

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Citra atau *image* adalah gambaran yang dimiliki orang banyak mengenai pribadi, perusahaan, organisasi, atau produk. Tubuh adalah keseluruhan jasad manusia yang kelihatan dari ujung kaki sampai ujung rambut (Kamus Bahasa Indonesia, 2016).

Gambaran atau citra diri (*body image*) mencakup sikap individu terhadap dirinya sendiri, termasuk penampilan fisik, struktur, dan fungsinya. Perasaan mengenai citra diri meliputi hal-hal yang terkait dengan seksualitas, femininitas dan maskulinitas keremajaan, kesehatan, serta kekuatan. Citra diri dipengaruhi oleh pertumbuhan kognitif dan perkembangan fisik. Perubahan perkembangan yang normal seperti pubertas dan penuaan terlihat lebih jelas terhadap citra diri dibandingkan dengan aspek-aspek konsep diri lainnya. Citra diri juga dipengaruhi oleh nilai sosial budaya. Budaya dan masyarakat menentukan norma-norma yang diterima luas mengenai citra diri dan dapat mempengaruhi sikap seseorang, misalnya berat tubuh yang ideal (Hidayat, 2014).

Sunaryo (2014) dalam bukunya menjelaskan orang yang merasa bahwa dirinya tidak memenuhi syarat yang ada dalam kehidupan sosial, ketidakpuasan terhadap tubuhnya bisa mengintensifkan dan berdampak pada kesejahteraan psikologi. Orang dengan *body image* yang negatif akan berusaha untuk mengubah bentuk, struktur serta fungsi tubuhnya baik dengan cara yang sesuai maupun tidak sesuai dengan standar kesehatan.

Suseno (2014) dalam penelitiannya yang berjudul “Hubungan antara Ketidakpuasan Bentuk Tubuh dengan Intensitas Melakukan Perawatan Tubuh pada Wanita Dewasa Awal” mendapatkan hasil uji hipotesis menunjukkan angka koefisien korelasi sebesar 0,260 dengan tingkat signifikansi 0,060. Koefisien korelasi tersebut memperlihatkan terdapat hubungan yang negatif antar kedua variabel. Tanda negatif menunjukkan semakin tinggi ketidakpuasan bentuk tubuh, maka semakin rendah intensi melakukan perawatan tubuh pada wanita dewasa awal. Tingkat signifikansi sebesar 0,060 menandakan terdapat hubungan yang tidak signifikan antara ketidakpuasan bentuk tubuh dengan intensi melakukan perawatan tubuh pada wanita dewasa awal. Tanda tidak signifikan menunjukkan semakin rendah ketidakpuasan bentuk tubuh, maka semakin tinggi intensi melakukan perawatan tubuh pada wanita dewasa awal.

Hasil RISKESDAS KEMENKES pada tahun 2018 prevalensi obesitas perempuan dewasa (>18 tahun) di Indonesia adalah 29,3% dengan orang yang tertimbang 308.940 orang, sedangkan di DI Yogyakarta sebesar 17,1% dengan orang yang tertimbang 465 orang.

Kamus Besar Bahasa Indonesia (2016) mendefinisikan motivasi sebagai dorongan yang timbul dari diri seseorang secara sadar maupun tidak sadar untuk mencapai tujuan tertentu dan mendapatkan kepuasan terhadap yang dicapai. Motivasi adalah suatu perubahan energi dari pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya afektif dan reaksi untuk mencapai tujuan. Rumusan ini mengandung unsur bahwa motivasi dimulai dari adanya perubahan energi dalam pribadi, motivasi ditandai dengan timbulnya perasaan (afektif) dan motivasi ditandai oleh reaksi- reaksi untuk mencapai tujuan (Uno, 2009).

Olahraga adalah latihan gerak badan untuk menguatkan dan menyehatkan badan (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2016). Olahraga adalah aktivitas fisik yang terencana, terstruktur dan berkesinambungan yang melibatkan gerakan tubuh yang berulang- ulang dengan aturan tertentu (Depkes, 2018). Olahraga merupakan kegiatan jasmani yang dilakukan dengan maksud untuk memelihara kesehatan dan memperkuat otot - otot tubuh serta sebagai hiburan dan kecantikan (Soekarman, 2010).

Penelitian yang dilakukan Laksmi dkk (2018) yang berjudul “Hubungan *Body Image* dengan Perilaku makan dan Kebiasaan Olahraga pada Wanita Dewasa Awal Usia 18- 22 Tahun” dengan jumlah responden 34 orang mendapatkan hasil bahwa terhadap hubungan yang bermakna antara *body image* dengan perilaku makan ($p= 0,001$) dan kebiasaan olahraga ($p= 0,019$). Responden yang memiliki *body image* yang tidak puas mempunyai kecendrungan 27, 6 kali untuk berperilaku makan abnormal dan 4,3 kali untuk berolahraga dengan frekuensi lebih sering dibandingkan dengan responden yang memiliki *body image* puas.

Hasil RISKESDAS KEMENKES pada tahun 2018 prevalensi proporsi aktivitas kurang pada wanita umur ≥ 10 tahun di Indonesia 30,7% dengan orang yang diukur 409.284 orang, sedangkan di DI Yogyakarta 28,1 dengan orang yang diukur 12.242 orang.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan Juli 2019 dengan mewawancarai 30 mahasiswi tingkat dua dan tingkat tiga program studi sarjana reguler STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta mendapatkan 23 mahasiswi mengatakan tidak puas dengan bentuk tubuhnya yang sekarang dan 26 mahasiswi mengatakan kurang beraktivitas.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Sesuai uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah sebagai berikut “adakah hubungan motivasi olahraga dengan *body image* pada mahasiswi tingkat III dan Tingkat IV program studi sarjana keperawatan reguler STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2021”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara motivasi olahraga dengan *body image* mahasiswi tingkat III dan tingkat IV program studi sarjana reguler STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta 2021.

2. Tujuan Khusus

Penelitian ini mempunyai beberapa tujuan khusus, yaitu sebagai berikut:

- a. Mengetahui karakteristik responden meliputi tingkat dan indeks massa tubuh.
- b. Mengetahui motivasi olahraga mahasiswi tingkat III dan tingkat IV program studi sarjana keperawatan reguler STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta 2021.

- c. Mengetahui *body image* mahasiswi tingkat III dan tingkat IV program studi sarjana keperawatan reguler STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta 2021.
- d. Mengetahui hubungan antara motivasi olahraga dengan *body image* mahasiswi tingkat III dan tingkat IV program studi sarjana keperawatan reguler STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta 2021.

D. Manfaat Penelitian

Peneliti melakukan penelitian ini, selain untuk memenuhi persyaratan wisuda sarjana keperawatan juga agar penelitian ini mempunyai manfaat yang positif baik bagi mahasiswi program studi sarjana reguler STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, institusi pendidikan, peneliti lain maupun bagi peneliti sendiri.

1. Bagi mahasiswi program studi sarjana reguler STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Hasil penelitian diharapkan mampu menjadi bahan bacaan untuk memperbaiki persepsi terhadap diri sendiri (*body image*) bagi mahasiswi program studi sarjana reguler STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dengan melakukan aktivitas olahraga.

2. Bagi institusi Pendidikan

Sebagai acuan/ referensi dan bahan bacaan di perpustakaan serta sebagai bahan pembelajaran bagi mahasiswa berkaitan dengan motivasi olahraga dan *body image*.

3. Bagi peneliti lain

Sebagai acuan/ referensi untuk peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian-penelitian pola hidup sehat terutama mengenai motivasi olahraga dan *Body Image*.

4. Bagi peneliti

Merupakan pengalaman berharga bagi peneliti dalam rangka menerapkan atau mengaplikasikan teori-teori yang sudah diajarkan sekaligus menambah wawasan pengetahuan serta pengembangan diri dalam bidang penelitian dan memperdalam pengetahuan peneliti tentang hubungan antara motivasi olahraga dengan *body image* mahasiswi tingkat III dan tingkat IV program studi sarjana keperawatan reguler STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta 2021.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul	Desain penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1	Zsa- Zsa Ayu Laksmi, Martha Ardiaria dan Deni Rudi Fitranti (2018)	Hubungan <i>Body Image</i> dengan Perilaku Diet dan Kebiasaan Olahraga pada Wanita Dewasa Awal Usia 18- 22 Tahun	Desain penelitian menggunakan analitik obsevasional dengan rancangan <i>cross sectional</i> dan analisis <i>che-square</i>	Hasil dari penelitian mendapatkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara <i>body image</i> dengan perilaku makan ($p= 0,001$) dan kebiasaan olahraga (0,019).	Persamaan terletak pada variabel yang diteliti yaitu <i>body image</i> dan responden penelitian yaitu wanita dewasa awal	Perbedaan terdapat pada variabel bebas penelitian terdahulu yaitu <i>body image</i> , sedangkan penelitian yang sekarang adalah motivasi olahraga dan variabel terikat penelitian terdahulu yaitu perilaku diet dan kebiasaan olahraga, sedangkan penelitian sekarang adalah <i>body image</i> . Tempat penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu di Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang, sedang penelitian sekarang dilakukan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

No	Nama Peneliti	Judul	Desain Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
2	Suseno, Arsanti (2014)	Hubungan antara Ketidakpuasan Bentuk Tubuh dengan Intensi Melakukan Perawatan Tubuh pada Wanita Dewasa Awal	Desain penelitian menggunakan analisis korelasi non parametrik Spearman rho.	Hasil uji hipotesis menggunakan analisis korelasi non parametrik Spearman rho mendapatkan angka koefisien korelasi sebesar 0,260 dengan tingkat signifikansi 0,060	Persamaan terletak pada responden penelitian yaitu wanita dewasa awal	Perbedaan terdapat pada variabel bebas penelitian terdahulu yaitu ketidakpuasan bentuk tubuh, sedangkan penelitian sekarang motivasi olahraga dan variabel terikat penelitian terdahulu yaitu intensi melakukan perawatan tubuh Tempat penelitian yang terdahulu dilakukan di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang, sedangkan penelitian sekarang dilakukan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.