

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada fase *emerging adulthood*, individu mengalami berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang mempengaruhi cara individu memandang diri sendiri dan bagaimana individu ingin dipersepsikan oleh orang lain. Penampilan merupakan suatu hal yang menjadi penting, bagi remaja khususnya remaja putri sebagai bentuk penerimaan diri pada sebuah lingkungannya (Fristy; Anriani dkk, 2024). Salah satu aspek yang sering menjadi perhatian pada masa ini adalah penampilan, yang dapat berdampak pada kepercayaan diri dan interaksi sosial. Penampilan fisik yang menarik akan meningkatkan kepuasan terhadap diri sendiri (Santoso dkk; Amrizon dkk, 2022).

Menurut Utari & Suminar (2022) sebanyak 26,89% remaja yang baru saja memasuki dunia perkuliahan ditemukan bahwa masalah kepribadian yang paling sering muncul ialah rendahnya kepercayaan diri. Kemudian berdasarkan hasil survei terhadap 20 mahasiswa di sebuah politeknik di Jakarta, ditemukan hasil sebanyak 20% responden mengatakan bahwa saat pertama kali menjadi mahasiswa baru umumnya individu memiliki kepercayaan diri yang belum baik. Rendahnya kepercayaan diri yang individu miliki, umumnya disebabkan karena belum mengenal lebih dekat terhadap teman baru, memiliki kebingungan mengenai apa yang akan akan dijalani, merasa takut gagal dalam menjalani perkuliahan dan sebagainya. *Makeup* atau riasan wajah menjadi salah satu alat yang banyak digunakan individu, terutama perempuan, untuk mengekspresikan

personal diri dan meningkatkan rasa percaya diri. Mengemukakan bahwa *makeup* membuat perempuan menjadi lebih cantik dan menarik, oleh karena itu *makeup* menjadi salah satu faktor pendukung dalam meningkatkan kepercayaan diri (Listianti; Salim, 2023).

Menurut Rahmawati & Muslikah (2021) kepercayaan diri merupakan sebuah perasaan yakin yang dimiliki individu terhadap kemampuan yang dimilikinya dengan percaya diri, membuat individu bernilai positif untuk dirinya sendiri dan juga saat berinteraksi dengan orang-orang di sekitarnya. Adanya kepercayaan diri mempermudah dalam berinteraksi secara sosial tanpa memiliki rasa kurang dalam dirinya. Karena dalam diri individu memiliki kemampuan berpikir secara positif. Ber-*makeup* dapat meningkatkan kemampuan untuk tidak takut dengan adanya pandangan orang lain.

Kepercayaan diri adalah kemampuan individu untuk meyakini potensi diri sehingga memudahkan dalam bergaul dengan orang lain, mengontrol perilaku, dan menikmati hidup secara lebih positif (Dianningrum & Satwika, 2021). Menurut Ghufroon & Risnawita (2014) kepercayaan diri merupakan sikap mental seseorang dalam menilai diri maupun objek sekitarnya sehingga orang tersebut mempunyai keyakinan akan kemampuan dirinya untuk dapat melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuannya.

Menurut Nisa (2021) kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Bahwa kepercayaan diri bukan

hanya tentang keyakinan internal, tetapi juga tercermin dalam perilaku dan interaksi sosial yang positif. Individu dengan kepercayaan diri yang baik memiliki kemandirian dalam berpikir dan bertindak, tetapi juga memiliki kematangan emosional yang ditunjukkan melalui sikap gembira, optimis, toleran, dan bertanggung jawab.

Kepercayaan diri adalah sikap positif yang dimiliki individu berupa keyakinan terhadap kemampuan dan potensi diri sendiri, yang membuatnya tidak mudah terpengaruh oleh orang lain. Individu yang memiliki kepercayaan diri cenderung teguh pada keputusan yang telah diambil, serta lebih yakin dalam menghadapi berbagai situasi tanpa mudah merasa ragu atau goyah (Panda dkk, 2023). Menurut Ristanti & Risdiantoro (2022) kepercayaan diri adalah keyakinan internal yang kuat bahwa keterampilan, keterampilan atau bakat harus berguna atau bermanfaat, dalam segala hal yang dilakukan.

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri. Suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya mampu untuk mencapai berbagai tujuan didalam hidupnya menumbuhkan rasa percaya diri yang proposional, individu harus memulai dari dalam diri sendiri, mengingat bahwa rasa percaya diri sangat penting untuk membantu seseorang dapat meraih hasil belajar ataupun prestasi dalam hal apapun (Fitriani, 2025).

Menurut Afifah & Nasution (2023) kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk menghadapi berbagai aspek kehidupan dan mencapai tujuan yang ditetapkan. Individu yang memiliki

kepercayaan diri umumnya menunjukkan sikap optimis dan semangat dalam menjalani kehidupan karena yakin akan potensi dan kompetensinya dalam meraih keberhasilan.

Kosmetik dapat menjadi salah satu cara untuk meningkatkan kepercayaan diri individu. Dengan menggunakan *makeup* individu dapat membentuk kepribadian dirinya. Intensitas penggunaan *makeup* dapat berdampak pada kesehatan kulit, seperti pori-pori tersumbat, jerawat, atau iritasi kulit akibat penggunaan produk yang tidak sesuai. Individu harus memahami kandungan di dalamnya agar sesuai dengan kebutuhan kulit dan telah bersertifikat secara BPOM (Badan Pengawas Obat dan Makanan). Oleh karena itu, penting juga untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi intensitas penggunaan *makeup* pada masa dewasa awal serta bagaimana dampaknya terhadap kesejahteraan individu.

Dalam berbagai perspektif di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan sikap positif yang menunjukkan keyakinan individu terhadap kemampuan dan potensinya yang mendukung kemandirian dan sikap optimis dalam menghadapi kehidupan. Pada masa *emerging adulthood*, penggunaan *makeup* menjadi salah satu cara mengekspresikan diri dan meningkatkan kepercayaan diri, terutama bagi perempuan. Namun, penggunaan *makeup* perlu disesuaikan dengan kondisi kulit dan memperhatikan aspek kesehatan agar berdampak positif pada kesejahteraan individu.

B. Perumusan Masalah

Pada periode pertumbuhan *emerging adulthood* ini muncul dari usia 18-25 tahun. Istilah *emerging adulthood* ini sebutan untuk transisi masa remaja dan masa dewasa muda (Arnett; Arini, 2021). Menurut Iqomah dkk (2021) transisi masa remaja dan masa dewasa muda ditandai dengan adanya proses eksplorasi diri. Hal ini kerap membuat individu disibukkan dengan mencari pengalaman-pengalaman baru, sering terjadi ketidakstabilan dalam hal: relasi *romantic*, pekerjaan, dan pendidikan, pemahaman yang lebih dalam mengenai siapa diri individu dan apa yang diinginkan dalam hidup, tidak menganggap dirinya sebagai remaja ataupun sepenuhnya sudah dewasa yang berpengalaman, mengalami berbagai kemungkinan untuk menjadi apa di masa depannya. Individu mulai pada perkembangan pencarian dan pembentukan citra diri yang positif hal ini berkaitan erat dengan kepercayaan diri.

Pada periode usia dewasa ditandai oleh perubahan dalam pengembangan individu seperti pengembangan sistem reproduksi, lebih luas dan dapat mengenali identitas yang ada di dalamnya. Perubahan lain menunjukkan akan munculnya perubahan penampilan, minat, sikap dan perilaku karena lingkungan budaya tertentu sehingga menyebabkan masalah penyesuaian diri. Khususnya perempuan, banyak mengalami perubahan fisik yang terkadang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Individu mulai sensitif dengan perubahan tekstur maupun warna kulit wajah.

Rasa percaya diri juga dapat membantu seseorang apabila berhadapan dengan ketidakpastian, membantu melihat tantangan-tantangan sebagai

kesempatan-kesempatan, mengambil resiko-resiko yang dapat diperhitungkan, dan membuat keputusan-keputusan dengan tepat. Kepercayaan diri dapat membuka diri untuk melihat peluang-peluang yang ada (Davies; Amin, 2022). Dari peluang yang ada tidak akan terlepas dari adanya sebuah resiko. Resiko dapat terselesaikan dengan mengolah strategi sehingga dapat membuat keputusan sendiri.

Self-confidence atau kepercayaan diri dari aspek psikologis yang penting mencerminkan keyakinan pribadi dalam kapasitas, penampilan, dan nilainya. Keyakinan sangat penting dalam kehidupan manusia, karena dengan itu, seseorang dapat melakukan banyak hal yang berbeda tanpa malu atau terhalang. Menurut Umarta & Mangudjaya (2023). Kurangnya rasa percaya diri juga dapat menimbulkan masalah bagi mahasiswa dalam mengungkapkan pendapat. *Makeup* sering digunakan sebagai strategi untuk meningkatkan rasa percaya diri melalui peningkatan penampilan fisik.

Dalam fungsi psikologis *makeup* yang didapatkan terdapat dua fungsi yang berlawanan yaitu "*camouflage*" dan "*seduction*" (Wachid, 2023). Menurut Hajja dkk (2023) apabila individu menilai wajahnya tetap menarik saat menggunakan atau tidak menggunakan *makeup*, hal ini menunjukkan fungsi psikologis *makeup seduction*. Fungsi *seduction* sebuah pendekatan tata rias sebagai bentuk ekspresi diri dan kreativitas dengan menciptakan penampilan serta menonjolkan fitur wajah (mata, bibir dan tulang pipi) untuk meningkatkan daya tarik interpersonal. *Makeup seduction* biasanya menciptakan tampilan yang lebih dramatis dan menarik perhatian. Pendekatan ini tidak hanya sekedar merias wajah tetapi juga

untuk mengekspresikan identitas, suasana hati dan kepercayaan diri. Di sisi lain, umumnya individu yang menggunakan *makeup* untuk *camouflage* merasa dirinya tidak menarik sehingga perlu menggunakan *makeup* untuk terlihat menarik (Hadisarjana dkk, 2022). Fungsi *comouflage* merupakan teknik tata rias terfokus pada penyamaran atau penutupan ketidaksempurnaan kulit, bekas luka atau kondisi kulit tertentu. Bertujuan menciptakan hasil yang natural dan tidak terdeteksi untuk meningkatkan rasa percaya diri dengan mengurangi kecemasan terkait penampilan. Bukan hanya menutupi tetapi mengintegrasikan area yang dikamuflase dengan keseluruhan tampilan kulit.

Intensitas penggunaan *makeup* dapat bervariasi tergantung pada berbagai faktor, seperti tren sosial, tekanan dari lingkungan, media sosial, serta persepsi terhadap standar kecantikan. Media sosial saat ini sangat mempengaruhi individu karena sangat mudah untuk diakses untuk semua kalangan. Aplikasi *tiktok* menjadi salah satu media massa yang sedang trending masa kini. Aplikasi *tiktok* menjadi wadah untuk menuangkan ide-ide menarik yang dapat menginspirasi. Konten *tiktok* yang dipublikasikan salah satunya adalah *video blog* atau yang disebut dengan *vlog*. Di antara berbagai jenis *vlog* yang ada, *beauty vlog* berhasil menarik perhatian menjadi salah satu yang paling banyak diakses oleh kaum perempuan. Penampilan konten kreator dapat menjadi daya tarik perhatian penonton. Didukung dengan banyaknya jumlah *followers*, *like* dan komentar. Hal ini dapat menjadi sebuah inspirasi bagi kaum wanita. Melalui konten-konten yang ditayangkan itu dapat menjadi sebuah tren sosial sebagai salah satu standar kecantikan bagi individu. *Platform* ini memungkinkan penggunaannya mendapatkan

akses yang mudah dan cepat untuk mempelajari berbagai teknik merias diri, memilih produk, dan mengeksplorasi tren kecantikan terkini (Santoso & Nurhajati, 2024). Bahwa perempuan biasanya menggunakan *makeup* karena muncul tuntutan dari dalam diri maupun lingkungan sosial yang mempengaruhi.

Munculnya intensitas penggunaan *makeup* bisa berasal dari tuntutan sosial ataupun dalam diri sendiri dengan beberapa faktor yang mempengaruhi. Salah satunya ada beberapa tuntutan profesi mendorong seorang untuk ber-*makeup*. Kemudian terkait karir, dalam dunia profesi, individu terlihat lebih menarik secara visual pun akan lebih dipilih untuk dipekerjakan dibandingkan dengan individu yang kurang menarik (Hosoda dkk; Putri, 2024). *Makeup* bahkan sudah menjadi hal yang wajib untuk seorang wanita bila mana sedang beraktivitas di luar rumah. Dalam ber-*makeup* dapat menjadi sebuah ciri khas seseorang yang membedakan gaya hidup satu orang dengan orang lainnya.

Penggunaan *makeup* inilah salah satu bentuk ekspresi diri yang menonjol terutama pada wanita. *Makeup* sebagai cermin bagaimana individu ingin dipersepsikan oleh orang lain. Dalam penelitian Lewuk dll (2023) menyatakan 100% pengguna *makeup* adalah wanita, diantara generasi x dan y cenderung lebih jarang menggunakan *makeup*, generasi x dan y hanya memakai *makeup* pada saat acara acara penting. Sedangkan generasi z cenderung lebih sering menggunakan *makeup* sehari-hari. Individu dalam generasi ini sangat memperhatikan penggunaan *makeup*, apalagi di saat hari atau acara penting, individu tersebut lebih memaksimalkan lagi *makeup*-nya. Didukung pula dengan data survei Jakpat (2024) sebagian besar pelajar (54%) dibandingkan responden yang tidak

berprofesi (47%) menyatakan salah satu hal yang penting bagi individu adalah menggunakan *makeup*. Bahwa perempuan yang menggunakan *makeup* dalam rutinitas sehari-hari cenderung merasa lebih percaya diri dan menarik secara sosial.

Permasalahan muncul ketika penggunaan *makeup* menjadi suatu keharusan atau ketergantungan untuk meningkatkan kepercayaan diri di lingkungan sosial. Individu mungkin mengalami kecemasan atau ketidakpuasan terhadap penampilan alaminya. Menurut Sinaga dan Satwika (2022) ketidakpuasan berlebihan terhadap suatu bagian tubuh dapat menyebabkan individu mengalami distorsi citra diri, yang dapat memunculkan kecenderungan mengalami *body dysmorphic disorder* (BDD). Individu yang menderita kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD) akan selalu memikirkan penampilannya, dan banyak perilaku yang memakan waktu lama, seperti memeriksa penampilan di cermin, dan lamanya penggunaan *makeup* saat berhias (Annisyah & Susilarini, 2022). Melalui suatu survei epidemiologis, diketahui pula bahwa BDD ternyata lebih banyak dialami oleh perempuan (2,5%) daripada laki-laki (2,2%) dari jumlah keseluruhan penderita berusia dewasa di Amerika Serikat (*American Psychiatric Association*; Wilistiani & Winta, 2022). Veale & Neziroglu (Anriani dkk, 2024) mengemukakan bahwa 1 sampai dengan 1,5% populasi di dunia memiliki kecenderungan *body dysmorphic disorder*, dimana kecenderungan tersebut akan terus meningkat apabila remaja memiliki budaya yang mengutamakan penampilan.

Berdasarkan permasalahan yang sudah dijelaskan di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian guna menjawab: apakah terdapat hubungan antara intensitas penggunaan *makeup* dengan kepercayaan diri pada *emerging adulthood*?

C. Tujuan Penelitian

Dengan mengidentifikasi korelasi antara intensitas penggunaan *makeup* dengan tingkat kepercayaan diri pada individu yang berada dalam fase *emerging adulthood*.

D. Manfaat Penelitian

Adapun yang diharapkan dalam penelitian ini adalah dapat memberikan manfaat yang bersifat teoritis dan praktis.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambahkan wawasan keilmuan yang dapat disajikan sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya. Khususnya yang menguji masalah penggunaan *makeup* terhadap kepercayaan diri pada rentang usia 18-25 tahun.

2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat dan menjadi acuan bagi lembaga untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri khususnya terhadap wanita dalam penggunaan *makeup*.