling* dengan jangka waktu yang relatif pendek dibandingkan dengan sekolah formal.³⁵ Lembaga kursus atau pendidikan non-formal diadakan di luar pendidikan akademik yang diselenggarakan untuk masyarakat yang membutuhkan layanan pendidikan tambahan, pengganti atau pelengkap pendidikan formal, Sekolah atau kursus non-formal memiliki fungsi sebagai sarana pengembangan potensi siswa pada bidang tertentu yang memfokuskan

³³ Permata Widiyaningrum, dkk, “Fashion Design And Modelling School Di Semarang”, *IMAJI*, Vol. 3, No. 3, (2014), h. 364.

³⁴ Lulu Elshabu, *Everyone Can Be a (Role) Model*, (Jakarta : QultumMedia, 2015), h. 85.

³⁵ F. Venturiny dan S. Budi Lestari, "The Formation Of Self Identity Trough Modelling School", *Interaksi Online*, Vol. 5, No. 4, pp. 1-10, Aug. 2017, hal. 3 [Online]. ##plugins.citationFormats.ieee.retrieved##
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/view/17540>.

pada penguasaan pengetahuan dan keterampilan serta pengembangan sikap dan profesionalisme.³⁶

2 Kriteria/Karakteristik Model

Model memiliki tugas yaitu sebagai mediator antara produsen dengan konsumen untuk merepresentasikan produk yang mereka bawakan. Model memiliki tanggung jawab untuk mengenalkan citra baik dari produk yang diperagakan atau dikenalkannya. Oleh sebab itu, model harus memiliki kriteria sebagai berikut :

a. Kriteria Fisik

Penampilan fisik seorang model menjadi poin penting dalam pekerjaan mereka. Menurut Rohma, ada beberapa kriteria fisik yang harus dimiliki seorang model yaitu :

- 1) Kulit bersih dan sehat
- 2) Memiliki postur tubuh yang seimbang dan proporsional
- 3) Memiliki rambut sehat dan indah
- 4) Kuku terawat dengan baik
- 5) Sederet gigi bersih, sehat dan rapi
- 6) Struktur wajah yang bagus

Meskipun banyak yang mempercayai bahwa kecantikan seseorang bersifat relatif, terdapat ukuran normatif yang menjadi ukuran kecantikan misalnya hidung mancung dan tidak terlalu lebar, struktur wajah oval, mata oval, dan kulit wajah yang mulus. Namun meskipun demikian, standar ini

³⁶ Nyudi Dwijo Susilo, Yoyon Suryono, "Peran LKP Modelling "Colour Models Management Yogyakarta" Dalam Mengembangkan Aspek Personal Dan Sosial Siswa", *Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat*, Vol. 1, No. 1, (2014), h. 64.

tidak dijadikan patokan yang mutlak dalam dunia *modelling* karena saat ini banyak dari kalangan model yang struktur wajah yang unik, mata sipit, dan sebagainya.³⁷

b. Kriteria Non-Fisik

Seorang model tidak hanya dituntut untuk memiliki penampilan yang sempurna, namun mereka juga harus memperhatikan perilaku mereka untuk menunjang karir di dunia *modelling* sebagai berikut :

1) Kecerdasan

Dalam peragaan busana, seorang model harus mampu menguasai panggung atau tempat mereka memperagakan busana yang artinya mereka harus mampu menangkap situasi dan memiliki penguasaan *problem solving* yang baik untuk menghadapi situasi-situasi yang tidak terprediksi. Selain itu, kecerdasan yang dimiliki model cukup mampu membuat mereka mengikuti koreografi dalam peragaan busana sehingga akan memudahkan pengarah gaya pada saat pemotretan.³⁸

2) Wawasan Yang Luas

Seorang model juga harus memiliki wawasan yang luas sebagai bekal dalam meniti karirnya. Profesi model merupakan profesi yang mengharuskan seorang model untuk memiliki hubungan sosial yang baik, terlebih seorang model lebih banyak bekerja bersama tim sehingga model harus memiliki kemampuan interpersonal yang baik. Dengan

³⁷ Rohmah Istikomah, "Pembinaan Keagamaan Bagi Para Modelling (Studi Kasus di Queen Mozza Muslimah *Modelling School* Malang), (Tesis, UIN Maulana Malik Ibrahim, Malang, 2016), h. 26.

³⁸ Ratih Sanggarwati, *Kiat Menjadi Model Profesional*, (Jakarta : PT GramediaPustaka Utama, Anggota IKAPI, 2003), h. 4-5.

berwawasan luas, seorang model akan memiliki pikiran yang lebih terbuka dan lebih mengerti produk yang mereka kenalkan sehingga penampilan mereka terkesan lebih *mature*.

3) Kepribadian/Karakter Yang Kuat

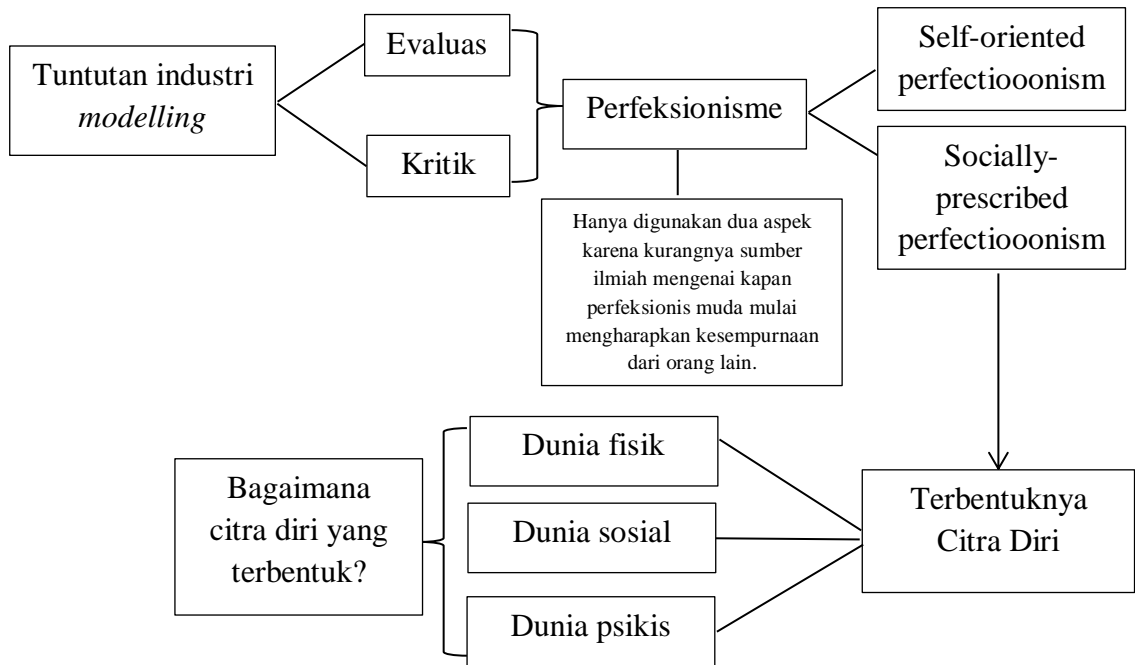
Dunia model erat kaitannya dengan karakter yang kuat untuk memperkenalkan produk yang mereka bawakan. Model harus menampilkan karakter yang kuat dari produk yang mereka bawakan untuk membentuk *image* dari produk tersebut. Karakter kuat yang dimiliki model juga akan mempengaruhi gaya mereka saat mengekspresikan produk mereka. Dengan karakter yang khas, seorang model akan memiliki daya tarik yang berbeda-beda dengan model lainnya.³⁹

4) Perilaku Yang Baik

Disamping paras yang menarik, seorang model juga harus memperhatikan perilakunya karena profesinya yang berhubungan dengan banyak pihak. Perilaku seorang model akan banyak disoroti banyak pihak sehingga memiliki poin penting dalam dunia *modelling*.

³⁹ Ibid, h.7

D. Kerangka Teoretis



E. Hipotesis Penelitian

Peneliti merumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut :

Ha : Ada pengaruh negatif perfeksionisme terhadap citra diri pada model remaja di Berlian Modelling School Kota Kediri

H0 : Tidak ada pengaruh negatif perfeksionisme terhadap citra diri pada model remaja di Berlian Modelling School Kota Kediri