

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa merupakan panggilan bagi orang yang sedang menempuh Pendidikan baik di Sekolah Tinggi maupun Akademi, dan yang paling umum sering dijumpai adalah Universitas. Mahasiswa terdiri atas dua kata, yakni “Maha” sebagai wakil tingkatan tertinggi seorang Siswa dan “Siswa” yang bermakna peserta didik di tahap Pendidikan tertentu. Mahasiswa dikategorikan berada di tahap perkembangan rentang usia 18 hingga 25 tahun (Rizki, 2018). Menurut (Higley, 2019) usia 18 tahun sampai 25 tahun merupakan masa dewasa awal (*young adulthood*). Santrock dalam (R. Amalia, 2018) berpendapat bahwa transisi dari masa remaja ke masa dewasa terjadi pada masa dewasa awal. Perkembangan fisik manusia mencapai puncaknya pada masa ini. Akibatnya, keinginan untuk tampil menarik di depan orang lain, terutama lawan jenis, meningkat.

Wanita di awal usia dua puluhan biasanya menghabiskan banyak waktu di media sosial. Mahasiswa, yang biasanya memiliki akun di media sosial dan berada di tahap dewasa awal, biasanya berusia antara 18 hingga 25 tahun. Mereka sering memiliki akun di berbagai *platform* media sosial yang populer di kalangan anak muda (Coyne et al., 2013). Mahasiswa perempuan yang lahir dalam rentang waktu 1997 hingga 2012 juga termasuk kedalam Gen Z yang akrab dengan kemajuan teknologi di bidang multimedia (Kemendikbud, 2021). Penelitian (Bjornsen, 2018)

menunjukkan bahwa mahasiswa menghabiskan rata-rata 4 jam setiap hari dalam menggunakan sosial media di ponsel mereka dan setidaknya sebagian dari penggunaan ini terjadi pada saat kelas di Universitas.

Media sosial sendiri didefinisikan sebagai situs web, atau aplikasi (*apps*), di mana masyarakat umum dapat membuat, berbagi dan mendistribusikan konten berupa foto dan video, serta membangun jejaring sosial dengan berinteraksi dengan pengguna lain secara *real time*. Pada tahun 2018, diperkirakan lebih dari 3 miliar dari 7,7 miliar penduduk dunia menggunakan setidaknya satu bentuk media sosial. Hal ini menunjukkan popularitas komunikasi virtual melalui media sosial terus berkembang pesat dari waktu ke waktu (DeBord et al., 2019; Maymone et al., 2019).

Di era digital ini, 202,6 juta penduduk Indonesia menggunakan Internet dengan rata-rata penggunaan harian 8 jam 52 menit pada interval usia 16 sampai 64 tahun (APJII, 2020). Berdasarkan hasil survei data dari *We are social* pada bulan Januari 2021, terdapat 170 juta atau 61,8 persen orang Indonesia menggunakan media sosial secara teratur dengan 93,8% menggunakan Youtube dengan rata-rata penggunaan 25,9 jam/bulan, 87,6% menggunakan Whatsapp dengan rata-rata penggunaan 30 jam/bulan, 85,5% menggunakan Facebook dengan rata-rata penggunaan 17 jam/bulan, 86,6% menggunakan Instagram dengan rata-rata penggunaan Instagram 17 jam/bulan (We Are Social, 2021).

Sebuah survei yang dilakukan *Statista* pada bulan Januari 2022 melaporkan bahwa usia 25-34 tahun merupakan pengguna aplikasi Youtube

terbanyak dengan 11,6% pengguna adalah laki-laki dan 8,6% pengguna adalah perempuan. Kemudian, usia 25-34 juga mendominasi penggunaan Whatsapp dan Facebook dengan 33,6% aktif menggunakan Facebook dan 27% aktif menggunakan Whatsapp. Sebaliknya, 36,4% pengguna berusia antara 18 dan 24 lebih menyukai Instagram, dengan 19,3% dari pengguna ini adalah wanita dan 17% pria (Statista, 2022).

Dilansir pada *website* resmi Instagram, Instagram dikenal sebagai platform jejaring sosial untuk berbagi foto dan video *online* gratis. Instagram membuat para pengguna dapat mengedit dan mengunggah foto, video, *story* (terlihat oleh pengikut akun pengguna selama 24 jam), atau *reels* (klip video pendek dengan audio kreatif dan efek khusus hingga 30 detik) melalui aplikasi seluler. Pengguna Instagram dapat berinteraksi dengan pengguna lain melalui pesan langsung, mengomentari unggahan, atau menyukai unggahan pengguna (Instagram, 2022). Indonesia berada pada posisi keempat di dunia dan merupakan negara dengan jumlah pengguna Instagram tertinggi kedua di Asia (Statista, 2022).

. Penelitian oleh (Suwana et al., 2020) tentang anak muda Indonesia memperlihatkan bahwa anak muda Indonesia lebih tertarik pada konten visual dan audiovisual. Menurut sebuah penelitian (Saputra, 2019), mahasiswa di Indonesia adalah salah satu pengguna media sosial yang paling aktif, dengan Instagram sebagai peringkat kedua penggunaan media sosial paling banyak diakses oleh kalangan mahasiswa. Selaras dengan penelitian (Ma et al., 2016), yang menjelaskan bahwa Mahasiswa cenderung

memakai aplikasi media sosial yang dibuat khusus untuk membagikan konten visual serta teks singkat seperti Instagram.

Dijelaskan oleh (de Vries et al., 2018), terdapat perbedaan yang kontras terhadap "sentralitas gambar" pada Instagram yang menjadi pembeda dari media sosial yang berbasis teks lainnya, misalnya Twitter dan Facebook. Selanjutnya, (Johnson & Knobloch-Westerwick, 2017) mengatakan bahwa postingan media sosial berbasis gambar seperti Instagram memiliki dampak yang berbeda pada suasana hati (*mood*) pengguna dibandingkan postingan media sosial yang hanya berbasis teks dikarenakan seseorang cenderung ingin meyajikan sisi terbaik mereka di platform ini. Hal ini dapat menimbulkan *social comparison* atau perbandingan sosial, di mana seseorang cenderung membandingkan dirinya dengan oranglain baik dalam konteks positif atau negatif.

Dengan melihat maraknya penggunaan Instagram oleh mahasiswa tentunya dapat memberikan pengaruh baik positif maupun negatif bagi setiap penggunanya. Dampak positif dari penggunaan Instagram menurut (Maulhayat et al., 2017) yaitu memudahkan para penggunanya untuk berhubungan dengan banyak orang, memperluas pergaulan, sebagai ajang presensi diri, dan sebagai pedoman cara berpakaian (*fashion*). Sementara itu, dampak negatif yang ditimbulkan oleh Instagram sebagaimana dijelaskan (Hwnag, 2019), bahwa ketika Mahasiswa berselancar di Instagram, mereka cenderung secara sadar atau tidak sadar membandingkan tubuh mereka dengan orang lain. Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh

(Tiggemann et al., 2018) menjelaskan bahwa ketidakpuasan fisik mahasiswa Australia meningkat sebagai akibat dari perbandingan sosial tentang penampilan dan tubuh seseorang di platform berbasis foto seperti Instagram.

Selain itu, sebagai platform media sosial dengan visual tinggi, Instagram mendorong penggunanya untuk fokus pada bagian tubuh yang mereka minati; hal tersebut dapat mengakibatkan perbandingan penampilan antar pengguna Instagram, yang dapat mengarah kepada *body dissatisfaction* (Couture Bue, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh (Walker et al., 2021), menemukan bahwa semakin sering durasi penggunaan sosial media maka *body dissatisfaction* dan intensi untuk melakukan operasi plastik meningkat pada kalangan wanita muda. Hal ini diperkuat oleh penelitian (Stein et al., 2021) yang menyatakan bahwa melihat konten Instagram dengan sering dan rutin dapat mendorong perilaku dan sikap negatif tentang penampilan ideal di masyarakat. Pengaruh media terhadap standar masyarakat mulai berdampak negatif, terutama pada kemampuan individu untuk menerima tubuhnya. *Body dissatisfaction* adalah nama yang diberikan untuk keadaan ketidakpuasan ini.

Penelitian yang telah dilakukan (Chng & Fassnacht, 2016) yang diikuti oleh 383 orang dewasa muda (118 laki-laki dan 265 perempuan) di Singapura dengan rentang usia 18 dan 25 tahun melaporkan bahwa perempuan memiliki tingkat ketidakpuasan tubuh dan gangguan makan yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh (D. A. Putri & Indryawati, 2019) menunjukkan bahwa

wanita di usia dewasa awal memiliki rata-rata *body dissatisfaction* yang lebih tinggi daripada wanita diusia remaja. Selama beberapa dekade, wanita muda telah diganggu oleh ketidakpuasan tubuh, yang terkait dengan berbagai hasil negatif seperti harga diri yang rendah, suasana hati yang rendah, perilaku makan yang tidak teratur, dan penurunan kualitas hidup yang berkaitan dengan kesehatan fisik dan mental (Griffiths et al., 2016). Menurut penelitian sebelumnya, wanita antara usia 18 dan 25 tahun mengalami ketidakpuasan tubuh pada tingkat tinggi 40% dan tingkat sedang 38% (Kartikasari, 2013).

Dalam pembentukan *body dissatisfaction* didukung dengan berbagai faktor yang dalam pembentukannya. Hal ini sesuai dengan pendapat menurut (Grogan, 2017) faktor-faktor tersebut yaitu faktor budaya, usia, etnis, kelas sosial, hubungan interpersonal, dan aktivitas di media. Salah satu faktor yang berhubungan dengan terjadinya *body dissatisfaction* adalah media sosial. Wanita sering membuat perbandingan kontras tubuh saat menjelajah media sosial. Wanita akan memuji orang itu dan mengutuk dirinya sendiri jika dia menganggapnya menarik dan berbeda dari tubuhnya (Maimunah & Satwika, 2021). Studi yang dilakukan juga menunjukkan bahwa tingkat pengaruh akibat intensitas penggunaan media sosial lebih besar daripada pengaruh dari orang tua dan teman sebaya; hal ini membuktikan bahwa intensitas penggunaan media sosial berpengaruh besar dalam membentuk citra tubuh ideal, yang selanjutnya dapat berkembang menjadi *body dissatisfaction* (You & Shin, 2020).

Selanjutnya, *body dissatisfaction* menyebabkan faktor risiko gangguan makan dan pada akhirnya mengarah ke kondisi *bulimia* (Steinsbekk et al., 2021). Menurut (Aparicio-Martinez et al., 2019) mahasiswi berisiko memiliki gangguan makan serta ketidakpuasan atas tubuhnya karena kenaikan berat badan yang tidak sehat sering terjadi selama tahap kehidupan ini. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh (Putri & Indryawati, 2019) menjelaskan adanya hubungan yang signifikan antara *body dissatisfaction* dengan perilaku diet, baik itu diet yang sehat maupun yang tidak sehat pada mahasiswa. Kemudian, perasaan *body dissatisfaction* yang semakin tinggi akan mendorong ambisi individu untuk menjalani diet.

Sebagai seorang mahasiswa S1 Keperawatan yang nantinya akan bekerja di dunia keperawatan sangat penting bagi perawat untuk tidak hanya berpusat pada fungsi-fungsi biologis individu ketika memberikan asuhan keperawatan tetapi dikaji lebih luas ke aspek-aspek psiko-sosial individu. Sebagai seorang perawat konselor, perawat membantu klien melalui konseling agar klien paham saat dihadapkan permasalahan. Bantuan ini mencakup intelektual, dukungan emosi, serta psikologis. Perawat memberikan konsultasi bagi klien, khususnya bagi klien dalam mengembangkan perasaan, sikap dan perilaku yang sesuai dengan kondisi klien tersebut atau perilaku alternatif lain.

Berdasarkan temuan awal studi di Universitas Bhakti Kencana Bandung yang terdiri dari 4 Fakultas, dominasi mahasiswi berada pada S1 Keperawatan sehingga resiko terjadinya *body dissatisfaction* lebih tinggi

karena *body dissatisfaction* lebih rentan terjadi pada wanita. Penelitian yang dilakukan oleh (Pinto et al., 2019) menyebutkan bahwa dari 228 Mahasiswa, 67,1% mengalami *body dissatisfaction* dengan 70% perempuan dan 30% laki-laki.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada 10 mahasiswa S1 Keperawatan didapatkan hasil bahwa 6 Mahasiswi tidak puas terhadap bentuk tubuhnya dengan merasa bahwa paha, lengan, pinggul, dan pantatnya terlalu besar, 6 Mahasiswi merasa sedih karena bentuk tubuhnya, 5 Mahasiswi merasa bentuk tubuhnya kurang baik dibandingkan bentuk tubuh oranglain, 5 Mahasiswi khawatir terhadap bentuk tubuhnya sehingga melakukan diet, 3 Mahasiswi khawatir dengan bentuk tubuhnya sehingga berolahraga.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Universitas Bhakti Kencana didapatkan adanya data bahwa ketika Mahasiswi S1 Keperawatan mengakses Instagram mereka akan melakukan perbandingan sosial dengan orang yang mereka anggap memiliki bentuk tubuh yang lebih baik daripada mereka sehingga mereka memiliki perasaan negatif terhadap bagian tubuhnya seperti paha, lengan, pinggul serta pantat yang besar, merasa sedih terhadap bentuk tubuhnya, membandingkan bentuk tubuh dengan oranglain, dan melakukan perilaku diet serta olahraga karena khawatir terhadap bentuk tubuhnya. Mengacu pada penelitian-penelitian diatas peneliti tertarik untuk mengkaji hubungan intensitas penggunaan

media sosial Instagram dengan *body dissatisfaction* pada Mahasiswi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah hubungan intensitas penggunaan media sosial Instagram dengan *body dissatisfaction* pada Mahasiswi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan intensitas penggunaan media sosial Instagram dengan *body dissatisfaction* pada Mahasiswi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi intensitas penggunaan Instagram mahasiswi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.
- b. Mengidentifikasi *body dissatisfaction* yang dialami mahasiswi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.
- c. Menganalisis hubungan intensitas penggunaan media sosial Instagram dengan *body dissatisfaction* pada mahasiswi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan tingkat pengetahuan di bidang keperawatan jiwa khususnya terkait peran jejaring sosial dalam *body dissatisfaction*.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi subjek penelitian atau Mahasiswi diharapkan dapat memberikan gambaran terhadap Mahasiswa terkait penggunaan sosial media Instagram dan hubungannya dengan masalah *body dissatisfaction*. Mahasiswi diharapkan dapat menggunakan informasi tersebut sebagai bahan pertimbangan dalam penggunaan media sosial sehari-hari.
- b. Bagi institusi pendidikan diharapkan menambah referensi terkait hubungan intensitas media sosial: Instagram dengan *body dissatisfaction*.
- c. Bagi perawat diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pengembangan diri dan dapat dijadikan acuan bagi perawat dalam melakukan promosi kesehatan untuk mengurangi masalah *body dissatisfaction*.
- d. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat dijadikan referensi di bidang ilmu keperawatan jiwa, khususnya penelitian yang berhubungan dengan *body dissatisfaction* dan pengaruh media sosial.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian dalam konteks keperawatan jiwa. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan metode penelitian korelasional. Pengambilan data yang digunakan yaitu kuisioner *Body dissatisfaction* dan Intensitas penggunaan Instagram yang diberikan kepada mahasiswi S1 Keperawatan di Universitas Bhakti Kencana Bandung. Variabel Independent pada penelitian ini adalah intensitas penggunaan media sosial: Instagram dan variabel dependent pada penelitian ini adalah *body dissatisfaction* pada mahasiswi S1 Keperawatan di Universitas Bhakti Kencana Bandung. Penelitian diperkirakan akan dilakukan dalam waktu 6 bulan terhitung dari bulan Januari hingga bulan Agustus 2022.