

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hurlock (1999) mengatakan masa dewasa awal yang dimulai pada umur 18 tahun sampai umur 40 tahun merupakan fase terjadinya perubahan-perubahan fisik dan psikologis serta menjadi masa yang baik untuk kemampuan reproduktif seseorang. Masa perkembangan kedewasaan seseorang memang tidak bisa diukur dengan Usia, namun secara umum masa dewasa dimulai saat berakhirnya masa remaja akhir. Hal itu biasanya ditandai dengan berakhirnya konflik-konflik dan gejolak pada masa remaja tersebut. Pada masa ini akan terjadi perubahan dalam diri individu, yakni dari aspek fisik, kognitif dan peran sosial di masyarakat (Papalia, Old & Feldman, 2008). Menurut Havighurst (dalam Kaesaria, 2012) tugas perkembangan dewasa awal adalah menikah atau membangun suatu keluarga, mengelola rumah tangga, mendidik atau mengasuh anak, memikul tanggung jawab sebagai warga negara, membuat hubungan dengan suatu kelompok sosial tertentu, dan melakukan suatu pekerjaan.

Dalam memenuhi tugas perkembangannya untuk menikah atau membangun suatu keluarga maka usia dewasa awal menjadi masa permulaan dimana seseorang mulai menjalin hubungan secara intim dengan lawan jenisnya. Sayangnya dengan adanya perkembangan fisik yang terjadi, individu mengalami penambahan berat badan. Penambahan berat badan membuat wanita dewasa awal ingin memiliki bentuk tubuh yang ideal serta kebutuhan untuk tampil sempurna sehingga berpotensi mengalami gangguan *body image*. Gangguan

body image biasanya melibatkan persepsi negatif tentang penampilan fisiknya. Individu dengan gangguan *body image* Akan mengalami ketidakpuasan bentuk tubuhnya dan perubahan pola makannya.

Bohne (dalam Surya, 2014) menemukan setidaknya 74% mahasiswi di Amerika Serikat mengalami gangguan *body image*. Studi yang dilakukan majalah *Psychology Today* pada lebih dari 4000 orang menemukan 50% wanita merasakan ketidakpuasan terhadap penampilan mereka. Bagian utama yang menyebabkan ketidakpuasan pada wanita yaitu daerah perut (71%), berat badan (66%), dan bagian pinggang (60%). Studi yang dilakukan oleh Fakultas Keperawatan Universitas Udayana, khususnya pada mahasiswa wanita, 38% responden menyatakan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya dan 46% mengaku mengikuti program untuk mengatasi masalah berat badan. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Yuanita dan Elizabeth (2013), pada 150 perempuan di Surabaya menjelaskan bahwa subjek dewasa awal mengalami *body dissatisfaction* atau ketidakpuasaan terhadap bentuk tubuhnya, hasil yang didapatkan dari penelitiannya yaitu perempuan berada pada kategori tinggi (52%) dan sedang (34%) dalam ketidakpuasaan terhadap bentuk tubuh.

Menurut Cash dan Pruzinsky (2002), perasaan tidak puas terhadap tubuh dan cara pandang individu terhadap berat badannya berhubungan dengan *body image* seseorang. *Body image* mengacu pada persepsi menyeluruh mengenai tubuh, termasuk pikiran, perasaan, dan reaksi seseorang mengenainya (Adi, 2008). Sebagai tambahan, Cash (dalam Andea, 2010) mengatakan *body image* merupakan konstruk multidimensional yang terdiri dari persepsi, kognisi, emosi, dan perilaku yang berkaitan dengan atribut fisik. Cash dan Pruzinky (2002)

mengatakan citra tubuh merupakan gambaran-gambaran yang merujuk pada persepsi dan perilaku seseorang tentang tubuh mereka sendiri yang tidak hanya dilihat dari penampilan secara keseluruhan tapi setiap bagian tubuhnya.

Islam menjelaskan kecantikan merupakan anugerah yang diberikan Allah kepada wanita. Ini merupakan arti kecantikan yang sesungguhnya menurut ajaran agama agar individu tidak melanggar aturan-aturan yang telah ditetapkan oleh Allah SWT. Islam tidak memiliki konsep yang pasti untuk kriteria cantik secara fisik. Namun, sekarang ini yang terjadi adalah banyak perempuan yang menilai bahwa seseorang dapat dibilang cantik apabila ia memiliki kulit wajah putih dan halus, bulu mata lentik, hidung mancung, dan bentuk badan yang ideal. Sehingga banyak orang-orang yang rela berkorban agar dapat terlihat cantik dengan melakukan operasi plastik atau diet yang tidak wajar serta melakukan perilaku merokok untuk menahan nafsu makan. Padahal cantik yang sesungguhnya tidak hanya dilihat dari bentuk fisik melainkan perilaku dan hati, sebagaimana yang tertulis dalam hadits berikut:

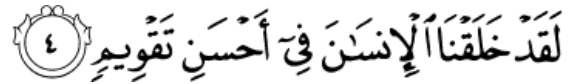
عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: ((إِنَّ اللَّهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى صُورِكُمْ وَأَمْوَالِكُمْ وَلَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى قُلُوبِكُمْ وَأَعْمَالِكُمْ)). رواه مسلم

Artinya:

“Dari Abu Hurairah ia berkata, Rasulullah bersabda: “Sesungguhnya Allah tidak melihat kepada rupa kalian dan harta kalian akan tetapi Dia melihat kepada hati-hati kalian dan perbuatan-perbuatan kalian.” (HR. Muslim)

Dalam hadits ini Rasulullah ingin memberikan standar penilaian kemuliaan seorang hamba di sisi Allah. Kemuliaan seseorang di pandangan Allah bukan hanya dilihat dari sisi lahirnya saja seperti rupa yang cantik, harta yang

berlimpah, keturunan yang baik dan seterusnya. Akan tetapi Allah hanya melihat amal hatinya seperti keikhlasan, rasa khauf ketundukan dan juga amal anggota badan seperti shalat, puasa, dan lain-lain. Seperti dalam Firman Allah:



Artinya:

“Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.” (QS. At Tin (95): 4)

Ayat ini menjelaskan bahwa Allah menciptakan manusia dalam bentuk makhluk yang paling sempurna dari segi rupanya. Jadi wanita tidaklah perlu terlalu sibuk mempercantik penampilan fisik karena sesungguhnya kecantikan seorang Muslimah bukan dinilai dari fisiknya, tetapi dinilai dari perbuatannya, akhlak dan ketaatan kepada Allah SWT.

Kepedulian terhadap *body image* yang ideal dapat mengarah kepada usaha obsesif untuk mengendalikan berat badan (Davison & Birchdala dalam Papalia, 2008). Dacey dan Kenny (dalam Andea, 2010) mengatakan beberapa usaha yang dilakukan wanita dewasa awal untuk mendapat berat badan ideal adalah dengan diet, olah raga, perawatan tubuh dan mengkonsumsi obat pelangsing. Hal ini didukung juga dengan penelitian Wall (2011) pada 2409 wanita dewasa awal di Amerika Serikat bahwa mereka yang mengontrol berat badan dengan melewati makan sebanyak 46,6 %. Selain itu, 16 % wanita dewasa awal berpuasa untuk menguruskan badan, 12,9% melakukan diet ketat dengan menolak satu atau lebih jenis makanan, dan 6,6% memuntahkan makan dengan paksa.

Maka dapat disimpulkan bahwa sekitar 80% dari wanita dewasa awal yang diteliti mengontrol berat badan melalui perilaku makan yang tidak sehat. Namun tidak hanya melakukan perilaku makan yang tidak sehat, wanita dewasa awal yang ingin mendapatkan *body image* yang ideal juga merokok untuk menahan nafsu makannya. Seperti penelitian lainnya, yang menyatakan perempuan yang tidak puas terhadap *body image*-nya berusaha untuk menurunkan berat badannya supaya dapat mencapai standar kurus ideal dengan beragam cara antara lain, berdiet (Charles & Kerr, dalam Helena, 2013), memuntahkan makanan, menyalahgunakan obat-obatan laksatif, diuretik atau obat-obatan lain, berolahraga berlebihan atau merokok (Crocker, dalam Helena, 2013).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Arfiani (2009) menjelaskan merokok dapat menekan rasa lapar hingga mampu menurunkan berat badan. Hal tersebut merupakan alasan wanita dewasa awal tetap bertahan dengan perilaku merokoknya. Stice dan Shaw (2003) yang meneliti hubungan antara *body image*, pola makan dan gangguan afektif terhadap onset perilaku merokok pada wanita dewasa awal menunjukkan hasil bahwa *body image* dan gangguan pola makan menandai kenaikan risiko untuk mulai merokok pada wanita dewasa awal.

Padahal wanita yang merokok akan merasakan dampak tertentu. Data Depkes dan Organisasi Kesehatan Dunia menyebutkan penggunaan tembakau menyebabkan penyakit dan kematian sebanyak 22,6% dari 3320 kematian di Indonesia. Asap rokok mengandung 4.000 bahan kimia dan 43 di antaranya penyebab kanker. Bukti cukup kuat tersebut menyatakan bahwa tembakau sebagai penyebab kanker mulut, tenggorokan, lambung, pankreas, hati, ginjal, ureter, kandung kemih, mulut rahim, dan sumsum tulang (Aditam, 2006).

Dalam Islam, merokok masih menjadi suatu perdebatan antara diperbolehkan atau tidak. Rokok memiliki banyak dampak bagi kesehatan, sedangkan Islam mengajarkan kita untuk memakan makanan yang halal, baik dan memberi dampak yang bermanfaat bagi tubuh, seperti yang dijelaskan dalam Al-Qur'an;

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ
الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ

Artinya:

“Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan; karena sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu.” (Qs. Al Baqarah (2): 168).

Ayat ini menjelaskan bahwa Allah adalah Maha Pemberi Rezeki bagi seluruh makhluk-Nya sehingga dalam hal pemberian nikmat, Allah membolehkan manusia untuk memakan segala hal yang ada di muka bumi, yaitu makanan yang halal, baik, dan bermanfaat bagi dirinya serta tidak membahayakan bagi tubuh dan akal pikirannya (Ibnu Katsir, 1988).

Meskipun wanita dewasa awal bisa mendapatkan cukup banyak kerugian dari rokok, ternyata jumlah perokok wanita terus meningkat. Data dari Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 Kementerian Kesehatan RI menunjukkan bahwa persentase perokok Indonesia di atas usia 15 tahun terus meningkat pada tahun 2007 mencapai 34,2% dan meningkat menjadi 36,3% di tahun 2013 (Helmi, 2014). Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2007 dan 2010 menyebutkan, persentase perokok perempuan dewasa awal pun meningkat lebih

dari dua kali lipat. Dari tahun 2001 yang hanya 1,3% menjadi 4,2% di tahun 2010 perokok wanita dewasa awal. Jumlah perokok wanita adalah empat persen dari total perokok di Indonesia yang mencapai 65 juta perokok aktif, jadi jumlah perokok wanita 2,6 juta jiwa (<http://carahidup.um.ac.id/2009/09/10-negara-dengan-jumlah-perokok-terbesar-didunia/2009>). Industri rokok di Indonesia juga sudah mengincar perempuan sebagai target pasar. Hal ini bisa dilihat dari produk rokok yang sudah dibuat semakin dekat dengan perempuan (dalam Halimah & Rosiana, 2014). Serta data dari lembaga demografi universitas Indonesia (2008), menunjukkan sebesar 8% perokok dari total perokok di Jakarta adalah wanita. Jumlah perokok wanita mencapai 240 ribu dari 3 perokok aktif di Jakarta (Republika, 2010).

Bungsu (2013) mengatakan bahwa alasan wanita dewasa awal merokok, yakni dapat membuat tenang, nyaman, dan rileks, mengikuti ajakan teman, menghilangkan stres, mengisi waktu luang, membuat percaya diri dan terlihat gaul, serta banyak tempat yang tidak ada larangan merokok. Selain itu penelitian lain dilakukan oleh koalisi untuk Indonesia sehat, menambahkan bahwa alasannya juga berkaitan dengan tertantang melakukan hal yang dilakukan pria, kebiasaan dalam kelompok pertemanan, dan agar dapat diterima dalam sebuah kelompok (<http://lifestyle.okezone.com/read/2008/09/12/27/145232/remaja-merokok-salah-lingkungan>). Sebagian ada juga yang coba berhenti tetapi tidak bertahan lama karena lingkungan yang justru mendukung perilaku merokok. Persepsi tersebut dipicu oleh gencarnya promosi yang justru dilakukan oleh wanita (*Sales Promotion Girls*), yang mencitrakan wanita modern dengan kebiasaan merokok. Medical Women's Internasional Association AS juga menyatakan wanita

merokok karena kebiasaan tersebut dianggap salah satu Cara untuk menekan berat badan agar tetap langsing (Sinta, 2007).

Perilaku merokok yang muncul biasanya diawali oleh sebuah keinginan. Dalam psikologi keinginan dapat diukur melalui intensi. Intensi adalah suatu indikasi kesiapan seseorang untuk menampilkan suatu tingkah laku (Ajzen, 1988). Semua perilaku termasuk perilaku merokok yang terjadi karena adanya intensi. Menurut Chaplin (2006), intensi didefinisikan sebagai maksud, pamrih, keinginan, suatu perjuangan guna mencapai satu tujuan, ciri-ciri yang dapat dibedakan dari proses psikologis yang mencakup kaitannya dengan suatu objek. Intensi merupakan komponen dalam diri individu yang mengacu pada keinginan untuk melakukan tingkah laku tertentu.

Dari pemaparan di atas, dapat diartikan bahwa intensi adalah keinginan atau *belief* seseorang untuk melakukan suatu tindakan atau tingkah laku. Dengan kata lain semakin kuat keinginan individu maka semakin besar keinginan individu memunculkan intensi merokok. Penulis melihat bahwa perilaku merokok di kalangan wanita dewasa awal telah menjadi sebuah fenomena baru dalam pergaulan sehari-hari, yang tentu saja sangat berkaitan dengan masalah kesehatan mengingat bahaya yang ditimbulkan akibat merokok.

Meski demikian terdapat banyak wanita yang masih merokok. Bagi wanita, merokok juga dijadikan sebagai salah satu cara untuk menguruskan badan. Perilaku menguruskan badan memiliki keterkaitan dengan *body image* seseorang. Namun sejauh ini belum ada penelitian yang mengaitkan langsung hubungan antara *body image* dengan intensi merokok pada wanita dewasa awal.

Hal ini membuat peneliti tertarik untuk meneliti kaitan *body image* dan intensi merokok pada wanita dewasa awal.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam latar belakang diatas maka pertanyaan penelitian dalam penelitian ini yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan antara *body image* dengan intensi merokok pada wanita dewasa awal di Jakarta?
2. Bagaimana Islam memandang hubungan antara *Body Image* dengan Intensi Merokok pada wanita dewasa awal?

1.3 Tujuan penelitian

Tujuannya dilakukan penelitian ini, yaitu:

1. Menganalisa hubungan *body image* dengan intensi merokok pada wanita dewasa awal.
2. Mengetahui sudut pandang Islam pada *Body Image* dan Intensi merokok pada wanita dewasa awal.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

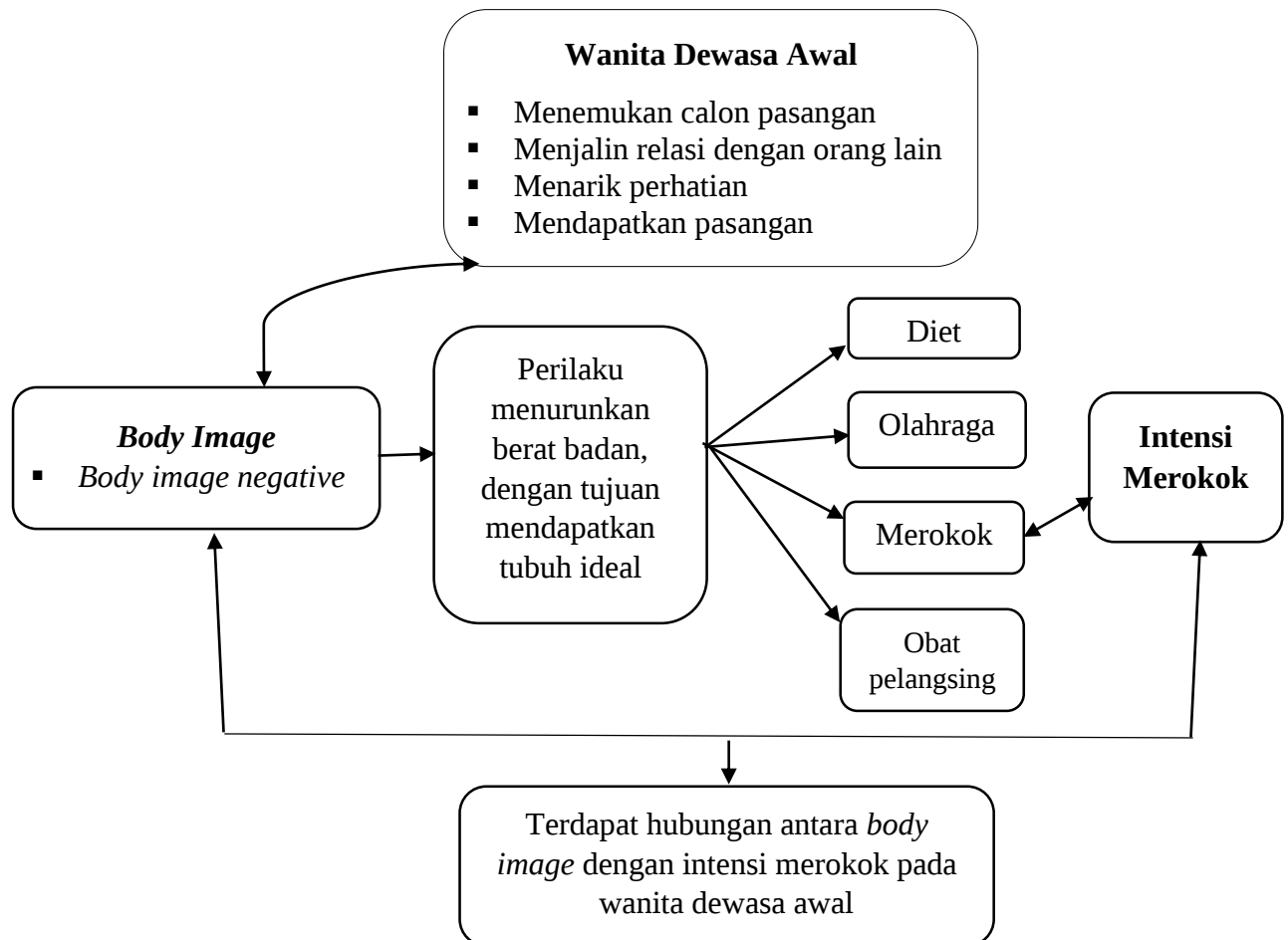
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah bagi psikologi dan memperkaya hasil penelitian yang telah ada khususnya pada penelitian yang berkaitan dengan *Body Image* dan Intensi Merokok.

1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi secara umum dan pengetahuan berkaitan dengan *body image* dan intensi

merokok pada wanita dewasa awal serta hal-hal yang terkait dengan citra diri yang baik.

1.5 Kerangka Berpikir



Dalam sepanjang hidupnya individu mempunyai tugas perkembangan yang berbeda pada tiap tahapannya. Salah satu rentang perkembangan yang terjadi adalah masa dewasa awal. Masa dewasa awal ini dimulai pada umur 18 tahun sampai umur 40 tahun (Hurlock, 1999). Pada masa dewasa awal individu mulai mengemban tugas untuk menikah dan membina keluarga, serta pada masa ini individu sudah tergolong dewasa, memiliki peran dan tanggung jawabnya tentu bertambah besar. Havighurst (dalam Kaesaria, 2012) mengemukakan bahwa tugas-tugas perkembangan dewasa awal diantaranya adalah mencari dan

menemukan calon pasangan hidup, sehingga menyebabkan besarnya kebutuhan untuk tampil sempurna dan menjalin relasi dengan orang lain.

Perasaan tidak puas dengan tubuh mengindikasikan bahwa sebagian besar wanita memandang bentuk tubuh dan ukuran tubuhnya tidak ideal. Hal ini dapat mengakibatkan *body image negative* dan individu berpotensi mengalami gangguan *body image*. Gangguan *body image* adalah perubahan persepsi tentang ukuran dan bentuk struktur tubuh yang dimiliki individu. Wanita dewasa awal dengan gangguan *body image* Akan mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya. Ketidakpuasan terhadap penampilan terjadi pada wanita yaitu di daerah perut (71%), berat badan (66%), dan bagian pinggang (60%) (Surya, 2014).

Banyak cara yang dilakukan untuk mendapat *body image* yang ideal salah satunya dengan cara merokok. Perempuan yang tidak puas terhadap *body image*-nya berusaha untuk menurunkan berat badannya supaya dapat mencapai standar kurus ideal dengan beragam cara antara lain, berdiet (Charles & Kerr, dalam Helena, 2013), memuntahkan makanan, menyalahgunakan obat-obatan laksatif, diuretik atau obat-obatan lain, berolahraga berlebihan atau merokok (Crocker, dalam Helena, 2013). Untuk itu peneliti ingin melihat apakah terdapat hubungan antara *body image* dengan intensi merokok pada wanita dewasa awal.

Dalam penelitian ini peneliti ingin melihat bagaimana hubungan antara *body image* dengan intensi merokok pada wanita dewasa awal. Wanita dewasa awal yang memiliki *body image* tidak ideal akan melakukan berbagai cara untuk

mendapatkan *body image* yang ideal, salah satunya dengan cara merokok. Wanita dewasa awal merokok karena adanya intensi atau *belief* untuk merokok, karena percaya merokok dapat menahan nafsu makan. Peneliti memiliki hipotesis bahwa *body image* dengan intensi merokok adalah dua variabel yang saling berkaitan satu sama lain dan memiliki keterkaitan yang negatif.