

**HUBUNGAN ANTARA *SELF CONCEPT* DENGAN *BODY IMAGE*
PADA REMAJA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)
Psikologi (S.Psi)



Akhdan Azhar

J01216004

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2021**

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Hubungan Antara *Self Concept* Dengan *Body Image* Pada Remaja**” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana S1 Psikologi (S. Psi) di Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak mengandung karya atau pendapat yang pernah ditulis oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka dibelakang.

Surabaya, 18 Juli 2020



Akhdan Azhar

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Hubungan Antara *Self Concept* dengan *Body Image* pada Remaja

Oleh:

Akhdan Azhar

NIM. J01216004

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 20 Juli 2020

Dosen Pembimbing



Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M. Ag

NIP. 197209271996032002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA *SELF CONCEPT* DENGAN *BODY IMAGE*
PADA REMAJA**

Oleh :

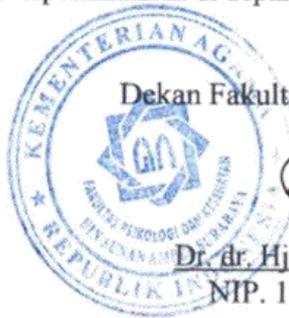
Akhdan Azhar

NIM. J01216004

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Pada Tanggal 09 Februari 2021

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M. Ag
NIP. 197209271996032002

Susunan Tim Penguji:

Penguji 1

Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M. Ag
NIP. 197209271996032002

Penguji 2

Dr. Nailatin Fauziah, S.Psi., M.Si
NIP. 197406122007102006

Penguji 3

Tatik Mukhoyyarah, S.Psi., M.Si
NIP. 19760512009122002

Penguji 4

Mei Lina Fitri Kumalasari, M.Kes
NIP. 198805182014032002



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Akhdan Azhar
NIM : J01216004
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan / Psikologi
E-mail address : akhdanazhar1@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan Antara *Self Concept* dengan *Body Image* pada Remaja

Beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 30 Maret 2021

Penulis

(Akhdan Azhar)

nama terang dan tanda tangan

dengan kesuksesan dan individu yang menjadi terkenal. Cara yang dialami pada remaja putri akan lebih lama berdiri atau melihat dihadapan cermin karena individu mempercayai sesuatu seseorang akan melirik dan tertarik pada kecantikan, daripada yang dialami pada remaja putra akan memikirkan dirinya akan dikagumi oleh lawan jenisnya jika individu terlihat unik dan hebat. Seiring dengan perubahan-perubahan pada masa pubertas, remaja putri lebih tidak merasa senang dengan keadaan bentuk tubuh individu dan mempunyai pandangan yang buruk terhadap citra tubuh individu yang mengakibatkan karena adanya berat badan individu yang semakin meningkat pada penampilan fisik (Santrock, 2008, hlm.92).

Citra tubuh merupakan persepsi dari mental yang menyeluruh dari sisi sikap dan pengalaman yang berkaitan dengan tubuh, termasuk tentang pikiran dari laki-laki ataupun perempuan yang bersifatnya lebih dewasa, lemah lembut dan daya tahan pada bentuk tubuh seseorang (Wong, 2005). Bagaimana cara manusia menilai tubuh individu berpengaruh terhadap citra tubuh. Perubahan pada penampilan fisik, struktur, atau fungsi bagian bentuk tubuh akan menjadi sebuah gangguan pada citra tubuh individu tersebut.

Bentuk tubuh setiap individu merupakan gabungan beberapa bentuk dari tubuh, pikiran dan lingkungan, yang menerapkan bagaimana individu yang saling terbuka dan saling berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Individu selalu berusaha untuk mempertahankan pola hidup untuk mengubah keadaan menjadi sehat dan optimal. Individu dengan keadaan tubuh yang optimal akan berusaha untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Individu juga

mengalami fenomena *Top-dog phenomenon* yaitu keadaan dimana individu bergerak dari tempat teratas pada saat berada pada tempat yang paling rendah ketika berada di sekolah menengah yang menyebabkan individu memiliki peluang kurang puas terhadap lingkungan sekitarnya. (Santrock,2003).

Di fase inilah fenomena citra tubuh menjadi salah satu nilai utama seperti halnya seputar tren era modern, beberapa tren *fashion* yang berkembang akan diikuti oleh para remaja pada jaman sekarang. Maka dari itu para remaja jaman sekarang lebih mengarah *fashion* didunia *korean pop (k-pop)*. Dalam lima tahun kebelakang, budaya korea berkembang pesat dan meluas di Indonesia. Fenomena ini dikenal dengan sebutan “*Korean Wave*” atau hallyu. Ini menunjukkan bahwa *Korean Wave* diterima dengan baik oleh masyarakat Indonesia. K-Pop dan K-drama, budaya korean pun ikut meluas bahkan diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari. Diantara *skincare*, *makeup*, hingga *fashion style* atau *K-style*. Jika *skincare* dan *makeup* Korea banyak menargetkan pasar golongan remaja perempuan, maka berbeda dengan *K-style* yang ikut melibatkan target golongan remaja laki-laki (hai.grid). Pada dasarnya remaja laki-laki korea dikenal sangat menjaga penampilan mereka dengan cara selalu mengikuti *fashion trends*. Maka dari itu gaya *fashion* para remaja di Indonesia menggambarkan seperti *t-shirt* dan celana kulot, *midi skirt*, *blazer* untuk para remaja perempuan, dan *oversized t-shirt*, kemeja printing serta *baseball caps* bagi para laki-laki. Namun seiring perkembangan remaja juga mulai memperhatikan tren *fashion* pada citra tubuhnya karena memang terpengaruh oleh tekanan yang didapat dilingkungan sekitarnya (Frangky,

2012). Tubuh ideal pada remaja tersebut usia dimana masa transisi yang menjadikan remaja dapat mudah berpengaruh berubah dan mudah mengikuti arus (Cristiani, 2015). Dari beberapa tren *fashion* di era modern jaman sekarang sangat berkembang di jaman sekarang kasusnya tidak sedikit yang akan memunculkan tindakan penilaian dan pengejekan bagi mereka yang tidak mengikuti atau dianggap yang tidak sesuai dengan tren.

Hal tersebut menjadi salah satu faktor yang mendorong serta memotivasi para generasi milenial jaman sekarang yang tidak mau ketinggalan terhadap tren tersebut. Terkait soal tubuh itu penting dalam era generasi sekarang. Maka dari itu kalangan orang-orang di jaman sekarang berlomba-lomba merawat tubuhnya dengan baik apalagi di masa perkembangannya yang semakin berkembang. Menurut Arnett (2012) mengemukakan bahwa masa remaja serta masa dewasa terbilang sebagai masa persiapan (*Emerging Adulthood*) kurang lebih usia 18-25 tahun.

Masa remaja adalah tahap perkembangan dimana antara masa anak-anak serta masa dewasa yang terlihat dari perubahan fisik umum serta perkembangan kognitif dan sosial. Masa remaja juga dimulai pada saat anak secara seksual sudah menjadi matang serta berakhir saat ia mencapai usia matang dilihat secara hukum (Hurlock, 2012). Diperoleh perubahan pada masa remaja secara perubahan biologis maupun psikologis. Perubahan tersebut yang terjadi adalah terkait perubahan internal serta perubahan eksternal. Perubahan internal sendiri terkait perubahan sistem hormon yang berupa pubertas

menunjukkan kematangan sosial, sistem peredaran darah, sistem pernafasan , sistem pencernaan jaringan tubuh.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada wanita di kalangan Kaukasia, hasil penelitian menunjukkan bahwa wanita cenderung melaporkan bentuk citra tubuh (*body image*) yang kurang positif dalam kaitannya dengan konsepsi sikap terhadap penampilan fisik individu dibandingkan dengan teman dewasa akhir mereka (Berk, 2012). Hal ini juga ditunjukkan oleh hasil yang menyatakan bahwa 40-70% remaja putri merasa tidak puas dengan dua atau lebih bagian tubuh mereka, salah satunya pada bagian pinggul, perut dan paha (Smolak, dalam Hanum & Entin, 2014).

Masa remaja juga memiliki tugas perkembangan diantara lain yaitu salah satunya menerima keadaan tubuhnya dengan menggunakan secara efektif. Nyatanya hanya sedikit remaja yang melakukan tugas perkembangan tersebut karena muncul rasa tidak puas terhadap tubuh yang individu miliki, serta muncul rasa kesadaran bahwasanya dalam berinteraksi sosial daya tarik fisik sangat berperan, serta adanya mulai mengembangkan pikirannya dan perhatian remaja terhadap bagaimana bentuk tubuhnya (Hurlock, 2012). Perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja merupakan kepuasan tersendiri yang sangat penting karena penampilan fisik seseorang serta identitas seksualnya adalah ciri individu yang sangat jelas serta sangat mudah dikenali banyak orang terkait interaksi.

Dalam hal ini penyebab dikarenakan kondisi citra tubuh yang menghadapi perkembangan dari jaman ke jaman serta dukungan perkembangan teknologi yang sangat modern dan maju. Namun informasi terkait perkembangan standar tubuh ideal diperoleh sangat mudah serta dijangkau oleh masyarakat yang menjadikan para perempuan di seluruh dunia terpengaruh akan perubahan tersebut, terutama remaja perempuan yang menilai tubuh ideal atas dasar informasi dari media massa yang akan terus mengidentifikasi tubuh idel mereka yang di paparkan oleh media masa tersebut (Amalia, 2007).

Penelitian sebelumnya oleh Money (2010) menemukan bahwa tingkat ketidakpuasan bentuk tubuh yang tinggi mendorong wanita di Irlandia untuk berdiet, hasil penelitian menemukan 80% wanita mengatakan penting bagi mereka untuk menjadi kurus dan 49% terlibat dalam beberapa bentuk perilaku makan. Herawati (dalam Suprpto & Aditomo, 2007) melakukan penelitian di Surabaya pada tahun 2003 yang menemukan bahwa hingga sebanyak 40% remaja akhir berusia 15-20 tahun mengalami *body dissatisfaction* dalam kategori tinggi, dan 38% dalam kategori .

Berdasarkan fenomena dalam penelitian sebelumnya terkait kecenderungan perempuan memandang tubuhnya negatif, menunjukkan bahwa gambaran diri individu dianggap penting bagi remaja perempuan, sedangkan citra tubuh didefinisikan sebagai persepsi seseorang terkait pikiran dan perasaan tentang tubuhnya (Grogan, 2008). Menurut honigman dan Castle (dalam Bestiana, 2012) *body image* adalah gambaran mental individu terhadap bentuk tubuh dan ukurannya, dan dikarenakan seseorang hanya

mempersiapkan dan memberikan masukan atau penilaian apa yang dipikirkan dan dirasakan terhadap ukuran tubuh dan bentuk tubuhnya individu, dan hasil penilaian orang lain terhadap dirinya.

Citra tubuh terdiri dari citra tubuh positif (*body satisfaction*) dan citra tubuh negatif (*body dissatisfaction*). Menurut Cash dan Szymanski (dalam Grogan, 2008), *body satisfaction* yaitu pandangan positif dan menerima bentuk tubuh yang dimiliki, sedangkan *body dissatisfaction* adalah pandangan negatif tentang bentuk tubuh dan tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki dari individu tersebut.

Bentuk tubuh seseorang yang memiliki bentuk tidak ideal atau merasa tidak puas dengan penampilan fisiknya akan menyebabkan pada pola makan, dan gangguan mental individu. Gangguan mental dapat menimbulkan efek negatif dimana individu akan mengalami depresi dan akan berujung pada tindakan bunuh diri. Situasi kehidupan seseorang yang dimana berada pada posisi disekitar lingkungan yang dikelilingi dan dipenuhi bentuk tubuh yang sempurna (Mukhlis, 2013). Tubuh merupakan aset fisik manusia yang paling mudah terlihat. Memiliki tubuh yang ideal dan indah merupakan hal yang diidamkan semua orang. Menurut Thompson (dalam Amandha, 2015) mempunyai beberapa faktot-faktor yang mempengaruhi dari *body image* antara lain yaitu tubuh yang dipengaruhi dengan berat badan dan persepsi gemuk atau kurus, budaya, siklus hidup, masa kehamilan, sosialisasi, dan konsep diri.

Menurut Stanley Hall (dalam Santrock, 2002) citra tubuh yang terbentuk berdasarkan perubahan fisik dan psikologisnya, menyebabkan berkurangnya

kemampuan reproduktif terjadi pada masa remaja rentan usia 10-20 tahun. Sumanto (2004) menjelaskan bahwa bentuk tubuh individu pada masa remaja yang mengalami perkembangan dan perubahan fisik menyebabkan terjadinya penurunan fungsi tubuh. Sedangkan tubuh individu yang mengalami penurunan fungsi tubuh memiliki bentuk tubuh yang cenderung lebih mudah gemuk, kulit kering, dan keriput (Santrock, 2002).

Penilaian rasa puas bagi remaja dengan penampilannya akan memiliki kerap menjadi suatu permasalahan yang sangat menarik untuk dibahas. Seperti yang sudah diungkapkan di atas bahwa citra tubuh individu dan identitas seksualitasnya merupakan ciri pribadi yang paling jelas dan paling mudah dikenali orang lain dalam berinteraksi. Remaja yang menilai tubuh dan penampilannya sangat penting adanya citra tubuh dalam diri agar bisa meningkatkan *Self Concept* yang positif pada individu tersebut. Karena ketika meningkatnya *Self Concept* yang positif akan semakin muda individu tersebut menimbulkan rasa percaya diri yang tinggi dan melakukan hal-hal yang positif tanpa memikirkan penilaian orang lain yang negatif. Seperti yang diungkapkan oleh Burn (dalam Ghufroon & Risnawita, 2010) *Self Concept* adalah kesan terhadap diri sendiri secara keseluruhan yang mencakup pendapatnya terhadap diri sendiri, pendapat tentang gambaran diri orang lain dan pendapatnya tentang hal-hal yang dicapai.

Sejalan dengan pendapat yang disebutkan oleh Centi (2014) yaitu pada umumnya individu yang menerima dan puas terhadap kondisi dan penampilan fisiknya memiliki citra tubuh yang positif dibandingkan dengan individu yang tidak dapat menerima dan tidak puas terhadap kondisi dan penampilan fisiknya.

Surya (2011) juga mengatakan bahwa individu yang merasa puas terhadap tubuhnya dan menyadari bentuk tubuhnya ideal akan membentuk *body image* yang positif sehingga secara tidak langsung akan membentuk *self concept* individu tersebut. Berbeda halnya dengan individu yang tidak merasa puas akan tubuhnya dan selalu menganggap tubuhnya kurang maka akan membentuk *body image* yang negatif sehingga *self concept* yang dimilikinya akan rendah. Maka dari itu peneliti menggunakan variabel x yaitu konsep diri karena konsep diri (*self concept*) termasuk kategori dari salah satu faktor yang mempengaruhi *body image* tersebut.

Terkait penjelasan remaja serta fenomena dan kasus diatas peneliti menggunakan subjek remaja dari SMA di Surabaya. Alasan peneliti menggunakan subjek remaja karena dari teori yang peneliti gunakan menjelaskan bahwa usia remaja yaitu awal masa remaja (10-14 tahun) dan akhir masa remaja (15-20 tahun). Dengan acuan umur menurut teori yang digunakan serta dimasa umur tersebut remaja mengalami perubahan terhadap kondisi fisik serta lebih memperhatikan sesuai dengan fenomena diatas yaitu salah satunya mengenai *trend fashion K-pop*. Alasan peneliti menggunakan subjek dari remaja di SMA di Surabaya ini karena didukung oleh hasil survey data awal secara garis besar bahwasanya di SMA tersebut mengalami fenomena *body image* yang dari beberapa remaja pernah mengalaminya tersebut. Hasil tersebut didapat melalui wawancara dari sumber beberapa remaja yang mewakilinya yang akan menjadi subjek dipenelitian ini.

Diperoleh hasil wawancara dari beberapa subjek di SMA Al-Falah Ketintang Surabaya, dengan hasil menunjukkan bahwa remaja memiliki kecenderungan memandang negatif tubuh yang dimilikinya. Subjek berusia 15 tahun, dirinya mengakui bahwa merasa kurang percaya diri dengan bentuk tubuhnya. Selain itu, peneliti juga mewawancarai yang merasa tidak percaya diri dengan bentuk perutnya yang ia miliki.

Penelitian melakukan wawancara pada subjek berusia 16 tahun. Hasil wawancara menunjukkan bahwa memiliki citra tubuh yang positif. Subjek lebih mengetahui bahwa kelebihan dan kekurangan pada dirinya terutama pada bagian tubuh. Subjek merasa dirinya banyak kelebihan pada beberapa bagian tubuhnya. kelebihannya menutupi kekurangan yang ia miliki. Bagi subjek ia adalah manusia yang sempurna karena ia merasakan kebanyakan orang memiliki kekurangan-kekurangan pada bentuk fisik tersebut.

Alasan peneliti mengambil subjek ini dikarenakan adanya manfaat dari *body image* positif dan negatif terkait citra tubuh pada masa remaja yang mendapatkan penilaian dari orang. Sesuai dengan berdasarkan dari penelitian oleh Irianita (2007) menjelaskan *body image* positif bahwa memiliki harga diri yang tinggi, penerimaan jati diri yang tinggi, rasa percaya diri akan kepedulian terhadap kondisi badan dan kesehatannya sendiri, serta adanya kepercayaan diri ketika menjalani hubungan dengan orang lain. Sedangkan *body image* negatif bahwa orang yang cenderung merasa tidak puas atau malu terhadap kondisi tubuhnya sehingga tidak jarang menimbulkan depresi, memiliki harga diri yang rendah atau bahkan merasa dirinya tidak berharga.

Alasan mengangkat judul tersebut karena dari fenomena tersebut bisa dilihat dari manfaat *body image* positif dari penampilan fisik adalah nilai utama untuk manusia, apakah *body image* itu penting untuk individu dan mungkinkah sangat terpengaruh terhadap *self concept* tersebut, dikarenakan ketika *body image* sudah dipandang negatif oleh orang lain akan bisa melemahkan keyakinan individu tersebut. Seperti yang dijelaskan menurut Rogers *self concept* merupakan sikap dan keyakinan individu terhadap kekurangan dan kelebihan yang dimiliki oleh individu tersebut (Elkin, 2009). Maka dari itu peneliti ingin mengetahui apakah ada keterkaitan *self concept* dengan *body image* pada remaja.

B. Rumusan Masalah

Bedasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut, yaitu “Apakah *Self Concept* berhubungan dengan *body image* pada remaja?”

C. Keaslian Penelitian

Sebagai penelitian dalam hal *body image* sudah banyak dilakukan dari berbagai persektif. Banyak penelitian-penelitian yang mengangkat fenomena *body image* dari berbagai perspektif, baik baik perspektif agama, budaya, ekonomi, kesehatan maupun pernikahan. Diantaranya adalah sebagai berikut:

Mellia Silvy Irdianty dan Rita Hadi W (2012) “Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan citra tubuh (*body image*) siswi usia sekolah dengan *menarche* di Kecamatan Sale” Tujuan penelitian dapat

mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan citra tubuh anak usia sekolah setelah *menarche*, metode kuantitatif korelasional dengan rancangan *cross sectional*, dengan subjek siswi di Kecamatan Sale. Dengan hasil yang menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya berperan terhadap citra tubuh siswi usia sekolah setelah mengalami *menarche*.

Lalu Arman Rozika dan Neila Ramdhani (2016) “Hubungan antara harga diri dan *body image* dengan online *self-presentation* pada pengguna instagram” Tujuan penelitian untuk melihat faktor psikologis apa yang memengaruhi seseorang ketika berperilaku dalam dunia internet, penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, Subjek penelitian ini adalah 389 orang pengguna Instagram yang peneliti dapatkan dengan menggunakan metode *incidental sampling*. Dengan hasil penelitian harga diri dan *body image* secara bersama-sama memprediksi online *self-presentation* sebesar 3,8%.

Widya Shafa Nabilla dan Faridah Ainur Rohmah (2019) “Hubungan antara harga diri dengan *body image* pada mahasiswi tingkat akhir di fakultas psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta” Tujuan penelitian untuk menguji hubungan antara harga diri dengan *body image* pada mahasiswi tingkat akhir di Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, dengan hasil penelitian semakin rendah harga diri mahasiswi maka semakin rendah *body image* mahasiswi tingkat akhir di Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.

Hanna Karima Husni dan Herdina Indrijati (2014) “Pengaruh Komparasi Sosial pada Model dalam Iklan Kecantikan di Televisi terhadap *Body Image* Remaja Putri yang Obesitas” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh komparasi sosial pada model dalam iklan kecantikan di televisi terhadap *body image* remaja putri yang obesitas, metode penelitian kuantitatif. Dengan hasil ada pengaruh komparasi sosial pada model dalam iklan kecantikan di televisi terhadap *body image* remaja putri yang obesitas.

Veby nur desryani (2015) “Hubungan antara harga diri dan gaya hidup hedonisme dengan *body image*” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara Harga Diri dan Gaya Hidup Hedonisme dengan *Body Image*, metode penelitian kuantitatif korelasional.

Victoria nurvita (2015) “Hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* pada remaja awal yang mengalami obesitas” Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan *body image* pada remaja awal yang mengalami obesitas. Dengan hasil uji korelasi tersebut juga diketahui bahwa koefisien korelasi pada penelitian ini sebesar 0,855 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antar dua variabel, yang artinya semakin tinggi *self-esteem*, maka *body image* yang dimiliki semakin positif pula.

Dian anggraeni willianto (2017) “Hubungan Antara Konsep Diri Dan Citra Tubuh Pada Perempuan Dewasa Awal” Penelitian ini bertujuan untuk

melihat hubungan antara konsep diri dan citra tubuh pada perempuan dewasa awal. Analisis data dengan menggunakan teknik korelasi *Product-Moment Pearson* yaitu terdapat hubungan positif signifikan dengan kategori cukup antara konsep diri dan citra tubuh.

Berdasarkan beberapa penelitian diatas memang sudah ada yang meneliti “Hubungan antara *Self Concept* dan *Body Image* Pada Remaja” tetapi ada yang membedakan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah khususnya dari subjeknya serta jumlah sampel dan teknik sampling karena di penelitian terdahulu masih belum ada peneliti yang meneliti “Hubungan antara *Self Concept* dan *Body Image* Pada Remaja” dengan menggunakan subjek dari remaja perempuan maupun laki-laki serta teknik sampling *simple random sample*. Penelitian terdahulu sering mengambil subjek hanya saja dari remaja perempuan tidak sesuai dengan penelitian ini yang menjadikan remaja perempuan maupun laki-laki subjek dengan penampilan bentuk tubuh yang positif atau negatif. Pembaharuan dari penelitian ini yakni belum ada yang meneliti remaja perempuan maupun laki-laki SMA di Surabaya dari kedua variabel tersebut.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan pada penelitian kali ini adalah untuk menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan. Oleh sebab itu tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *self concept* dengan *body image* pada remaja.

Pada bab II ialah menjelaskan kajian dari bermacam teori dan referensi yang bisa menjadi dasar untuk mendukung penelitian, yaitu teori yang dibahas mengenai self concept dan body image, selain itu akan dibahas tentang kerangka teoritik dan hipotesis penelitian.

Pada bab III terdiri dari metode penelitian, identifikasi variable penelitian, definisi operasional, populasi, teknik sampling, sample penelitian, instrument penelitian, dan teknik analisis data.

Pada bab IV berisi dari hasil penelitian yang setelah melakukan sebuah penelitian berupa diskripsi hasil penelitian membahas mengenai subjek berdasarkan data demografi.

Pada bab V merupakan bab terakhir dan bab penutup dari penjelasan bab I sampai dengan bab V yang telah dilakukan peneliti yang berisikan isi kesimpulan dan saran untuk peneliti selanjutnya.

Self concept menurut William D. Brooks (2010), adalah pandangan dan perasaan individu tentang diri individu. Persepsi pada individu tentang dirinya. Persepsi terhadap individu mempunyai sifat psikologis, sosial, dan fisik. *Self concept* menjelaskan citra diri berupa fisik dan psikologis. Citra diri fisik berhubungan dengan penampilan sedangkan citra diri psikologis individu menjelaskan atas pikiran, perasaan dan emosi yang dihadapi oleh individu.

Menurut Rogers, *self concept* merupakan sikap dan keyakinan individu terhadap kekurangan dan kelebihan yang dimiliki oleh individu tersebut (Elkin, 2009). Konsep diri merupakan cara untuk bagaimana individu menilai diri sendiri, bagaimana cara menerima terhadap diri sendiri, sebagaimana yang dirasakan, diyakini dan dilakukan, baik dilihat dari segi fisik, moral, keluarga, personal dan sosial (Partosuwido, Nuryoto & Irfan, 2011).

Self Concept menurut Fitts (Agustiani, 2006:138-139) menjelaskan bahwa cara *self concept* merupakan aspek penting bagi diri seseorang. *Self concept* seseorang merupakan kerangka acuan (*frame of reference*) dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Individu yang telah menyatakan bahwa dalam fenomenologisnya dan menjelaskan bahwa ketika individu mempersepsikan dirinya, berinteraksi dan bereaksi terhadap dirinya, dan memberikan arti penilaian abstraksi tentang dirinya, berarti seseorang menunjukkan suatu kesadaran diri (*self awernes*) dan kemampuan untuk keluar dari dirinya sendiri untuk melihat pandangan dia yang dilakukan terhadap dunia luar dirinya.

perkembangannya yaitu meliputi perkembangan fisik, kognitif, kepribadian, dan sosial (WHO, 2011). Menurut Honigman dan Castle (dalam Bestiana, 2012) *body image* adalah gambaran mental seorang terhadap bentuk tubuh dan ukurannya, dan dikarenakan seseorang mempersepsikan dan memberikan masukan atau penilaian apa yang dipikirkan dan dirasakan terhadap ukuran tubuh dan bentuk tubuhnya individu, dan hasil penilaian orang lain terhadap dirinya.

Thompson (dalam Amandha, 2015) mengungkapkan beberapa faktor faktor yang mempengaruhi *body image* adalah pengaruh berat badan dan persepsi, budaya, siklus hidup, masa kehamilan, sosialisasi, konsep diri, peran gender, pengaruh distorsi citra tubuh pada diri individu.

Perubahan yang terjadi dan pentingnya peranan fisik pada remaja membuat individu melakukan evaluasi dan memandang dirinya menjadi sebuah masalah yang besar dan membentuk *self concept* pada diri individu tersebut.

Self concept yang terbentuk dalam remaja menurut Calhoun dan Acocella (2015) adalah *Self concept* positif dan *self concept* negatif. *Self concept* positif yakni individu mampu menampung seluruh pengalaman mental tentang dirinya dengan baik. Remaja yang memiliki *self concept* positif mampu menerima pendapat atau fakta-fakta tentang dirinya sehingga mampu menerima segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Sebaliknya *self concept* negatif adalah remaja yang tidak memiliki pengetahuan dan pandangan yang banyak tentang dirinya, menilai diri negatif, dan merasa

Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Skala Self Concept

Item	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Ket.	Item	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Ket.
1	0.272	Gugur	25	0.199	Gugur
2	0.108	Gugur	26	0.516	Valid
3	0.215	Gugur	27	0.351	Valid
4	0.526	Valid	28	0.281	Gugur
5	0.204	Gugur	29	0.272	Gugur
6	0.333	Valid	30	0.417	Valid
7	0.111	Gugur	31	0.334	Valid
8	0.357	Valid	32	0.086	Gugur
9	0.304	Valid	33	0.533	Valid
10	0.172	Gugur	34	0.468	Valid
11	0.461	Valid	35	0.477	Valid
12	-0.183	Gugur	36	0.365	Valid
13	0.240	Gugur	37	0.372	Valid
14	0.442	Valid	38	0.588	Valid
15	0.014	Gugur	39	0.387	Valid
16	0.660	Valid	40	0.255	Gugur
17	0.452	Valid	41	0.508	Valid
18	0.490	Valid	42	0.286	Gugur
19	0.591	Valid	43	0.482	Valid
20	0.674	Valid	44	0.563	Valid
21	0.468	Valid	45	0.182	Gugur
22	0.304	Valid	46	0.569	Valid
23	0.412	Valid	47	0.359	Valid
24	0.396	Valid	48	0.152	Gugur

Ditemukan dari total 48 item, yang nilai *corrected item-total correlation* dibawah 0,30 pada tabel sebanyak 17 item yakni dianggap gugur. Sisa item yang valid sebanyak 31 aitem. Aitem valid yakni nomor 4,6,8,9,11,14,16,17,18,19,20,21,22,23,24,26,27,30,31,33,34,35,36,37,38,39,41,43,44,46,47, dan dengan sisa 17 item yang tidak valid yakni item nomor 1,2,3,5,7,10,12,13,15,25,28,29,32,40,42,45,48. Maka banyaknya aitem yang valid pada penelitian ini bisa dikatakan valid ataupun layak untuk digunakan sebagai instrumen penelitian.

- f. Setelah mendapatkan acc atau arahan selanjutnya dari dosen pembimbing peneliti mengajukan *concept note* pada pihak akademik.
- g. Jika peneliti sudah menerima *feedback* terkait *concept note*, maka selanjutnya peneliti menyusun proses proposal untuk mengajukan seminar proposal untuk di ujikan dan memaparkan rencana penelitian pada penguji.
- h. Setelah seminar proposal peneliti melakukan revisi proposal dan membuat pengajuan surat perizinan kepada pihak akademik untuk diajukan pada pihak yang akan menjadi responden penelitian.
- i. Kemudian peneliti melakukan *expert judgment* kuesioner yang akan digunakan sebagai alat ukur dengan tujuan apakah pertanyaan – pertanyaan dalam kuesioner sudah sesuai atau layak pada tatanan kalimat tersebut.
- j. Peneliti melakukan penyebaran kuesioner melalui *google form* dengan pertimbangan akan kemudahan penyebaran kuesioner dan terkumpul sebanyak 56 responden.
- k. Setelah menerima hasil kuesioner dari responden, peneliti mulai melakukan penginputan keseluruhan serta menganalisa data responden tersebut dan membuat laporan penelitian.
- l. Terakhir melakukan penyusunan skripsi sesuai dengan arahan dan bimbingan dari dosen pembimbing.

Tabel 4.2 Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

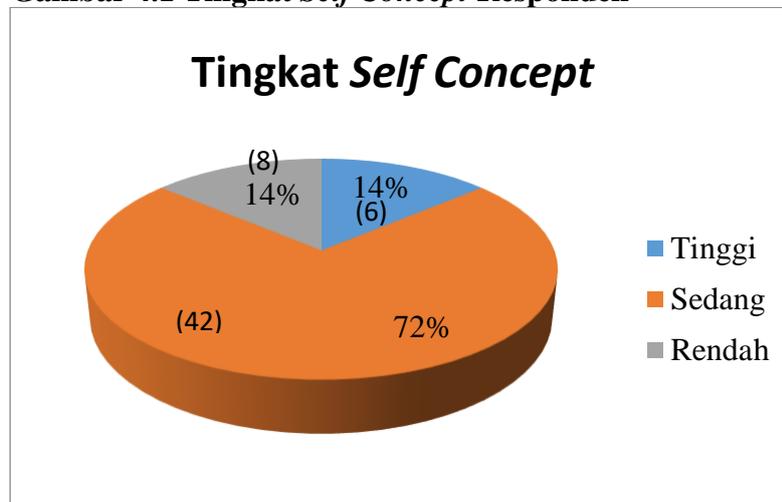
Jenis Kelamin	Frekuensi	Persen
Laki-Laki	17	30%
Perempuan	39	70%
Total	56	100%

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa jumlah sebaran responden yang telah ikut serta mengisi kuesioner pada jenis kelamin laki-laki dengan jumlah 17 responden sebanyak 30% dan sedangkan pada perempuan dengan jumlah 39 responden sebanyak 70%. Dengan hasil diatas dapat disimpulkan bahwa jumlah responden mayoritas yang ada di penelitian ini pada jenis kelamin perempuan.

Tabel 4.3 Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persen
14	6	10,7%
15	19	33,9%
16	23	41,1%
17	8	14,3%
Total	56	100%

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa jumlah usia sebaran responden yang paling tertinggi pada usia 16 tahun dengan jumlah 23 responden sebanyak 41,1%, pada usia 15 tahun dengan jumlah 19 responden sebanyak 33,9%, pada usia 17 tahun dengan jumlah 8 responden sebanyak 14,3%, dan usia yang paling terendah pada usia 14 tahun dengan jumlah 6 responden sebanyak 10,7%. Dengan hasil diatas dapat disimpulkan bahwa jumlah usia responden mayoritas yang ada di penelitian ini pada usia 16 tahun.

Gambar 4.1 Tingkat *Self Concept* Responden

Berdasarkan pada tabel 4.6 didapatkan hasil ketentuan kategorisasi untuk variabel *self concept*, jika dilihat pada gambar 4.1 maka dapat dilihat bahwasannya sebanyak 42 responden memiliki tingkat *self concept* yang sedang, 8 responden memiliki tingkat *self concept* yang rendah, dan 6 responden yang memiliki tingkat *self concept* yang tinggi. Dengan demikian hasil yang diperoleh menunjukkan responden memiliki *self concept* yang sedang dengan jumlah presentase 72%.

Tabel 4.7 Ketentuan Kategori *Body Image*

Rumus	Kategori
$X \geq 86$	Tinggi
$68 \leq X < 86$	Sedang
$X < 68$	Rendah

antara *self concept* dengan *body image*. Dengan begitu bunyi pada hipotesis, H_a dalam penelitian ini diterima dan H_o ditolak.

Berdasarkan pada hasil hipotesis dapat diperoleh hasil korelasi dalam penelitian ini yang bersifat positif, dimana bahwa semakin positif *self concept* suatu individu, maka akan semakin positif *body image* individu tersebut.

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self concept* dengan *body image* pada remaja ini memperoleh hasil bahwa hipotesis penelitian diterima. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil korelasi (r) sebesar 0.456 pada signifikansi 0.00 ($p < 0.05$) yang termasuk dalam kategori korelasi kuat (Sugiyono, 2007). Angka tersebut berarti bahwa adanya hubungan antara *self concept* dengan *body image* yang positif, yakni semakin positif *self concept* suatu individu, maka akan semakin positif *body image* individu, namun sebaliknya semakin positif *self concept* suatu individu, maka akan semakin positif *body image* individu tersebut. Selain itu data yang diperoleh dari lapangan dan telah melalui proses analisis menunjukkan bahwa 72% (42 orang) memiliki tingkat *self concept* yang sedang dan 84% (47 orang) memiliki tingkat *body image* sedang.

Tingkat *body image* apabila dilihat berdasarkan usia yang dibagi menjadi dua rentanusia remaja menurut WHO (2011) yaitu remaja awal (yang berjumlah 6 orang) dan remaja akhir (yang berjumlah 50 orang), maka pada rentan usia remaja awal mendapatkan rata-rata skor *body image* sebesar 10,7 dan rentan usia remaja akhir mendapatkan rata-rata skor sebesar 89,3. Maka

dari itu dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini skor *body image* remaja akhir lebih tinggi daripada skor *body image* remaja awal. Hasil tersebut sejalan dengan pendapat Slavin (2011) yang menyatakan bahwa semakin bertambahnya usia individu maka penilaian penampilan citra tubuh akan semakin positif, yang berarti penampilan citra tubuh seseorang yang memiliki usia yang lebih tua lebih positif daripada seseorang yang lebih muda.

Self concept menurut Hurlock (2009) menjelaskan konsep seseorang dari siapa dan apa dia. Konsep ini merupakan pandangan disebuah bayangan cermin, bertujuan sebagian besar oleh peran dan hubungan dengan orang lain, apa yang dipikir dari reaksi orang terhadapnya. Penelitian ini memiliki sumbangan efektif yang diberikan *self concept* terhadap *body image* adalah sebesar 20,8%. Hal tersebut didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dian (2017) bahwa terdapat hubungan positif signifikan dengan kategori cukup antara konsep diri dan citra tubuh.

Hubungan antara *self concept* dengan *body image* yang signifikan tersebut dikarenakan seseorang yang memiliki *self concept* yang positif akan meliputi dengan kesesuaian antara identitas atau harapan diri idealnya. Hal tersebut seseorang akan menghadapi perubahan. Individu yang memiliki tingkatan perubahan *self concept* yang positif dapat menjadi salah satu faktor dari *body image*. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Calhoun dan Acocella (2015) bahwa *Self concept* dapat di pandang dari pengetahuan yang artinya individu memiliki pengetahuan tentang segala cara mengenai atau memperlakukan dirinya, harapan terhadap masa depannya dan setiap individu

tentunya mempunyai harapan yang berbeda-beda, dan penilaian dari Individu yang menilai dan mengevaluasi diri yang meliputi dengan kesesuaian antara identitas atau harapan diri idealnya.

Seseorang yang mempunyai *body image* dan *self concept* yang negatif akan menganggap kekurangan dan kesalahan pada dirinya sebagai sebuah penampilan yang negatif, dan cenderung akan menghindarinya, begitupun sebaliknya, seseorang dengan *body image* dan *self concept* yang positif akan cenderung menerima dan mencari solusi. Hal tersebut didukung dengan hasil penelitian menurut Pieper (2006) bahwasannya *self concept* dapat meningkatkan perkembangan seseorang dengan mempengaruhi *body image* untuk tidak menghindari penampilan yang negatif.

Skor sumbangsih dari *self concept* yaitu sebesar 20,8% terhadap *body image*, dan 79,2% lainnya merupakan faktor lain yang dapat mempengaruhi subjek dalam meningkatkan *body image*. Cahyaningrum (2013) *body image* adalah persepsi seseorang tentang tubuhnya, mencakup pikiran dan penilaian mengenai penampilan dan bentuk tubuhnya dipengaruhi oleh idealisasi pencitraan tubuh di masyarakat dan interaksi sosial dan dapat mengalami perubahan. Oleh karena itu *body image* melibatkan antara penampilan bentuk tubuh yang ada dalam diri dan penampilan bentuk tubuh dari luar dari seseorang, maka tidak heran jika *body image* dapat dipengaruhi oleh banyak hal.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa, dari 56 subjek, 4 orang (7%) memiliki *body image* pada kategori tinggi, 47 orang (84%) memiliki *body image* yang sedang, dan 5 orang (9%) memiliki *body image* yang rendah. Banyak faktor yang mempengaruhi *body image* dan salah satunya adalah *self concept*. Menurut Hurlock (2009) menjelaskan konsep ini merupakan pandangan disebuah bayangan cermin, bertujuan sebagian besar dapat memberikan peningkatan positif pada citra tubuh. Hal ini diperkuat juga oleh hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Cash & Pruzinsky (2002), bahwasanya *self concept* menjadi nilai yang positif dalam meningkatkan citra tubuh individu tersebut.

Secara garis besar penelitian ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *self concept* dengan *body image* pada remaja. Meskipun begitu, penelitian ini masih memiliki kelemahan-kelemahan diantaranya yaitu dalam penelitian ini pada skala yang digunakan terdapat beberapa istilah yang untuk beberapa orang masih belum dapat dipahami, selain itu juga pada proses pengambilan data kurang kondusif karena pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan metode *google form* yang mana beberapa responden masih kesulitan dalam pengoperasiannya. Instrumen yang lebih ditingkatkan kecermatan dalam menyusunnya serta terlebih dahulu di uji coba agar memiliki kualitas instrumen yang lebih baik, hal-hal tersebut juga dapat menjadi salah satu faktor banyaknya item pada kedua variabel yang gugur dalam uji validitas yang telah dilakukan.

- Elkin, D. S (2009). Konsep diri remaja perempuan. *Jurnal Psikologi*, 1, 39-42.
- Epstein, S. (2001). *The Self Concept Revisited or a Theory of Theory*. American Psychologist.
- Ermanza, G.H. (2010). Hubungan antara Harga Diri dan Citra Tubuh pada Remaja Putri yang Mengalami Obesitas dari Sosial Ekonomi Menengah Atas. *Skripsi. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia*.
- Grogan, S. (2008). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction In Men, Women and Children*. Rotledge.
- Hurlock, Elizabeth B. (2015). Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Erlangga. *Vol. 1. No. 5. 206-211*.
- Hurlock, Elizabeth B. (2009). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan rentang kehidupan*, Edisi kelima. Erlangga.
- Hurlock, Elizabeth B. (2012). *Perkembangan Anak*. jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Honigman & Castle (dalam Bestiana, 2012). Citra Tubuh dan Konsep Tubuh Ideal Mahasiswi FISIP Universitas Airlangga Surabaya. *AntroUnairDotNet. Vol. 1. No. 1. 1-11*.
- Irdianty, S. M., & Hadi, R. (2012). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan citra tubuh (body image) siswi usia sekolah dengan menarche di kecamatan sale. *Jurnal Keperawatan*.
- Kamil, Mustofa. (2010). *Model Pendidikan Dan Pelatihan (Konsep dan Aplikasi)*. Bandung: Penerbit Alfabeta
- Karima Husni, Hanna. (2014). Pengaruh Komparasi Sosial pada Model dalam Iklan Kecantikan di Televisi terhadap Body Image Remaja Putri yang Obesitas. *Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya. Volume 3, No. 3*.
- Koentjoro, Y.D. & Esti. H. (2000). Konsep diri perempuan marginal. *Jurnal Psikologi*, 1, 48-59.
- Nurvita, Victoria Nurvita (2015). Hubungan Antara Self-esteem dengan Body Image pada Remaja Awal yang Mengalami Obesitas. *Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya. Vol. 4 No. 1*.
- Nur Desryani, Veby (2015). Hubungan Antara Harga Diri Dan Gaya Hidup Hedonisme Dengan Body Image. *Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945*.
- Pieper, J. & Uden, M. V. (2006). *Religion in coping and Mental Health Care*. Yord University Press, New York.
- Rudd, N.A., dan Lennon, S.J (2000). Body Image and Appearance : Management Behaviors in College Woman. *Clothing and Textiles Research Journal*, 18,152-162.

- Robert, E. Slavin. (2011). *Psikologi Perkembangan. Teori dan Praktik*. Jakarta: Indeks.
- Rogers, E. M. (dalam partosuwido, 2011). *Komunikasi dan Perkembangan Anak*. Jakarta: LP3ES.
- Rozika, L.A & Ramdhani, A. (2016). Hubungan antara Harga Diri dan *Body image* dengan *Online Self-Presentation* pada Pengguna Instagram. *Gadjah Mada Journal Of Psychology*. Vol, 2, no 3, hal 172-183.
- Santrock, J.W. (2003). *Life span development (perkembangan masa hidup)*. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. (2008). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Suprpto, M.H., & Aditomo. A. (2007). Aku dan Dia. Cantik Mana Perbandingan Sosial. *Body Dissfaction dan Objektivitas diri*. *Anima. Indonesian psychological journal*, 22 (2), 186-191.
- Sutrisno Hadi. (2011). *Statistik dalam Basic Jilid I*. Yogyakarta. Andi Offset.
- Smolak, Linda & Thompson. (2009). *Body Image, Eating Disorders, and Obesity in Youth*. Washington DC: American Psychological Association.
- Smolak & Linda. (dalam Hanum 2014). *Body Image : A Handbook of Science, Practice, and Prevention*. Second Edition. New York: Guilford Press.
- World Health Organization, (WHO). (2011). *Regional Office for South-East Asia*. Comprehensive guidelines for prevention and control of dengue and dengue hemorrhagic fever.
- William, D.Brooks. (2010). *Konsep Diri Manusia*. Jakarta: EGC.
- Willianto, D.A. (2017). Hubungan Antara Konsep Diri dan Citra Tubuh Pada Perempuan Dewasa Awal. *Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.
- Wong, Donna L. (2005). *Buku Ajar Keperawatan Maternal dan Neonatal, Edisi 2*. Jakarta: EGC.
- Yussy, M. (2020, November). Perkembangan tren korean wave di Indonesia. *Blogspot*. [hai.grid.id]. Diakses pada tanggal 9 November 2020 dari <https://www.google.com/amp/s/hai.grid.id/amp/072419772/>.