

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Mahasiswa diartikan sebagai seseorang yang sedang menimba ilmu di perguruan tinggi serta memiliki karakter yang berubah dari masa remaja menjadi dewasa. Mahasiswa termasuk pada fase perkembangan berusia 18 – 25 tahun, fase ini dapat dikaitkan dengan masa dewasa awal atau masa transisi. Pendapat Hurlock (2013) masa dewasa awal adalah masa penyesuaian terhadap hubungan sosial yang baru, pada saat seseorang sudah menyelesaikan pertumbuhannya dan mampu menerima kedudukan dalam bermasyarakat. Perubahan fisik maupun psikis ini menimbulkan respon tersendiri bagi mahasiswa, seperti sikap yang sangat peduli pada perubahan bentuk tubuh serta pembentukan citra tubuh. (Irawan & Safitri, 2014).

Faktanya pada kehidupan sosialisasi di masyarakat, penampilan fisik atau bentuk tubuh menjadi gambaran diri yang pertama kali dilihat, sehingga membuat individu menginginkan tubuh yang ideal (Kristanti & Savira, 2021). Hurlock (2013) menerangkan bahwa seseorang dengan penampilan fisik yang menarik dapat memiliki kelebihan dalam mendapatkan sesuatu yang menyenangkan seperti diterima di lingkungannya, disukai banyak orang, bersikap lebih positif dan lebih mudah beradaptasi. Jadi ketika seseorang menyadari kekurangannya, mereka mencoba memperbaikinya melalui diet, perawatan dan olahraga. Citra tubuh adalah persepsi subyektif dari tubuh

seseorang terutama yang sangat penting dengan evaluasi sekelilingnya, baik tubuh seseorang disamakan dengan tanggapan tersebut (Arthur & Emily, 2010).

Menurut Cash (2012) citra tubuh menghasilkan 2 persepsi penting yaitu persepsi positif dan negatif. Persepsi positif artinya seseorang akan memiliki penilaian atau pandangan yang baik terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya, serta merasa nyaman dengan kondisi tubuhnya untuk mewujudkan dalam sikap percaya diri dan konsep diri yang sehat. Sedangkan persepsi negatif artinya seseorang memiliki pandangan yang buruk pada bentuk dan ukuran tubuhnya sendiri atau orang – orang di sekitar yang sebaya dengannya, merasa minder dan khawatir terhadap tubuhnya, sehingga individu menjadi seseorang yang tidak puas terhadap dirinya. Solomon (2018) menyatakan citra tubuh dapat dipengaruhi karena perkembangan fisik dan pertumbuhan kognitif oleh sudut pandang orang lain. Persepsi seseorang terhadap citranya sendiri berbeda – beda dengan tanggapan orang lain saat mempersepsikan penampilan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Hastuti (2017) terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan depresi, yaitu responden yang mengalami citra tubuh negatif maka proporsi depresi dalam kategori berat sebesar 60%. Purbaningsih (2019) menjelaskan dalam sebuah penelitiannya bahwa depresi juga dapat berakibat terganggunya gangguan dalam pekerjaan dan fungsi sosial, penurunan konsentrasi, ketidakberdayaan terhadap suatu hal yang dipelajari, dan bahkan tindakan bunuh diri. Dampak

citra tubuh negatif tidak hanya secara psikologis, tetapi juga secara fisik. Maryusman (2020) menerangkan orang yang terobsesi dengan kesempurnaan bentuk tubuh dapat mengalami masalah gizi karena menjaga pola makan agar dapat memiliki bentuk tubuh yang diharapkan.

Stock (2014) berdasarkan hasil penelitian bahwa terdapat 40% perempuan yang memperhatikan citra tubuh dibandingkan laki – laki yang hanya 25,6%. Perempuan khawatir dengan bentuk tubuh yang terlalu gemuk dan memiliki beberapa pandangan citra tubuh ideal yang lebih sempit seperti kurus atau langsing sehingga perempuan memiliki sikap negatif terhadap tubuhnya. Sedangkan laki – laki kurang terpengaruh bentuk tubuh mereka dan lebih menerima terhadap bentuk tubuhnya. Penelitian Alidia (2018) juga menyatakan ada perbedaan pandangan citra tubuh pada remaja ditinjau dari jenis kelamin. Remaja perempuan cenderung lebih tidak puas dibandingkan remaja laki-laki. Biasanya remaja perempuan merasa tidak puas karena ketidaknyamanan akan bentuk tubuhnya dan ingin menurunkan berat badannya, jika remaja laki – laki merasa puas karena melihat tubuhnya sesuai dengan kondisi sebenarnya dan merasa nyaman.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan 3 mahasiswa psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang berjenis kelamin laki – laki. Pada responden A mengatakan kurang puas pada bagian wajah, leher dan tubuh yang kurus serta menganggap tubuh yang dimiliki tidak sehat dan lemah karena tidak mampu melakukan kegiatan hobi yang ia gemari. Responden B menyatakan bahwa tubuh yang dimiliki gemuk

dan terlalu besar sehingga menanggapi tubuhnya kurang ideal. Responden C merasa tubuh yang dimiliki kurang tinggi dan malu jika bersanding dengan teman yang tinggi dari dirinya.

Selain itu, peneliti melakukan wawancara dilakukan dengan 3 mahasiswa psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang berjenis kelamin perempuan pada 21 Desember 2022, ketiganya mengatakan bentuk tubuh sekarang kurang ideal dibandingkan teman – temannya. Responden A merasa bahwa berat badan 44 kg tidak sesuai dengan tinggi badannya 148 cm, subjek tidak puas dan merasa iri dengan teman sebayanya yang memiliki tinggi lebih dari dirinya. Responden B memiliki tinggi 151 cm dengan berat badan 60, subjek tidak percaya diri pada tubuh bagian lengan, perut dan paha karena mengalami kenaikan berat badan. Responden C memiliki tinggi mencapai 154 cm dan berat badan sebesar 41 kg, subjek merasa tubuhnya cenderung kurus serta kurang percaya diri karena kondisi wajah yang kusam.

Berdasarkan teori atau penelitian sebelumnya perempuan cenderung mempunyai citra tubuh yang rendah dari pada laki – laki karena cenderung mengutamakan tentang aspek dari fisik, penampilan, dan keadaan menarik. Citra tubuh yang rendah akan mempengaruhi bagaimana seseorang berpikir dan merasakan tentang dirinya. Oleh sebab itu, peneliti berminat mengadakan sebuah penelitian untuk mengkaji perbedaan citra tubuh ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

**B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang diajukan pada penelitian ini ialah “apakah terdapat perbedaan citra tubuh ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur”.

**C. Tujuan Penelitian**

Secara umum, penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui apakah ada perbedaan citra tubuh ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa Psikologi Universitas di Muhammadiyah Kalimantan Timur.

**D. Manfaat Penelitian**

## 1. Manfaat Teoritis

Temuan yang nanti diperoleh bisa menjadi keterbaharuan terhadap pengembangan ilmu psikologi secara umum dan khusus terkait dengan yang berkeinginan membuat penelitian tema yang serupa.

## 2. Manfaat Praktis

Hasil Penelitian ini diinginkan bisa digunakan sebagai informasi atau wawasan untuk mahasiswa dalam memahami terkait citra tubuh pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.