

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa yang tengah menjalani menempuh studi pada jenjang sarjana rata-rata masuk ke dalam kategori remaja akhir jika dikelompokkan berdasarkan usia. Masa remaja adalah peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa awal, masa ini dimulai dari usia 10-13 tahun serta pada usia 18-22 tahun. Setiap tahap perkembangan memiliki tugas yang harus dicapai, pada tahapan remaja tugas perkembangan yang dibutuhkan untuk dipenuhi adalah penerimaan individu terhadap keadaan fisiknya serta mampu memanfaatkan keadaan tersebut secara efektif. Perubahan fisik yang muncul sering menimbulkan permasalahan, tidak sedikit dari mahasiswa yang merasa kesulitan dalam penerimaan perubahan fisik yang telah terjadi kepada dirinya, khususnya pada mahasiswa yang memiliki jenis kelamin perempuan yang mengalami peningkatan lemak tubuh yang dapat mengubah bentuk tubuhnya menjadi tidak ideal (Sigarlaki and Dzahabiyah, 2022).

Perubahan fisik dapat mempengaruhi kehidupan sosial mahasiswa hal ini dikarenakan penampilan memiliki aspek penting di kehidupan sosial. Mahasiswa akan sering berinteraksi dengan lingkungan sosial sehingga diperlukan penyesuaian pada setiap kelompok sosial contohnya teman sebaya, sikap sosial yang baru, nilai-nilai baru, dukungan hingga penolakan sosial (Said and Herdajani, 2023). Saat ini penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa sudah marak digunakan sebagai platform komunikasi dan berbagi

aktivitas sehingga mahasiswa sering menggunakan media sosial sebagai standar penampilannya (Dewi and Ambarwati, 2024).

Penampilan sosial menjadi aspek penting dalam interaksi mahasiswa, penampilan ini tidak hanya mencakup penampilan fisik saja akan tetapi juga cara berpakaian, cara berperilaku serta cara berkomunikasi. Dalam masyarakat penampilan sosial dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor contohnya penggunaan media sosial serta norma-norma budaya yang ada di lingkungan tersebut. Penelitian menunjukkan terkait penampilan sosial yang menyebabkan kecemasan serta menurunkan harga diri mahasiswa karena adanya ketidakpuasan pada tubuhnya, ketidakpuasan meliputi citra tubuh, masalah berat badan, masalah makan dan daya tarik fisik. Penampilan sosial adalah kesan yang diberikan oleh seseorang atau sesuatu yang terlihat di depan umum atau publik, sehingga penampilan sosial dapat mempengaruhi harga diri seseorang (Shahid *et al.*, 2022).

Remaja akhir dengan usia 18 – 22 tahun merupakan kelompok usia yang rentan mengalami rendahnya harga diri, stress serta gangguan emosional, menurut Rusyana and Rahayu, (2020) sekitar 39% remaja di dunia mengalami harga diri rendah, sementara itu di Indonesia prevalensinya mencapai 35%. Mahasiswa tahun pertama umumnya akan menghadapi tantangan dalam penyesuaian diri hal ini disebabkan oleh tuntutan sosial, peran dan pola perilaku sehingga mahasiswa perlu penyesuaian diri yang tepat.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Shahid *et al.*, (2022) ada korelasi *body conscious* dan ketakutan penampilan negatif dengan harga diri mahasiswa. Sebanyak 561 responden yang melibatkan 66,2% responden

perempuan dan 33,1% responden laki-laki, diketahui adanya hubungan positif antara kesadaran citra tubuh dengan ketakutan penampilan sosial yang negatif, harga diri maupun kepercayaan diri.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Laksono, Cerlita Ayu, (2024) terkait hubungan harga diri serta presentasi diri pada remaja diketahui bahwa *self esteem* memiliki kontribusi sebanyak 46,7% terhadap *self presentation*, sedangkan sisanya 53,3% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak menjadi variabel utama dalam penelitian ini. Hasil dari penelitian ini diketahui ada hubungan antara harga diri jika semakin tinggi maka akan memiliki presentasi diri yang lebih baik.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 8 Desember 2024 Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Jember terhadap 40 mahasiswa dari semester 1,3,5 dan 7 dengan masing-masing perwakilan 10 mahasiswa. Peneliti menemukan bahwa ada 35% mahasiswa dengan harga diri rendah situasional. Selain itu ada 37% mahasiswa mengakui penampilan sosial kurang baik. Mahasiswa yang memiliki harga diri rendah situasional paling banyak adalah di semester 1 sebanyak 6 dari 10 mahasiswa.

Harga diri dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor contohnya jenis kelamin, sosial ekonomi, dukungan lingkungan keluarga dan sosial, penampilan fisik serta sosial, kesehatan mental, dan penerimaan terhadap diri, kepemimpinan atau popularitas, keluarga, dan orang tua, serta keterbukaan dan kecemasan (Maemunah, 2020).

Harga diri ialah penilaian individu pada dirinya sendiri yang dapat berpengaruh pada perilaku dan kehidupan sehari-harinya, salah satunya adalah penampilan (Ningsih and Awalya, 2020). Hal ini membuat individu merasa bahwa penampilan diharuskan sesuai dengan standar masyarakat, jika standar ini tidak dipenuhi maka individu tersebut dapat mengalami penurunan harga diri yang dapat berpengaruh terhadap kesehatan mentalnya. Orang yang memiliki harga diri rendah umumnya akan lebih mengkritik diri sendiri, mengalami gangguan dalam hubungan, perasaan gagal dan tidak mampu, serta menarik diri secara sosial. Harga diri rendah juga dapat menyebabkan perasaan malu, minder atau kurang percaya diri, mudah tersinggung serta menarik diri dari lingkungan sosial (Imelda Derang, 2023)

Harga diri yang tinggi menjadi aspek penting untuk mahasiswa, hal ini dikarenakan harga diri dapat berpengaruh terhadap perilaku serta penampilan mereka saat bertemu dengan orang lain atau masyarakat. Maka dari itu harga diri rendah dapat membuat mahasiswa menjadi kurang percaya diri tampil di depan umum, yang bisa menghambat partisipasi aktif dalam kegiatan akademik atau sosial. Sebaliknya, harga diri yang tinggi dapat meningkatkan motivasi dan interaksi sosial sehingga penting untuk memahami bagaimana harga diri mahasiswa bisa terpengaruh oleh penampilan sosial mahasiswa (Maemunah, 2020).

Mahasiswa keperawatan yang memiliki harga diri rendah bisa berpengaruh terhadap kualitas perawatan yang akan diberikan kepada pasien, dan interaksi dengan rekan sejawat. Mahasiswa dengan harga diri rendah akan merasa kurang percaya diri dalam menjalani praktik klinis serta sering merasa tertekan,

oleh karena itu dalam pendidikan keperawatan penting untuk mengintegrasikan pendekatan mengenai peningkatan harga diri mahasiswa melalui dukungan sosial, bimbingan serta pengalaman untuk pemberdayaan mahasiswa.

Peningkatan harga diri mahasiswa keperawatan sangat penting agar mahasiswa dapat berkomunikasi dengan baik saat melakukan asuhan keperawatan pada pasien ataupun saat melakukan penyuluhan di lingkungan masyarakat. Kepercayaan diri mahasiswa akan berguna untuk meningkatkan pelayanan profesional, edukasi serta bimbingan.

Harga diri yang tinggi akan berdampak positif pada interaksi sosial mahasiswa keperawatan, oleh karena itu peneliti merasa tertarik untuk mengkaji terkait hubungan antara harga diri dan penampilan sosial pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Mahasiswa sering melakukan interaksi dengan lingkungan sosial sehingga harus mengikuti standar penampilan yang ada pada lingkungan tersebut. Penampilan sosial akan berpengaruh terhadap harga diri karena semakin tinggi harga diri maka akan membuat kepercayaan diri mahasiswa semakin tinggi pula.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana harga diri mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember?

- b. Bagaimana penampilan sosial mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember?
- c. Apakah ada hubungan harga diri dengan penampilan sosial mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan harga diri dengan penampilan sosial pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi harga diri mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
- b. Mengidentifikasi penampilan sosial mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
- c. Menganalisis hubungan harga diri dengan penampilan sosial mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bisa memberikan kontribusi pengembangan ilmu pengetahuan terkait hubungan harga diri dengan penampilan sosial dan dapat menjadi literatur di bidang ilmu keperawatan jiwa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi mahasiswa

Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran mahasiswa terkait pentingnya harga diri yang positif yang dapat mempengaruhi cara mahasiswa dalam menampilkan diri di lingkungan sosial. Mahasiswa dapat lebih reflektif dalam mengevaluasi diri dan termotivasi untuk mengembangkan kepercayaan diri yang positif.

b. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan institusi, khususnya Fakultas Ilmu Kesehatan untuk menyusun kegiatan pengembangan diri yang bertujuan meningkatkan harga diri dan penampilan sosial mahasiswa sehingga mereka dapat lebih siap dalam menghadapi dunia praktik klinik dan masyarakat.

c. Bagi tenaga keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi tenaga keperawatan dalam memahami aspek psikososial seperti harga diri dan penampilan sosial, khususnya dalam memberikan asuhan keperawatan holistik kepada klien.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini mempunyai berbagai keterbatasan contohnya fokus penelitian yang masih umum. Peneliti selanjutnya dapat menambahkan variabel yang lebih spesifik mengenai faktor yang berpengaruh terhadap penampilan sosial dan harga diri diantaranya jenis kelamin, latar belakang ekonomi, dukungan sosial serta budaya.