

HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN *SELF ESTEEM* PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN STIKES WIRAHUSADA YOGYAKARTA

The Relationship Between Body Image And Self Esteem In Students Of STIKES Wirahusada Yogyakarta Nursing Study Program

Gabriela Yobella¹, *Nur Anisah², Muryani³

^{1,2,3} STIKES Wira Husada Yogyakarta

*Penulis korespondensi

Email : nuranisah641@gmail.com

ABSTRACT

Background: self esteem is the evaluation and judgement of oneself, how individuals perceive and evaluate them selves as a whole. Body image or the idealized perception of the body, is an important aspect that significantly influences the formation of self esteem.

Research objective: this think about pointed to examine the relationship between body picture and self regard among nursing students at STIKES Wira Husada Yogyakarta

Research method: The inquire about plan utilized was quantitative. the testing procedure utilized was non likelihood inspecting with a add up to inspecting strategy, including 114 respondents. the estimation devices incorporate a 47 thing self regard survey and a 62 thing body picture survey .

Results: The statistical test results, computed using spearman's rank test with a significance level of $\alpha = 0,05$, yielded a p-value of 0.000. indicating that the value is significant ($<0,05$)

Conclusion: There is a relationship between body image and self esteem among nursing students at Stikes Wira Husada Yogyakarta, with a strong correlation coefficient of 0,592.

Keywords: *Self esteem;Body image;students*

ABSTRAK

Latar belakang: *Self regard* adalah penilaian dan penghakiman terhadap diri sendiri, bagaimana individu melihat dan menilai serta menghakimi dirinya secara keseluruhan. *body picture* atau pencitraan tubuh yang perfect merupakan salah satu hal yang penting dan sangat diperhatikan demi membentuk sebuah *self regard*.

Tujuan penelitian: penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body picture* dan *self regard* pada mahasiswa prodi keperawatan di Stikes Wirahusada Yogyakarta

Metode penelitian: Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu non-probability testing dengan metode *add up to testing* dengan jumlah sampel yaitu sebanyak 114 responden. Alat ukur menggunakan kuisioner *self regard* berjumlah 47 thing pertanyaan dan *body picture* sebanyak 62 thing pertanyaan

Hasil: Hasil uji measurement yang telah dilakukan secara komputerisasi menggunakan software computer dengan uji measurement spearman rank dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$, didapatkan nilai p-value 0,000, menunjukkan bahwa nilai signifikan .

Kesimpulan: Ada hubungan antara *body picture* dengan *self regard* pada mahasiswa Program Studi Keperawatan Reguler Stikes Wirahusada Yogyakarta dengan nilai keeratan hubungan kuat 0,592

Kata Kunci: *Self esteem; Body image; Mahasiswa*

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan remaja yang sedang mengalami masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Ketika melewati masa transisi ini, akan mengalami perubahan fisik, sosial, dan psikologis. Perubahan aspek fisik sangat terlihat pada tumbuh kembangnya perbaikan fisik serta munculnya dan berkembangnya ciri-ciri seks sekunder, membangun identitas yang mandiri dari otoritas keluarga, dan remaja memiliki kemampuan bersosialisasi yang kuat dengan teman sebayanya meningkat (Fadhillah dan Indrijati, 2022). Mahasiswa merupakan remaja yang sedang mengalami masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Ketika melewati masa transisi ini, akan mengalami perubahan fisik, sosial, dan psikologis. Perubahan aspek fisik sangat terlihat pada tumbuh kembangnya perbaikan fisik serta munculnya dan berkembangnya ciri-ciri seks sekunder, membangun identitas yang mandiri dari otoritas keluarga, dan remaja memiliki kemampuan bersosialisasi yang kuat dengan teman sebayanya meningkat.

Self esteem berkembang dan berubah saat memasuki masa pubertas, selalu dikaitkan dengan perubahan fisik, dan sebagian besar remaja mengungkapkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya selama masa pubertas, kurang berpikir, tidak memiliki tujuan hidup yang jelas, cenderung pesimis tentang masa depan, mengingat masa lalu lebih negatif, memiliki suasana hati yang negatif, dan lebih rentan terhadap depresi dalam menghadapi stres. Selain itu, semakin rendah harga diri, semakin tinggi risiko terkena gangguan kepribadian (Huda dkk, 2022). *Self esteem* dan *body image* sangat erat kaitannya dengan bentuk tubuh dan ukuran tubuh, RIKERDAS 2018 memaparkan data terkait IMT penduduk usia diatas 18 tahun, dalam pemaparannya menjelaskan bahwa penduduk Indonesia yang berusia 19 tahun dengan IMT kategori kurus sebanyak 20,7 %, kategori berat badan berlebih 6,6%, dan kategori obesitas 8,9% dengan jumlah tertimbang 12.123 penduduk, sedangkan penduduk Indonesia yang berusia 20-24 tahun dengan IMT kategori kurus 15,8%, berat badan berlebih 12,0% dan kategori obesitas 12,1% dengan jumlah tertimbang 75.441 penduduk. Prevalensi kategori IMT penduduk DI Yogyakarta usia diatas 18 tahun yaitu yang termasuk kategori kurus 13,4%, berat badan berlebih 12,6% dan kategori obesitas 17,1% dengan jumlah tertimbang 465 penduduk.

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 20 November 2023 di STIKES Wirahusada Yogyakarta, berdasarkan data terdapat 3 semester dengan total keseluruhan sebanyak 114 mahasiswa, dengan jumlah mahasiswa laki-laki yaitu 23 dan 92 mahasiswi perempuan. Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada tiga mahasiswa perempuan dan dua mahasiswa laki-laki di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wirahusada Yogyakarta didapatkan hasil bahwa lima mahasiswa tersebut menyatakan kurang puas dan kurang percaya diri dengan bentuk tubuhnya saat ini

Kejadian seperti ini akan menimbulkan masalah apabila tidak segera diatasi. Dampak yang terjadi dalam permasalahan ini bisa secara akademik maupun sosial yang berakibat mahasiswa merasa malu dan tidak percaya diri saat hendak melakukan interaksi sosial sehingga mahasiswa menarik diri dari lingkungan sekitar. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara *body picture* dan *self regard*, mengetahui karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin dan mengetahui *body picture*, *self regard* pada mahasiswa program studi sarjana keperawatan stikes wirahusada Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di STIKES Wira Husada Yogyakarta. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dalam bentuk korelasional. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta yang berjumlah 114 orang. Kriteria inklusi adalah mahasiswa aktif di stikes wira husada. Alat ukur menggunakan kuisisioner MBSRQ dan SES. Information diolah menggunakan uji measurement fishers correct test untuk mengetahui hubungan antara body picture dengan self regard. Penelitian ini telah dilakukan uji etik dengan mendapatkan surat kelayakan etik dari STIKES Wira Husada Yogyakarta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Tabel 1
Karakteristik responden

No	Karakteristik Usia	Frekuensi	Presentase (%)
1	10-18 Tahun	23	20.2%
2	19-59 Tahun	91	79.8%
Total		114	100%
No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
1	Laki-Laki	22	19.3%
2	Perempuan	92	80.7%
Total		114	100%
No	Tingkat Semester	Frekuensi	Presentase (%)
1	Semester 2	28	24.6%
2	Semester 4	30	26.3%
3	Semester 6	56	49.1%
Total		114	100%

Sumber : data primer 2024

Berdasarkan informasi di atas dapat di ketahui bahwa responden terbanyak adalah responden Perempuan yaitu kelamin Perempuan yaitu 92 (80,7%) sedangkan laki-laki sebanyak 22 (19,3%) dengan karakteristik usia terbanyak di usia 19-59 tahun 91 (79,8%) dengan tingkat semester terbanyak di semester 6 56(49,1%).

Tabel 2
Body Image Responden

No	Body Image	Frekuensi	Presentase(%)
1	Baik 158-248	107	93.9%
2	Kurang 93-186	7	6.1%
Total		114	100%

Sumber : data primer 2024

Berdasarkan informasi tabel di atas, teridentifikasi *body image* mahasiswa menunjukkan bahwa *body image* terbanyak berada dalam kategori baik 107 responden (93.9%) dan *body image* kurang 7 responden (6.1%)

Tabel 3
Self esteem Responden

No	Self Esteem	Frekuensi	Presentase (%)
1	Baik 119-188	91	79.8%
2	Kurang 47-118	23	20.2%
Total		114	100%

Sumber : data primer 2024

Berdasarkan informasi diatas teridentifikasi *self esteem* menunjukkan bawah *self esteem* mahasiswa terbanyak dalam kategori baik 91 responden(79.8%) dan *self esteem* kurang 2 responden 20.2%).

Analisa Bivariat

Berdasarkan uji normalitas dengan uji Kolmogorov-Smirnov di dapatkan hasil bahwa data berdistribusi normal.

Tabel 4
Hasil Uji Kolmogorov Smirnov

N		114
Normal Parameters	Mean.	.0000000
	Std. Deviation	14.28449977
Most Extreme Differences	Absolute	.066
	Positive	.066
	Negative	.054
Test Statistic		.066
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200

Sumber : data primer 2024

Berdasarkan informasi di atas di ketahui hasil uji normalitas di ketahui nilai signifikansi $0.200 > 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa nilai leftover berdistribusi typical.

Berdasarkan penelitian yang menggunakan uji *fisher exact test* terdapat hubungan antara *body image* dan *self esteem*

Tabel 5

		<i>Body Image</i>		Total
		Baik	Kurang	
<i>Self Esteem</i>	Baik	86	5	91
	Kurang	21	2	23
Total		107	7	114

Hasil uji fisher exact hubungan antara body image dan self esteem

Sumber : data primer 2024

Berdasarkan data tabel di atas, secara komputerasi menggunakan software komputer dengan uji *statistic fishers exact test* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$, didapatkan nilai *p-value* 0,0427, menunjukkan bahwa nilai signifikan <0.05 (*p-value* $<\alpha$) yang berarti ada hubungan antara *body picture* dengan *self regard* pada mahasiswa Program Studi Keperawatan Reguler Stikes Wirahusada Yogyakarta.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik responden (usia)

Masa usia remaja akhir, sudah mampu berpikir secara kritis dan kompleks serta sudah mampu menalar masalah dengan baik (Goleman, 2015). Peneliti berasumsi bahwa mayoritas responden tergolong kedalam kategori remaja akhir, dimana usia tersebut kondisi fisik dan harus realistis karena semakin seseorang dapat menerima dan menyukai tubuhnya, seseorang akan lebih bebas dan merasa aman dari kecemasan sehingga harga dirinya akan meningkat. Sikap individu terhadap tubuhnya mencerminkan aspek penting dalam dirinya

2. Karakteristik responden (jenis kelamin)

Pada penelitian yang telah dilakukan karakteristik jenis kelamin terbanyak perempuan 92 responden. Asumsi peneliti bahwa perempuan menginginkan untuk memiliki tubuh ideal dapat disebabkan karena terdapat anggapan bahwa orang yang menarik secara fisik akan lebih mampu dan memiliki kehidupan yang lebih bahagia dibandingkan dengan orang yang kurang menarik secara fisik. Hal ini juga di dukung dengan penelitian (Rofiatul Khikmah, 2017) Wanita lebih kritis baik secara keseluruhan maupun pada bagian tertentu tubuh mereka dari pada laki-laki. Remaja perempuan pada umumnya beranggapan bahwa penampilan fisik menjadi perhatian yang paling utama, terutama pada bentuk tubuh.

3. Karakteristik responden (semester)

Pada penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa semester 6 terbanyak dengan jumlah 56 responden. Banyaknya responden yang merupakan mahasiswa dengan pola berpikir yang logis untuk menilai bentuk tubuhnya dari sisi yang lebih baik (cash dan pruzinsky,2010). Asumsi peneliti bahwa semakin bertambah usia dan tingkat pendidikan maka *body image* dan *self esteem* akan semakin baik.

4. *Body Image*

Menunjukkan bahwa *body image* terbanyak berada dalam kategori baik 107 responden. Siswa menghargai berpakaian dengan cara yang membuat mereka merasa percaya diri dan menarik perhatian orang lain. Hal ini juga ditemukan dalam penelitian Lumele et al. (2021) Penampilan dianggap sangat penting bagi siswa karena mereka mengalami perubahan bentuk tubuh pada masa transisi ini, oleh karena itu, citra tubuh siswa terhadap Styx Wilafsada adalah “baik” atau “baik” Kami menemukan bahwa itu dianggap penting untuk masuk dalam kategori ini. . Menerima dan mencintai tubuh Anda membebaskan Anda dari rasa takut, meningkatkan harga diri, dan memungkinkan Anda menerima dan mencintai tubuh Anda karena perubahan ukuran. Bentuk tubuh, struktur, dan fungsi

5. *Self Esteem*

Hasil menunjukkan *self esteem* terbanyak dalam kategori baik sebanyak 91 responden. Orang-orang menilai diri mereka sendiri, yaitu bagaimana kita memandang nilai yang kita miliki dan bagaimana kita menghargai diri kita sendiri di hadapan orang lain (Fitriah & Hariyono, 2019). Seperti yang dijelaskan dalam (Ilyas, 2017), jika orang tersebut menganggap dirinya berharga atau menganggap dirinya memiliki sesuatu yang bernilai, ia merasa senang. yang cukup Asumsi penelitian bahwa *self-esteem* pada mahasiswa di Stikes Wirahusada dalam kategori cukup, jika kepercayaan diri atau harga diri seseorang lebih tinggi akan seseorang itu akan menganggap dirinya lebih percaya diri.

6. Hubungan antara *body image* dan *self esteem*

Berdasarkan hasil uji statistik yang dilakukan dengan bantuan komputer menggunakan perangkat lunak komputer dengan uji statistik pasti Fisher pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$ diperoleh nilai p sebesar 0,0427 yang menunjukkan nilai tersebut signifikan. Didapatkan hasil *self esteem* kurang 21 responden dalam kategori komponen *leadership populariti* bahwa kepercayaan diri atau harga diri mahasiswa Wira Husada Yogyakarta kurang karena banyak hal yang mereka kurang untuk menghargai dirinya sendiri dan ketidakpercayaan yang dia punyai saat ini. *Body image* kurang 5 responden dalam kategori komponen *health evaluation* bahwa mahasiswa Wira Husada Yogyakarta kurang menjaga kesehatan sehingga bisa menjadi ansietas dan akan menjadi *self esteem* kurang. Temuan ini sejalan dengan penelitian Henggaryadi dan Fakhurrizi (2018) yang menunjukkan adanya hubungan antara *body image* dan harga diri.

Citra tubuh seseorang memainkan peran penting dalam cara seseorang memandang dirinya sendiri, dan citra tubuh ini jelas memengaruhi perasaan seseorang terhadap tubuhnya. Orang dengan *body image* positif melihat tubuhnya apa adanya, menerima bentuk tubuhnya dengan bangga, serta merasa percaya diri dan nyaman dengan keadaan tubuhnya. Peneliti berpendapat bahwa citra tubuh seseorang tidak lepas dari pengaruh media sosial yang menampilkan model perempuan muda bertubuh langsing.

Pemicu lainnya dapat datang dari tekanan untuk menjadi kurus dari orang-orang di sekitar mereka, seperti lingkungan keluarga atau kelompok teman, dengan

siapa individu tersebut mungkin dibandingkan. Citra tubuh yang baik pada seseorang membuat dia memiliki opini yang baik atau positif terhadap dirinya sendiri. Citra tubuh yang baik terjadi ketika seseorang senang dengan bentuk tubuhnya dan menerima apa yang mereka lihat dalam dirinya. Harga diri adalah evaluasi terhadap diri sendiri, terutama kebiasaan memandangi diri sendiri dalam hal menerima atau menolak sikap.

Mahasiswa STIKES Wirahusada Yogyakarta 86 orang yang memiliki *body picture* baik dan *self regard* baik itu, karena *body image* yang dimiliki sudah sesuai dengan apa yang diinginkan dan *self esteem* baik karena mahasiswa merasa memandangi dirinya baik tentang sikap dan harga diri. Sebaliknya mahasiswa STIKES Wirahusada Yogyakarta 21 orang yang memiliki *body picture* baik dan *self esteem* kurang, karena *body image* yang dimiliki oleh responden itu menurutnya sudah baik bagi dirinya dan *self esteem* atau penerimaan pada dirinya kurang menghargai diri sendiri. Bahwa semakin baik *body picture* maka *self-esteem* seseorang semakin baik juga, sedangkan pada penelitian menunjukkan bahwa jumlah terbanyak *body image* baik dan *self-esteem* baik. Dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Stikes Wirahusada Yogyakarta tentang penampilan fisiknya dan menilai dirinya sendiri sudah baik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang ditemukan, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara citra tubuh dengan harga diri. Survei tersebut memiliki mayoritas responden dengan karakteristik jenis kelamin perempuan. sebanyak 92 responden dari 114 responden, karakteristik responden terbanyak berusia 19-59 tahun berjumlah 91 responden dari 114 responden.

RUJUKAN

1. Cash, T. F Pruzinsky. 2020. *Body Image: A Handbook Of Theory, Research, And Clinical Practice*. Ney York: The Guilford Press.
2. Fadhillah, A. S. A., & Indrijati, H. (2022). Hubungan antara Self-Esteem dan Body Image Pada Remaja Akhir Perempuan Pengguna Instagram. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2(1), 201-211.
3. Fitriah, A., & Hariyono, D. S. (2019). Hubungan Self Esteem Terhadap Kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa. *Jurnal Psycho Holistic*, 1 (1), 8 – 17.
4. Goleman, D. (2015). *Emotional Intelligence*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
5. Henggaryadi, G. (2019). Hubungan antara body image dengan harga diri pada remaja pria yang mengikuti latihan. 00, 1–23. Dikutip dari <http://repository.gunadharma.ac.id/>
6. Huda, A. M., Ningtias, A., Arsita, E., Nabilla, S., & WulanTersta, F. (2022). *The Correlation Between Body Image And Self Esteem In Arabic Language Education Students Class 2019 At Jambi University*. *Attaqwa: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 18(1), 95-104.
7. Ifdil, Ifdil, Amandha Unzilla Denich, and Asmidir Ilyas. "Hubungan body image dengan kepercayaan diri remaja putri." *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling* 2, no. 3 (2017): 107-113.
8. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018
9. Rofiatul Khikmah (2017) Hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja putri yang overweight