

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang Perguruan Tinggi. Pengertian mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah siswa yang belajar pada Perguruan Tinggi (Depdiknas, 2012). Sebagai seorang remaja, mahasiswa memiliki perhatian besar pada penampilan, salah satunya adalah bentuk tubuh. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Nugraha, dkk. (2018), bahwa perubahan fisik pada remaja merupakan permasalahan yang paling kelihatan menonjol dan merupakan salah satu sumber utama permasalahan remaja. Salah satu perubahan fisik seperti berat badan dan penampilan diri seperti citra tubuh atau *body image* merupakan masalah yang paling sering dibahas dalam remaja.

Body Image dapat diartikan sebagai bentuk pikiran, perasaan dan persepsi seseorang terhadap bentuk tubuhnya. Golongan ini dapat dikategorikan menjadi 2 bagian yaitu *body image* positif dan *body image* negatif. *Body Image* positif adalah pandangan positif seseorang terhadap tubuhnya dan menerima bentuk tubuh yang dimiliki. Sedangkan *body image* negatif yaitu pandangan negatif seseorang terhadap bentuk tubuhnya dan merasa tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki (Grogan, 2016). Perhatian terhadap citra tubuh atau *body image* seseorang sangat kuat terjadi pada remaja akhir yang berusia 18-21 tahun, baik remaja putri maupun remaja putra termasuk remaja yang berstatus sebagai mahasiswa. Mereka ingin memperbaiki penampilan yang dimiliki dengan berbagai cara untuk menyembunyikan perubahan-perubahan yang terjadi dalam

tubuhnya yang mereka tidak inginkan atau tidak disukai. Hal tersebut dapat menjamin kepuasan terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya (Nugraha, dkk 2018). Indikasi ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh cenderung banyak dialami oleh seseorang, akan tetapi seiring dengan perkembangan tingkat kedewasaan akan berubah. Dalam kaitan ini indikasi ketidakpuasan terhadap citra tubuh atau *body image* meningkat selama masa remaja dan kemudian kembali stabil pada masa dewasa (Dwinanda, 2016).

Mahasiswa mempunyai *body image* tersendiri yang sering dikaitkan dengan karakteristik fisik, termasuk didalamnya yaitu penampilan secara umum, ukuran tubuh dan berat tubuh, sosok tubuh dan bentuk tubuh begitu juga dengan detail-detail tubuh lainnya. Mereka bangga akan hal tersebut karena sudah menjadi kebiasaan atau budaya dikalangannya. *Body image* mahasiswa terbentuk melalui interaksi antar mahasiswa, mereka saling berkomunikasi dan saling memberikan masukan tentang penampilannya sehingga tercapai penampilan yang diharapkan oleh setiap mahasiswa (Sudarmawan, 2015).

Dari penelitian yang dilakukan oleh Wal (2011) dalam Safitri (2014), didapatkan data bahwa pola perilaku mengontrol berat badan yang tidak sehat yang banyak dilakukan adalah 46,6% remaja sengaja melewati makan (sarapan, makan siang, ataupun makan malam), 16% remaja berpuasa untuk menguruskan badan, 12,9% remaja membatasi atau menolak satu jenis makanan atau lebih untuk diet yang ketat, 8,9% remaja menggunakan pil-pil diet atau pil-pil pengurus badan, 6,6% remaja merokok untuk menurunkan berat badan, dan 6,6% remaja memuntahkan makanan dengan paksa. Sementara itu, Primarini (2019)

menyatakan bahwa untuk mencapai *body image* yang ideal, banyak orang melakukan diet ketat, berolahraga, menggunakan steroid, melakukan *body modification* seperti operasi plastik.

Kebiasaan diet pada mahasiswa dapat membatasi masukan nutrisi yang dibutuhkan untuk perkembangan tubuh. Diet yang dilakukan sering tidak sesuai dengan aturan kesehatan akan membawa masalah yang lebih serius hingga terjadi gangguan fisik dan gangguan pola makan (Safitri, 2014). Sementara itu, Adrian (2018) menjelaskan penggunaan steroid yang berlebihan dan dalam jangka panjang pada pria dapat menyebabkan kebotakan, penyusutan ukuran testis, penurunan jumlah sperma, beresiko mengalami kemandulan, gangguan prostat dan nyeri otot serta tulang. Sedangkan pada wanita dapat mengakibatkan terjadinya pembesaran klitoris, menstruasi tidak teratur, penyusutan ukuran payudara dan tumbuhnya bulu berlebihan pada tubuh dan wajah.

Tindakan operasi plastik yang sering dilakukan untuk membentuk *body image* tidak lepas dari dampak negatif bagi kesehatan, sebagaimana yang dikemukakan oleh Gunardi (2018) bahwa komplikasi dapat terjadi sebagai akibat operasi plastik, diantaranya infeksi pada tempat operasi, terakumulasinya cairan di bawah kulit, perdarahan, kerusakan kulit, kerusakan saraf secara permanen serta kematian jaringan (nekrosis).

Memperhatikan fenomena tersebut, bahwa upaya membentuk *body image* seringkali dilakukan dengan cara yang salah sehingga berakibat buruk bagi kesehatan. Mahasiswa atau mahasiswi tentu dikenal sebagai kalangan terpelajar yang tentunya memiliki pola pikir dan perilaku yang berbeda dengan orang-orang

pada umumnya yang tidak terpelajar. Intinya, sebagai orang yang lebih terpelajar semestinya mahasiswa mempunyai pola pikir yang normal dalam memandang fenomena *body image* terlebih dalam hal tindakan atau eksekusinya. Sesuai dengan anggapan tentang pola pikir yang semestinya, maka mahasiswa semestinya juga akan bertindak secara lebih rasional sehingga tidak melakukan hal yang salah dalam membentuk *body image* (Andayani, 2012).

Penelitian Nurulistyawan dkk (2018), yang melakukan penelitian pada siswa di SMA 1 Grobogan, ditemukan bahwa remaja dengan *body image* positif sebanyak 62 (68.1%) responden dan *body image* negatif sebanyak 29 (31.9%) responden. Penelitian Andayani (2020) mendapatkan hasil bahwa gambaran *body image* mahasiswa jurusan Bimbingan Konseling Islam Institut Agama Islam Negeri Tulungagung terhadap *body image*, terbuka untuk menerima dan merespon secara positif adaptasi dengan fenomena *body image* melalui tindakan yang positif. Tanggapan positif ini diwujudkan dalam reaksi yang realistis melalui kegiatan olah raga, diet sehat didukung oleh penggunaan suplemen makanan yang menyehatkan. Lebih dari itu pandangan positif dari *body image* adalah suatu kesadaran bahwa cantik (tampan) itu bersumber pada kepribadian, tidak hanya bersifat fisik semata.

Berdasarkan hasil wawancara awal yang peneliti lakukan kepada 10 orang mahasiswa keperawatan di Universitas Negeri Gorontalo mengenai *body imagenya*, didapatkan 4 orang merasa puas terhadap bentuk tubuh mereka yang sekarang serta percaya diri terhadap penampilan. 2 orang lainnya belum merasa puas dengan bentuk tubuh mereka yang sekarang, karena dengan ukuran tubuh

yang kecil membuat mereka tidak percaya diri sehingga mereka mempunyai keinginan untuk menaikkan berat badan. 3 orang mahasiswa lainnya tidak memperdulikan bentuk dan ukuran tubuh mereka walaupun mereka memiliki ukuran tubuh yang besar. Sedangkan 1 orang lainnya mengatakan awalnya ia tidak menyukai bentuk tubuhnya yang gemuk, dan sempat ada keinginan untuk menurunkan berat badan dengan cara diet.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “*Gambaran Body Image pada Mahasiswa Keperawatan Di Universitas Negeri Gorontalo*”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka idenfikasi masalah pada penelitian ini adalah:

1. Pada masa remaja merupakan masa perubahan fisik yang sangat unik dan berkelanjutan sehingga perubahan bentuk tubuh dapat mempengaruhi persepsi remaja mengenai *body image*
2. Indikasi ketidakpuasan terhadap citra tubuh atau *body image* meningkat selama masa remaja
3. Survey awal peneliti terhadap 10 orang mahasiswa keperawatan di Universitas Negeri Gorontalo, didapatkan 4 orang merasa puas terhadap bentuk tubuh mereka yang sekarang serta percaya diri terhadap penampilan. 2 orang lainnya belum merasa puas dengan bentuk tubuh mereka yang sekarang, karena dengan ukuran tubuh yang kecil membuat mereka tidak percaya diri. 3 orang mahasiswa lainnya tidak memperdulikan bentuk dan

ukuran tubuh mereka walaupun mereka memiliki ukuran tubuh yang besar. Sedangkan 1 orang lainnya mengatakan awalnya ia tidak menyukai bentuk tubuhnya yang gemuk, dan sempat ada keinginan untuk menurunkan berat badan dengan cara diet, namun sekarang menerima bentuk tubuhnya yang sekarang.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut, dapat dirumuskan permasalahan “bagaimanakah gambaran *body image* pada mahasiswa keperawatan di Universitas Negeri Gorontalo”.

1.4 Tujuan Penelitian

Mengetahui gambaran *body image* pada mahasiswa keperawatan tingkat 1 angkatan 2019 di Universitas Negeri Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah mengenai permasalahan *body image* terutama di kalangan mahasiswa, sebagai bahan kajian dalam rangka pengembangan dan pembinaan terhadap remaja dan mahasiswa sebagai upaya menanggapi fenomena *body image* yang muncul secara positif.

1.5.2 Manfaat praktis

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan dokumentasi bagi mahasiswa dan akademik Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Olahraga dan Kesehatan

2. Bagi Responden/Mahasiswa

Sebagai informasi untuk mahasiswa tentang *body image* sehingga mendapatkan informasi yang benar dan mengubah persepsi negatif dari mahasiswa.