

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Citra Tubuh

1. Definisi Citra Tubuh

Cash & Pruzinsky (2002) mendefinisikan citra tubuh sebagai representasi mental dari tubuh termasuk persepsi tentang penampilan, bagaimana rasa dan pikiran tentang tubuh, dan bagaimana fungsi tubuh bekerja. Setiap individu memiliki citra tubuh yang berbeda – beda, ada yang positif maupun negatif tergantung ketika mempersepsikan terhadap tubuhnya. Menurut Denich & Ifdil (2015) citra tubuh didefinisikan sebagai evaluasi individu tentang bentuk tubuhnya yang sesuai dengan persepsi orang lain, sehingga individu akan berusaha merubah semua penampilan fisiknya, kemudian untuk menjadi individu lain yang dijadikan capaian tubuh yang perlu di miliki.

Citra tubuh yaitu persepsi mental seseorang terhadap bentuk tubuh dan ukuran tubuh, bagaimana seseorang melihat dan mengevaluasi apa yang dipikirkan dan dialami tentang ukuran dan bentuk tubuhnya dan atas penilaian orang lain tentang dirinya (Bestiana, 2012). Cash & Smolok, (2011) menambahkan citra tubuh merupakan hasil dari pengalaman psikologis seseorang, sehingga berpengaruh dengan persepsi, pemikiran, perasaan tentang penampilan fisik.

Berdasarkan teori – teori di atas peneliti menyimpulkan citra tubuh

didefinisikan pikiran, tanggapan, serta evaluasi orang yang mengacu pada penampilan fisik dengan keyakinan dan penilaian positif dan negatif terhadap orang tersebut.

2. Faktor yang mempengaruhi Citra Tubuh (*Body Image*)

Pendapat Cash & Pruzinsky (2002) mengemukakan faktor yang berpengaruh pada citra tubuh, sebagai berikut :

a. Jenis Kelamin

Kebanyakan perempuan mempunyai sikap lebih negatif karena sering melihat penampilannya secara keseluruhan dan bagian – bagian tertentu dibandingkan seorang laki – laki.

b. Media Massa

Media massa kini sebagai *feature* dengan menyajikan bagaimana standar memiliki tubuh yang sempurna bagi laki – laki dan perempuan.

c. Keluarga

Orang tua sebagai contoh bagi anak terkait citra tubuhnya dalam melakukan hubungan antar manusia atau bagaimana berinteraksi dengan masyarakat di sekitarnya.

d. Hubungan Interpersonal

Perasaan terhadap keadaan penampilan seseorang yang menimbulkan kepuasan maupun ketidakpuasan pada penampilan diri sendiri.

3. Aspek – aspek Citra Tubuh

Cash & Pruzinsky (2002) menyatakan aspek citra tubuh, adalah :

- a. *Appearance Evaluation* (evaluasi penampilan), yaitu individu yang menilai perasaan secara keseluruhan terhadap penampilannya.
- b. *Appearance Orientation* (orientasi penampilan), yaitu seseorang yang berusaha membuat penampilannya menarik bagi orang lain karena menyesali pada penampilannya.
- c. *Body Area Satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), yaitu mengukur ketidakpuasan atau kepuasan individu pada bagian tubuhnya contohnya wajah, rambut, lengan, paha, pantat, pinggul, pinggang, perut, dada dan lain – lain.
- d. *Overweight Preoccupation* (kecemasan akan kegemukan), adalah seseorang yang merasa cemas ketika tubuhnya berubah.
- e. *Self Classified Weight* (klasifikasi ukuran tubuh), adalah cara seseorang mengevaluasi pada ukuran badannya.

B. Mahasiswa

1. Definisi Mahasiswa

Menurut Harjati (2012) mahasiswa didefinisikan seseorang sedang memperoleh ilmu atau studi dan masih mengikuti pembelajaran di perguruan tinggi yaitu akademisi dan institute. Pada umumnya mahasiswa dianggap memiliki kecerdasan yang tinggi, pemikiran yang cerdas, serta perencanaannya dalam berperilaku. Oleh karena itu, dalam pengambilan keputusan berperan secara cepat dan cermat menjadi karakteristik biasanya

dimiliki setiap mahasiswa. Mahasiswa disebut juga makhluk sosial akibatnya selalu butuh dukungan orang di sekitarnya.

Pendapat Hulukati & Djibran (2018) Mahasiswa adalah masa transisi memasuki masa dewasa biasanya antara usia 18-25 tahun, pada masa tersebut mahasiswa mempunyai tanggung jawab atas perkembangan dirinya, termasuk tanggung jawab atas kehidupannya menuju masa dewasa. Dalam perkembangannya mahasiswa mengalami fase – fase tertentu yang disebut fase perkembangan dan pada fase ini memiliki tugas yang harus dipenuhi oleh seorang mahasiswa. Tuntutan atau tugas perkembangan seorang mahasiswa terlihat karena perubahan yang terjadi beberapa bagian fungsional.

2. Peranan dan Fungsi Mahasiswa

Siallagan (2011) terdapat tiga peran penting mahasiswa yaitu :

a. Peran intelektual

Insan yang cerdas, teliti niscaya mampu menjalani status dan fungsi di kehidupannya

b. Peran Moral

Seorang individu yang mempunyai ilmu yang bertindak dan berbicara dengan bebas di kampus harus bertanggung jawab terhadap perilakunya.

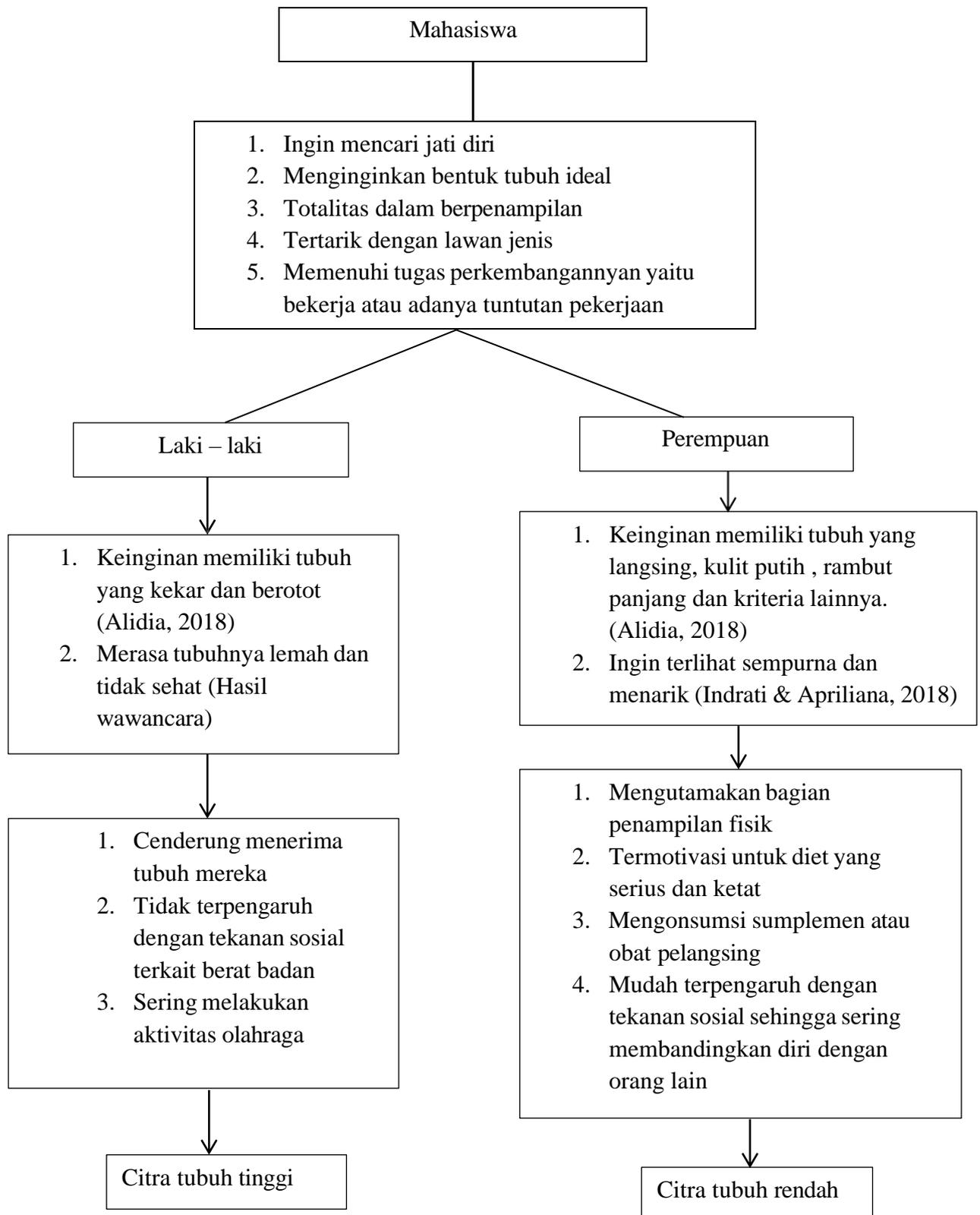
c. Peran sosial

Individu yang menjaga dan menjunjung nilai kepribadian, kebangsaan dan bermasyarakat yang tinggi.

C. Kerangka Berpikir

Mahasiswa merupakan orang yang sedang memperoleh ilmu di institute 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. Seseorang yang memasuki masa dewasa awal ini masa terjadinya perubahan ketertarikan pribadi yang berkaitan dengan penampilan, karena penampilan menjadi penting dalam pekerjaan, karir, sosial dan keluarga. Representasi yang dilihat pertama kali di dalam diri seseorang yaitu bentuk tubuh seperti halnya seorang mahasiswa yang sangat memperhatikan bentuk tubuh dan penampilannya karena ingin tampil menarik didepan orang lain.

Mahasiswa laki – laki yang mempersepsikan citra tubuhnya dengan berkeinginan untuk memiliki tubuh yang ideal seperti berotot dan kekar, merasa tubuh yang dimiliki lemah dan tidak sehat. Laki – laki cenderung menerima akan bentuk tubuhnya, tidak terpengaruh dengan tekanan sosial terkait berat badannya, dan berusaha dalam membetuk tubuh sesuai dengan yang diinginkan seperti berolahraga sehingga menunjukkan citra tubuh yang dimiliki tinggi. Sedangkan mahasiswa perempuan yang keinginan memiliki tubuh yang langsing, kulit putih, rambut panjang dan kriteria lainnya yang berlaku pada masyarakat. Mahasiswa perempuan yang lebih mengutamakan bagian fisik dengan melakukan berbagai cara untuk menutupi kekurangannya seperti diet ketat, mengonsumsi suplemen yang menunjukkan cenderung citra tubuh yang rendah.



Gambar 1. Kerangka Berpikir

D. Hipotesis

H0 : Tidak adanya perbedaan citra tubuh dari jenis kelamin pada Mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

H1 : Adanya perbedaan citra tubuh dari jenis kelamin pada Mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.