

## *First Impression* Dimulai dari Rumah: Peran Keluarga dalam Membentuk *Well Grooming*

Aisyah Alwafa \*<sup>1</sup>  
Ayudhia Shazia Humaira Nizma <sup>2</sup>  
Candra Fajri <sup>3</sup>  
Nayla Shaffira Cahya <sup>4</sup>  
Yani Achdiani <sup>5</sup>  
Gina Indah Permata Nastia <sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup> Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Pendidikan Teknik dan Industri, Universitas Pendidikan Indonesia

\*e-mail: [wafaaisyahal@student.upi.edu](mailto:wafaaisyahal@student.upi.edu)<sup>1</sup>, [ayudhia.sazhia09@student.upi.edu](mailto:ayudhia.sazhia09@student.upi.edu)<sup>2</sup>, [candrafajri@student.upi.edu](mailto:candrafajri@student.upi.edu)<sup>3</sup>, [naylashaffira@student.upi.edu](mailto:naylashaffira@student.upi.edu)<sup>4</sup>, [yaniachdiani@upi.edu](mailto:yaniachdiani@upi.edu)<sup>5</sup>, [ginanastia@upi.edu](mailto:ginanastia@upi.edu)<sup>6</sup>

### **Abstrak**

*Keluarga merupakan unit terkecil yang memiliki peran strategis dalam membentuk kualitas diri dan kepribadian anak, salah satunya melalui penanaman kebiasaan well grooming. Penilaian individu dalam kehidupan sosial masih banyak dipengaruhi oleh penampilan fisik yang menjadi dasar terbentuknya first impression atau kesan awal. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara empiris peran keluarga dalam membentuk kebiasaan well grooming pada anak, memahami keterkaitannya dengan first impression, serta mengidentifikasi aspek-aspek well grooming yang dapat diterapkan di rumah. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif jenis studi literatur, dengan menganalisis secara deskriptif data-data sekunder dari berbagai literatur ilmiah. Temuan penelitian menunjukkan bahwa keluarga berkontribusi signifikan dalam membentuk well grooming melalui keteladanan (role model), pembiasaan konsisten, dan penguatan positif. Pembiasaan well grooming terbukti berhubungan erat dengan pembentukan first impression yang positif melalui mekanisme halo effect dan self-presentation. Kesimpulannya, penanaman aspek fisik maupun etika well grooming yang konsisten di dalam keluarga secara efektif membentuk anak yang percaya diri dan mampu beradaptasi dalam kehidupan sosial. Implikasi dari studi ini menuntut kesadaran dan komitmen orang tua untuk aktif menjadi teladan utama di rumah.*

**Kata kunci:** *first impression, keluarga, pembiasaan, penampilan, well grooming*

### **Abstract**

*The family is the smallest unit that plays a strategic role in shaping a child's quality and personality, one of which is by instilling well-grooming habits. Individual assessment in social life is still heavily influenced by physical appearance, which forms the basis of first impressions. This study aims to empirically examine the role of the family in shaping children's well-grooming habits, understand its relationship with first impressions, and identify aspects of well-grooming that can be applied at home. The research method used is a qualitative approach of literature study type, descriptively analyzing secondary data from various scientific literature. The findings show that the family contributes significantly to shaping well-grooming through exemplary behavior (role models), consistent habituation, and positive reinforcement. Well-grooming habituation is proven to be closely related to the formation of positive first impressions through the mechanisms of the halo effect and self-presentation. In conclusion, instilling physical and ethical aspects of well-grooming consistently within the family effectively shapes confident children who can adapt to social life. The implication of this study demands the awareness and commitment of parents to actively be the main role models at home.*

**Keywords:** *family, first impression, habituation, appearance, well grooming*

### **PENDAHULUAN**

Keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat yang memiliki peran strategis dalam pengelolaan sumber daya, termasuk tanggung jawab krusial dalam membentuk kualitas diri anak. Sebagai fondasi utama, keluarga berperan dalam membentuk kepribadian anak melalui pola asuh, teladan, dan komunikasi yang merupakan landasan dari pengembangan sumber daya manusia berkarakter (Auliarrahma et al., 2024). Di luar lingkungan keluarga, kemampuan individu untuk diterima secara sosial sangat dipengaruhi oleh *first impression* atau kesan pertama. Kesan awal ini terbentuk dalam waktu yang amat singkat dan didasarkan pada hal-hal kasatmata seperti

penampilan, kebersihan, serta cara berpakaian. Individu mampu menilai orang lain hanya dalam hitungan detik (*thin slices*) yang sering kali menetap dan memengaruhi penilaian karakter berikutnya (Ambady & Rosenthal, 1992).

Penilaian sosial saat ini masih kental dipengaruhi oleh penampilan fisik (Marsini et al., 2024). Seseorang yang rapi cenderung mendapat penilaian positif, di mana satu karakteristik baik tersebut secara tidak langsung menimbulkan persepsi positif terhadap kecerdasan atau kompetensi yang dikenal sebagai *halo effect* (Thorndike, 1920). Sebaliknya, penampilan yang kurang terawat kerap mendatangkan stigma negatif. Menjaga penampilan atau *personal grooming* bukan sekadar soal estetika, melainkan upaya menjaga keserasian fisik dan nonfisik (Zikriadi et al., 2023). Konsep *well grooming* merangkum kebersihan tubuh, kerapian, serta sikap dan kepribadian yang dipresentasikan. Kemampuan menyesuaikan penampilan dengan norma sosial menunjukkan penghargaan terhadap diri sendiri sekaligus meningkatkan kenyamanan dan kepercayaan diri atau *self-esteem* (Maula, 2024; Putri & Rahmawati, 2023).

Namun demikian, kesenjangan kerap terjadi antara tuntutan sosial akan penampilan yang baik dengan kurangnya pembiasaan dan kedisiplinan sejak dini dari lingkungan terdekat. Membentuk kebiasaan *well grooming* menuntut keterlibatan penuh dari orang tua yang bertindak sebagai *role model*. Merujuk pada teori dramaturgi bahwa individu merupakan aktor yang berusaha menampilkan kesan terbaik (Goffman, 1959), pembentukan karakter aktor ini mutlak dimulai dari rumah. Oleh karena itu, tulisan ini disusun dengan tujuan untuk: (1) mengetahui peran keluarga dalam membentuk kebiasaan *well grooming* pada anak, (2) memahami hubungan antara *well grooming* dengan pembentukan *first impression*, dan (3) mengidentifikasi aspek-aspek *well grooming* apa saja yang dapat diterapkan di lingkungan keluarga.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur sistematis (Systematic Literature Review/SLR) untuk mengkaji secara mendalam peran keluarga dalam membentuk kebiasaan *well grooming* serta keterkaitannya dengan pembentukan *first impression*. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman yang komprehensif melalui identifikasi, seleksi, evaluasi, dan sintesis berbagai temuan penelitian terdahulu yang relevan dengan topik yang dikaji.

Data yang digunakan dalam penelitian merupakan data sekunder yang diperoleh dari berbagai sumber ilmiah berupa artikel jurnal, buku akademik, dan publikasi ilmiah yang telah dipublikasikan. Penelusuran literatur dilakukan melalui basis data akademik seperti Google Scholar, GARUDA (Garba Rujukan Digital), Crossref, serta jurnal yang memiliki Digital Object Identifier (DOI) untuk menjamin validitas dan kredibilitas sumber.

Proses pemilihan literatur dilakukan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi meliputi: (1) sumber yang membahas konsep *first impression*, *well grooming*, pola asuh, pembentukan karakter, dan peran keluarga; (2) publikasi ilmiah yang terbit pada rentang tahun 2015–2025 agar memperoleh referensi yang mutakhir, dengan pengecualian terhadap teori klasik yang digunakan sebagai landasan konseptual seperti teori Halo Effect (Thorndike, 1920), Social Learning Theory (Bandura, 1977), Dramaturgi (Goffman, 1959), serta konsep *thin slices* oleh Ambady dan Rosenthal (1992); (3) artikel tersedia secara teks penuh (full text); serta (4) artikel berasal dari jurnal nasional maupun internasional yang terindeks atau memiliki identitas publikasi yang jelas.

Adapun kriteria eksklusi dalam penelitian ini meliputi artikel yang tidak memiliki keterkaitan langsung dengan variabel penelitian, publikasi nonilmiah seperti blog atau opini tanpa proses *peer review*, serta dokumen yang mengalami duplikasi atau tidak dapat diakses secara lengkap.

Tahapan penelitian dilakukan melalui empat tahap, yaitu identifikasi literatur, seleksi sumber berdasarkan kriteria, ekstraksi data, dan sintesis hasil penelitian. Dari proses penelusuran awal diperoleh sejumlah literatur yang kemudian disaring berdasarkan relevansi topik dan kualitas sumber hingga diperoleh sumber utama yang digunakan sebagai dasar analisis.

Teknik analisis data yang digunakan adalah content analysis (analisis isi) secara tematik. Analisis dilakukan dengan mengelompokkan temuan-temuan dari literatur ke dalam beberapa tema utama, yaitu: hubungan antara *well grooming* dan *first impression*, peran keluarga dalam

membentuk kebiasaan *well grooming*, serta aspek-aspek *well grooming* yang dapat diterapkan dalam lingkungan keluarga. Selanjutnya, hasil analisis diinterpretasikan secara deskriptif untuk menemukan pola hubungan antar konsep serta menghasilkan kesimpulan yang sesuai dengan tujuan penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Keterkaitan *Well Grooming* dengan *First Impression* Analisis literatur menunjukkan adanya hubungan yang saling mengikat antara *well grooming* dengan terciptanya *first impression*. Penampilan merupakan bentuk komunikasi nonverbal pertama yang menjembatani interaksi. Individu dengan standar *grooming* dan kebersihan yang baik terbukti memiliki kemudahan untuk dipercaya, dipandang profesional, dan diterima dengan respon yang lebih baik dalam lingkungan sosial (Setiawan et al., 2024; Kleinke, 1986). Hal ini erat kaitannya dengan teori *halo effect*, di mana kerapian memantik ilusi kompetensi yang meluas ke ranah kepribadian (Thorndike, 1920). Lebih lanjut, *well grooming* beroperasi melalui konsep *self-presentation*, yakni upaya sadar individu untuk mengelola perilaku dan penampilan sesuai dengan harapan sosial yang ada (Goffman, 1959). Keselarasan antara penampilan fisik seperti cara berpakaian dan ekspresi wajah menjadi sinyal kesadaran sosial (Hareli et al., 2025). Hal ini berarti penampilan yang bersih, rapi, dan adaptif tidak hanya berfungsi meningkatkan rasa percaya diri (*self-esteem*) individu secara internal (Diener et al., 1995), tetapi juga merekayasa citra positif secara eksternal yang menentukan keberhasilan interaksi tahap awal.

Peran Keluarga dalam Membentuk *Well Grooming* Pembentukan persepsi *first impression* yang positif berakar dari kebiasaan yang dibina di dalam keluarga. Sesuai dengan *social learning theory* dari Bandura (1977), anak belajar melalui proses observasi dan imitasi terhadap lingkungan terdekatnya. Orang tua yang secara konsisten menampilkan kebiasaan merawat kebersihan dan berpakaian rapi akan dijadikan standar normatif oleh anak. Selain keteladanan, penguatan (*reinforcement*) dari orang tua memegang peranan vital. Berdasarkan prinsip Skinner (1953), apresiasi maupun respons positif terhadap kerapian anak akan memotivasi mereka untuk mengulang dan menetapkan perilaku tersebut menjadi kebiasaan.

Pola asuh yang suportif terbukti memengaruhi tingkat kedisiplinan dan tanggung jawab anak dalam merawat dirinya (Hidayati & Nugroho, 2022). Keberhasilan pembentukan ini sangat bertumpu pada konsistensi. Kebiasaan yang dibina berulang kali sejak usia dini secara signifikan lebih menetap dan efektif dalam membentuk karakter anak dibandingkan intervensi yang terlambat di usia dewasa (Hurlock, 1999).

Aspek-aspek *Well Grooming* dalam Keluarga Konsep *well grooming* sering kali direduksi sebatas perawatan fisik, padahal esensinya meliputi keseimbangan antara fisik, etika, dan perilaku sosial (Mulyapradana et al., 2022). Terdapat beberapa pilar *well grooming* yang dapat diterapkan di keluarga:

1. Menjaga Kebersihan dan Pakaian: Rutinitas mendasar seperti mandi, mencuci tangan, merawat rambut, serta memilih pakaian yang rapi sesuai konteks aktivitas. Hal ini mendongkrak rasa nyaman dan pola hidup sehat (Prasetyo & Lestari, 2024).
2. Etika Makan (*Table Manner*): Membiasakan postur duduk yang benar, penggunaan alat makan yang tepat, serta kesopanan tidak berbicara saat mengunyah. Penguasaan *table manner* mencerminkan kepribadian dan rasa hormat yang mendongkrak citra profesional seseorang kelak (Nurjannah et al., 2024).
3. Etika Postur Berjalan, Duduk, dan Berdiri: Cara berjalan yang tenang, duduk santai namun rapat, dan berdiri tanpa bertolak pinggang menjadi wujud kepercayaan diri sekaligus etika menghargai privasi ruang orang lain. Pembentukan karakter gestur tubuh ini

optimal dilakukan melalui teknik *modeling* oleh orang tua (Fadilah et al., 2024; Kristiningrum et al., 2022; Suryani et al., 2024).

4. Etika Mengekspresikan Emosi: Ekspresi tertawa dan bersenang-senang yang terkontrol menunjukkan kematangan emosional dan pengelolaan *self-presentation* yang peka terhadap norma sosial sekitar (Amelia & Amin, 2022).
5. Etika Berbicara: Merupakan aspek paling sentral, mencakup pemilihan diksi, intonasi, hingga sikap menghargai lawan bicara. Komunikasi verbal yang santun menciptakan harmoni relasional, dan anak secara naluriah akan meniru pola empati komunikasi yang dibangun orang tuanya di rumah (Manurung, 2022; Nabillah & Riswanto, 2024).

Kelemahan dan tantangan utama yang sering dijumpai adalah kurangnya konsistensi, kesibukan orang tua, hingga destruksi dari lingkungan luar. Tanpa pengawasan berkelanjutan, anak mungkin mengetahui teorinya namun gagal menerapkannya sebagai gaya hidup.

## KESIMPULAN

Pembiasaan *well grooming* memiliki keterkaitan yang signifikan terhadap pembentukan *first impression* yang positif, dan pencapaian tersebut sangat bergantung pada intervensi sejak dini dari lingkungan keluarga. Sebagai agen sosialisasi utama, keluarga secara krusial membentuk rutinitas *well grooming* anak baik dari segi fisik (kebersihan tubuh dan pakaian) maupun nonfisik (etika makan, berjalan, hingga tata cara berbicara). Melalui implementasi keteladanan orang tua (*role model*), pembiasaan berkelanjutan, dan penguatan positif, anak mampu mengembangkan kompetensi adaptasi sosial, rasa percaya diri, serta *self-presentation* yang mumpuni untuk merekayasa *halo effect* dalam masyarakat. Kendati demikian, kelemahan kerap muncul dari inkonsistensi pengawasan akibat faktor kesibukan orang tua dan disrupsi pergaulan luar. Sebagai kemungkinan langkah selanjutnya, diperlukan komitmen mandiri dari anak/remaja untuk mempertahankan kebiasaan tersebut, dukungan praktis dari institusi pendidikan untuk memformulasikan aturan *grooming* yang terstruktur, serta kajian lanjutan di masa mendatang secara kuantitatif mengenai variabel lain yang memengaruhi impresi sosial.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak, yang sudah bekerja keras dalam proses penyusunan pembuatan artikel ilmiah ini. Kepada dosen pengampu mata kuliah juga, yang kebersamai dan membimbing kami.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ambady, N., & Rosenthal, R. (1992). Thin slices of expressive behavior as predictors of interpersonal consequences: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 111(2), 256–274. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.111.2.256>
- Amelia, L., & Amin, S. (2022). Analisis self-presenting dalam teori dramaturgi Erving Goffman pada tampilan Instagram mahasiswa. *Dinamika Sosial: Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial*, 1(2), 173–187. <http://urj.uin-malang.ac.id/index.php/dsjpips>
- Auliarrahma, N. I., Solihah, C., Yulianah, Y., & Mulyana, A. (2024). Orientasi pembentukan karakter individu yang beretika: Peran strategis keluarga. *Jurnal Parenting dan Anak*, 1(3), 1–14. <https://doi.org/10.47134/jpa.v1i3.335>
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice-Hall. <https://archive.org/details/sociallearningth00band>
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95. <https://doi.org/10.1177/02724316911111004>

- Diener, E., Wolsic, B., & Fujita, F. (1995). Physical attractiveness and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(1), 120–129. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.1.120>
- Egot, A. Y., Jehamat, L., & Ndandara, A. (2023). First impression (kesan pertama) masyarakat Desa Kakor terhadap gaya berpakaian mahasiswi yang fashionable (studi pada masyarakat Desa Kakor, Kecamatan Ruteng, Kabupaten Manggarai). *Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial (Pluralis)*, 1(1), 15–46. <https://ejurnal.undana.ac.id/index.php/JuP/article/view/14467>
- Fadilah, N., Asyaari, A., Rosita, E., & Lestari, D. A. (2024). Teknik modeling untuk membentuk perilaku menolong dan sopan santun siswa. *Al Tahdzib: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3(1), 35–46. <https://doi.org/10.54150/altahdzib.v3i1.305>
- Goffman, E. (1959). *The presentation of self in everyday life*. Doubleday. <https://archive.org/details/presentationofse00goff>
- Hareli, S., Hanoch, Y., Elkabetz, S., & Hess, U. (2025). Dressed emotions: How attire and emotion expressions influence first impressions. *Journal of Nonverbal Behavior*, 49, 249–269. <https://doi.org/10.1007/s10919-025-00479-y>
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga.
- Kristiningrum, W., Listiyaningsih, M. D., & Putri, R. A. (2022). Gambaran pengetahuan, sikap, dan perilaku sopan santun mahasiswa baru Prodi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo tahun 2022. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 5(2), 167–176. <https://doi.org/10.35473/ijm.v5i2.1954>
- Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1990). Impression management: A literature review and two-component model. *Psychological Bulletin*, 107(1), 34–47. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.107.1.34>
- Manurung, R. T. (2022). Kesantunan bahasa dalam komunikasi verbal wahana siniar. *AKSARA: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 8(3), 1937–1944. <http://dx.doi.org/10.37905/aksara.8.3.1937-1944.2022>
- Marsini, N., Kayla, S. A., Wediawati, T., & Hetami, A. A. (2024). Meningkatkan citra profesional melalui penampilan dan komunikasi di dunia kerja. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 5(2), 2902–2906. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v5i2.3396>
- Maula, I. I. (2024). Menjaga penampilan sebagai upaya memelihara kesehatan mental: Kajian psikologis terhadap hadis tentang grooming. *Jurnal Ruhul Islam*, 2(2), 86–110. <https://academicjournal.yarsi.ac.id/ojs3/index.php/rhi/article/view/209/145>
- Mulyapradana, A., Anjarini, A. D., Khamidah, L., & Elshifa, A. (2022). Implementasi manajemen penampilan diri melalui pelatihan beauty class bagi calon tenaga administrasi perkantoran. *PaKMas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 47–51. <https://doi.org/10.54259/pakmas.v2i1.805>
- Nabillah, A. H., & Riswanto, R. (2024). Strategi komunikasi orang tua dalam upaya meningkatkan etika komunikasi pada anak di Desa Padang Pelasan. *Jurnal Sarjana Ilmu Komunikasi (J-SIKOM)*, 5(2), 38–50. <https://doi.org/10.36085/jsikom.v5i2.7228>
- Nurjannah, N., Arman, A., Masri, F. A., Rahmawati, R., Nirmalasari, N., Martisa, E., Nuru, S., Saerudin, N. H., Hasan, H., & Saerudin, S. (2024). Pengenalan etika makan lintas budaya melalui pelatihan table manner pada mahasiswa di Universitas Halu Oleo. *Darma Diksani: Jurnal Pengabdian Ilmu Pendidikan, Sosial, dan Humaniora*, 4(1), 1–9. <https://doi.org/10.29303/darmadiksani.v4i1.4489>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press. <https://doi.org/10.1515/9781400876136>
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development* (13th ed.). McGraw-Hill.
- Setiawan, M. U. A., Tabrani, & Raharjo, T. B. (2024). Pengaruh kualitas pelayanan, kualitas produk, standar grooming dan kebersihan terhadap kepuasan pelanggan melalui citra merek.

- Permana: Jurnal Perpajakan, Manajemen, dan Akuntansi*, 16(2), 289–313. <https://doi.org/10.24905/permana.v16i2.435>
- Sitorus, M., Gayosa, L. A., Ilmia, R., & Matondang, S. (2024). Peran orang tua dalam mengajarkan kebersihan diri pada anak usia dini. *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 5(2), 490–495. <https://doi.org/10.46773/alathfal.v5i2.1494>
- Suryani, D. A., Rosadi, R., & Amelia, R. V. (2024). Penyuluhan fisioterapi komunitas terkait postur tubuh untuk meningkatkan pengetahuan siswi kelas 7 SMPS Al-Fattah Kabupaten Malang. *FUNDAMENTUM: Jurnal Pengabdian Multidisiplin*, 2(4), 38–46. <https://doi.org/10.62383/fundamentum.v2i4.423>
- Thorndike, E. L. (1920). A constant error in psychological ratings. *Journal of Applied Psychology*, 4(1), 25–29. <https://doi.org/10.1037/h0071663>
- Willis, J., & Todorov, A. (2006). First impressions: Making up your mind after a 100-ms exposure to a face. *Psychological Science*, 17(7), 592–598. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2006.01750.x>
- Zikriadi, Aisyah Arsyad, & Ghalib. (2023). Fithrah: Kajian personal grooming. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 1(1), 46–64. <https://doi.org/10.58540/isihumor.v1i1.153>