

BAB I Pendahuluan

Latar Belakang

Penampilan fisik adalah hal yang pertama kali dilihat saat seseorang berinteraksi dengan orang lain, oleh karena itu tidak heran jika setiap individu sangat memperhatikan penampilan fisiknya. Emslie (dkk, dalam Larsen, dkk, 2009) menyebutkan walaupun antara laki-laki dan perempuan sejatinya sama-sama memperhatikan norma keindahan, wanita dilaporkan lebih memperhatikan hal-hal yang berkaitan dengan keindahan fisiknya dari pada pria.

Perhatian terhadap penampilan fisik, biasanya dominan dilakukan oleh wanita dalam rentang usia dewasa awal karena tuntutan tugas masa perkembangannya. Hurlock (1999) menyebutkan dewasa awal adalah masa transisi dari masa remaja menuju dewasa yang dimulai pada usia 18 tahun dan berakhir kira-kira usia 40 tahun, dengan tugas perkembangan mendapatkan suatu pekerjaan, mengelola rumah tangga, menjadi warga negara yang baik, mengasuh anak, mencari teman hidup atau pasangan dan menikah. Senada dengan hal tersebut, menurut teori psikososial Erikson juga menyebutkan, individu usia dewasa awal mulai memasuki level keenam dari perkembangan psikososial (Papalia, 2007). Level keenam dari perkembangan psikososial tersebut adalah level *intimacy versus isolation* dimana tugas perkembangannya adalah untuk membentuk *interpersonal relationship* yang mendalam dengan lawan jenis atau biasa disebut dengan *intimate relationship*.

Menjalin *intimate relationship* dan mencari teman hidup atau pasangan tentunya menyebabkan munculnya keinginan dari individu untuk terlihat menarik dihadapan lawan jenis. Dalam rangka menarik perhatian dari lawan jenis, wanita biasanya akan lebih dominan memperhatikan hal-hal yang berhubungan dengan penampilan fisik seperti, *make up*, kecantikan wajah, gaya berbusana dan bentuk tubuh. Cash (2008) menyebutkan

persepsi, keyakinan, pikiran, perasaan dan tindakan seseorang tentang penampilan misalnya ukuran dan bentuk tubuhnya, serta sikap yang dibentuk seseorang terhadap karakteristik-karakteristik dari anggota tubuhnya dikenal dengan istilah *body image*.

Body Image memiliki dua konsep pandangan yang berlawanan yaitu *positive* dan *negative*. Belgrave (2009) menyebutkan *body image positive* dimiliki oleh individu yang merasa puas pada penampilan fisiknya (*body satisfaction*), sedangkan *body image negative* dimiliki oleh individu yang merasa tidak puas pada penampilan fisiknya (*body dissatisfaction*).

Kepuasan atau ketidakpuasan terhadap tubuh dan bagian-bagian tubuh merupakan bagian dari cara seseorang memaknai anggota tubuhnya sebagai fungsi atau sebagai objek keindahan. Kenyataannya dewasa ini keindahan penampilan fisik adalah sesuatu yang sangat didambakan terutama oleh wanita dewasa, sehingga tubuh selalu dilihat dari sudut pandang tampilan luar saja dan melupakan fokus utamanya yaitu sebagai fungsi. Seorang wanita dewasa, biasanya berpikir bahwa penampilan fisik yang menarik adalah dengan memiliki wajah yang cantik, serta berat badan dan bentuk tubuh yang ideal.

Sistem digital pada zaman sekarang bahkan telah membuat aplikasi-aplikasi edit foto yang memungkinkan penggunaannya untuk membuat tampilan gambar secantik mungkin sesuai dengan harapan si pengguna, misalnya untuk menghapus tahi lalat dan jerawat, menambahkan *make up*, membuat tirus pipi dan memancungkan hidung. Saat peneliti melakukan observasi mengenai data unduhan aplikasi foto editor pada *handphone* di media *playstore*, kebanyakan aplikasi tersebut telah di *download* ribuan bahkan jutaan kali. Dewasa ini foto-foto yang telah di edit biasanya akan di upload ke media sosial seperti *instagram*, *facebook* dan lain-lain. Hal tersebut membuktikan betapa setiap orang menginginkan tampilan yang sesempurna dan seideal mungkin dari fisiknya agar terlihat menarik dimata orang lain.

Gambaran keidealan tubuh perempuan umumnya didominasi penyebarannya melalui media massa, wanita ideal digambarkan dengan perawakan kaki panjang, pinggul besar, bermata besar, berpayudara besar, berpinggang kecil, bibir penuh dan kebanyakan berbulu mata panjang (Cash dan Linda, 2011). Media masa sangat berperan pada pembentukan *body image* karena pada zaman sekarang televisi dan internet adalah konsumsi sehari-hari yang tidak terlewatkan terutama oleh kalangan remaja dan dewasa. Media menampilkan selebritis dengan berbagai kriteria kecantikan tertentu sehingga kebanyakan wanita secara tidak langsung melakukan perbandingan sosial antara bentuk tubuh yang dimilikinya dengan bentuk tubuh yang dianggap ideal menurut mereka atau bahkan menganggap bentuk tubuh ideal adalah bentuk tubuh yang sama persis seperti idolanya.

Saat seseorang memiliki kriteria tubuh ideal dalam pikirannya namun dia menganggap atau merasa bahwa tubuh, serta bagian-bagian tubuhnya belum memenuhi kriteria ideal tersebut disitulah muncul suatu ketidakpuasan tubuh yang dikenal dengan istilah *body image dissatisfaction* (Grogan, 2008). Orang yang memiliki kecenderungan *body image dissatisfaction* biasanya akan sibuk membesar-besarkan kekurangan fisiknya yang sebenarnya tidak nyata, atau mungkin ada namun hanya merupakan masalah kecil.

Ward (2011) menyebutkan tidak ada yang akan merasa seratus persen mengagumkan dan puas dengan keadaan tubuh yang dimiliki. Namun, memiliki citra tubuh yang positif berarti bahwa seseorang memiliki persepsi realistis, dan merasa nyaman dengan keadaan tubuhnya. Memiliki citra tubuh yang positif berarti menerima dan menghargai bentuk tubuh alami yang dimiliki, merasa nyaman dan percaya diri dengan bentuk tubuh, tidak menghabiskan banyak waktu untuk mengkhawatirkan tentang berat badan atau bentuk tubuh, menerima dan menghargai perbedaan tubuh.

Sementara memiliki citra tubuh negatif berarti memiliki perasaan, dan penilaian negatif secara subyektif terhadap bentuk tubuh yang dimiliki. *Body dissatisfaction* atau *negative body image* merupakan persepsi yang salah terhadap bentuk tubuh sendiri, dimana orang akan meyakini bahwa orang lain lebih menarik, merasa ukuran atau bentuk tubuh adalah suatu kegagalan pribadi, merasa malu, tidak percaya diri, cemas terhadap tubuh, serta merasa tidak nyaman atau aneh dengan tubuh yang dimiliki (*National Eating Disorders Association* 2003, dalam Sunartio, 2012).

Individu dengan *body image negative* cenderung tidak dapat menjalankan kehidupan dengan baik di bandingkan individu yang memiliki *body image positive*. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil penelitian-penelitian sebelumnya. Salah satunya yaitu penelitian Nurvita & Handayani (2015) yang berjudul “*Hubungan Antara Self esteem dengan Body Image pada Remaja Awal yang Mengalami Obesitas*” penelitian tersebut mengemukakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *self esteem* (harga diri) dengan *body image*. Semakin negatif *body image* yang dimiliki seseorang, maka semakin rendah *self esteem* individu tersebut, begitu juga sebaliknya semakin *positive body image* yang dimiliki seseorang maka semakin tinggi *self esteem* individu tersebut. Dari penelitian Nurvita (2015) dapat diasumsikan bahwa pandangan *positive* terhadap *body image* menjadi salah satu faktor penting untuk membangun *self esteem* seseorang.

Penelitian lainnya oleh Lutfiwati (2012) dengan judul “*Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kecemasan Pada Wanita Yang Menghadapi Menopause*”. Hasil penelitiannya menunjukkan korelasi *negative* yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi citra tubuh maka semakin rendah kecemasan pada wanita yang menghadapi menopause. Sebaliknya semakin rendah citra tubuh maka semakin tinggi kecemasan pada wanita yang menghadapi menopause tersebut. Dari penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa keindahan tubuh adalah hal yang sangat diperhatikan oleh setiap orang termasuk wanita dewasa madya

sekalipun, bentuk tubuh dan perubahan yang tidak diharapkan bahkan bisa memicu kecemasan pada seseorang yang mengalaminya.

Penelitian-penelitian diatas senada dengan ungkapan Cash & Grant (dalam Thompson, 2001) yang menyebutkan bahwa individu yang memiliki *body image negative* cenderung akan memiliki harga diri yang rendah, kecemasan dan menarik diri dari lingkungan sosial, dapat menyebabkan depresi bahkan mengalami disfungsi seksual.

Meninjau dampak dari seseorang yang memiliki *body image negative* maka diharapkan individu terutama wanita dewasa awal yang sedang dalam tugas perkembangan menjalin *intimate relationship* dengan lawan jenis seharusnya memiliki pandangan dan penerimaan yang *positive* terhadap tubuh dan bagian-bagian tubuhnya.

Citra tubuh yang dijadikan standar nilai ideal kecantikan dari media massa bersifat subyektif dan berubah-ubah seiring berjalannya waktu sesuai dengan *trend* dan budaya sehingga dikhawatirkan *body dissatisfaction* akan terus meningkat karena seseorang tidak akan pernah puas dan akan terus mengejar standar nilai ideal tersebut. Padahal Standar nilai yang tidak akan pernah berubah adalah standar nilai agama. Didalam hukum islam terkandung nilai-nilai fitriyah yang abadi dan bertumpu pada nilai-nilai yang solid tidak akan berubah dan tidak akan di ubah yaitu meliputi Alquran dan Assunnah (Ahmad dkk, 2006. h.54).

Tidak ada yang mampu menyangkal penciptaan Allah swt, mulai dari penciptaan bumi beserta isinya sampai pada penciptaan manusia sebagai makhluk yang paling sempurna diantara makhluk lainnya. Allah berfirman dalam Qs. Attin, (95) : 4 yang artinya “Sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.” Oleh sebab itu sudah selayaknya manusia bersyukur atas apa yang telah diberikan oleh Allah termasuk terhadap tubuh dan bagian-bagiannya, bukan sebaliknya mengeluh dan merasa tidak puas atas apa yang Allah berikan karena sebenarnya yang penting dari tubuh adalah

fungsinya, bukan bentuknya. Namun pada kenyataannya orang-orang banyak yang mengeluhkan penampilannya dan menganggap bentuk tubuhnya tidak sesuai dengan yang mereka anggap baik. Alghazali (2016) dalam bukunya menyebutkan “seandainya ilmu seluruh manusia berkumpul pada seseorang, lalu dia berkeluh kesah atas musibah yang menimpanya, maka ilmu dan amalnya tidak bermanfaat baginya” (h.25)

Mengeluh terhadap ketentuan Allah adalah perilaku yang tidak pantas dilakukan orang beriman. Itu pertanda bahwa kita tidak rela atas pembagian dan pemberian segala karunia dan nikmat Allah ‘Azza wa Jalla.

Allah berfirman dalam Qs An-nahl, 16 ayat 18 yang artinya “Dan jika kamu menghitung nikmat-nikmat Allah, niscaya kamu tidak akan sanggup menghitungnya. Sesungguhnya Allah benar-benar Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.”

Manusia seharusnya senantiasa bersyukur atas apa yang telah Allah berikan baik itu terhadap rezeki, takdir, dan termasuk keadaan fisik.

Bakar (2006) menyebutkan “Bukhari dan muslim melaporkan, dari Abu Hurairah, Nabi Muhammad berkata apabila seseorang diantara kalian melihat orang lain memiliki keutamaan dalam hal harta benda dan rupa lebih daripadanya, maka lihatlah orang yang lebih rendah daripadanya” (h.197)

Sesungguhnya kecantikan fisik bukanlah hal utama yang harus selalu dikejar karena Allah tidak memandang rupa. Husna (2006) menyebutkan “diriwayatkan dari Amar an-Naqid, dari Katsir Ibnu Hisyam, Ja’far Ibnu Burqan, dari Yazid Ibnu Al-Asham, dari Abu Hurairah, Rasulullah bersabda Allah tidak melihat tubuh dan bentuk rupa kalian; Dia hanya melihat hati dan amal kalian (HR. Muslim)” (h. 94). Syafi’ie (2005) mengatakan Rasulullah bersabda “Dunia adalah perhiasan dan sebaik-baik perhiasannya adalah wanita shalehah” (HR. Muslim dan Annasai). (h.3). Jadi kecantikan dalam Al Qur’an dan Islam tidak mengutamakan kecantikan

fisik semata, namun yang paling penting adalah kecantikan dari dalam hati dan akhlak yang baik.

Agama islam adalah agama yang paling sempurna. Segala hal telah diatur sedemikian rupa dengan jelas ketentuan dan hukumnya secara mutlak. Glock & Strak (dalam Ancok & Suroso, 2005) menyebutkan bahwa agama merupakan sistem simbol, sistem keyakinan, sistem nilai, dan sistem yang mengarahkan perilaku sesuai ajaran agama, yang dihayati dalam rangka beribadah kepada Allah (*ultimate meaning*).

Ancok & Suroso (2005) menyebutkan religiusitas atau keberagamaan tidak hanya diwujudkan saat individu melakukan ritual peribatan saja, tapi juga saat individu melakukan kegiatan sehari-hari yang didorong oleh kekuatan supranatural, baik kegiatan yang tampak atau dapat dilihat maupun kegiatan yang tidak tampak atau terjadi didalam hati. Berdasarkan teori tersebut seharusnya agama (*religion*) sebagai sistem nilai dapat menjadi pertahanan yang mampu membatasi diri dari pengaruh *negative* standar kecantikan. Apabila seseorang telah menjadikan agama sebagai suatu keyakinan yang benar-benar dimaknai dan dilaksanakan setiap ajarannya, maka keyakinan tersebutlah yang akan menjadi pembatas dan pengawas dari segala tindakan atau sikap, dan perasaan yang salah, terhadap tubuhnya.

Di Indonesia fenomena ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dapat dilihat dari maraknya perempuan yang melakukan operasi plastik dan suntik putih. Dilansir dari tabloid Nova (2015) Miryani seorang terapis kecantikan mengatakan bahwa sepuluh tahun belakangan, injeksi kecantikan untuk mendapatkan kulit sesuai idaman ramai dipilih oleh sebagian perempuan terutama artis dan sosialita. Walaupun dikalangan masyarakat awam keamanan dan kualitas suntik putih masih diragukan namun peminatnya dari tahun-ketahun semakin meningkat.

Temuan kasus mengenai *body image dissatisfaction* diungkapkan Bohne (2002, dalam Bennet, 2011) yang menyebutkan bahwa kebanyakan mahasiswi di Amerika mengalami

gangguan *body image* yakni sekitar 74%. Sarwer (1998 dalam Curtis & Loomens, 2014) mengatakan bahwa hasil penelitian majalah *psychology today* kepada 4000 orang menemukan 56% wanita memiliki ketidakpuasan terhadap penampilannya, hal paling utama yang menyebabkan ketidakpuasan pada wanita yaitu daerah perut (71%), berat badan (66%) dan bagian pinggang (60%). Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa beberapa wanita tidak puas dengan bagian tubuh tertentu, dan yang lain merasa tidak puas dengan seluruh tubuh mereka.

Temuan kasus serupa tentang *body dissatisfaction* juga terjadi pada mahasiswi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Setelah peneliti melakukan studi pendahuluan dengan menggunakan metode kuisioner kepada 70 mahasiswi UIN Sunan Gunung Djati Bandung meliputi 14 orang mahasiswi Fakultas Ushuludin, 14 mahasiswi Fakultas Syariah dan Hukum, 14 mahasiswi Fakultas Dakwah dan Komunikasi, 14 mahasiswi Fakultas Adab dan humaniora serta 14 mahasiswi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, 22 orang diantaranya (31.4%) memiliki *body image positive*, kebanyakan dari mereka menyebutkan merasa cantik dan bersyukur atas apa yang telah diberikan dan dianugerahkan Allah kepada mereka. Sementara 48 orang (68.5%) diantaranya memiliki *body image negative*, kebanyakan dari mereka merasa tidak puas pada bagian perut, berat badan, tinggi badan, ukuran dada, bagian wajah seperti hidung, pipi dan gigi, serta kecantikan. Usaha yang dilakukan oleh mereka demi menutupi kekurangan dengan cara diet, olah raga, pergi kesalon, dan menggunakan makeup serta pemilihan baju yang dirasa sesuai.

Dari data yang diperoleh dilapangan peneliti melihat adanya kesenjangan antara harapan dan kenyataan dimana pada kenyataannya, kebanyakan wanita dewasa awal memiliki *body image negative*, padahal diharapkan wanita dewasa awal memiliki *body image positive* agar bisa menjalankan kehidupannya dengan baik. Terlebih mahasiswi dewasa awal yang ada di UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang notabene beragama islam

dan mendapatkan tambahan ilmu pengetahuan keagamaan disamping ilmu lain terkait jurusan yang diambil seharusnya bisa memaknai dan bersikap sesuai nilai-nilai islami bukan berdasarkan nilai standar ideal yang dibentuk oleh media.

Berlandaskan latar belakang diatas, peneliti merasa tertarik untuk mengetahui secara empirik dan meneliti lebih lanjut mengenai hubungan antara religiusitas dengan *body image dissatisfaction* pada wanita dewasa awal di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, maka peneliti merumuskan masalah penelitian yang akan diangkat yaitu apakah terdapat hubungan antara religiusitas dengan *body image dissatisfaction* pada wanita dewasa awal di UIN Sunan Gunung Djati Bandung?

Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan *body image dissatisfaction* pada wanita dewasa awal di UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Manfaat Penelitian

Dengan melihat persoalan pada latar belakang di atas, diharapkan penelitian ini dapat berguna bagi setiap kalangan. Kegunaan penelitian diklasifikasikan ke dalam dua hal, yakni:

Manfaat teoretis.

Manfaat teoritis dari hasil penelitian ini, diharapkan dapat menyumbang referensi dan memperkaya khasanah ilmu Psikologi secara umum dan psikologi positive, psikologi klinis, psikologi kesehatan, serta psikologi perkembangan secara khusus.

Manfaat Praktis.

Manfaat praktis dari penelitian ini, diharapkan hasilnya dapat dimanfaatkan sebagai bahan yang memberikan wawasan dan penjelasan yang luas mengenai religiusitas dimana nilai-nilai islami harus dijadikan acuan dalam berpikir dan bersikap agar dapat membentuk *body image* yang positif bagi wanita dewasa awal secara khusus dan bagi masyarakat luas secara umum. Penelitian ini juga diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan agar penelitian selanjutnya menjadi lebih baik dengan melihat penelitian sebelumnya, khususnya penelitian mengenai religiusitas dan *body image*.

