

## Fenomena Beauty Privilege di Kalangan Gen Z

Eka Heriyani<sup>1</sup>, Melina Lestari<sup>2</sup>, Nibras Mutiara Gahana<sup>3</sup>, Miwa Nur Azizah<sup>4</sup>, Varas Kayla Handayani<sup>5</sup>, Nabila Rihadatul Aisy<sup>6</sup>\*)

Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA123456

\*) Alamat korespondensi: Rusunawa Marunda Blok D2 no.415, Jakarta Utara, 14150, Indonesia; E-mail:

[miwanurazizah@gmail.com](mailto:miwanurazizah@gmail.com)

### Article History:

Received: 13/12/2024;

Revised: 22/01/2025;

Accepted: 29/02/2025;

Published: 20/02/2025.

### How to cite:

Eka Heriyani<sup>1</sup>, Melina Lestari<sup>2</sup>, Nibras Mutiara Gahana<sup>3</sup>, Miwa Nur Azizah<sup>4</sup>, Varas Kayla Handayani<sup>5</sup>, & Nabila Rihadatul Aisy<sup>6</sup>. (2025). Fenomena Beauty Privilege di Kalangan Gen Z. *Terapeutik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(3), pp. 70–80. DOI: 10.26539/terapeutik.833522



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2025, Eka Heriyani, Melina Lestari, Nibras Mutiara Gahana, Miwa Nur Azizah, Varas Kayla Handayani, & Nabila Rihadatul Aisy (s).

**Abstract:** Beauty privilege is a privilege obtained by someone with an attractive physical appearance. The purpose of this study is determine the influence of the Beauty privilege trend among gen Z on female students in one of the private high schools in Jakarta. This research uses a qualitative method with a descriptive study approach. Of the many students, 5 female students were taken as respondents. The results showed that the negative effects of beauty privilege made female students have low self-confidence and stress due to the pressure of beauty standards. Based on the results of the study, counseling teachers play a role in helping students to regain confidence by making routine language month activities. However, it is recommended that BK teachers conduct individual counseling for affected students to help increase their self-confidence again. Further research is suggested to involve more and diverse respondents to obtain a broader and deeper perspective on this phenomenon.

**Keywords:** Gen Z, *Beauty Privilege*, *Confidence*

**Abstrak:** Beauty privilege adalah hak istimewa yang diperoleh seseorang dengan penampilan fisik menarik. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh tren Beauty privilege di kalangan gen Z pada peserta didik perempuan di salah satu SMA swasta di Jakarta. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi deskriptif. Dari banyaknya peserta didik, diambil 5 siswa perempuan sebagai responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa efek negatif dari beauty privilege membuat siswa perempuan memiliki rasa percaya diri rendah dan stres akibat tekanan standar kecantikan. Berdasarkan hasil penelitian, guru BK berperan membantu peserta didik untuk kembali percaya diri dengan membuat kegiatan rutin bulan bahasa. Namun, disarankan agar guru BK melakukan konseling individu pada peserta didik yang terdampak untuk membantu meningkatkan kembali kepercayaan dirinya. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan responden yang lebih banyak dan beragam untuk memperoleh perspektif yang lebih luas dan mendalam mengenai fenomena ini.

**Kata Kunci:** Gen Z, *Beauty Privilege*, Kepercayaan Diri

## Pendahuluan

Di tengah gelombang media sosial yang semakin mendominasi kehidupan sehari-hari, fenomena *beauty privilege* semakin terlihat, terutama di kalangan generasi Z. Istilah ini merujuk pada keistimewaan yang didapatkan oleh mereka yang memenuhi standar kecantikan tertentu, yang sering kali digambarkan dengan ciri-ciri fisik yang sempurna atau sesuai dengan tren populer. Hal ini menciptakan ketimpangan dalam masyarakat, dimana individu yang tidak dianggap memenuhi standar tersebut sering kali merasa terpinggirkan, bahkan mengalami penurunan rasa percaya diri. Bagi banyak orang muda, perasaan ini semakin diperburuk oleh tekanan untuk tampil sesuai dengan ekspektasi visual yang sering kali tidak realistis, yang pada akhirnya bisa merusak harga diri dan kesejahteraan mental.

Pada dasarnya, individu adalah sosok individual yang diciptakan oleh Allah Swt, berpendapat bahwa kata "*in*" dan "*divided*" berasal dari kata bahasa Inggris "tidak" dan "terbagi",

yang berarti "terbagi". Karena itu, individu tidak berarti kumpulan atau kelompok. Dalam konteks ini, hal tersebut menunjukkan bahwa manusia sebagai individu terdiri dari dua aspek, yaitu secara jasmani maupun rohani yang bisa juga disebut secara fisik dan psikologis. Jika antara kedua aspek ini sudah tidak lagi saling berhubungan, dapat mengakibatkan individu tidak bisa dianggap utuh. Meskipun seorang manusia memiliki kesamaan fisik, dan aspek psikologis mereka bisa sangat bervariasi. Karakteristik dan perbedaan ini sering disebut sebagai kepribadian. Faktor bawaan dan lingkungan seseorang sangat mempengaruhi kepribadian mereka (Effendi dalam Mahdayeni et al., 2019)

Dari karakteristik yang berbeda dan perkembangan zaman yang sudah semakin maju, gen Z adalah generasi yang memiliki banyak perbedaan dengan generasi-generasi terdahulu. Gen Z dikenal sebagai generasi yang sejak kecil mudah mendapatkan informasi karena teknologi informasi di masa tersebut mudah diakses dengan internet. Gen Z dikelompokkan dari usia kelahiran 1995-2010.

Dunia maya memiliki dampak yang sangat signifikan dalam pembentukan karakter Gen Z termasuk dalam aspek kepercayaan diri. Kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dan potensi yang termasuk perasaan positif tentang dirinya sendiri, kemampuan untuk mengambil risiko, dan kemampuan untuk menghadapi tantangan yang ada. Kepercayaan diri pun bisa diartikan sebagai kemampuan untuk menghargai dan menilai diri sendiri (Purnomo & Harmiyanto, 2016). Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwasannya kepercayaan diri ialah elemen berperan yang sangat penting dalam diri seorang individu, terutama pada peserta didik. Namun, pada kenyataannya, banyak siswa yang mengalami rendahnya tingkat kepercayaan diri rendah, hal ini dibuktikan oleh hasil penelitian sebelumnya menunjukkan yang menyatakan kepercayaan diri pada anak usia tergolong rendah dan ada pada tahap kategori sedang (Farida dalam Sofia, 2021)

Rendahnya kepercayaan diri individu tentunya didasari oleh beberapa faktor, salah satu faktor yang berperan sangat penting dalam penurunannya kepercayaan diri seseorang adalah penampilan fisik. Remaja perempuan mempunyai tingkat perasaan tidak suka lebih tinggi dibanding remaja laki-laki terhadap penampilan fisik. Munculnya standarisasi kecantikan di media sosial secara tidak langsung juga mempengaruhi remaja perempuan dalam menilai penampilan fisik dirinya sendiri.

Penampilan seseorang sangat menentukan seberapa percaya diri mereka. Citra diri sering terkait dengan masalah penampilan, seperti bentuk tubuh, terutama bagi perempuan muda. Akibatnya, perempuan muda merasa perlu meningkatkan kualitas penampilan mereka untuk memenuhi tuntutan untuk tampil baik dan sempurna. Memang tidak dapat disangkal bahwa individu dengan penampilan menarik dan memenuhi standar kecantikan seringkali mendapatkan perlakuan yang lebih baik dibandingkan mereka yang dianggap kurang menarik. Stereotip yang menilai seseorang berdasarkan penampilannya ini akhirnya berkembang menjadi bentuk diskriminasi yang dikenal dengan sebutan "*lookism*", yang menilai orang berdasarkan daya tarik fisik yang individu tersebut miliki (Spiegel, 2023). *Lookism* adalah istilah untuk bentuk ketidakadilan epistemik, yaitu keadaan dimana seseorang mendapatkan diskriminasi mengenai hal-hal yang diluar jangkauannya, seperti etnis, latar belakang sosial, seksualitas, dan juga penampilan yang muncul pertama kali pada tahun 1970-an (Fadhilah et al., 2023).

Semakin berkembangnya zaman, maka akan semakin berkembang juga pola pikir setiap orang hal ini menghasilkan timbulnya istilah baru dari *lookism* yaitu adalah *beauty privilege*. "*beauty*" memiliki arti cantik, sedangkan "*privilege*" memiliki arti hak yang didapatkan sebagai manfaat atau keuntungan kepada seseorang. *Beauty Privilege* muncul sebagai hasil dari pembentukan standarisasi kecantikan yang dianut oleh masyarakat. Kemampuan seseorang pada kehidupan sehari-hari dinilai dengan kemampuan mereka, tetapi konsep "cantik", yaitu memberikan perilaku istimewa terhadap individu yang memiliki kriteria cantik berdasarkan penilaian masyarakat, penampilan yang menarik dianggap dapat menunjang karir (Aprilianty et al., 2023). Kesimpulannya, seseorang yang dinilai cantik dan memenuhi standar kecantikan akan mendapatkan *beauty privilege* dari sekitar.

Kemampuan atletik, prestasi akademik, dan penampilan adalah atribut utama yang terkait dengan status sosial remaja. Dengan demikian, penampilan seorang individu mampu menjadi fokus utama dalam mendaki hierarki sosial dalam pergaulan remaja. Dari sinilah "*beauty privilege*" dinilai

baik. Remaja yang menarik akan dihargai dengan lebih karena penampilannya dan akan disambut dengan baik oleh orang-orang dalam lingkungannya yang sebanding dengannya. Oleh sebab itu, daya tarik fisik adalah salah satu isyarat yang menunjukkan status sosial seseorang. Dalam struktur sosial, kelompok remaja yang menarik lebih menonjol daripada kelompok remaja lainnya.

Saat ini fenomena *beauty privilege* sedang ramai dibicarakan oleh sebagian masyarakat, terutama di kalangan generasi Z. Media sosial merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya fenomena ini, namun media sosial pula yang menjadi wadah para korban untuk mengungkapkan kegelisahan dan menceritakan pengalamannya terkait fenomena *beauty privilege* ini. *Beauty privilege* tidak hanya dialami oleh orang dewasa yang sudah memasuki dunia kerja saja, tapi banyak remaja perempuan yang masih berstatus peserta didik mengalami dampak negatif dari maraknya fenomena ini. Jika fenomena ini terus dinormalisasikan, dapat menyebabkan obsesi tidak sehat pada penampilan yang membuat individu mengabaikan hal-hal penting lainnya, serta akan timbul keterkaitan dengan *bullying* dalam bentuk *body shaming*.

Wanita di usia dewasa awal akan lebih memperhatikan penampilannya supaya dapat dilihat lebih menarik dalam menunjang aktivitasnya. Selain itu, mereka menjadi lebih percaya diri dalam bersosialisasi saat berpenampilan menarik (Pratami et al., 2023). Pengaruh *beauty privilege* membawa pengaruh positif dalam pertemanan di lingkungan sosial tetapi dalam hal belajar di kelas, guru akan lebih memperhatikan peserta didik yang berprestasi di akademik daripada fisik yang dimiliki masing-masing anak didiknya (Humayra et al., 2023).

Hasil temuan dari penelitian kami menunjukkan bahwa pengaruh tren *beauty privilege* pada peserta didik di lingkungan sekolah tidak membawa pengaruh yang signifikan. Tetapi, hal ini lebih membawa pengaruh di sosial media yang sekarang marak dipergunakan oleh gen Z. Namun dampak-dampak dari fenomena ini, diantaranya *body shaming*, perasaan *insecure*, *bullying* dan juga stres juga perlahan akan mempengaruhi proses belajar dan kondisi hubungan sosial peserta didik yang menjadi korban. Di media sosial, tren *beauty privilege* cenderung memberikan nilai lebih pada individu yang memenuhi standar kecantikan tertentu, dimana hal ini berdampak pada rasa percaya diri, interaksi sosial, hingga pilihan karir beberapa orang tertentu. Berbeda dengan lingkungan sekolah yang lebih berfokus pada aspek akademik atau non fisik lainnya, dampak ini mungkin lebih jelas di dunia maya, di mana penilaian fisik sering kali menjadi fokus utama. Ini menunjukkan bahwa *beauty privilege* telah memiliki dampak yang lebih besar di media sosial daripada di sekolah.

Keunggulan penelitian ini berfokus pada peran aktif guru BK dalam menjalankan program kerja yang bertujuan untuk membantu peserta didik membangun rasa percaya diri di tengah tren *beauty privilege* yang berkembang di masyarakat saat ini. Guru BK berperan sangat penting dalam membantu, membimbing, dan mendorong peserta didik dalam meningkatkan rasa percaya diri. Melalui pendekatan kelompok dan individual, guru BK dapat membantu peserta didik menemukan kekuatan dan potensi mereka, membangun kepercayaan diri yang kuat, dan mengurangi tekanan sosial yang disebabkan oleh tren *beauty privilege* saat ini. Oleh karena itu, peran dan kehadiran guru BK menjadi penting untuk menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan mendukung untuk perkembangan diri peserta didik, meskipun tren *beauty privilege* terus berkembang.

Berangkat dari maraknya perbincangan dalam dunia nyata maupun dunia maya mengenai fenomena *beauty privilege*. Penulis terdorong untuk melakukan penelitian ini guna mengetahui pandangan generasi Z melalui peserta didik di salah satu SMA swasta Jakarta mengenai fenomena "*beauty privilege*" serta ingin mengetahui upaya dan peranan guru BK untuk mengarahkan siswa supaya menjadi lebih percaya diri ditengah berbagai masalah yang dapat menyebabkan rendahnya kepercayaan diri.

## Metode

---

Berdasarkan pada permasalahan yang sedang terjadi, penelitian ini menggunakan metodologi kualitatif melalui pendekatan studi deskriptif. Studi deskriptif bertujuan dalam memberikan gambaran serta mendeskripsikan fenomena *beauty privilege* yang sedang ramai dibicarakan di kalangan Gen Z, khususnya pada peserta didik perempuan di salah satu SMA swasta Jakarta. Penelitian ini menggunakan wawancara sebagai metode pengumpulan data bersama narasumber yang berjumlah 5 peserta didik perempuan dan 1 guru pengajar bimbingan dan konseling. Wawancara ini dilakukan pada pukul 10.00 WIB, peserta didik SMA dipilih sebagai subjek

dalam penelitian ini guna mengetahui secara lebih mendalam mengenai pandangan dan pengalaman mereka terkait fenomena *beauty privilege* serta mengetahui keterkaitannya dengan aspek kepercayaan diri dalam diri korban *beauty privilege*.

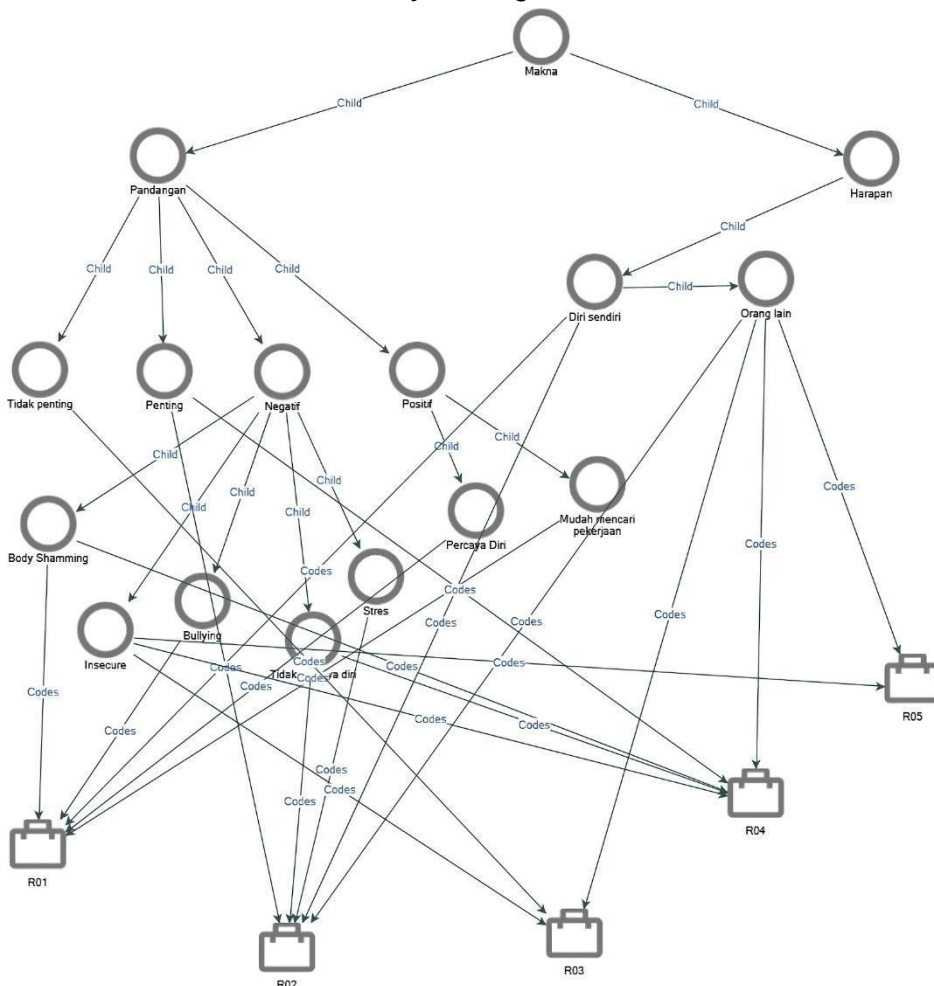
### Hasil dan Diskusi

Hasil penelitian didapatkan melalui teknik pengumpulan data yaitu wawancara, hal ini berguna untuk mengetahui pandangan peserta didik perempuan mengenai fenomena *beauty privilege* yang terjadi di kalangan gen Z. Berdasarkan pengolahan data dengan model interaktif dan bantuan program NVivo 14 dengan fitur *Project Map*, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

#### A. Makna Beauty Privilege

Secara umum, responden menilai bahwa tren *beauty privilege* ialah suatu hal yang bisa memberi dampak positif dan juga dampak negatif. Responden yang menganggap tren tersebut sebagai hal negatif merasa efek dari adanya tren ini dapat membuat individu menjadi tidak percaya diri dan *insecure* berlebih yang membuat individu menjadi stres memikirkan penampilannya. Hal ini didasari karena maraknya perilaku *bullying* dan *body shaming* di lingkungan sekolah.

Gambar 1. Analisis Makna *Beauty Privilege*



Sumber: Hasil Pencitraan Nvivo 14

Dari hasil data yang ada, terdapat juga responden yang menyatakan bahwa tren *beauty privilege* membawa dampak secara positif. Responden merasakan menjadi percaya diri dari adanya tren ini dan juga kedepannya mereka merasa akan mudah dalam mencari pekerjaan bila individu memiliki penampilan yang menarik. Penampilan yang menarik seringkali menjadi suatu nilai tambah dalam pandangan orang lain untuk menilai kemampuan lawan bicaranya. Selain itu, beberapa responden memiliki harapan untuk dirinya sendiri maupun orang lain dari adanya tren *beauty*

*privilege*. Responden berharap dengan adanya tren ini, individu akan lebih peduli dalam memperhatikan penampilannya yang dimana hal ini akan membawa dampak ke kepercayaan diri dan lingkungan sosial individu.

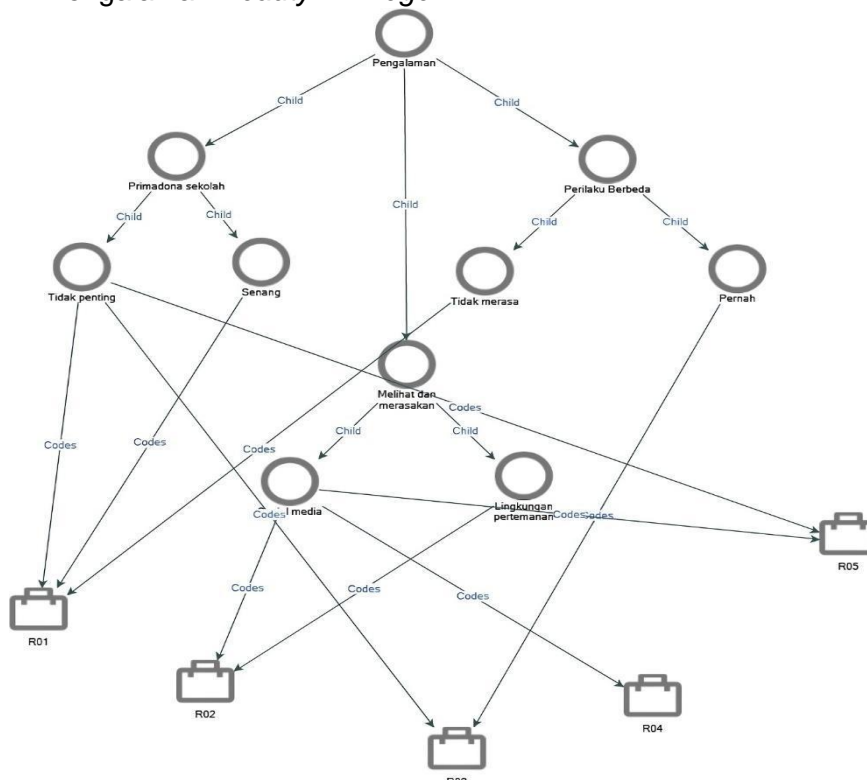
Berdasarkan data yang disampaikan oleh kelima responden, dapat diambil kesimpulan bahwa *beauty privilege* adalah hak istimewa yang dimiliki seorang individu dimana hal ini dipandang karena penampilannya yang memesona ataupun karena kecantikannya, dimana nantinya hal ini bisa memengaruhi secara positif kehidupan individu. Istilah "*privilege*" merupakan kata yang berasal dari bahasa Inggris yang berarti hak yang diperoleh sebagai hasil keuntungan atau manfaat bagi seseorang ("Privilege," 2022). Tren beauty privilege ini terus berkembang di kalangan Gen Z hingga mampu mempengaruhi kehidupan sehari-hari individu. Di lingkungan sekolah, tren ini berdampak hingga ke lingkungan pertemanan peserta didik. Peserta didik yang memiliki paras yang menawan akan mendapatkan perhatian lebih dari sekitar yang berakibat ke kepercayaan diri mereka. Selain itu, mereka menganggap bahwa penampilan mampu menjadi nilai plus untuk individu mencari pekerjaan nantinya. Di lain sisi, beauty privilege mampu membawa beberapa pengaruh negatif diantaranya, *bullying*, *body shaming*, kurang percaya diri hingga menyebabkan stres. Remaja yang dianggap tidak menarik akan memperoleh akibat dari status sosial yang minim. Sebagai contoh, individu yang dianggap memesona cenderung dianggap lebih bisa dipercaya, yang memungkinkan mereka mempunyai lebih banyak pengaruh sosial akan teman sebaya ataupun kelompok sebaya mereka (Fadhilah et al., 2023).

Dari pengaruh ini, diharapkan peserta didik tidak berekspektasi tinggi akan penampilan individu lain yang dimana hal ini dapat memecah pertemanan di sekolah. Selain itu, diharapkan peserta didik dapat lebih fokus untuk belajar dan mengasah kemampuan dirinya daripada memikirkan penampilan fisik. Dengan keterampilan yang dipunya, peserta didik mampu mengembangkan rasa percaya diri yang ada.

B. Pengalaman Beauty Privilege

Secara keseluruhan, beberapa responden pernah mendapatkan pengalaman dipandang sebagai primadona sekolah. Gambaran mengenai pengalaman *Beauty Privilege* dapat dilihat melalui bagan berikut:

Gambaran 2. Pengalaman *Beauty Privilege*



Sumber: Hasil Pencitraan Nvivo 14

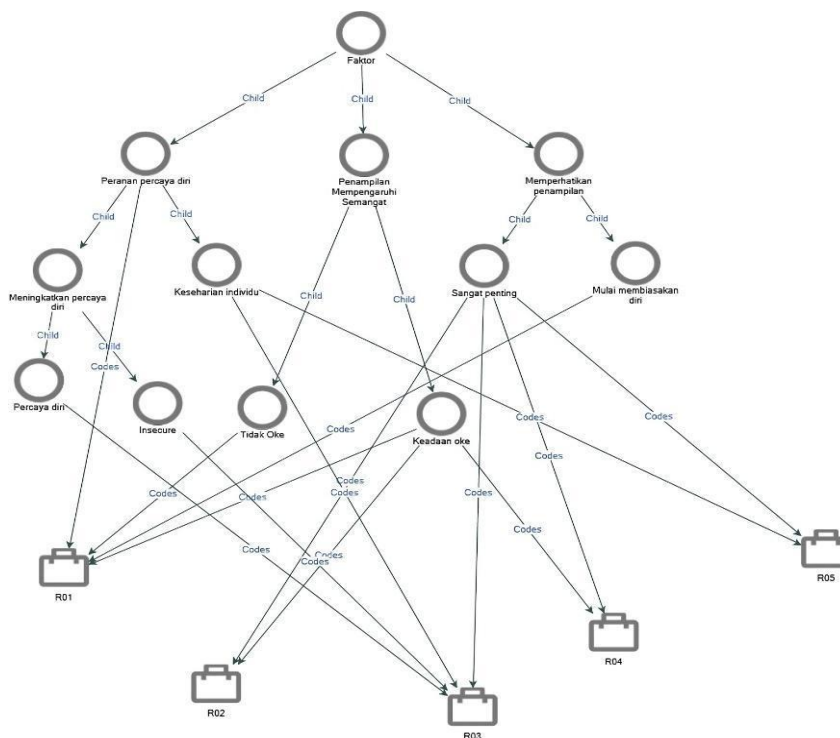
Para responden merasa dengan cap yang diberikan oleh lingkungan sekiranya tidak membawa pengaruh dalam keseharian mereka karena mereka menganggap itu sebagai suatu hal yang kurang penting. Selain itu, ada juga responden yang pernah merasakan perlakuan yang berbeda dengan individu lain yang memiliki keistimewaan dalam penampilan. Dari hasil yang ada, terlihat juga terdapat responden yang memiliki pengalaman pernah melihat dan merasakan pengaruh dari adanya tren *beauty privilege*. Responden merasa bahwa lingkungan pertemanan menjadi salah satu penyebab individu mendapatkan perlakuan yang berbeda sesuai dengan penampilan fisik yang dimiliki. Individu yang memiliki penampilan fisik yang menarik akan mendapatkan perhatian khusus, baik saat bersosialisasi dengan teman maupun dalam hal belajar bersama.

Berdasarkan data yang didapat dari kelima responden, terlihat bahwa peserta didik mendapatkan pengalaman dari tren *beauty privilege* melalui media sosial dan lingkungan pertemanan di sekitar. Sebenarnya ada dua sisi penggunaan Internet dimana dapat membawa pengaruh baik dan buruk. Internet dan gadget dapat sangat bermanfaat jika digunakan untuk tujuan positif dan meningkatkan potensi seseorang. Di lain sisi, internet juga mampu dipergunakan untuk hal-hal yang negatif dan tidak bermanfaat. Dampak negatif penggunaan media sosial yang berlebihan dapat memengaruhi karakteristik sosial, kesehatan, dan mental generasi remaja, contohnya adalah depresi (Karinta, 2022). Media sosial berperan aktif mengubah pola pikir peserta didik selama masa perkembangan. Dimana media ini dapat membantu individu mencari informasi secara lebih luas dari segala penjuru dunia. Peserta didik yang mudah terbuai oleh pengaruh media sosial akan sulit untuk menyaring informasi yang ada hingga tidak dapat membedakan yang baik dan yang buruk. Di era sekarang, tidak sedikit mayoritas remaja menggunakan media sosial untuk mengagungkan-agungkan perempuan yang memiliki paras cantik dan putih daripada perempuan yang berprestasi. Perempuan yang memiliki berparas biasa akan mendapatkan caci makian secara verbal. Hal ini seharusnya dirubah sedini mungkin sebelum menjadi budaya remaja dalam bermedia sosial.

### C. Faktor Terjadinya Beauty Privilege

Para responden memiliki pandangan yang berbeda terkait faktor *beauty privilege* di kalangan gen Z, mulai dari rendahnya rasa percaya diri hingga tekanan untuk memenuhi standar kecantikan. Gambaran mengenai faktor *beauty privilege* dapat dilihat melalui bagan berikut:

Gambar 3. Analisis Faktor Terjadinya *Beauty Privilege*



Sumber: Hasil Pencitraan Nvivo 14

Hal ini disampaikan oleh salah satu responden yang mengatakan bahwa "Karena semakin saya berpenampilan rapih dan cantik maka orang akan berpihak ke saya", karena penampilan merupakan hal yang pertama kali dilihat ketika berkenalan dengan orang baru maka ketika berpenampilan kurang rapih atau kurang menarik dapat timbul penilaian yang kurang baik pula, jika hal tersebut dibiarkan maka akan muncul fenomena *beauty privilege*, senada dengan salah satu pendapat responden "Penampilan sangat penting karena buat *first impression* orang dalam menilai diri kita". Namun beberapa responden lain mengatakan bahwasannya fenomena *beauty privilege* juga dapat terjadi karena kurangnya rasa percaya diri dalam individu tersebut. Dalam lingkungan sekolah, peserta didik perempuan dapat memiliki rasa percaya diri yang tinggi hanya karena penampilannya yang rapih, senada dengan responden lain yang mengatakan "jika penampilan seseorang itu bagus dia akan meningkatnya rasa percaya diri yang cukup tinggi dengan menggunakannya pakaian yang disukai, sebaliknya jika penampilan yang kurang dia akan merasa *insecure* dengan penampilan yang lain".

Berdasarkan yang diutarakan oleh kelima responden, dapat disimpulkan bahwasannya *beauty privilege* dapat terjadi karena beberapa faktor yaitu rendahnya rasa percaya diri dan kurangnya berpenampilan menarik. Rendahnya kepercayaan diri dapat dikatakan sebagai penyebab terjadinya *beauty privilege* dikarenakan ketika individu memiliki rasa percaya diri yang tinggi maka secara tidak langsung individu tersebut memiliki dasar yang kokoh untuk tidak terlalu memperdulikan faktor eksternal yang datang, seperti perkataan yang mengejek maupun perbuatan orang lain yang memiliki potensi akan menyakiti hati dan menurunkan rasa percaya diri tersebut.

Ketika kepercayaan diri seseorang rendah maka ia tidak memiliki modal untuk bertahan di hidupnya, karena rasa percaya diri adalah sesuatu yang sangat penting bagi seseorang terutama remaja guna mencapai kesuksesan (Rais, 2022). Dalam ruang lingkup sekolah kepercayaan diri juga merupakan hal yang sangat penting dikarenakan dengan memiliki kepercayaan diri yang kuat, peserta didik mampu dengan berinteraksi dengan teman, mampu aktif di kelas saat proses pembelajaran berlangsung seperti tidak takut untuk bertanya dan berani untuk menyampaikan pendapat serta argumennya. Sebaliknya jika para siswa mempunyai permasalahan pada percaya dirinya maka akan memiliki hambatan dalam berkomunikasi mengajukan pendapat atau berargumen di dalam kelas, apabila hal ini dibiarkan berlarut-larut, maka para siswa tersebut dapat kehilangan minat dan bakatnya yang mungkin sebenarnya adalah sebuah potensi guna meraih keberhasilan di masa depan. Maka dari itu, tingkat kepercayaan diri yang dimiliki oleh setiap individu pastinya akan mempengaruhi pencapaian prestasi belajarnya.

Faktor lainnya adalah kurangnya memperhatikan penampilan, penampilan merupakan hal yang penting bagi seorang perempuan namun karena standar kecantikan mulai dinormalisasikan, maka saat ini penampilan yang rapih juga tidak cukup maka harus ditunjang dengan kecantikan yang harus memenuhi standar yang ada, seperti perempuan harus cantik, harus putih, harus tinggi dan harus kurus. Hal ini juga dapat menyebabkan seseorang merasa kurang percaya diri karena tidak mendapatkan perhatian khusus, serta merasa kurang menarik dan takut untuk memulai hal-hal baru.

Rendahnya kepercayaan diri individu tentunya didasari oleh beberapa faktor, salah satu faktor yang berperan sangat penting dalam penurunannya kepercayaan diri individu adalah penampilan fisik. Remaja perempuan memiliki tingkat perasaan tidak suka lebih tinggi dibanding remaja laki-laki terhadap penampilan fisik. Munculnya standarisasi kecantikan di media sosial secara tidak langsung juga mempengaruhi remaja perempuan dalam menilai penampilan fisik dirinya sendiri.

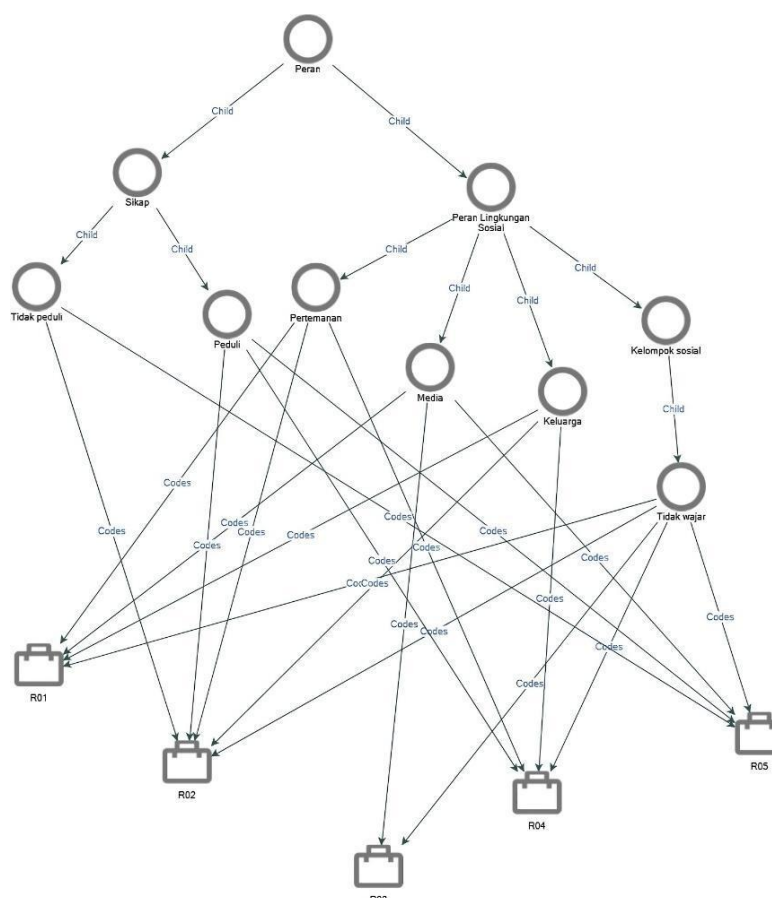
Hal ini senada dengan hasil penelitian yang menyatakan standar kecantikan di masyarakat yang mulai dinormalisasi semakin mendorong para perempuan merasa kurang percaya diri, karena terlalu sering dibandingkan dengan standar kecantikan yang ada (Ardila & Ningsih, 2025). Jika terlalu sering dibandingkan dengan individu lain, maka individu tersebut perlahan akan kehilangan identitas dirinya, dimana mudah kehilangan identitas diri adalah salah satu karakteristik yang melekat pada Gen Z (Rahayu et al., 2021). Dengan demikian, *beauty privilege* memiliki keterkaitan yang erat dengan tinggi atau rendahnya kepercayaan diri khususnya pada Gen Z.

#### D. Peran dalam Fenomena Beauty Privilege

Saat responden mengutarakan pendapatnya mengenai peran yang mendominasi terbentuknya fenomena *beauty privilege*, ditemukan hasil yang beragam. Mulai dari lingkungan

terdekat yaitu keluarga, keluarga menjadi lingkungan yang paling dekat maka kondisi keluarga juga akan memberikan pengaruh yang signifikan pada diri seorang remaja. Yang kedua adalah lingkungan pertemanan, saat remaja seorang anak sedikit banyak akan menghabiskan waktunya dengan bergaul maka lingkungan pertemanan juga memiliki andil dalam terjadinya fenomena ini, hingga yang terakhir adalah pengaruh media sosial, tidak dapat dipungkiri bahwasannya media sosial saat ini didominasi oleh Gen Z. Selain itu para responden juga menjelaskan bagaimana peran atau sikap yang mereka ambil saat melihat orang lain, baik yang dikenal maupun tidak dikenal menjadi korban dari fenomena ini. Pertanyaan ini menimbulkan berbagai respon, sebagian besar responden akan bersikap peduli namun terdapat beberapa responden yang memilih untuk acuh. Meskipun memiliki berbagai pendapat, namun keseluruhan responden sepakat bahwasannya fenomena *beauty privilege* tidak pantas berada di kelompok sosial mana pun. Gambaran responden mengenai peran yang sangat berpengaruh dalam pembentukan fenomena *beauty privilege* dapat dilihat melalui bagan berikut:

Gambar 4. Peran dalam Fenomena *Beauty Privilege*



Sumber: Hasil Pencitraan Nvivo 14

Sebagian besar responden mengatakan bahwasannya media sosial yang sangat berpengaruh dalam mendorong terjadinya fenomena ini, senada dengan pernyataan salah satu responden yaitu "Paling besar itu pengaruh dari media sosial sih, kalau yang lain masih aman-aman aja", responden lain menambahkan " Menurut saya lingkungan sosial yang paling berpengaruh itu dalam sosial karena di dalam media sosial itu paling banyak candaan yang menyinggung penampilan dari setiap individu". Berbagai pendapat juga diungkapkan oleh para responden mengenai sikap yang akan diambil ketika melihat terjadinya *beauty privilege* secara langsung, salah satu responden mengutarakan pendapatnya yaitu " Saya akan peduli, misalnya dengan memberikan kalimat positif" namun responden lain memiliki respon yang bertolak belakang karena malu untuk bertindak jika korbannya adalah orang yang tidak dikenal, hal ini senada dengan pernyataan responden "Saya akan bersikap peduli dengan mengingatkan orang tersebut bila sekiranya kenal dan akan bersikap tidak peduli bila orang tersebut tidak dikenal karena saya malu". Meskipun memiliki berbagai



pendapat, namun seluruh responden sepakat bahwasannya fenomena *beauty privilege* tidak pantas berada di kelompok sosial mana pun, karena akan memberikan dampak yang sangat negatif bagi diri seseorang.

Seperti yang orang ketahui bila lingkungan sangat memengaruhi karakter seseorang, dengan demikian lingkungan juga memiliki peranan yang tidak kalah pentingnya pada proses terjadinya fenomena *beauty privilege* (Dinata, 2022). Berdasarkan hasil temuan dari wawancara yang dilakukan, terdapat tiga lingkungan yang paling sering berperan pada terjadinya fenomena *beauty privilege* yaitu lingkungan keluarga, lingkungan pertemanan dan media sosial.

Pada umumnya, keluarga menjadi lingkungan pertama seorang anak untuk belajar, semua hal yang dilihat oleh seorang anak di keluarganya akan terus teringat didalam diri sang anak, begitupun juga dengan eksternalisasi kecantikan. Eksternalisasi kecantikan dari keluarga merupakan pencurahan atau ekspresi diri yang memuat pengetahuan awal individu tentang konstruksi cantik (Christanti & Raditya, 2013). Sebuah keluarga identik sekali dengan kemiripan fisik baik wajah, postur tubuh, dan lain-lain. Ketika seorang anak lahir namun tidak memiliki kemiripan dengan keluarganya atau bahkan satu etnisnya maka ketika remaja atau dewasa, anak tersebut akan berusaha untuk mempercantik dirinya meski menghabiskan banyak uang, salah satunya adalah etnis Cina. Masyarakat etnis Cina percaya bahwa kecantikan dapat mengukur kelas sosial seseorang, maka dari itu mereka akan berlomba-lomba untuk memiliki fisik yang sesuai dengan standar kecantikan (Elsera et al., 2022).

Yang kedua adalah lingkungan pertemanan, seseorang dipengaruhi oleh lingkungan sosialnya saat mulai berinteraksi dengan orang lain. Karena orang cenderung mencari teman seusia, sehingga pikiran mereka cenderung sama, dimana teman sebaya memiliki pengaruh yang besar (Kurnia et al., 2023). Dengan demikian jika individu memasuki lingkungan pertemanan yang ikut menormalisasikan standar kecantikan yang ada, maka sedikit banyak individu tersebut akan terpengaruh dan jika tidak memenuhi standar yang ada maka akan mengalami tekanan di psikisnya.

Yang terakhir adalah pengaruh media sosial, munculnya standarisasi kecantikan di media sosial secara tidak langsung juga mempengaruhi remaja perempuan dalam menilai penampilan fisik dirinya sendiri, dikarenakan perempuan sangat mudah terpengaruh dengan pendapat atau komentar orang lain. Terlebih pada media sosial pengaruh *influencer* berperan sangat besar dalam menentukan standar kecantikan, sehingga standar kecantikan saat ini dipukul sama rata (Basir et al., 2022). Media sosial merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya fenomena ini, namun media sosial pula yang menjadi wadah para korban untuk mengungkapkan kegelisahan dan menceritakan pengalamannya terkait fenomena *beauty privilege* ini, salah satunya adalah *Twitter*. *Twitter* merupakan tempat untuk pembukaan diri tentang hal yang dirasakan serta menjadi media yang tepat untuk menuangkan berbagai ekspresi dan pandangan mengenai hal yang dialaminya (Aprilianty et al., 2023). Meskipun dapat menjadi tempat *self disclosure* yang nyaman, namun penggunaan media sosial tetap harus sewajarnya.

#### E. Peran Guru Bimbingan dan Konseling

Sesuai pada pembahasan sebelumnya, *beauty privilege* memiliki keterkaitan yang dekat dengan kepercayaan diri seseorang, tentunya dalam menyikapi fenomena tersebut remaja membutuhkan dukungan sosial yang positif dari lingkungan sekitarnya, salah satunya adalah lingkungan sekolah. Guru BK sangat diperlukan di sekolah guna membantu peserta didik dalam menghadapi dan mengatasi masalah yang dihadapi, dengan membimbing mereka menuju hal-hal positif, yang pada gilirannya dapat berpengaruh terhadap pembentukan kepercayaan diri siswa (Nurhasanah & Irman, 2024).

Berdasarkan informasi yang dikatakan oleh guru bimbingan dan konseling di salah satu SMA swasta Jakarta, salah satu cara untuk menyikapi fenomena ini dengan sebaik mungkin adalah menanamkan rasa kepercayaan diri kepada peserta didik karena ketika individu sudah mempunyai tingkat rasa percaya diri yang tinggi maka kemungkinan besar individu tersebut dapat menyikapi fenomena ini dengan baik. Dalam memupuk rasa percaya diri pada peserta didik, guru BK di salah satu SMA swasta Jakarta selalu rutin mengadakan program bulan bahasa yang dimana peserta didik akan dilatih terkait kepercayaan dirinya dalam bentuk *public speaking*, selain itu guru BK juga memberikan materi terkait kepercayaan diri kepada peserta didik secara klasikal. Selain itu guru BK

juga melakukan observasi dan pendekatan secara konsisten guna mengetahui karakteristik setiap peserta didiknya, jika terlihat adanya perubahan karakter yang signifikan pada peserta didiknya maka guru BK akan melakukan layanan bimbingan secara individu untuk memberikan pemahaman terkait permasalahan yang terjadi serta melakukan layanan konseling individu untuk memberikan bantuan dalam mengatasi masalah yang sedang dihadapi. Dalam menjalankan program yang sudah berjalan, guru BK akan melakukan kerja sama dengan orang tua guna membantu peserta didik dalam meningkatkan kepercayaan dirinya. Untuk mengukur keberhasilan dari program kerja yang ada, guru BK akan melakukan evaluasi mingguan guna melihat keefektifan dari program tersebut.

Dari penjelasan yang telah ada sebelumnya, dapat disimpulkan bahwasannya peran guru BK berjalan dengan cukup baik, tetapi masih ada beberapa tantangan untuk diatasi, seperti saat mengidentifikasi masalah atau alasan peserta didik menjadi tidak percaya diri. Hal ini dikarenakan beberapa peserta didik terus menutup diri dan sulit menceritakan masalah yang mereka alami kepada guru BK. Namun upaya yang dilakukan guru BK di salah satu SMA swasta Jakarta sudah menjadi bukti bahwa guru BK berperan aktif dan baik dalam mengatasi masalah siswanya.

Peranan guru BK dapat dikatakan baik dikarenakan berdasarkan hasil temuan fenomena *beauty privilege* menunjukkan dampak negatif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis peserta didik antara lain *body shaming*, perasaan *insecure*, *bullying* dan juga stres. Dampak-dampak ini dapat mempengaruhi perkembangan mental dan emosional peserta didik, yang sedikit banyak akan mengganggu proses pembelajaran dan kualitas hubungan sosial peserta didik di sekolah. Peran guru BK dengan menyelenggarakan kegiatan rutin yaitu Bulan Bahas dapat memberikan ruang bagi peserta didik untuk mengekspresikan diri secara kreatif, sekaligus mengurangi stigma dan diskriminasi terkait penampilan fisik. Intervensi yang mendukung komunikasi positif dapat memperkuat *self-esteem* remaja, serta mampu mengurangi dampak negatif dari *body shaming* dan *bullying* (Anisah & Purwandari, 2024).

Penelitian mengenai fenomena *beauty privilege* ini memiliki keterbatasan yaitu jumlah responden yang sangat terbatas, yakni hanya melibatkan lima peserta didik perempuan. Hal ini menyebabkan hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan secara luas untuk populasi yang lebih besar. Keterbatasan ini tentunya mempengaruhi validitas eksternal dari hasil penelitian ini, dengan demikian disarankan untuk penelitian selanjutnya melibatkan jumlah responden yang lebih banyak dan beragam untuk memperoleh perspektif yang lebih luas dan mendalam mengenai fenomena ini.

## Simpulan

---

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa fenomena *beauty privilege* lebih sering terjadi di luar sekolah, terutama di lingkungan pertemanan dan media sosial, dengan media sosial sebagai faktor utama yang memperburuk penyebaran fenomena ini. Meskipun jarang terjadi di sekolah, *beauty privilege* tetap menjadi hal yang tidak wajar di manapun lingkungannya. Standar kecantikan yang terus dinormalisasi dapat menimbulkan dampak negatif yang signifikan terhadap kesehatan mental, seperti *body shaming* secara tidak langsung, rendahnya rasa percaya diri, dan stres akibat tekanan untuk memenuhi standar tersebut. Namun, di sisi lain, *beauty privilege* juga memiliki dampak positif, seperti mendorong individu untuk selalu menjaga penampilan dan merawat diri. Meskipun demikian, dampak positif ini tidak dapat mengimbangi dampak negatif yang lebih luas jika standar kecantikan terus dipaksakan dan dihargai masyarakat.

Dukungan sosial yang positif, terutama dari lingkungan sekolah, sangat penting dalam menyikapi fenomena *beauty privilege*. Peran guru BK sangat krusial untuk membantu siswa mengatasi masalah ini dengan memperkuat rasa percaya diri. Di salah satu SMA Swasta Jakarta, guru BK melaksanakan program Bulan Bahasa untuk melatih kepercayaan diri melalui *public speaking* dan materi klasikal, serta melakukan observasi dan pendekatan individu. Meskipun ada kendala dalam mengidentifikasi masalah siswa yang tidak terbuka, upaya ini terbukti efektif dalam meningkatkan *self-esteem* siswa, serta menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan mendukung perkembangan psikologis yang sehat.

## Ucapan Terima Kasih

---

Pertama-tama, kami mengucapkan banyak terima kasih kepada dosen pembimbing kami yaitu Ibu Dr. Eka Heriyani, M.Pd., Kons yang tidak pernah lelah dalam kebersamaan setiap progres yang kami lakukan sampai artikel ini akhirnya rampung. Yang kedua, tidak lupa kepada para narasumber di salah satu SMA swasta di Jakarta yang telah bersedia menjadi responden dalam membantu terlaksananya penelitian ini.

## Daftar Rujukan

- Anisah, N., & Purwandari, A. (2024). Pengaruh Penerapan Therapy Afirmasi Positif Terhadap Self Esteem Anak Usia Remaja Di MTS Asyifa Al-Barokah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(September), 70–72. <https://doi.org/https://doi.org/10.47317/jkm.v17i2.661>
- Aprilianty, S., Komariah, S., & Abdullah, M. N. A. (2023). Konsep Beauty Privilege Membentuk Kekerasan Simbolik. *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Budaya*, 9(1), 149. <https://doi.org/10.32884/ideas.v9i1.1253>
- Ardila, D. N., & Ningsih, E. Y. (2025). Self acceptance Vanier. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(0331), 1176–1185. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.7111>
- Basir, N. S. D., Tsalatsa, S. L., & Kresna, M. T. (2022). Persepsi wanita dalam menentukan standar kecantikan di tiktok dan instagram. *Seminar Nasional Ilmu Sosial*, 1, 566–575.
- Christanti, O. N., & Raditya, A. (2013). Konstruksi “Perempuan Cantik” Di Kalangan Siswi SMAN 1 Sooko Mojokerto. *Paradigma*, 01(03), 1–7.
- Dinata, S. (2022). Hakikat Heriditas, Lingkungan, Kebebasan Manusia, Dan Hidayah Tuhan Dalam Pembentukan Kepribadian Manusia. *Kanz Philosophia A Journal for Islamic Philosophy and Mysticism*, 8(2), 107–130. <https://doi.org/10.20871/kpjipm.v8i2.184>
- Effendi, R., & Malihah, E. (2010). *Pendidikan Lingkungan Sosial Budaya dan Teknologi*. Bandung. CV. Maulana Media Grafik.
- Elsera, M., Saputri, E. F. I., Wahyuni, S., & Nurhaliza, S. (2022). Kecantikan Perempuan Ernis Cina di Kota Tanjung Pinang. *Sosial Budaya*, 19(1). <https://doi.org/10.24014/sb.v19i1.16194>
- Fadhilah, A., Kharisma, D. M., & Asyahidda, F. N. (2023). Analisis Fenomena “Beauty Privilege” dalam Status Sosial Siswa Sekolah Menengah Atas (Studi Kasus Sekolah Menengah Atas di Kota Bandung). *Journal Jurnal Pendidikan Sosiologi Undiksha Jurusan Sejarah, Sosiologi Dan Perpustakaan*, 5(3), 247–253. <https://doi.org/https://doi.org/10.7454/jvi.v12i1.1220>
- Farida, N. I. (2014). Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja Putri Melalui Layanan Penguasaan Konten Teknik Role Playing. *Journal of Guidance and Counseling*, 3(1), 9–16. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/ijgc.v3i1.3743>
- Humayra, Z. S., Jauza, A. Z., Gusman, M. F., Al Haq, R. T., Wijaya, R., & Rakhman, A. (2023). Beauty Privilege: Benarkah Sebagai Penentu Potensi Kepercayaan Diri Siswa? *Journal of Student Research (JSR)*, 1(4), 10–22.
- J, T., & Spiegel. (2023). Lookism as Epistemic Injustice. *Social Epistemology*, 37(1), 47–61. <https://doi.org/10.1080/02691728.2022.2076629>
- Karinta, A. (2022). Negative Effects of Social Media Use On Mental Health In Adolescents. *Media Gizi Kesmas*, 11(1), 307–312. <https://doi.org/10.20473/mgk.v11i1.2022.307-312>
- Kurnia, A. D., Budiyaniti, N., Hartanti, D. R., Rahman, R. A., & Rahmat, V. (2023). Peran Teman Sebaya dalam Membentuk Kepribadian Islam pada Masa Dewasa Muda (Usia 18-23 Tahun). *Journal Analytica Islamica*, 12(1), 112. <https://doi.org/10.30829/jai.v12i1.15747>
- Mahdayeni, M., Alhaddad, M. R., & Saleh, A. S. (2019). Manusia dan Kebudayaan (Manusia dan Sejarah Kebudayaan, Manusia dalam Keanekaragaman Budaya dan Peradaban, Manusia dan Sumber Penghidupan). *Tadbir: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 7(2), 154–165. <https://doi.org/10.30603/tjmpi.v7i2.1125>
- Nurhasanah, R., & Irman. (2024). Peran Guru BK Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa. *Terapeutik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 77(1), 77–83. <https://doi.org/10.26539/terapeutik.812456>
- Pratami, V. T., Nuryani, R., & Lindasari, S. W. (2023). Tingkat Kepercayaan Diri Pada Wanita Dewasa Awal Dengan Adanya Tren Beauty Privilege. *Jurnal Keperawatan*, 15(3), 1101–1108. <https://doi.org/https://doi.org/10.32583/keperawatan.v15i3.1054>
- Purnomo, D. P., & Harmiyanto. (2016). Hubungan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Dan

- Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Sman 1 Garum Kabupaten Blitar. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 55–59. <http://journal.um.ac.id/index.php/bk>
- Rahayu, P. P., Irsyadiah, A. U., Fitriyatunur, Q., & Indiarti, P. T. (2021). Pemberian Edukasi Kepada Masyarakat Tentang Generasi Z Dan Keunikannya. *Jurnal Pengabdian Sosial Indonesi*, 1, 43–53. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.23960/JPSI/v1i1.43-53>
- Rais, M. R. (2022). Kepercayaan Diri (Self Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja. *Al-Irsyad*, 12(1), 40. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v12i1.11935>
- Sofia, M., & Aida, N. (2021). Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri Di Sma Modal Bangsa Aceh. *Journal of Helathcare Technology and Medicine*, 7(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.33143/jhtm.v7i2.3629>

---

**Competing interests:**

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

---