

Kontribusi *Body Comparison* dengan Artis K-Pop Perempuan Terhadap *Body Dissatisfaction* (Studi pada Remaja Perempuan Indonesia Fans K-Pop)

**Lita Dwiputeri
Venie Viktoria Rondang Maulina**

Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Jakarta

venie_v@yahoo.com

ABSTRACT

K-pop is a popular music genre from South Korea. K-pop female actresses or singers have an ideal body, which are desired by female K-pop fans. K-pop female actresses' ideal body can be regarded as a standard by female adolescent K-pop fans for body comparison, which can be defined as a comparison process with other's body. Female adolescent K-pop fans who do body comparison with K-pop female artist can have body dissatisfaction, which is defined as unfavorable or disparaging opinion of their own body components. Based on that phenomenon, this research investigates the contribution of body comparison with K-pop female artist to Indonesian female adolescent K-pop fans' body dissatisfaction. This research is quantitative research. Data were collected through giving questionnaires to 165 female adolescent K-pop fans in Indonesia. These questionnaires consist of the Body Satisfaction Scale, which was constructed by Slade, Dewey, Newton, Brodie, and Kiemle, for measuring body dissatisfaction. These questionnaires also consist of the Body Comparison with K-pop Female Artist Scale, which was adapted from the Body Comparison Scale by Thompson and Fisher. Data collected were analyzed using simple regression analysis. The result shows that body comparison with K-pop female artist contributes significantly to Indonesian female adolescent K-pop fans' body dissatisfaction.

Key words: body comparison, body dissatisfaction, adolescence, K-pop, fans

PENDAHULUAN

Korean pop (K-pop) adalah jenis musik populer Korea Selatan yang dinyanyikan dalam bahasa Korea (Tuk, 2012). *K-pop* memiliki beberapa karakteristik. Menurut Benjamin (2012), *K-pop* adalah gabungan dari musik Barat dan musik pop Jepang yang menarik perhatian pendengar dengan kata-kata khusus dalam lirik lagu. Lagu *K-pop* biasanya mempunyai bagian lagu yang dinyanyikan secara berulang-ulang dan ditampilkan dengan tarian kelompok yang kompak dan seragam (Korean Culture dan Information Service, 2011). *K-pop* juga terkenal dengan grup penyanyi laki-laki dan perempuan yang berpenampilan menarik (Hong, 2012).

Indonesia menjadi salah satu negara dengan popularitas *K-pop* yang tinggi dibandingkan dengan negara lain. Hal ini dapat terlihat dari kunjungan *website* yang berisi informasi mengenai *K-pop*, seperti Soompi.com. Menurut analisis *Dong-A Ilbo* (koran Korea Selatan), Indonesia menempati urutan keempat dari dua puluh negara dengan kunjungan *website* Soompi.com terbanyak di dunia ("UK has," 2012). Indonesia juga menjadi salah satu negara yang memberikan komentar terhadap video musik *K-pop* terbanyak di YouTube. Oh, Baek, dan Ahn (2013) meneliti 1,2 juta komentar dari 247 negara terhadap 166 video musik *K-pop* di Youtube. Mereka menemukan bahwa Indonesia termasuk dalam dua puluh negara dengan komentar terhadap video musik *K-pop* terbanyak. Komentar yang berasal dari Indonesia sebanyak 22.040 komentar. Indonesia juga memiliki jumlah orang yang melakukan pencarian dengan kata kunci *K-pop* atau *Kpop* terbanyak di Google. Pada Oktober 2014, Fuhr (2015) menggunakan *Google statistics* untuk melihat jumlah pencarian terhadap kata kunci *K-pop* dan *Kpop*. Ia menemukan bahwa sembilan negara dengan jumlah pencarian terbanyak berasal dari Asia Tenggara dan Asia Timur. Indonesia termasuk dalam sembilan negara tersebut.

Menurut Gan (2012), selebriti Korea memiliki karakteristik penampilan tertentu, yaitu hidung mancung, ukuran wajah kecil, dan pipi tirus. Artis *K-pop* perempuan memiliki beberapa bagian tubuh dengan karakteristik yang dianggap sempurna dan diinginkan oleh fans. Karakteristik bagian tubuh tersebut adalah kaki (paha sampai telapak kaki) panjang dengan proporsi ukuran yang sempurna, perut dengan otot yang menyerupai angka sebelas, lengan kurus, dan lebar pinggang yang kecil (Hoi, 2013b; Kim, 2012).

Artis *K-pop* perempuan memiliki tubuh tinggi. Tinggi badan mereka 160-171,9 cm (Lee, 2012), sedangkan perempuan Asia memiliki rata-rata tinggi tubuh 147-165,3 cm (Disabled World, 2013). Artis *K-pop* perempuan juga memiliki tubuh yang sangat ringan. Nilai *body mass index* (BMI) kategori normal adalah 18,50 -24,99 (*World Health Organization* [WHO], 2015). BMI artis *K-pop* perempuan adalah 16-17 ("*The heights*," 2010). Oleh karena itu, artis *K-pop* perempuan termasuk orang dengan berat tubuh di bawah normal (*underweight*). Tubuh artis *K-pop* perempuan yang tinggi dan kurus dapat dianggap tubuh yang ideal menurut wanita Asia. Nilai budaya negara Asia modern menganggap tubuh yang kurus sebagai bentuk tubuh yang ideal bagi wanita (Tewari dan Alvarez, 2009). Leung, Lam, dan Sze (dalam Yam, 2013) mengemukakan bahwa karakteristik tubuh ideal bagi wanita Asia adalah tubuh yang tinggi dan kurus.

Remaja perempuan fans *K-pop* dapat menjadikan tubuh artis *K-pop* perempuan sebagai standar yang mereka ikuti dan melakukan perbandingan tubuh dengan artis *K-pop* perempuan. Penulis melakukan survei terhadap 45 remaja perempuan fans *K-pop* di Indonesia untuk mengetahui gambaran proporsi jumlah fans yang membandingkan tubuh mereka dengan artis *K-pop* perempuan. Hasil survei menunjukkan bahwa 31 dari 45 responden mengakui bahwa mereka pernah membandingkan bagian tubuh mereka dengan artis *K-pop* perempuan. Empat responden yang termasuk dalam 31 responden tersebut adalah AS, VD, LA, dan YM. Mereka membandingkan bagian tubuh mereka, yaitu bentuk badan, lengan, kaki, kulit, wajah, dan rambut, dengan artis *K-pop* perempuan. Penulis juga sempat mewawancarai seorang remaja perempuan fans *K-pop* berinisial D. Ia juga melakukan perbandingan tubuh dengan artis *K-pop* perempuan. Setelah itu, D melihat perbedaan antara bentuk tubuhnya dan tubuh artis *K-pop* perempuan (komunikasi pribadi, 29 Agustus 2014).

Lima remaja fans *K-pop* yang telah disebutkan di atas melakukan aktivitas membandingkan tubuh yang disebut dengan *body comparison*. Menurut Schutz, Paxton, dan

Wertheim (dalam Berg, Paxton, Keery, Wall, Guo, dan Neumark-Sztainer, 2007), *body comparison* adalah proses perbandingan tubuh seseorang dengan orang lain. Konsep *body comparison* muncul dari teori *social comparison*. Manusia melakukan *social comparison* karena mempunyai kebutuhan dasar untuk mendapatkan pandangan yang akurat dan stabil mengenai diri sendiri (Festinger, dalam Corcoran, Crusius, dan Mussweiler, 2011). Menurut Mussweiler (2003), pada proses *body comparison*, individu membentuk hipotesis atau dugaan sementara dari penilaian holistik (secara keseluruhan) terhadap target perbandingan. Individu kemudian secara kognitif memilih dan mengaktifkan informasi yang relevan mengenai diri sendiri dan target untuk dapat mendukung hipotesis awal yang telah dibentuknya. Proses perbandingan ini akhirnya berujung pada penilaian bahwa individu berbeda atau sama dengan target perbandingan.

Menurut Festinger (dalam Corcoran, Crusius, dan Mussweiler, 2011), orang yang ingin mengevaluasi diri sendiri melakukan perbandingan dengan orang yang mirip atau hampir setara dalam aspek yang ingin dibandingkan. Akan tetapi, Engeln-Maddox (2005) mengemukakan bahwa seseorang dapat melakukan perbandingan dengan orang lain yang dianggap jauh lebih baik daripada dirinya. Misalnya, seorang perempuan membandingkan penampilannya dengan figur wanita ideal di media. Perbandingan ini dilakukan untuk mendapatkan evaluasi yang akurat, bahkan menyakitkan, tentang penampilan sendiri. Menurut Heinberg dan Thompson (dalam Berg *et al.*, 2007), tidak hanya teman sebaya, figur media juga sering menjadi target *body comparison* pada remaja perempuan. Pada fenomena penulisan ini, artis *K-pop* perempuan adalah figur media yang menjadi target perbandingan remaja perempuan fans *K-pop*. Para artis *K-pop* perempuan adalah figur media yang memiliki tuntutan tubuh yang langsing (Hoi, 2013a). Berdasarkan penjelasan sebelumnya mengenai tinggi dan berat tubuh para artis *K-pop* perempuan, mereka memiliki bentuk tubuh yang ideal menurut budaya Asia, yaitu tubuh yang langsing dan tinggi (Yam, 2013; Tewari dan Alvarez, 2009).

Perbandingan tubuh yang dilakukan AS, VD, LA, YM, dan D dengan artis *K-pop* perempuan membuat mereka melihat adanya perbedaan antara tubuh mereka dan artis *K-pop* perempuan. Tidak hanya menyadari perbedaan, mereka juga akhirnya memiliki penilaian yang kurang baik terhadap tubuh mereka sendiri. Setelah melakukan perbandingan, di antara mereka ada yang menilai tubuhnya gemuk, sangat buruk, memiliki banyak kekurangan, dan merasa sedih ketika melihat tubuh mereka. Mereka pun berkeinginan untuk memiliki tubuh seperti artis *K-pop* perempuan. Mereka berusaha menurunkan berat badan dengan berbagai cara, seperti mengurangi konsumsi nasi menjadi setengah porsi, makan hanya sekali dalam sehari, tidak makan malam, dan bahkan ada juga yang pernah berusaha tidak makan seharian. Setelah melakukan berbagai usaha untuk menurunkan berat badan tersebut, mereka mengalami dampak negatif, seperti gangguan asam lambung, mudah lelah, dan sering pusing.

Berdasarkan beberapa kasus di atas, para remaja yang menyadari bahwa tubuhnya berbeda dari artis *K-pop* perempuan memiliki penilaian yang kurang baik terhadap tubuh mereka dan berusaha untuk mengubah bagian tubuh mereka. Karena itu, mereka dianggap mengalami *body dissatisfaction*. Menurut Menzel, Krawczyk, dan Thompson (2011), *body dissatisfaction* adalah penilaian atau opini yang bersifat meremehkan bagian tubuh, seperti berat badan, bentuk badan, atau bagian tubuh spesifik lain. Menurut *National Eating Disorder Collaboration* [NEDC] (t.th.), orang yang merasa tidak puas terhadap tubuhnya (*body dissatisfaction*) cenderung berusaha untuk mengubah bentuk tubuhnya.

Keterkaitan antara *body comparison* dan *body dissatisfaction* didukung oleh teori *Tripartite Influence Model*. Teori ini menyatakan bahwa hubungan antara media dan *body*

dissatisfaction diperantarai oleh kecenderungan melakukan *body comparison* (Thompson *et al.*, 1999). Jones (2001) juga menemukan adanya hubungan yang signifikan antara *social comparison* dan *body dissatisfaction*. Pada remaja perempuan, Jones (2001) menemukan hubungan yang signifikan antara perbandingan bentuk tubuh dan *body dissatisfaction*.

Penulisan tentang perbandingan tubuh dan *body dissatisfaction* yang pernah dilakukan melibatkan partisipan yang sebagian besar merupakan orang Amerika (Jones, 2001; Berg, Paxton, Keery, Wall, Guo, dan Neumark-Sztainer, 2007). Menurut Sasaki, Ko, dan Kim (2014), orang Asia cenderung lebih sering melakukan perbandingan dengan target atau orang lain yang lebih baik dibandingkan dengan mereka. Hal ini disebabkan oleh perbedaan budaya antara orang Asia dan orang Amerika. Orang Asia lebih merasa perlu untuk menyesuaikan diri dengan standar kecantikan sosial (Sasaki, Ko, dan Kim, 2014; Evans dan McConnell, 2003). Orang Asia lebih mementingkan dan menginginkan evaluasi sosial yang positif. Berbeda dengan orang Asia, orang Amerika tidak terlalu dipengaruhi oleh tekanan sosial mengenai standar kecantikan karena mereka lebih mementingkan kebebasan pribadi (Sasaki, Ko, dan Kim, 2014). Menurut Evans dan McConnell (2003), keinginan yang lebih untuk menyesuaikan diri dengan standar kecantikan sosial tersebut dapat membuat perempuan Asia lebih sering melakukan *body comparison* dengan orang lain. Dengan demikian, mereka merasa lebih tidak puas dengan tubuh mereka.

Berdasarkan fenomena di atas, penulis ingin mengetahui kontribusi *body comparison* dengan artis *K-pop* perempuan terhadap *body dissatisfaction* pada remaja perempuan fans *K-pop* di Indonesia. Penulisan ini berfokus pada remaja perempuan. Remaja cenderung membentuk gambaran tentang tubuh mereka, memusatkan perhatian terhadap tubuh mereka, dan akhirnya berujung pada penilaian kepuasan terhadap tubuh (Santrock, 2011). Remaja perempuan lebih rentan mengalami *body dissatisfaction* daripada remaja laki-laki (Cash dan Henry, dalam Markey dan Markey, 2005). Remaja juga cenderung menjadikan karakter atau figur media sebagai standar yang mereka ikuti dan melakukan perbandingan (Jones, 2001; Vitelli, 2013). Selain itu, fans *K-pop* di Indonesia didominasi oleh remaja perempuan (Ratna, 2013; Laras, t.th).

Penelitian ini dilakukan mengingat dampak negatif *body dissatisfaction*. *Body dissatisfaction* telah dihubungkan dengan berbagai macam perilaku makan yang tidak sehat dan perilaku lain yang dapat membahayakan kesehatan, seperti *restrictive dieting* dan operasi plastik yang tidak perlu (Levine dan Piran; Davis, dalam Grogan, 2006). Teori *Tripartite Influence Model* (Thompson *et al.*, 1999) juga menyatakan bahwa *body dissatisfaction* yang dihasilkan dari *social comparison* dapat berlanjut pada bulimia dan perilaku makan yang *restrictive*, yaitu pembatasan berlebihan terhadap jumlah makanan yang dikonsumsi untuk pengaturan berat badan (Lowe, Foster, Kerzhnerman, Swain, dan Wadden, 2001).

Pembatasan porsi makanan yang dikonsumsi atau diet dilakukan oleh AS, VD, YM, LA, dan D. Usaha diet yang menimbulkan dampak negatif, seperti mudah kelelahan dan pusing, dapat dianggap sebagai usaha diet yang tidak sehat (Mayo Clinic, 2014). Dampak negatif ini terjadi apabila individu terlalu mengurangi konsumsi nasi atau karbohidrat. Makan hanya sekali dalam sehari atau tidak makan sama sekali juga dapat menimbulkan dampak negatif karena adanya jangka waktu yang terlalu panjang antara waktu makan. Karena itu, makan hanya sekali dalam sehari atau tidak makan sama sekali dapat menimbulkan gangguan akibat peningkatan produksi asam lambung (Pitts, t.th.). Tidak makan malam juga bukan merupakan cara diet yang sehat karena sesungguhnya saat manusia tidur pada malam hari, proses yang terjadi dalam tubuh manusia tetap berlangsung terus-menerus. Tidak makan malam akan membuat organ tubuh mengalami kekurangan energi untuk berproses pada malam hari. Efek negatif yang dapat muncul

akibat tidak makan malam adalah asam lambung meningkat, rasa lapar yang ekstrem, terganggunya tidur, dan rasa mual (Makhija, 2015). Karena adanya dampak negatif yang dapat muncul dari *body comparison* dengan artis *K-pop* perempuan dan *body dissatisfaction* pada remaja perempuan Indonesia fans *K-pop*, penelitian ini menjadi penting untuk

dilakukan. **Masalah Penelitian**

Apakah terdapat kontribusi *body comparison* dengan artis *K-pop* perempuan yang signifikan terhadap *body dissatisfaction* pada remaja perempuan Indonesia fans *K-pop*?

METODE

Penulisan ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain noneksperimental. Variabel penulisan ini adalah *body comparison* dengan artis *K-pop* perempuan dan *body dissatisfaction*. Populasi penelitian ini adalah remaja perempuan Indonesia fans *K-pop* dengan karakteristik sebagai berikut.

1. Remaja perempuan Indonesia berusia 11--20 tahun. Menurut Papalia, Olds, dan Feldman (2008), rentang usia remaja adalah 11--20 tahun.
2. Pernah mencari informasi terbaru tentang *K-pop*, misalnya tentang lagu atau album terbaru *K-pop*.
3. Mengetahui lebih dari satu grup *K-pop* beserta wajah dan nama anggota grup tersebut. Minimal ada satu grup *K-pop* perempuan yang wajah dan nama anggotanya diketahui oleh subjek. Karakteristik ini juga berlaku untuk penyanyi solo.
4. Mengoleksi album, *merchandise*, atau *file* MP3 lagu *K-pop*.
5. Menabung supaya dapat menonton konser atau membeli barang-barang yang berkaitan dengan *K-pop*.
6. Bergabung di akun media sosial *fanbaseonline* dan pernah berinteraksi dengan sesama anggota atau pengurus *fanbase*.
7. Pernah menonton lebih dari satu video musik dari minimal satu orang atau kelompok artis *K-pop* perempuan.

Teknik *sampling* yang akan digunakan adalah *accidental* atau *convenience sampling*. Penulis menyebarkan *link* kuesioner *online* secara luas melalui akun Twitter *fanbase* artis *K-pop* dan menyebarkan kertas kuesioner pada fans *K-pop* yang menghadiri acara perkumpulan fans.

Alat ukur yang digunakan adalah skala *Body Comparison* dengan artis *K-pop* perempuan dan *Body Satisfaction Scale*. Skala *Body Comparison* dengan Artis *K-pop* Perempuan mengukur seberapa sering subjek membandingkan bagian tubuhnya dengan artis *K-pop* perempuan. Alat ukur ini merupakan hasil adaptasi dari *Body Comparison Scale* yang dibuat oleh Fisher, Dunn, dan Thompson (2002).

Contoh *item* Skala *Body Comparison* dengan Artis *K-pop* Perempuan:

	Tidak pernah (<i>never</i>)	Jarang (<i>rarely</i>)	Kadang-kadang (<i>sometimes</i>)	Sering (<i>often</i>)	Selalu (<i>always</i>)
Perut	1	2	3	4	5

Body Satisfaction Scale digunakan untuk mengukur tingkat kepuasan terhadap bagian tubuh (Slade, Dewey, Newton, Brodie, dan Kiemle, 1990). Subjek diminta untuk menilai kepuasan atau ketidakpuasan mereka terhadap setiap bagian tubuh mereka dengan skala tujuh poin. Angka 1 menunjukkan subjek sangat puas dan angka 7 menunjukkan subjek sangat tidak puas. Jumlah *item* *Body Satisfaction Scale* yang digunakan adalah lima belas *item*. Total skor setiap subjek didapat dengan cara menjumlahkan skor setiap *item*.

Contoh *item* *Body Satisfaction Scale*:

	Sangat puas	Cukup puas	Sedikit puas	Ragu-ragu	Sedikit tidak puas	Cukup tidak puas	Sangat tidak puas
Wajah	1	2	3	4	5	6	7
Perut	1	2	3	4	5	6	7

Skor total alat ukur ini adalah nilai rata-rata skor seluruh *item* (Denchik, 2005). Berdasarkan hasil analisis *item* dengan teknik *item-total correlation*, satu dari 25 *item* pada Skala *Body Comparison* dengan Artis *K-pop* Perempuan berkorelasi rendah dengan *item*-*item* lain dan tidak dapat dipakai. Satu *item* tersebut adalah telinga. Pada *Body Satisfaction Scale*, satu dari enam belas *item*, yaitu telinga, berkorelasi rendah dengan *item*-*item* lain dan tidak dapat dipakai. Uji validitas skala *Body Comparison* dengan Artis *K-pop* Perempuan dilakukan pada 24 *item*. Koefisien validitas didapat dengan menghitung median dari nilai korelasi semua *item*. Koefisien validitas Skala *Body Comparison* dengan Artis *K-pop* Perempuan adalah .655. Uji validitas *Body Satisfaction Scale* dilakukan pada lima belas *item*. Berdasarkan nilai korelasi masing-masing *item* *Body Satisfaction Scale*, koefisien validitas *Body Satisfaction Scale* adalah .494.

Uji reliabilitas dilakukan dengan teknik Cronbach Alpha pada 24 *item* skala *Body Comparison* dengan Artis *K-pop* Perempuan. Koefisien reliabilitas yang didapat adalah .946. Uji reliabilitas dilakukan dengan teknik *split-half* pada lima belas *item* *Body Satisfaction Scale*. Alat ukur *Body Satisfaction Scale* dibagi dalam dua pecahan alat ukur. Pecahan pertama terdiri atas delapan *item*, yaitu kepala, rahang, hidung, mata, leher, perut, lengan, dan kaki (dari paha sampai telapak kaki). Pecahan kedua terdiri atas tujuh *item*, yaitu tangan, wajah, kaki bagian bawah (dari pergelangan kaki sampai telapak kaki), gigi, mulut, bahu, dan dada. Kedua pecahan alat ukur ini sudah terbukti setara dengan menggunakan uji *t-test* pada SPSS. Setelah itu, dilakukan perhitungan koefisien reliabilitas dengan teknik *split half*. Korelasi dua pecahan alat tes adalah .782 dan koefisien reliabilitas (*spearman-brown coefficient*) yang didapat adalah .878. Selanjutnya, data dianalisis dengan menggunakan teknik statistik, yaitu analisis regresi sederhana.

Selain itu, penelitian ini melibatkan variabel lain, seperti kategori BMI, komentar dan saran mengenai bentuk tubuh dari teman dan keluarga, usaha untuk mengubah bentuk tubuh yang dilakukan teman, ibu, dan diri sendiri, frekuensi melihat penampilan fisik artis *K-pop* perempuan, dan kategori usia remaja. Komentar mengenai bentuk tubuh dari teman dan keluarga diukur dengan sebuah skala positif-negatif tujuh poin. Angka satu menunjukkan komentar yang negatif dan angka tujuh menunjukkan komentar yang positif. Subjek diminta untuk menentukan seberapa positif atau negatif komentar teman dan keluarga tentang bentuk tubuh mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

▪ **Tabel 1. Data Demografis Subjek**

Data demografis		
Usia	12	
	13	3
	14	11
	15	25
	16	16
	17	32
	18	21
	19	21
	20	35
Tingkat pendidikan	SD	
-an	SMP	
	SMA	57
	D1	83
	S1	1
Pekerjaan	Pelajar/mahasiswa	1
	karyawan	
	wiraswasta	
	asisten apoteker	8
	karyawan magang	1
		4
		1
Kategori BMI	Underweight	
	Normal	
	Overweight	120
	Obesitas	22
		1

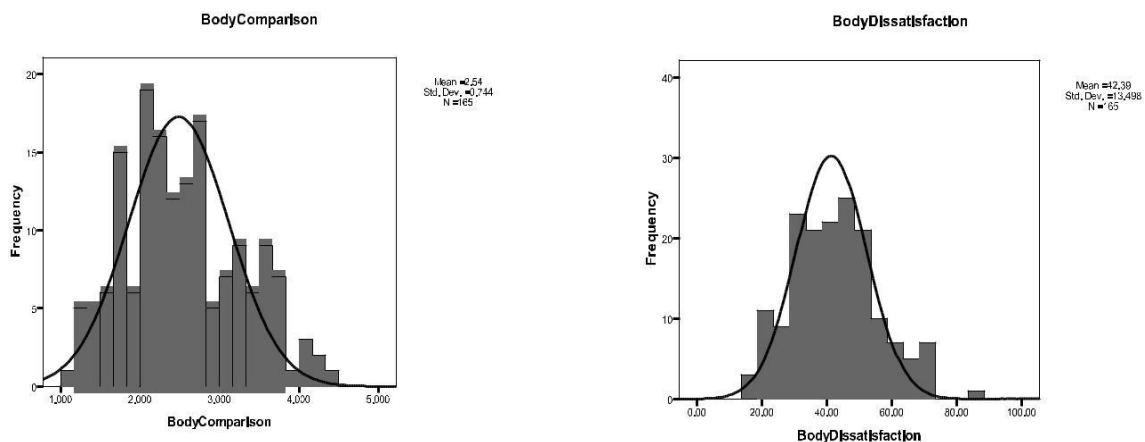
Total remaja perempuan Indonesia fans *K-pop* yang menjadi subjek adalah 165 orang. Data demografis subjek yang akan dipaparkan adalah usia, daerah tempat tinggal, suku bangsa, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan BMI (*body mass index*).

Remaja perempuan Indonesia fans *K-pop* yang menjadi subjek berusia rata-rata 17,32 tahun. Sebagian besar dari mereka berusia 17 dan 20 tahun (lihat Tabel 1). Subjek tinggal di delapan belas provinsi di Indonesia, dan sebagian besar bertempat tinggal di Jakarta. Mereka berasal dari lima belas suku dan enam gabungan suku di Indonesia. Sebagian besar bersuku Jawa, yaitu sebanyak 72 orang. Tingkat pendidikan terakhir (yang mendapatkan ijazah) subjek dalam adalah SD, SMP, SMA/SMK, D-1, dan S-1. Mayoritas subjek memiliki tingkat pendidikan akhir SMA/SMK, yaitu 83 orang.

▪ **Tabel 1. Data Demografis Subjek (lanjutan)**

Data demografis		Data demografis		
Tempat tinggal	DKI Jakarta	55	Sumatera Utara	3
	Banten	18	Sumatera Barat	1
	Jawa Barat	39	Riau	1
	Jawa Tengah	12	Lampung	1
	Jawa Timur	14	Jambi	1
	DI Yogyakarta	9	Gorontalo	1
	Kalimantan Tengah	1	Sulawesi Selatan	2
	Kalimantan Timur	2	Nusa Tenggara Barat	1
	Kalimantan Selatan	2	Bali	2
Suku bangsa	Jawa	72	Minangkabau	2
	Sunda	33	Bali	1
	Tionghoa	10	Banten	1
	Betawi	18	Gorontalo	1
	Bugis	1	Jawa, Betawi, Sunda	1
	Dayak	1	Betawi, Jawa	2
	Melayu	1	Sunda, Jawa	3
	Sasak	1	Tionghoa, Bugis	1
	Banjar	4	Melayu, Jawa	1
	Minahasa	1	Sunda, Betawi	1
	Batak	3		

Gambar 1. Distribusi skor *Body Comparison* dengan Artis *K-pop* Perempuan (kiri) dan skor *Body Satisfaction Scale* (kanan)



Remaja perempuan Indonesia fans *K-pop* yang berpartisipasi dalam penelitian ini memiliki nilai rata-rata (*mean*) skor skala *Body Comparison* dengan Artis *K-pop* Perempuan 2.54. Nilai yang paling sering muncul (*modus*) adalah 2. Nilai tengah (*median*) subjek penulisan adalah 2.46. Penyebaran skor berkisar antara 1.125 sampai 4.417, dengan standar deviasi sebesar 0.74.

Nilai rata-rata skor *Body Satisfaction Scale* subjek adalah 42.39. Nilai yang paling sering muncul (*modus*) adalah 42. Nilai tengah (*median*) subjek penelitian adalah 42. Penyebaran skor berkisar 16 sampai 85, dengan standar deviasi sebesar 13.5.

Data skor subjek pada Skala *Body Comparison* dengan Artis *K-Pop* Perempuan menunjukkan bahwa dari 24 bagian tubuh yang menjadi *item* alat ukur, bagian tubuh yang paling sering dibandingkan adalah paha dan perut. Pada data skor alat ukur *body dissatisfaction*, penulis menemukan perut, kaki (dari paha sampai telapak kaki), dan lengan menjadi bagian tubuh yang dilaporkan paling tidak memuaskan oleh subjek. Perut, paha, dan lengan memang menjadi bagian tubuh yang paling diperhatikan dan paling rentan dinilai tidak memuaskan oleh perempuan (Markula, 2004). Hal ini terjadi karena bagian tubuh tersebut adalah bagian tubuh yang menjadi identitas seorang perempuan. Bagian tubuh ini paling rentan menyimpan lemak dan dapat membuat perempuan terlihat gemuk. Selain itu, media *K-pop*, seperti video musik, konser, atau penampilan di televisi, semakin sering memperlihatkan bagian tubuh artis *K-pop* perempuan, terutama bagian perut dan kaki (paha sampai dengan telapak kaki) (Lisa, 2014; Epstein dan Joo, 2012). Kaki (paha sampai dengan telapak kaki) dan perut artis *K-pop* perempuan memiliki karakteristik yang dianggap sempurna dan diinginkan oleh fans. Kaki artis *K-pop* perempuan panjang dan memiliki proporsi ukuran yang sempurna, yaitu tidak terlalu kurus dan tidak terlalu besar (Hoi, 2013b). Perut artis *K-pop* perempuan memiliki otot dengan bentuk yang menyerupai angka sebelas (Hoi, 2013b). Selain kaki dan perut, pinggang dan lengan artis *K-pop* perempuan juga memiliki karakteristik yang dianggap sempurna dan diinginkan oleh fans, yaitu lebar pinggang yang kecil dan lengan yang kurus (Hoi, 2013b; Kim, 2012).

Sebelum melakukan analisis regresi, dilakukan terlebih dahulu analisis korelasi antara *body comparison* dan artis *K-pop* perempuan dan *body dissatisfaction* pada remaja perempuan Indonesia fans *K-pop*. Hasil analisis korelasi dapat dilihat dalam Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Perhitungan Korelasi *Body Comparison* dan *Body Dissatisfaction*

		<i>Body</i>
**.		<i>Dissatisfaction</i>
<i>Body Comparison</i>	<i>Pearson r</i>	.417**
	<i>Sig. (1-tailed)</i>	.000
	<i>Besar sampel</i>	165

Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Berdasarkan hasil analisis korelasi (lihat Tabel 2), *body comparison* dengan artis *K-pop* perempuan memiliki korelasi positif yang signifikan dengan *body dissatisfaction* pada remaja perempuan Indonesia fans *K-pop*, dengan koefisien korelasi sebesar $r = .417$, $n = 165$, $p < .01$, *one-tail*. Jadi, semakin sering remaja perempuan Indonesia fans *K-pop* membandingkan bagian tubuhnya dengan artis *K-pop* perempuan, semakin mereka tidak puas dengan tubuh mereka

sendiri. Setelah dua variabel penulisan ini terbukti memiliki korelasi yang signifikan, penulis melakukan analisis regresi sederhana. Penulis terlebih dahulu menguji apakah model atau persamaan regresi dapat dipakai untuk memprediksi *body dissatisfaction* secara signifikan.

Tabel 3. Hasil Analisis Regresi Sederhana (ANOVA)

	<i>SS</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
Regression	5206.362	1	5206.362	34.393	.000
Residual	24674.814	163	151.379		
Total	29881.176	164			

Tabel 4. Hasil Uji Signifikansi Koefisien Regresi *Body Comparison* dengan Artis *K-pop* Perempuan

	B	SD dari B	β	<i>t</i>	<i>P</i>
Konstanta	23.157	3.416		6.778	.000
<i>Body comparison</i>	7.575	1.292	.417	5.865	.000

Berdasarkan hasil analisis regresi (lihat Tabel 3), persamaan regresi dengan variabel prediktor *body comparison* dengan artis *K-pop* perempuan dapat memprediksi *body dissatisfaction* pada remaja perempuan Indonesia fans *K-pop* secara signifikan, dengan nilai $F=34.393$, $p < .05$.

Berikut adalah persamaan regresi sederhana untuk dua variabel penelitian ini.

$$Y = 23.157 + 7.575 X$$

$Y = \text{body dissatisfaction}$

$X = \text{body comparison dengan artis K-pop perempuan}$

Penelitian kemudian melakukan uji signifikansi koefisien regresi (B) *body comparison* dengan uji statistik *t* untuk mengetahui apakah kontribusi *body comparison* dengan artis *K-pop* perempuan terhadap *body dissatisfaction* signifikan. Hasil uji signifikansi koefisien regresi (lihat Tabel 4) menunjukkan bahwa *body comparison* dengan artis *K-pop* perempuan berkontribusi terhadap *body dissatisfaction* pada remaja perempuan Indonesia fans *K-pop* secara signifikan, dengan nilai $t=5.865$, $p < .05$ dengan koefisien regresi sebesar 7.575. Karena itu, hipotesis nol (H_0) ditolak. Besar kontribusi atau proporsi variabilitas skor *body dissatisfaction* yang dapat diprediksi oleh hubungannya dengan *body comparison* dapat diperoleh dengan mengkuadratkan nilai r (koefisien korelasi), yaitu $(.417)^2$. Besar kontribusi *body comparison* dengan artis *K-pop* perempuan terhadap *body dissatisfaction* remaja perempuan Indonesia fans *K-pop* adalah 17.4%.

Hasil penulisan menunjukkan bahwa *body comparison* dengan artis *K-pop* perempuan sebagai variabel prediktor memiliki kontribusi yang signifikan terhadap *body dissatisfaction* pada remaja perempuan fans *K-pop* di Indonesia. Menurut Engeln-Maddox (2005), seorang perempuan dapat membandingkan tubuhnya dengan orang lain yang dianggap jauh lebih baik dari dirinya, seperti figur wanita ideal di media, untuk mendapatkan evaluasi yang akurat dan bahkan menyakitkan tentang tubuh sendiri. Apabila seseorang melakukan *body comparison* dengan

target atau standar yang jauh lebih superior atau berada dalam tingkat ekstrem, orang tersebut dapat memiliki penilaian bahwa dirinya berbeda dengan target perbandingan tersebut (Mussweiler, 2003; Corcoran, Crusius, dan Mussweiler, 2011). Pada konteks ini, para remaja perempuan fans *K-pop* melakukan *body comparison* dengan artis *K-pop* perempuan yang tubuhnya dianggap ideal. Karena itu, mereka dapat memiliki penilaian negatif dan merasakan ketidakpuasan terhadap tubuh (*body dissatisfaction*).

Analisis Data Tambahan

Kategori BMI dan *Body Dissatisfaction*

Tabel 5. Hasil Analisis Korelasi antara Kategori BMI dan *Body Dissatisfaction*

	<i>Body dissatisfaction</i>		
	Koefisien Korelasi	Sig.	Besar sampel
Kategori BMI	.247**	.000	165

***. Correlation is significant at the 0.01 level (1 tailed).*

Berdasarkan hasil analisis korelasi, kategori BMI memiliki korelasi positif yang signifikan dengan *body dissatisfaction* pada remaja perempuan Indonesia fans *K-pop*, dengan koefisien korelasi sebesar $r = .247$, $n = 165$, $p < .01$, *one-tail*. Jadi, semakin tinggi kategori BMI (mengarah ke obesitas), semakin tinggi pula *body dissatisfaction* pada remaja perempuan Indonesia fans *K-pop*.

Komentar mengenai Bentuk Tubuh dan *Body Dissatisfaction*

Tabel 6. Hasil Analisis Korelasi antara Komentar mengenai Bentuk Tubuh dan *Body Dissatisfaction*

	<i>Body dissatisfaction</i>		
	Koefisien Korelasi	Sig.	Besar sampel
Komentar teman	-.231**	.005	125
Komentar keluarga	-.257**	.003	112

***. Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).*

Tabel 7. Hasil Uji Beda dengan Variabel Saran mengenai Bentuk Tubuh dan *Body Dissatisfaction*

	<i>Mean</i>		<i>Nilai statistik</i>	<i>Sig (1-tailed)</i>
	Ada saran	Tidak ada saran		
Saran teman	43.73	40.7	$t = 1.437$.0765
Saran orangtua	85.87	80.72	$U = 3148.5$.246

Komentar teman dan keluarga mengenai bentuk tubuh yang dianggap negatif oleh subjek umumnya menyatakan bahwa subjek terlalu gemuk atau terlalu kurus, tidak ideal, dan bagian tubuh tertentu terlihat terlalu besar. Komentar yang dinilai positif oleh subjek umumnya menyatakan bahwa subjek mempunyai bentuk fisik yang ideal atau bagus.

Komentar teman memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan *body dissatisfaction* pada remaja perempuan Indonesia fans *K-pop*, dengan koefisien korelasi sebesar $r = -.231, n = 125, p < .01, one-tail$. Komentar keluarga juga memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan *body dissatisfaction* pada remaja perempuan Indonesia fans *K-pop*, dengan koefisien korelasi sebesar $r = -.257, n = 112, p < .01, one-tail$. Jadi, semakin komentar teman dan keluarga mengenai bentuk tubuh dinilai positif, *body dissatisfaction* cenderung semakin kecil atau berkurang.

Saran mengenai Bentuk Tubuh dan *Body Dissatisfaction*

Saran mengenai bentuk tubuh yang diterima oleh subjek sebagian besar menyatakan bahwa mereka harus berolahraga dan/atau mengubah pola makan, seperti mengurangi atau menambah porsi makan dan mengonsumsi makanan atau minuman tertentu.

Hasil uji *independent-measures t test* pada Tabel 7 menunjukkan bahwa *body dissatisfaction* kelompok subjek yang menerima saran dari teman mengenai bentuk tubuh secara signifikan lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok subjek yang tidak menerima saran dari teman, $t(163) = 1.437, p < .1, one-tailed$. Hasil uji *Mann-Whitney U test* menunjukkan bahwa *body dissatisfaction* kelompok subjek yang menerima saran dari orangtua mengenai bentuk tubuh tidak lebih tinggi secara signifikan dibandingkan dengan kelompok subjek yang tidak menerima saran dari orangtua, $U = 3148.5, p > .1, one-tailed$. Hasil uji beda memperlihatkan bahwa keberadaan saran dari teman mengenai bentuk tubuh dapat membuat *body dissatisfaction* remaja perempuan Indonesia fans *K-pop* lebih tinggi secara signifikan, sedangkan keberadaan saran dari orangtua tidak.

Menurut hasil uji *chi-square test for independence* (lihat Tabel 8), diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh yang dilakukan ibu tidak berhubungan secara signifikan dengan diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh yang dilakukan subjek, $\chi^2(1, n = 165) = 1.637, p > .05$. Diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh yang dilakukan teman berhubungan secara signifikan dengan diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh yang dilakukan subjek, $\chi^2(1, n = 165) = 4.220, p < .05$. Diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh yang dilakukan teman dapat memprediksi secara signifikan usaha serupa pada remaja perempuan Indonesia fans *K-pop*, sedangkan diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh ibu tidak. Apabila teman subjek melakukan diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh, subjek juga dapat melakukan usaha serupa.

Hasil analisis statistik sebelumnya menunjukkan bahwa keberadaan saran teman mengenai bentuk tubuh dapat membuat *body dissatisfaction* remaja perempuan Indonesia fans *K-pop* lebih tinggi secara signifikan, sedangkan keberadaan saran dari orangtua tidak. Selain itu, diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh yang dilakukan teman dapat memprediksi secara signifikan usaha serupa pada remaja perempuan Indonesia *K-pop*, sedangkan diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh ibu tidak. Hasil ini menunjukkan adanya kemungkinan bahwa pengaruh teman terhadap *body dissatisfaction* dan usaha untuk mengubah bentuk tubuh remaja perempuan fans *K-pop* lebih besar daripada pengaruh orangtua. Menurut Hutchinson dan Rapee (dalam Markey dan Markey, 2011), teman adalah faktor yang membawa dampak lebih besar

daripada orangtua pada *body dissatisfaction* dan usaha untuk mengubah bentuk tubuh remaja. Hal ini disebabkan oleh keinginan remaja untuk diterima dan dipandang baik oleh teman-teman mereka (Smolak dan Striegel-Moore, 2002). Oleh karena itu, mereka akan cenderung lebih mengikuti apa yang dianggap baik menurut teman mereka, termasuk dalam hal penampilan fisik. Selain itu, masa remaja adalah masa ketika individu ingin melepaskan diri dari pengaruh orangtua dan mencapai hak untuk mengatur perilaku sendiri (Santrock, 2011). Hal inilah yang dapat mengakibatkan orangtua tidak lagi berpengaruh signifikan pada *body dissatisfaction* dan usaha remaja untuk mengubah bentuk tubuh.

Body Comparison, Body dissatisfaction, dan Diet atau Usaha untuk Mengubah Bentuk Tubuh yang Dilakukan Diri Sendiri

Tabel 8. Hasil Uji *Chi-square Test* Diet atau Usaha Lain untuk Mengubah Bentuk Tubuh Ibu, Teman, dan Diri Sendiri

		Diet ibu		Diet teman	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
Diet diri	Ya	17	65	70	12
	Tidak	11	72	60	23
	<i>Pearson</i>	1.637		4.220	
	<i>chi-square</i>				
	df	1		1	
	Sig.	.201		.04	

Tabel 9. Hasil Uji *Independent-Measures t Test* dengan Variabel Diet atau Usaha Lain untuk Mengubah Bentuk Tubuh, *Body Comparison*, dan *Body Dissatisfaction*

	Mean		<i>t</i>	Sig (<i>1-tailed</i>)
	K1	K2		
<i>Body comparison</i>	2.69	2.39	2.712	.0035
<i>Body dissatisfaction</i>	44.22	40.58	1.743	.0415

Hasil uji *independent-measures t test* (lihat Tabel 9) menunjukkan bahwa nilai rata-rata *body comparison* kelompok subjek yang menjalani diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh (K1) secara signifikan lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok subjek yang tidak menjalani diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh (K2), $t(163) = 2.712$, $p < .05$, *one tailed*. *Body dissatisfaction* kelompok subjek yang menjalani diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh secara signifikan lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok subjek yang tidak menjalani diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh, $t(163) = 1.743$, $p < .05$, *one tailed*. *Body comparison* dengan artis *K-pop* perempuan dan *body dissatisfaction* yang lebih tinggi secara signifikan dapat membuat remaja perempuan Indonesia *fans K-pop* melakukan diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh.

Frekuensi Melihat Penampilan Fisik Artis K-pop Perempuan dan Body Comparison

Tabel 10. Hasil Perhitungan Korelasi Frekuensi Melihat Penampilan Fisik Artis K-pop Perempuan dan Body Comparison

	<i>Body comparison</i>		Besarnya sampel
	<i>r</i>	Sig.	
Jumlah hari melihat penampilan fisik artis K-pop perempuan dalam seminggu	.195**	.006	165
Frekuensi melihat penampilan fisik artis K-pop perempuan dalam sehari	.171*	.014	165

*. Correlation is significant at the 0.05 level (1-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Berdasarkan hasil analisis korelasi (lihat Tabel 10), jumlah hari melihat penampilan fisik artis K-pop perempuan dalam seminggu memiliki korelasi positif yang signifikan dengan *body comparison* pada remaja perempuan Indonesia fans K-pop, dengan koefisien korelasi sebesar $r = .195$, $n = 165$, $p < .01$, *one tail*. Frekuensi melihat penampilan fisik artis K-pop perempuan dalam sehari memiliki korelasi positif yang signifikan dengan *body comparison* pada remaja perempuan Indonesia fans K-pop, dengan koefisien korelasi sebesar $r = .171$, $n = 165$, $p < .05$, *one tail*. Jadi, semakin sering remaja perempuan Indonesia fans K-pop melihat penampilan fisik artis K-pop perempuan, semakin sering pula ia melakukan *body comparison* dengan artis K-pop perempuan.

Body Comparison, Body Dissatisfaction, dan Kategori Usia Remaja

Tabel 11. Hasil Uji Kruskal-Wallis dengan Variabel Usia, Body Comparison, dan Body Dissatisfaction

	Mean Rank			Kruskal-Wallis H	Sig (1-tailed)
	12-14 tahun	15-17 tahun	18-20 tahun		
<i>Body comparison</i>	65.47	85.55	83.99	2.264	.322
<i>Body dissatisfaction</i>	88.07	82.88	82.13	0.195	.907

Berdasarkan hasil uji Kruskal-Wallis (lihat Tabel 11), tidak ada perbedaan *body comparison* yang signifikan antarkategori usia remaja, $H = 2.264$ (2, $N = 165$), $p > .05$. *Body dissatisfaction* juga tidak berbeda secara signifikan antarkategori usia remaja, $H = 0.195$ (2, $N = 165$), $p > .05$.

Hasil uji statistik ini menunjukkan bahwa perbedaan rentang usia remaja tidak membuat *body comparison* dengan artis K-pop perempuan dan *body dissatisfaction* berbeda secara signifikan. Hasil ini berbeda dengan pernyataan Santrock (2011) bahwa remaja awal lebih memperhatikan gambaran tubuh mereka dan lebih tidak puas dengan tubuh mereka daripada remaja akhir. Dengan kata lain, perhatian dan ketidakpuasan terhadap tubuh pada remaja akhir

tidak berbeda signifikan dengan remaja madya dan remaja awal. Remaja perempuan dengan usia 18-20 tahun juga dapat memiliki perhatian yang cukup besar terhadap tubuhnya. Pada usia tersebut, mereka mulai dihadapkan pada tugas untuk membentuk hubungan dekat dengan lawan jenis. Pembentukan hubungan dekat tersebut melibatkan aspek penampilan fisik (Roberts dan Waters, 2012).

SIMPULAN DAN SARAN

Body comparison dengan artis *K-pop* perempuan memiliki kontribusi yang signifikan terhadap *body dissatisfaction* pada remaja perempuan Indonesia fans *K-pop*. Simpulan lain yang didapat dari hasil analisis data tambahan adalah sebagai berikut.

1. Semakin tinggi kategori BMI (mengarah ke obesitas), semakin tinggi pula *body dissatisfaction* pada remaja perempuan Indonesia fans *K-pop*.
2. Semakin komentar teman dan keluarga mengenai bentuk tubuh dinilai positif, *body dissatisfaction* remaja perempuan Indonesia fans *K-pop* cenderung semakin kecil atau berkurang.
3. Keberadaan saran dari teman mengenai bentuk tubuh dapat membuat *body dissatisfaction* remaja perempuan Indonesia fans *K-pop* lebih tinggi secara signifikan, sedangkan keberadaan saran dari orangtua tidak.
4. Diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh yang dilakukan teman dapat memprediksi secara signifikan usaha serupa pada remaja perempuan Indonesia fans *K-pop*, sedangkan diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh ibu tidak.
5. Semakin sering remaja perempuan Indonesia fans *K-pop* melihat penampilan fisik artis *K-pop* perempuan, semakin sering pula ia melakukan *body comparison* dengan artis *K-pop* perempuan.
6. *Body comparison* dengan artis *K-pop* perempuan dan *body dissatisfaction* yang lebih tinggi secara signifikan dapat membuat remaja perempuan Indonesia fans *K-pop* melakukan diet atau usaha lain untuk mengubah bentuk tubuh.
7. Perbedaan rentang usia remaja tidak membuat *body comparison* dengan artis *K-pop* perempuan dan *body dissatisfaction* berbeda secara signifikan pada remaja perempuan Indonesia fans *K-pop*.

Penulis menyarankan untuk penelitian selanjutnya dengan topik *body image* atau *body dissatisfaction* pada remaja dapat mencoba membandingkan pengaruh orangtua dan teman terhadap *body dissatisfaction* remaja perempuan di Indonesia. Selain itu, berkaitan dengan distribusi data untuk analisis tambahan penulisan ini yang tidak normal, penulis menyarankan data tambahan untuk penulisan selanjutnya dapat diusahakan untuk memiliki distribusi data yang normal. Hal ini disarankan agar penulis dapat memberikan gambaran yang lebih akurat mengenai variabel pada data tambahan tersebut.

Saran praktis yang dapat diberikan penulis adalah pemberian edukasi mengenai *body comparison*, khususnya dengan artis *K-pop* perempuan, dan *body dissatisfaction* kepada para remaja perempuan Indonesia fans *K-pop*, dengan hasil penelitian sebagai acuan. Edukasi ini dapat diberikan melalui sebuah halaman blog yang berisi penjelasan mengenai pengertian, proses

dan dampak *body comparison*, serta kaitannya dengan media *K-pop*. Selain itu, halaman blog ini juga dapat memberikan informasi tentang *body dissatisfaction* dan dampak negatifnya sehingga diharapkan remaja perempuan dapat menerima bentuk tubuhnya apa adanya melalui informasi. Halaman blog ini dapat disebarluaskan melalui media sosial, seperti akun media sosial *fanbase* atau akun media sosial yang biasa memberikan informasi tentang *K-pop*.

PUSTAKA ACUAN

- Benjamin, J. (2012, 18 Mei). The 10 *K-pop* groups most likely to break in America. *Rolling Stone*. Diunduh pada 12 Maret 2015 dari <http://www.rollingstone.com>.
- Berg, P., Paxton, S., Keery, H., Wall, M., Guo, J. dan Neumark -Sztainer, D. (2007). Body dissatisfaction and body comparison with media images in males and females. *Body Image*, 4(2007), 257–268. doi:10.1016/j.bodyim.2007.04.003.
- Corcoran, K., Crusius, J., dan Mussweiler, T. (2011). Social comparison: Motives, standards, and mechanisms. In D. Chadee (Ed.), *Theories in Social Psychology* (pp. 119-139). Oxford: Wiley-Blackwell.
- Denchik, A. (2005). *Development dan Psychometric Evaluation of the Interpersonal Sexual Objectification Scale* (Undergraduate thesis). Ohio State University.
- Disabled World. (2013). *Height Chart of Men and Women in Different Countries*. Diunduh pada 17 Oktober 2014 dari <http://www.disabled-world.com>.
- Engeln-Maddox, R. (2005). Cognitive responses to idealized media images of women: The relationship of social comparison and critical processing to body image disturbance in college women. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(8), 1114-1138. Diunduh dari http://www.researchgate.net/publication/257286912_Cognitive_responses_to_idealized_media_images_of_women_The_relationship_of_social_comparison_and_critical_processing_to_body_image_disturbance_in_college_women/links/00463524c31b528ecc000000.
- Epstein, S. J. dan Joo, R. M. (2012). Multiple exposures: Korean bodies and the transnational imagination. *The Asia-Pacific Journal*, 10(33). Diunduh dari http://japanfocus.org/-rachael_m_-joo/3807/article.html.
- Evans, P. C. dan McConnell, A. R. (2003). Do racial minorities respond in the same way to mainstream beauty standards? Social comparison processes in Asian, Black, and White women. *Self and Identity*, 2, 153-167. doi: 10.1080/15298860390129908.
- Fisher, E., Dunn, M., dan Thompson, J. K. (2002). Social comparison and body image: An investigation of body comparison processes using multidimensional scaling. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21(5), 566-579.
- Fuhr, M. (2015). *Globalization and Popular Music in South Korea: Sounding Out K-pop*. London: Routledge.
- Gan, J. (2012, 27 November). Korean Celebrities" most wanted facial features. *MyFatPocket*. Diunduh pada 7 Juli 2014 dari <http://www.myfatpocket.com>.

- Grogan, S. (2006). Body image and health : Contemporary Perspectives. *Journal of Health Psychology*, 11(4), 523–530. doi: 10.1177/1359105306065013.
- Hoi, A. (2013a, 20 Februari). The beauty standards in *K-pop*? *Lipstiq*. Diunduh pada 7 Juli 2014 dari <http://www.lipstiq.com>.
- Hoi, A. (2013b, 20 Maret). *Ant waist, 11 abs, honey thighs: Body images in the K-pop world*. Diunduh pada 1 Juli 2015 dari <http://www.lipstiq.com>.
- Hong, B. (2012, 7 Agustus). Bizarre 'Gangnam Style' *K-pop* music video blows up worldwide. *Vancouver Observer*. Diunduh pada 7 Juli 2014 dari <http://www.vancouverobserver.com>.
- Jones, D. C. (2001). Social comparison and body image: Attractiveness comparisons to models and peers among adolescent girls and boys. *Sex Roles*, 45, 645-664. doi:10.1023/A:1014815725852.
- Kim, S. M. (2012, 27 Januari). Seohyun"s arm the size of a wrist. *KpopStarz*. Diunduh pada 1 Juli 2015 dari <http://www.kpopstarz.com>.
- Korean Culture and Information Service, Ministry of Culture, Sports, and Tourism. (2011). *K-pop: A new Force in Pop Music*. Korean Culture and Information Service.
- Laras. (t.th). Asal mula demam *K-pop* di Indonesia. *Tourism News*. Diunduh pada 1 Juli 2014 dari <http://tourismnews.co.id>.
- Lee, K. N. (2012, 29 Februari). The tall and short of idol girl groups. *eNewsWorld*. Diunduh pada 8 Agustus 2015 dari <http://mwave.interest.me/enewsworld/en/article/3906/the-average-height-of-girl-groups>.
- Lisa. (2014, 28 April). *Midriff Advertising: Empowering Abs and Female "sexiness"*. *Seoulbeats*. Diunduh pada 1 Juli 2015 dari <http://seoulbeats.com>.
- Lowe, M. R., Foster, G. D., Kerzhnerman, I., Swain, R. M., dan Wadden, T. A. (2001). Restrictive dieting vs "undieting" effects on eating regulation in obese clinic attenders. *Addictive Behaviors*, 26 (2001), 253-266. Diunduh dari <http://faculty.oxy.edu/clint/physio/article/restrictivedietingvsundieting.pdf>.
- Makhija, P. (2015, 1 Januari). Never skip dinner, just eat light. *The Times of India*. Diunduh pada 4 Februari 2015 dari <http://timesofindia.indiatimes.com>.
- Markey, C. N. dan Markey, P. M. (2005). Relations between body image and dieting behaviors: An examination of gender differences. *Sex Roles*, 53, 519-530. doi: 10.1007/s11199-005-7139-3.
- Markey, C. N. dan Markey, P. M. (2011). Body Image. In R. J. R. Levesque (Ed.), *Encyclopedia of Adolescence* (pp. 310-319). New York: Springer science+business media.
- Markula, P. (2004). Embodied movement knowledge in fitness and exercise education. In L. Bresler (Ed.), *Knowing Bodies, Moving Minds: Towards Embodied Teaching and Learning* (pp. 61-76). New York: Kluwer Academic Publishers.
- MayoClinic. (2014, 20 September). Weight loss. Diunduh pada 10 Agustus 2015 dari <http://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/weight-loss/in-depth/low-carb-diet/art-20045831?pg=2>.

- Menzel, J. E., Krawczyk, R., dan Thompson, J. K. (2011). Attitudinal assessment of body image for adolescents and adults. In T. F. Cash dan L. Smolak (Ed.), *Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention* (2nd ed.) (pp. 154-169). New York: The Guilford Press.
- Mussweiler, T. (2003). Comparison processes in social judgment: Mechanisms and consequences. *Psychological Review*, 110(3), 472-489. doi: 10.1037/0033-295X.110.3.472.
- National Eating Disorders Collaboration. (t.th.). What is body image? Diunduh dari <http://www.nedc.com.au/body-image>.
- Oh, S. H., Baek, H. M., dan Ahn, J. H. (2013) The impact of Youtube on international trade. *PACIS 2013 Proceedings*, 87. Diunduh dari <http://aisel.aisnet.org/pacis2013/87>.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., dan Feldman, R. D. (2008). *A Child's World: Infancy through Adolescence* (11th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Pitts, J. (t.th.). What causes too much stomach acid? Diunduh pada 10 Agustus 2015 dari <http://www.healthguidance.org/entry/12512/1/What-Causes-Too-Much-Stomach-Acid.html>.
- Ratna, M. (2013). Interpretasi remaja terhadap bentuk romantisme dalam serial drama Korea: Boys Before Flowers (BBF), Full House, dan Playful Kiss. *Commonline*, 2(1). Diunduh dari <http://goo.gl/Jw9qC4>.
- Roberts, T. dan Waters, P. L. (2012). The gendered body project: Motivational components of objectification theory. In R. M. Ryan (Ed.), *The Oxford Handbook of Human Motivation* (pp 323-334). Oxford: Oxford Library of Psychology.
- Santrock, J. (2011). *Life-span Development* (13th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Sasaki, J. Y., Ko, D., dan Kim, H. S. (2014). Culture and self-worth: Implications for social comparison processes and coping with threats to self-worth. In Krizan, Z. dan Gibbons, F. X. (Eds.), *Communal Functions of Social Comparison*. New York: Cambridge University Press.
- Slade, P., Dewey, M., Newton, T., Brodie, D. dan Kiemle, G. (1990). Development and preliminary validation of the body satisfaction scale (BSS). *Psychology dan Health*, 4(3), 213-220. doi: 10.1080/08870449008400391.
- Smolak, L. dan Striegel-Moore, R. H. (2002). Body Image Concerns. In J. Worell (Ed.), *Encyclopedia of Women and Gender: Sex Similarities and Differences and the Impact of Society on Gender* (pp. 201-210). Florida: Academic Press.
- Tewari, N. dan Alvarez, A. N. (2009). *Asian American Psychology: Current Perspectives*. New York: Taylor dan Francis Group.
- The heights and weights of girl groups. (2010, 29 September). Allkpop. Diunduh pada 7 Juli 2014 dari <http://www.allkpop.com/article/2010/09/the-heights-and-weights-of-girl-groups>.

- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M. dan Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting Beauty: Theory, Assessment, and Treatment of Body Image disturbance*. Washington: American Psychological Association.
- Tuk, W. (2012). *The Korean wave: Who are behind the success of korean popular culture?* (Master"s thesis). Diunduh dari Leiden University Repository.
- UK has most Korean wave fans in Europe: Study. (2012, 20 April). *Dong-A Ilbo*. Diunduh pada 10 Agustus 2015 dari <http://english.donga.com/srv/service.php3?biid=2012042105738>.
- Vitelli, R. (2013, 18 November). Media exposure and the „perfect“ body: Do unrealistic beauty standards in the media lead to eating disorders? *Psychology Today*. Diunduh dari <http://www.psychologytoday.com>.
- World Health Organization. (2015). BMI classification. Diunduh pada 10 Agustus 2015 dari http://apps.who.int/bmi/index.jsp?introPage=intro_3.html.
- Yam, M. (2013). *Does culture matter in body image? The effects of subjective and contextual culture on body image among bicultural women* (Doctoral dissertation, University of Michigan, 2013). Diunduh dari http://deepblue.lib.umich.edu/bitstream/handle/2027.42/97941/meiguan_1.pdf?sequence=1.