

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. *Body Image*

1. Pengertian *Body Image*

Menurut Schilder (dalam Carsini, 2002), *body image* adalah gambaran mental yang terbentuk tentang tubuh seseorang secara keseluruhan, termasuk karakteristik fisik dan fungsional dan sikap terhadap karakteristik tersebut.

Widiatmojo (2006) menjelaskan bahwa citra tubuh (*Body Image*) meliputi persepsi mengenai daya tarik fisik, persepsi mengenai ukuran dan berat tubuh, serta persepsi mengenai kepuasan terhadap aspek-aspek fisik tubuh.

Cash dan Pruzinsky (dalam Thompson, Heinberg, Altabe & Tan Heff-Dunn, 1999) menyebutkan bahwa *body image* merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif atau negatif. Cash & Deagle (dalam Jones, 2001) berpendapat bahwa *body image* adalah tingkat kepuasan seseorang terhadap fisiknya yang sekarang (ukuran, bentuk, penampilan secara umum).

Menurut Melliana (2006), bahwa citra tubuh mengacu pada gambaran seseorang tentang tubuhnya yang dibentuk dalam pikirannya, yang lebih banyak dipengaruhi oleh *self esteem* orang itu sendiri, daripada oleh penilaian orang lain tentang kemenarikan fisik yang sesungguhnya dimiliki oleh orang tersebut, serta dipengaruhi pula oleh

keyakinannya sendiri dan sikap terhadap tubuh sebagaimana gambaran ideal dalam masyarakat.

Beberapa ahli citra tubuh percaya bahwa ketidakpuasan terhadap sosok tubuh, terutama apabila diikuti dengan adanya perasaan benci terhadap tubuh, merupakan ekspresi dari harga diri yang rendah dan perasaan inadkuat. Perasaan inadkuat tersebut dapat berasal dari kebencian pada tubuh yang mendasar. Atau di sisi lain, persepsi terhadap tubuh yang sangat tidak ideal tersebut mungkin saja berasal dari *self esteem* yang rendah (Melliana, 2006).

Menurut Diana (2007) *body image* adalah gambaran mental, evaluasi atau sikap subjektif yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya. Evaluasi atau sikap tersebut bisa perasaan puas/positif atau perasaan tidak puas/negatif terhadap tubuh secara keseluruhan termasuk bentuk tubuh, ukuran tubuh, dan berat tubuh.

2. Dimensi-dimensi *Body Image*

Cash (dalam Jones, 2001) menyebutkan beberapa dimensi dari *body image* yaitu:

1. Evaluasi penampilan

Mengukur perasaan menarik atau tidak menarik, kepuasan atau ketidakpuasan terhadap penampilan.

2. Orientasi penampilan

Mengukur perhatian individu terhadap penampilannya.

3. Kepuasan area tubuh

Mengukur kepuasan individu terhadap aspek-aspek tertentu dari penampilannya. Adapun aspek-aspek tersebut adalah wajah, rambut, tubuh bagian bawah (pantat, paha, pinggul, kaki), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tampilan otot, berat, tinggi, dan penampilan secara keseluruhan.

4. Kecemasan menjadi gemuk

Menggambarkan kecemasan terhadap kegemukan, kewaspadaan akan berat badan, kecenderungan melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan membatasi pola makan.

5. Persepsi terhadap ukuran tubuh

Menggambarkan bagaimana seseorang mempersepsi dan menilai berat badannya, dari yang sangat kurus sampai dengan yang sangat gemuk.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Body Image*

Menurut Thompson (dalam Henggaryadi & Fakhurrozi, 2008)

body image dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu :

a. Tahap perkembangan

Perubahan fisik akan berdampak pada tingkat kepuasan *body image* mereka karena belum tentu perubahan yang terjadi sesuai dengan keinginan dan bahkan bisa menimbulkan rasa malu. Menurut Trzesniewski (dalam Shaffer, 2005) pada usia dewasa awal merupakan masa di mana harga diri individu menjadi lebih kuat dan

stabil maka dapat dimungkinkan harga diri dapat menjadi sebuah patokan dalam menilai diri (*self*) dan cukup berpengaruh dalam perkembangan kehidupan individu selanjutnya.

b. Berat badan dan persepsi derajat kekurusan dan kegemukan

Persepsi dan kategori diri sangat menentukan perasaan orang dalam memberikan label terhadap bentuk tubuhnya.

c. Tren yang berlaku di masyarakat

Tren yang sedang berlaku di masyarakat sangat mempengaruhi *body image* seseorang. Tren tentang bentuk tubuh ideal dapat mempengaruhi persepsi individu terhadap tubuhnya. Adanya tuntutan untuk selalu tampil menarik dan mempunyai bentuk tubuh ideal dapat mempengaruhi wanita untuk mencapai bentuk tubuh ideal.

d. Sosialisasi

Dalam rentang hidup manusia, tidak terlepas dari pengaruh orang lain. Melalui orang tua, teman, kekasih, ataupun *significant others* lainnya, nilai mengenai penampilan dan standar fisik yang berlaku diajarkan dan disosialisasikan.

Sedangkan menurut Levine & Smolak (dalam Diana, 2007) mengungkapkan beberapa faktor yang mempengaruhi *body image* antara lain:

a. Orang tua

Orang tua dapat mempengaruhi perkembangan *body image* anak antara lain dengan cara: memilih dan mengomentari pakaian dan penampilan anak, atau menganjurkan anak untuk berpenampilan dengan cara tertentu dan menghindari makanan tertentu.

b. Teman sebaya

Penampilan dan daya tarik fisik adalah topik penting yang khusus dibahas dan diperhatikan bagi setiap kaum wanita.

c. Media massa

Media massa berperan sangat besar dalam menyebarkan informasi mengenai standar tubuh yang ideal. Media tidak hanya memberikan informasi mengenai bentuk tubuh ideal tapi juga memberitahukan cara mencapainya melalui artikel mengenai diet dan olahraga.

d. Tahap perkembangan

Perubahan fisik yang terjadi pada masa dewasa awal yang diakibatkan oleh penggunaan KB hormonal belum tentu membuat kaum wanita menjadi puas dengan bentuk tubuhnya. Menurut Trzesniewski (dalam Shaffer, 2005) pada usia dewasa awal merupakan masa di mana harga diri individu menjadi lebih kuat dan stabil maka dapat dimungkinkan harga diri dapat menjadi sebuah patokan dalam menilai diri (*self*) dan cukup berpengaruh dalam perkembangan kehidupan individu selanjutnya.

Faktor lain yang turut mempengaruhi kepuasan *body image* menurut Small (2001) yaitu kebudayaan. Kebudayaan merupakan sistem nilai budaya yang dimiliki oleh setiap budaya dapat mempengaruhi *body image*. Seseorang akan mengikuti konsep ideal yang sesuai dengan sistem nilai budaya yang dianutnya (Small, 2001).

Selain itu, hasil penelitian Latner, Boyes & Fletcher (2007) menyebutkan bahwa pria dan wanita yang telah menikah dan mempunyai harga diri yang tinggi, merasa lebih puas dengan tubuh yang dimiliki. Penelitian lain dari Dorak (2011) juga menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara harga diri dan *body image* pada remaja wanita, hal ini nampak pada remaja wanita yang mempunyai harga diri tinggi, juga mempunyai *body image* yang positif. Dari beberapa hasil penelitian ini terlihat bahwa harga diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *body image*.

Berdasarkan beberapa pendapat mengenai pengertian *body image* di atas, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa *body image* merupakan suatu gambaran/ persepsi individu terhadap bentuk tubuhnya yang diliputi perasaan puas maupun tidak puas terhadap bentuk dan ukuran tubuh secara keseluruhan yang bisa dipengaruhi oleh harga diri. *Body image* dapat diukur atau dilihat melalui evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan area tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan persepsi terhadap ukuran tubuh.

B. Harga Diri (*Self Esteem*)

1. Pengertian Harga Diri (*Self Esteem*)

Baron dan Byrne (2004) mendefinisikan harga diri sebagai penilaian yang dibuat oleh setiap individu yang mengarah pada dimensi negatif dan positif. Hal yang senada diungkapkan oleh Santrock (1998, dikutip dari Diana, 2007) bahwa harga diri merupakan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri secara positif atau negatif. Individu yang memiliki harga diri yang positif akan menerima dan menghargai dirinya sendiri apa adanya. Dalam harga diri tercakup evaluasi dan penghargaan terhadap diri sendiri dan menghasilkan sikap positif atau negatif terhadap dirinya sendiri. Sikap positif terhadap diri sendiri adalah sikap terhadap kondisi diri, menghargai kelebihan dan potensi diri, serta menerima kekurangan yang ada. Sedangkan yang dimaksud dengan sikap negatif adalah sikap tidak suka atau tidak puas dengan kondisi diri, tidak menghargai kelebihan diri dengan melihat diri sebagai sesuatu yang selalu kurang.

Self esteem (harga diri) merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri baik positif maupun negatif, dan merupakan persepsi diri terhadap penghargaan, penerimaan serta perlakuan orang lain terhadap dirinya yang tumbuh dari interaksi sosial, usaha pribadi yang memberikan pengalaman tertentu pada individu (Henggaryadi & Fakhrurrozi, 2008).

Menurut Coopersmith, 1967 (dalam Diana, 2007) harga diri adalah penilaian yang dibuat oleh individu mengenai hal-hal yang berkaitan dengan dirinya, yang diekspresikan ke dalam sikap setuju atau tidak setuju, sehingga terlihat tingkat dimana individu meyakini dirinya sebagai individu yang mampu, penting, sukses, dan berharga.

Diana (2007) menyatakan bahwa harga diri adalah penilaian atau pandangan individu terhadap dirinya atau hal-hal yang berkaitan dengan dirinya yang diekspresikan pada dimensi positif yaitu menghargai kelebihan diri serta menerima kekurangan yang ada dan dimensi negatif yaitu tidak puas dengan kondisi diri, tidak menghargai kelebihan diri serta melihat diri sebagai sesuatu yang selalu kurang.

2. Dimensi-dimensi Harga Diri

Dimensi harga diri yang dikemukakan oleh Coopersmith, 1967 (dalam Diana, 2007) yaitu:

1. Keberartian (*Significance*)

Penerimaan, perhatian dan kasih sayang yang diterima dari orang lain. Penerimaan ditandai oleh kehangatan, respon positif, ketertarikan serta rasa suka terhadap individu apa adanya. Perwujudan dari rasa penghargaan serta ketertarikan tersebut secara umum dikategorikan dengan istilah penerimaan (*acceptance*) dan popularitas (*popularity*), dan kebalikannya adalah penolakan serta isolasi. Dampak utama dari perlakuan serta perwujudan kasih sayang tersebut adalah tumbuhnya perasaan dihargai yang

merupakan refleksi dari penghargaan yang diterima dari orang lain. Semakin banyak orang menunjukkan sikap serupa terhadap mereka, dan semakin sering hal itu terjadi, akan semakin besar pula kemungkinan tumbuhnya pemahaman yang positif akan jati dirinya.

2. Kekuatan (*Power*)

Kemampuan seseorang untuk mempengaruhi terjadinya sesuatu dengan mengendalikan sikap dirinya maupun orang lain. Secara umum pengaruhnya dapat dilihat dari pengakuan dan penghargaan yang diterima dari orang lain serta sejauh mana orang lain menghargai hak serta ide-idenya.

3. Kompetensi (*Competence*)

Tingkat dimana performansi yang tinggi dalam pelaksanaan tugas-tugas yang bervariasi.

4. Kebajikan (*Virtue*)

Kepatuhan terhadap prinsip-prinsip etis, moral, dan agama. Individu mematuhi prinsip-prinsip etis, moral, dan agama yang telah diterimanya dan diinternalisasi. Memiliki sikap diri yang positif terhadap keberhasilan untuk memenuhi tujuan dari prinsip-prinsip tersebut.

3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Harga Diri

Menurut Coopersmith, 1967 (dalam Diana, 2007) faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri yaitu:

1. Perasaan dihargai, diterima dan diperhatikan yang diterima individu dari orang-orang yang penting dalam hidupnya. Hal ini menyebabkan individu menilai diri berharga, yang diterapkan dalam pengembangan aspek-aspek di dalam diri.

2. Pengalaman keberhasilan

Status dan posisi individu dalam kehidupannya. Keberhasilan individu berhubungan dengan status individu tersebut di dalam komunitas. Keberhasilan tersebut merupakan dasar pembentukan harga diri. Individu yang menganggap diri berharga akan mencapai harga diri yang tinggi.

3. Nilai dan aspirasi

Keberhasilan dan kekuatan individu tidak secara langsung diterima, tetapi dipilih dan disesuaikan dengan nilai-nilai dan tujuan hidup individu tersebut.

4. Cara individu merespon penilaian orang lain

Individu dapat memperkecil atau menekan penilaian orang lain yang dianggap tidak sesuai dengan diri. Memperkecil dan menekan penilaian orang lain yaitu dapat berupa menolak atau mengabaikan penilaian orang lain.

Berdasarkan uraian dari beberapa pendapat di atas, maka dapat peneliti simpulkan bahwa harga diri (*self esteem*) merupakan suatu bentuk penilaian terhadap diri sendiri baik terhadap kemampuan diri, potensi yang dimiliki oleh diri sendiri, dan kepuasan terhadap diri sendiri

yang bisa dilihat dan diukur melalui makna kebaratian diri (*significance*), kemampuan/kekuatan diri (*power*), kompetensi diri (*competence*) dan kebajikan diri (*virtue*).

C. Wanita Akseptor KB

Usia antara 20 sampai 45 tahun, sering dihubungkan dengan masa subur atau masa usia produktif. Di usia ini wanita harus lebih memperhatikan kondisi tubuhnya agar selalu dalam kondisi prima dan bugar agar terhindar dari berbagai macam penyakit khususnya untuk persiapan masa tua nantinya seperti penyakit yang kerap menjadi permasalahan dunia terhadap wanita setelah masa menopause. (Hurlock, 1994).

Menurut hasil penelitian dalam profil kesehatan Indonesia tahun 2009-2010 menyatakan bahwa usia subur seorang wanita biasanya antara 15-49 tahun. Karena itu untuk mengatur jumlah kelahiran atau menjarangkan kelahiran, wanita/pasangan ini lebih diprioritaskan untuk menggunakan alat/cara KB. Tingkat pencapaian pelayanan keluarga berencana dapat dilihat dari cakupan peserta KB yang sedang/pernah menggunakan alat kontrasepsi, tempat pelayanan KB, dan jenis kontrasepsi yang digunakan oleh akseptor. Proporsi wanita umur 15-49 tahun berstatus menikah (pasangan usia subur/PUS) yang sedang dan yang pernah menggunakan/memakai alat kontrasepsi (BPS Kabupaten Sidoarjo, 2009). berdasarkan hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional tahun 2008 sebesar 58,62%, tidak banyak mengalami perkembangan sejak tahun 2004. Data yang didapatkan dari BKKBN pada

tahun 2009 (dalam Profil Kesehatan Indonesia 2009, 2010) peserta KB aktif sebesar 75,70%.

Perlu diketahui bahwa kontrasepsi hormonal yaitu KB suntik dan pil KB mempunyai efek samping berupa *amenorea*, pendarahan bercak (*spotting*), perubahan berat badan (meningkatnya/menurunnya berat badan), tetapi efek samping ini jarang menimbulkan bahaya dan cepat hilang (Saifuddin, 2003). Kontrasepsi hormonal memiliki dua efek samping utama yang mempengaruhi semua wanita yang menerima (akseptor KB), yaitu perubahan menstruasi dan tertunda untuk kembali subur. Pada penggunaan lebih dari 1 tahun, tiga perempat pengguna Kontrasepsi hormonal mengalami efek samping utama yaitu kenaikan berat badan (Varney, 2006). Umumnya penambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama.

Mayoritas wanita di Indonesia telah sadar dengan pelaksanaan program pemerintah keluarga berencana (program KB), namun tidak sedikit dari wanita yang telah melaksanakan program KB mengeluhkan perubahan kondisi fisik yang terjadi setelah menjadi akseptor KB. Menurut Varney (2006), dua efek samping utama yang mempengaruhi semua wanita yang menjadi akseptor KB adalah perubahan menstruasi dan tertundanya untuk kembali subur. Efek samping utama yang lain adalah kenaikan berat badan.

Berdasarkan hasil penelitian survey di kabupaten Tuban, menyatakan bahwa hampir seluruh akseptor KB yang menjadi subyek penelitian (90,00%) mengalami kenaikan berat badan > 2 Kg. Kenaikan berat badan > 2 Kg

merupakan salah satu efek samping dari penggunaan KB yang normal dan umum terjadi dalam tahun pertama pemakaian. Akseptor KB yang mengalami kenaikan berat badan mengaku bahwa nafsu makan mereka meningkat sedangkan pemenuhan nutrisi yang tidak seimbang dengan pemakaian energi untuk aktifitas, mendukung adanya penumpukan lemak serta peningkatan berat badan. Pertambahan berat badan yang nyata, satu tahun sekitar 2 Kg, tetapi dapat juga lebih dari 4 Kg per tahun (Setyaningsih, Rukhayati & Puspitadewi, 2010).

Dalam penelitian Setyaningsih, Rukhayati & Puspitadewi (2010), juga menyimpulkan bahwa akseptor mengalami gangguan citra tubuh sehubungan dengan kenaikan berat badan. Sebagian besar akseptor KB tidak senang dengan kenaikan berat badan dan mempengaruhi penampilan. Karena akseptor KB tersebut tidak dapat menerima perubahan, persepsi negatif pada tubuh (kenaikan berat badan). Mereka menganggap dirinya tidak langsing, tidak enak dipandang, tidak *sexy*, mempengaruhi penampilan dan merasa malu.

D. Hubungan Antara Harga Diri dengan *Body Image*

Menurut Varney (2006), bahwa kontrasepsi hormonal yaitu KB suntik dan pil KB memiliki dua efek samping utama yang mempengaruhi semua wanita yang menerima (akseptor KB), yaitu perubahan menstruasi dan tertunda untuk kembali subur. Pada penggunaan lebih dari 1 tahun, tiga perempat pengguna kontrasepsi hormonal mengalami efek samping utama

yaitu kenaikan berat badan. Umumnya penambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama.

Menurut Manuaba (1998), Banyak orang mengalami kegemukan merasa malu atau rendah diri karena bentuk tubuhnya yang dianggap lucu atau tidak menarik. Tidak sedikit diantaranya yang mengalami hambatan dalam hubungan sosial dengan orang lain. Sebagian besar akseptor KB takut/kuatir dengan kenaikan berat badan, mereka takut bila dapat menyebabkan penyakit, takut jelek, takut tidak lincah lagi dan sebagainya. Bahkan sebagian besar akseptor KB mengatakan suaminya tidak senang dengan kenaikan berat badan. Hal inilah yang akan mendorong akseptor berpersepsi negatif terhadap dirinya, menganggap dirinya jelek, penampilannya tidak menarik dan tidak percaya diri (wawancara dengan 2 kerabat wanita peneliti, 30 Maret 2013).

Cash dan Pruzinsky (dalam Thompson, Heinberg, Altabe, 1999) menyebutkan bahwa *body image* merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif atau negatif. Cash & Deagle (dalam Jones, 2001) berpendapat bahwa *body image* adalah tingkat kepuasan seseorang terhadap fisiknya yang sekarang (ukuran, bentuk, penampilan secara umum).

Menurut Melliana (2006), bahwa citra tubuh mengacu pada gambaran seseorang tentang tubuhnya yang dibentuk dalam pikirannya, yang lebih banyak dipengaruhi oleh *self esteem* orang itu sendiri, daripada oleh penilaian orang lain tentang kemenarikan fisik yang sesungguhnya dimiliki oleh orang

tersebut, serta dipengaruhi pula oleh keyakinannya sendiri dan sikap terhadap tubuh sebagaimana gambaran ideal dalam masyarakat. Citra tubuh ini secara umum dibentuk dari perbandingan yang dilakukan seseorang atas fisiknya sendiri dengan standar kecantikan yang dikenal oleh lingkungan sosial dan budayanya.

Hasil penelitian Latner, Boyes & Fletcher (2007) menyebutkan bahwa pria dan wanita yang telah menikah dan mempunyai harga diri yang tinggi, merasa lebih puas dengan tubuh yang dimiliki. Penelitian lain dari Dorak (2011) juga menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara harga diri dan *body image* pada remaja wanita, hal ini nampak pada remaja wanita yang mempunyai harga diri tinggi, juga mempunyai *body image* yang positif. Dari beberapa hasil penelitian ini terlihat bahwa harga diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *body image*.

Beberapa ahli citra tubuh percaya bahwa ketidakpuasan terhadap sosok tubuh, terutama apabila diikuti dengan adanya perasaan benci terhadap tubuh, merupakan ekspresi dari harga diri yang rendah dan perasaan inadkuat. Perasaan inadkuat tersebut dapat berasal dari kebencian pada tubuh yang mendasar. Atau di sisi lain, persepsi terhadap tubuh yang sangat tidak ideal tersebut mungkin saja berasal dari *self esteem* yang rendah. Tubuh merupakan bagian dari diri yang terlihat (bagian yang konkret), sehingga bila seseorang merasa ambivalen (mendua) terhadap dirinya sendiri, ia juga akan merasa ambivalen terhadap tubuhnya (Melliana, 2006).

E. Kerangka Teoritik

Perlu diketahui bahwa kontrasepsi hormonal yaitu KB suntik dan pil KB memiliki dua efek samping utama yang mempengaruhi semua wanita yang menerima (akseptor KB), yaitu perubahan menstruasi dan tertunda untuk kembali subur. Pada penggunaan lebih dari 1 tahun, tiga perempat pengguna kontrasepsi hormonal mengalami efek samping utama yaitu kenaikan berat badan (Varney, 2006). Umumnya penambahan berat badan tidak terlalu besar, bervariasi antara kurang dari 1 kg sampai 5 kg dalam tahun pertama.

Menurut Manuaba (1998), Banyak orang mengalami kegemukan merasa malu atau rendah diri karena bentuk tubuhnya yang dianggap lucu atau tidak menarik. Tidak sedikit diantaranya yang mengalami hambatan dalam hubungan sosial dengan orang lain. Sebagian besar akseptor KB takut/kuatir dengan kenaikan berat badan, mereka takut bila dapat menyebabkan penyakit, takut jelek, takut tidak lincah lagi dan sebagainya. Bahkan sebagian besar akseptor KB mengatakan suaminya tidak senang dengan kenaikan berat badan. Hal inilah yang akan mendorong akseptor berpersepsi negatif terhadap dirinya, menganggap dirinya jelek, penampilannya tidak menarik dan tidak percaya diri (wawancara pada tanggal 30 Maret 2013).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Latner, Boyes & Fletcher (2007) menyebutkan bahwa pria dan wanita yang telah menikah dan mempunyai harga diri yang tinggi, merasa lebih puas dengan tubuh yang

dimiliki. Penelitian lain dari Dorak (2011) juga menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara harga diri dan *body image* pada remaja wanita, hal ini nampak pada remaja wanita yang mempunyai harga diri tinggi, juga mempunyai *body image* yang positif. Dari beberapa hasil penelitian ini terlihat bahwa harga diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *body image*. Penilaian mengenai penampilan fisik inilah yang dinamakan dengan *body image*.

Cash dan Pruzinsky (dalam Thompson, Heinberg, Altabe, 1999) menyebutkan bahwa *body image* merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif atau negatif. Cash & Deagle (dalam Jones, 2001) berpendapat bahwa *body image* adalah tingkat kepuasan seseorang terhadap fisiknya yang sekarang (ukuran, bentuk, penampilan secara umum).

Menurut Melliana (2006), bahwa citra tubuh mengacu pada gambaran seseorang tentang tubuhnya yang dibentuk dalam pikirannya, yang lebih banyak dipengaruhi oleh *self esteem* orang itu sendiri, daripada oleh penilaian orang lain tentang kemenarikan fisik yang sesungguhnya dimiliki oleh orang tersebut, serta dipengaruhi pula oleh keyakinannya sendiri dan sikap terhadap tubuh sebagaimana gambaran ideal dalam masyarakat. Citra tubuh ini secara umum dibentuk dari perbandingan yang dilakukan seseorang atas fisiknya sendiri dengan standar kecantikan yang dikenal oleh lingkungan sosial dan budayanya.

Beberapa ahli citra tubuh percaya bahwa ketidakpuasan terhadap sosok tubuh, terutama apabila diikuti dengan adanya perasaan benci terhadap tubuh, merupakan ekspresi dari harga diri yang rendah dan perasaan inadkuat. Perasaan inadkuat tersebut dapat berasal dari kebencian pada tubuh yang mendasar. Atau di sisi lain, persepsi terhadap tubuh yang sangat tidak ideal tersebut mungkin saja berasal dari *self esteem* yang rendah. Tubuh merupakan bagian dari diri yang terlihat (bagian yang konkret), sehingga bila seseorang merasa ambivalen (mendua) terhadap dirinya sendiri, ia juga akan merasa ambivalen terhadap tubuhnya (Melliana, 2006).

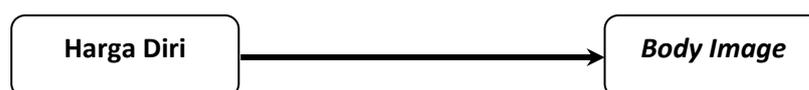
Menurut Coopersmith, 1967 (dalam Diana, 2007) harga diri adalah penilaian yang dibuat oleh individu mengenai hal-hal yang berkaitan dengan dirinya, yang diekspresikan ke dalam sikap setuju atau tidak setuju, sehingga terlihat tingkat dimana individu meyakini dirinya sebagai individu yang mampu, penting, sukses, dan berharga.

Berdasarkan pada pendekatan humanistik Carl Rogers yang menyatakan bahwa manusia tidak lagi dipandang sebagai makhluk yang bereaksi secara pasif pada lingkungan, tetapi sebagai makhluk yang selalu berusaha memahami lingkungannya. Manusia berusaha menemukan identitas dirinya dan mencapai apa yang didambakannya. Pada aliran psikologi humanistik Carl Rogers ini lebih mengutamakan pada diri (*self*) dari setiap individu. Teori humanistik ini menyatakan bahwa perilaku manusia dipandang berdasarkan persepsi manusia terhadap diri (*self*) yang dipengaruhi oleh pengalaman diri, interaksi sosial dan proses belajar yang

diperoleh sebelumnya sehingga individu tersebut mampu untuk mengaktualisasikan dirinya (Hall & Lindzey, 2006). Menurut Hall & Lindzey (2006), persepsi yang dimaksud adalah pikiran, keyakinan dan nilai-nilai internal yang dimiliki seseorang tentang dirinya (*self*) baik itu negatif ataupun positif.

Menurut Rosyidi (2011), teori humanistik Carl Rogers memfokuskan pada tingkah laku manusia yang dapat difahami dari bagaimana individu tersebut memandang realita secara subyektif. Dalam permasalahan penelitian ini akan menekankan pada persepsi wanita yang menggunakan KB, bagaimana wanita akseptor KB mempersepsikan tubuhnya (*body image*) sebagaimana pengalaman yang pernah dialami dan proses belajar dari interaksi sosial yang didapatkan mengenai citra tubuh/ *body image* baik positif ataupun negatif. Ketika wanita dalam proses memahami citra tubuhnya, bisa jadi dipengaruhi oleh *self esteem* wanita itu sendiri, karena menurut Rogers (dalam Hall & Lindzey, 2006) bahwa setiap individu mempunyai kebutuhan akan penghargaan yang positif dan kebutuhan akan harga diri sehingga individu mampu untuk mencapai aktualisasi dirinya.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti membuat skema hubungan antara harga diri dengan *body image* sebagai berikut:



Gambar 1.1 Skema hubungan antara Harga Diri dengan *Body Image*

F. Hipotesis

Berdasarkan kerangka teoritik di atas, maka hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan antara Harga Diri dengan *Body Image* pada wanita akseptor KB.