**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIALDENGAN *BODY IMAGE* REMAJA PEREMPUAN DI SMK PGRI 1 PONOROGO**

**SKRIPSI**



Oleh:

**Nafiis ‘Azmii Abdillah**

**NIM. 303200051**

**JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM**

**FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO**

**2024**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIALDENGAN *BODY IMAGE* REMAJA PEREMPUAN DI SMK PGRI 1 PONOROGO**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk melengkapi sebagian syarat-syarat guna memperoleh gelar sarjana program strata satu (S-1) pada Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Ponorogo**

Oleh:

**Nafiis ‘Azmii Abdillah**

**NIM. 303200051**

Dosen Pembimbing:

**Fendi Krisna Rusdiana, M. Psi**

**NIP. 198911302019031013**

**JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM**

**FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO**

**2024**

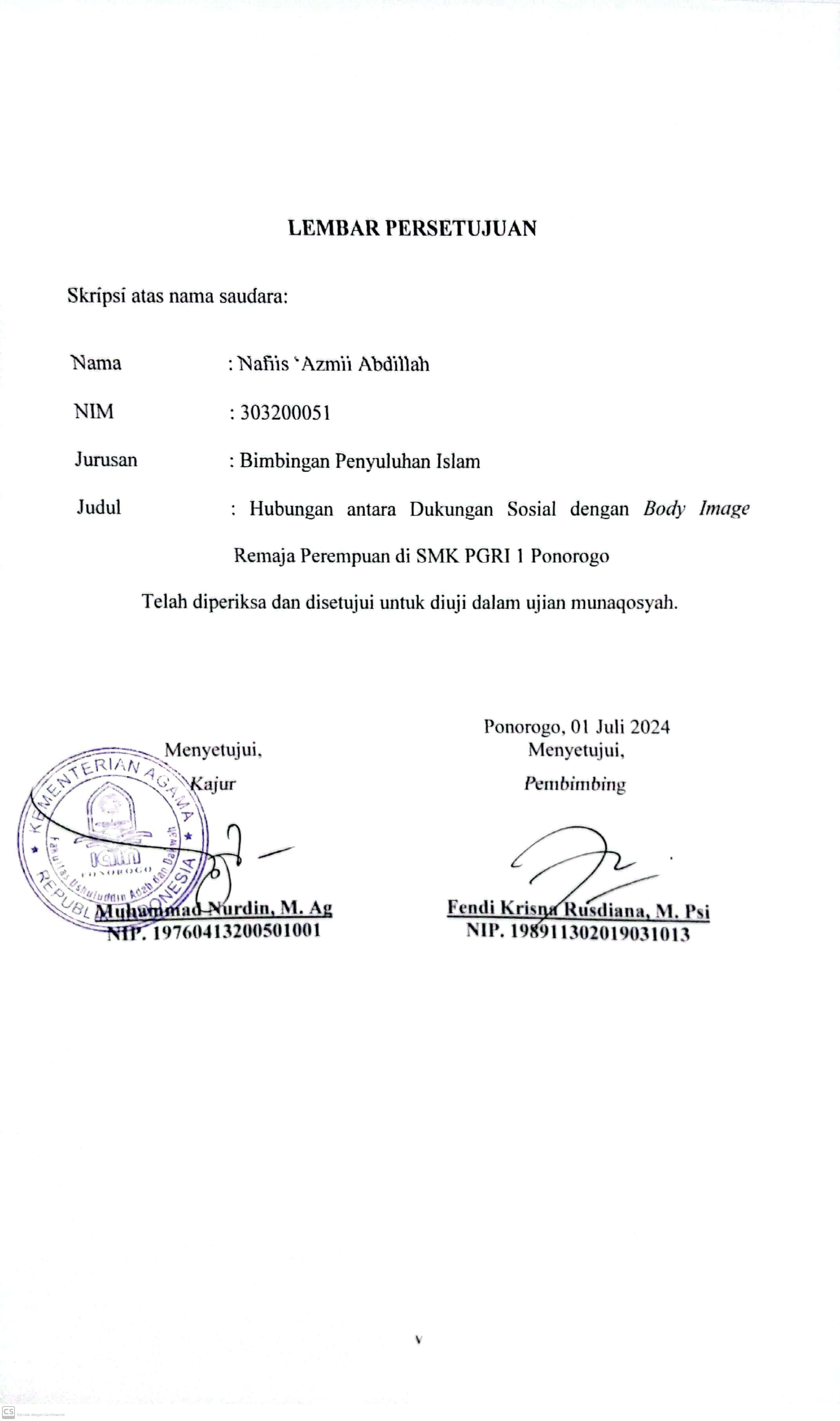
**ABSTRAK**

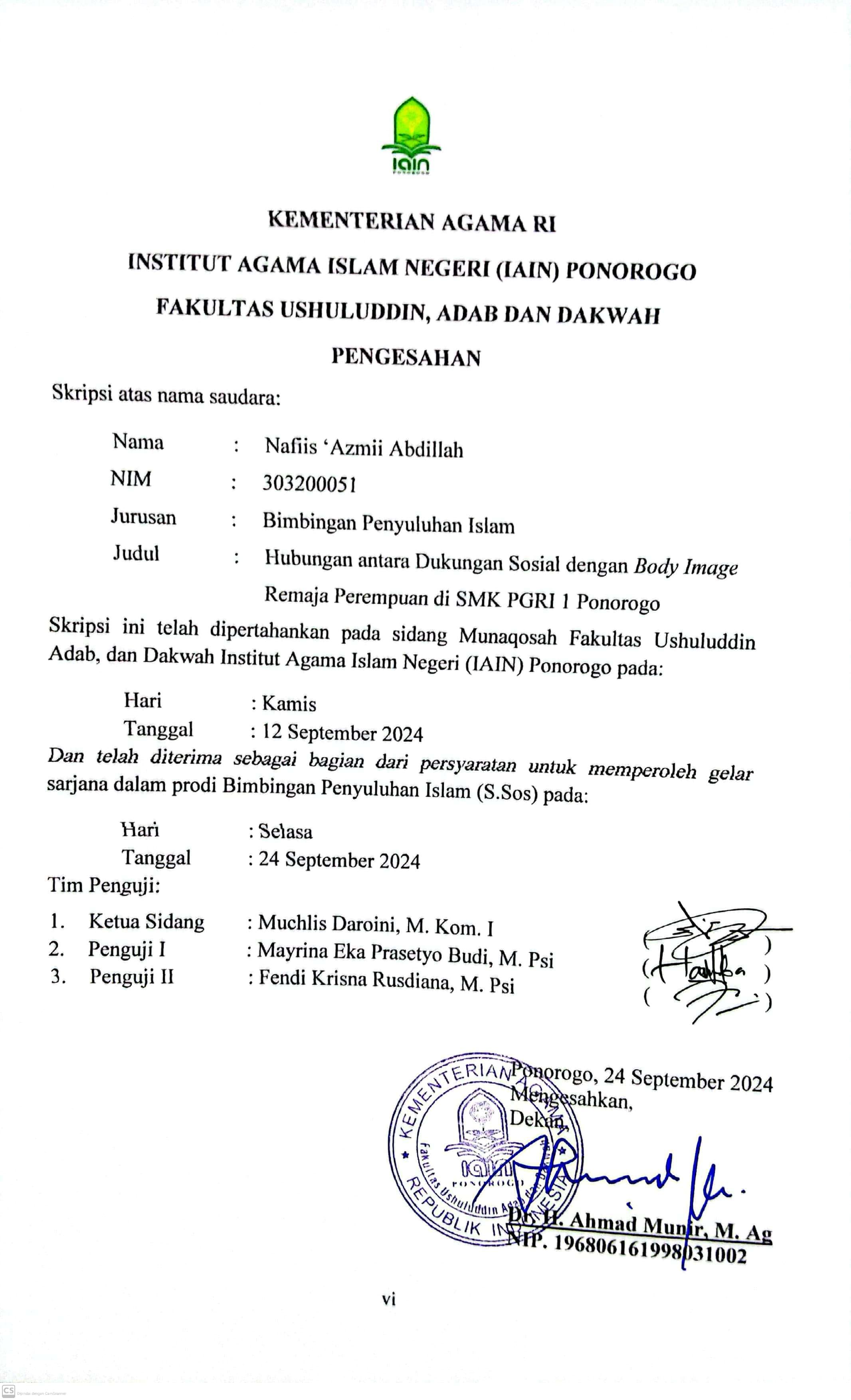
**Abdillah, Nafiis ‘Azmii. 2024.** Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Body Image* Remaja Perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo. **Skripsi.** Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo. Pembimbing Fendi Krisna Rusdiana, M.Psi.

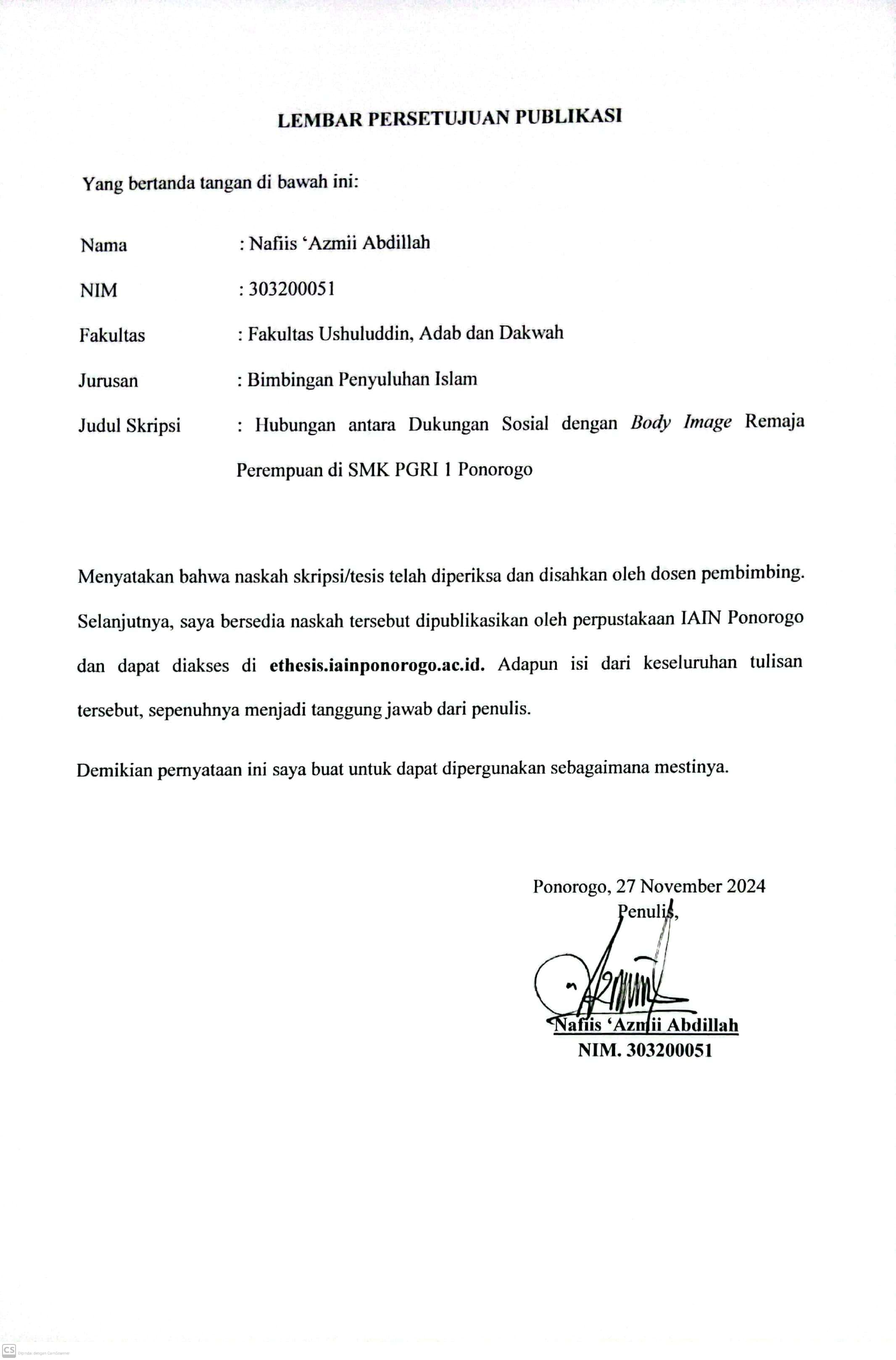
**Kata Kunci: dukungan sosial, *body image*, remaja perempuan**

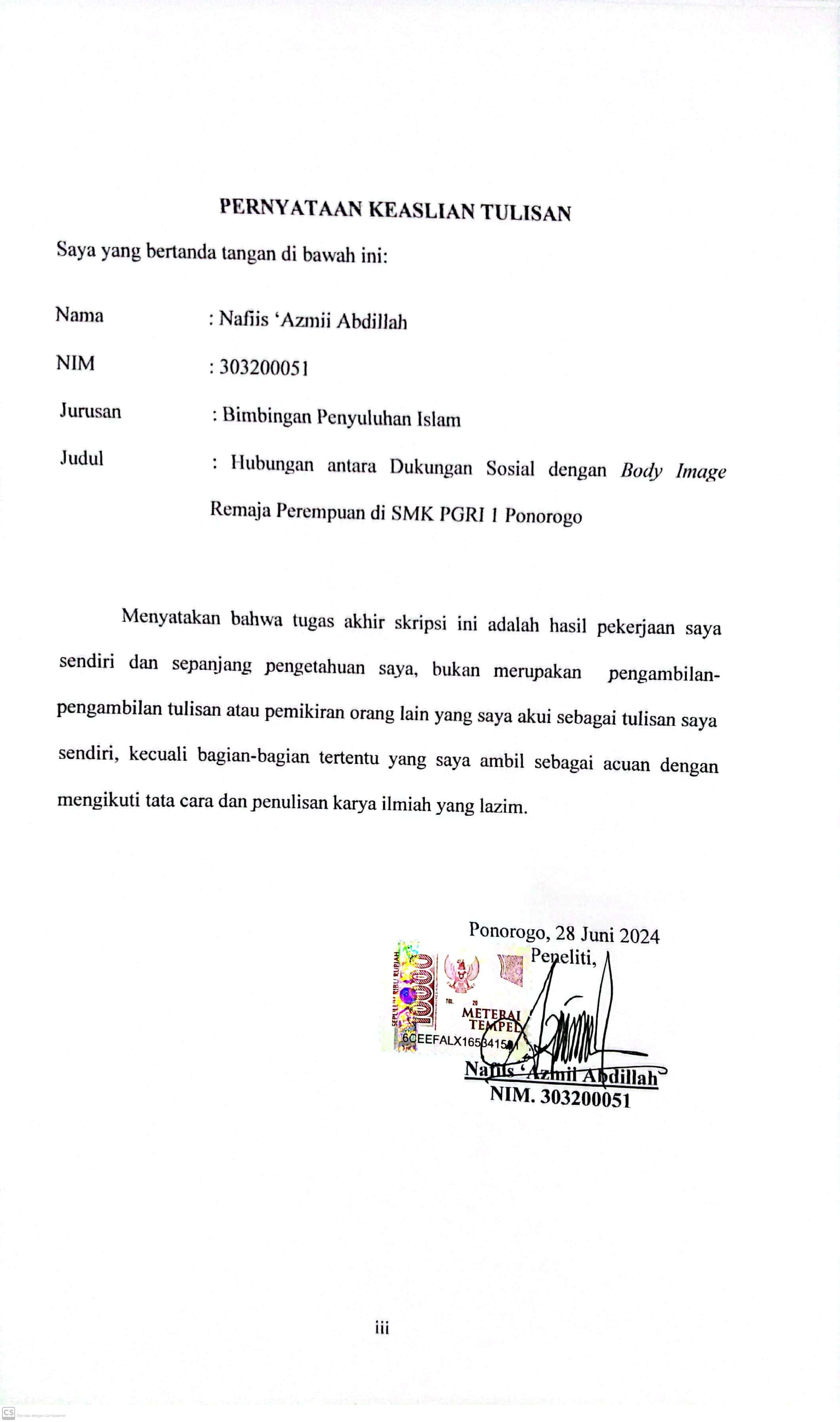
Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan citra tubuh *(body image)* pada remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo. Masa remaja merupakan masa transisi yang ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis, di mana penampilan fisik menjadi perhatian utama, khususnya bagi remaja perempuan. Fenomena di SMK PGRI 1 Ponorogo menunjukkan bahwa sekitar 80% siswi menggunakan *make-up* berlebihan, meskipun ada aturan sekolah yang melarangnya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sampel 182 siswi dari delapan kelas. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner, dan analisis data menggunakan analisis deskriptif serta uji korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan *software IBM SPSS Statistics 29.00*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan *body image* dengan nilai signifikansi 0,001 dan koefisien korelasi sebesar 0,293. Meskipun demikian, hubungan tersebut tergolong rendah. Penelitian ini mengindikasikan bahwa dukungan sosial memiliki peran dalam membentuk citra tubuh remaja, meskipun tingkat pengaruhnya tidak terlalu kuat.

****



****

****

**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang**

Masa remaja adalah masa transisi antara masa anak dan dewasa, dimana terjadi pacu tumbuh, timbul ciri-ciri seks sekunder, tercapai fertilitas dan terjadi perubahan-perubahan psikologik serta kognitif.[[1]](#footnote-1) Adapun Sprinthall & Collins berpendapat tentang remaja adalah masa yang penuh dengan ketidakpastian dan berbeda antara individu yang satu dengan lainnya.[[2]](#footnote-2) Sejalan dengan hal tersebut Purnama mengatakan bahwa masa remaja adalah masa yang penuh dengan goncangan, kebimbangan, serta ketidakstabilan karena dalam masa remaja mengalami beberapa perubahan drastis dalam dirinya baik dari fisik, psikis, maupun sosial.[[3]](#footnote-3)

Pada tahun 2022 menurut data dari WHO jumlah remaja di dunia sekitar 1,2 miliar atau sekitar 18 persen dari total penduduk penghuni bumi. Dalam skala nasional, jumlah penduduk usia 10 – 24 tahun sebesar 66,74 juta jiwa atau 24,2 persen dari 275,77 juta total populasi.[[4]](#footnote-4) Maka dari itu berarti sekitar 18 persen dari total penduduk di dunia dan di Indonesia hampir seperempat dari total penduduknya sedang berada di fase yang

bergejolak karena perubahan dalam dirinya baik fisik, psikis, maupun sosialnya.

Dalam penelitian Firda, dkk menyampaikan bahwa pada zaman sekarang para remaja banyak yang mementingkan penampilan secara fisik dan berusaha tampil menarik, karena melihat orang lain yang lebih cantik dan menarik disekitarnya.[[5]](#footnote-5) Yang mana hal ini sejalan dengan studi awal yang peneliti lakukan dalam wawancara dengan guru BK di SMK PGRI 1 Ponorogo yaitu mengungkapkan bahwa sekitar 80% dari total 386 peserta didik di sekolah tersebut sering menggunakan *make up* yang berlebihan, seperti penggunaan pensil alis yang terlalu tebal dan lipstik dengan warna yang terlalu mencolok. Sehingga tindakan penghapusan *make up* menjadi hal yang biasa terjadi di lingkungan sekolah ini sebagai respons terhadap kebijakan sekolah atau norma-norma sosial yang ada.[[6]](#footnote-6)

Memang tidak dapat dipungkiri bahwa kecantikan dan daya tarik fisik selalu menjadi atribut manusia yang sangat dihargai, dianggap berhubungan dengan kebahagiaan, kecerdasan, dan kesuksesan.[[7]](#footnote-7) Dengan hal ini remaja khususnya perempuan sering kali menghadapi tekanan sosial yang signifikan dalam mengeksplorasi dan membentuk identitas mereka, terutama terkait dengan *body image. Body image* disebut juga citra tubuh, merupakan pengalaman individu berupa persepsi mengenai bentuk dan berat badan, serta perilaku yang mengarah pada evaluasi individu terhadap fisiknya. Di masa remaja individu akan perlahan mengubah penampilannya, dengan melihat media sosial dan lingkungan sekitarnya, maka individu sedikit banyak menginginkan tampil menarik seperti apa yang yang individu lihat. Akan tetapi seharusnya individu memiliki *body image* positif agar dapat menerima diri secara keseluruhan tanpa membandingkan diri dengan standar cantik yang dikatakan banyak orang.[[8]](#footnote-8)

Dalam studi awal, selain berbicara dengan seorang guru BK tentang topik tersebut, peneliti juga melakukan wawancara dengan tiga siswi dari sekolah yang sama. Saat ditanya tentang alasan menggunakan *make up*, siswi-siswi tersebut menyatakan bahwa mereka melakukannya untuk merasa lebih diterima dan mendapatkan semangat dalam beraktivitas, terutama saat akan berinteraksi dengan orang lain. Mereka juga mengungkapkan bahwa penggunaan *make up* dipengaruhi oleh standar kecantikan seperti memiliki kulit putih, bersih, berat badan ideal, dan ketika melihat teman-temannya yang dianggap cantik mereka merasa ingin menjadi seperti mereka namun bukan menjadi persaingan, melainkan saling memberikan mendukung.[[9]](#footnote-9)

Dari hasil wawancara di atas, bisa dipahami bahwa salah satu faktor yang memengaruhi persepsi mereka terhadap kecantikan dan penampilan adalah hubungan interpersonal. Hubungan interpersonal sering mendorong individu untuk membandingkan diri dengan orang lain dan tanggapan yang diterima dari orang lain memengaruhi pandangan diri termasuk persepsi terhadap penampilan fisik. *Feedback* dari teman sebaya dan keluarga dalam interaksi interpersonal dapat memengaruhi cara individu melihat dan merasa tentang tubuh mereka. Maka dari itu penting bagi individu untuk mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang disekitarnya seperti teman, orang tua, guru dan lain sebagainya.

Dukungan sosial adalah perasaan sosial yang dibutuhkan terus menerus dalam interaksi dengan orang lain.[[10]](#footnote-10) Sarafino menggambarkan dukungan sosial sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang di terima individu dari orang lain maupun kelompok.[[11]](#footnote-11) Adapun dukungan sosial didapatkan bisa dari orang tua, teman, guru, pasangan, dan lain sebagainya. Erikson mengemukakan bahwa remaja menerima dukungan sosial dari kelompok teman sebaya.[[12]](#footnote-12) Hal tersebut sama dengan yang dikemukakan oleh Tarakanita yang mengatakan bahwa, teman sebaya selain merupakan sumber referensi bagi remaja mengenai berbagai macam hal, juga dapat memberikan kesempatan bagi remaja untuk mengambil peran dan tanggung jawab yang baru melalui pemberian dorongan (dukungan sosial).[[13]](#footnote-13)

Dari gambaran permasalahan di atas menimbulkan kekhawatiran tentang hubungan antara dukungan sosial dan *body image* remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo. Dalam konteks ini, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami secara lebih mendalam bagaimana hubungan antara dukungan sosial memengaruhi persepsi mereka terhadap kecantikan dan penampilan fisik. Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti tentang “**Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Body Image* Remaja Perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo”.**

1. **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti ingin mengetahui “Adakah hubungan antara dukungan sosial dengan *body image* remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo?”

1. **Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka penelitian ini  
bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *body image* remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo.

1. **Kegunaan Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat  
baik secara teoritis maupun praktis:

1. Manfaat Teoritis
2. Penelitian ini diharapkan dapat membantu dalam pengembangan teori khususnya dalam ilmu psikologi remaja yang terkait dengan dukungan sosial dan *body image*.
3. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi, khususnya penelitian yang berkaitan dengan dukungan sosial dan *body image*. Yang dapat dijadikan sebagai pertimbangan dan pengembangan penelitian lebih lanjut oleh peneliti-peneliti selanjutnya.
4. Manfaat praktis
5. Bagi subjek penelitian

Membantu remaja perempuan memberikan pemahaman mengenai *body image*  dan mampu membangun *body image* yang positif serta tidak lupa bahwa dukungan sosial memiliki peranan yang penting dalam membangun *body image* yang positif.

1. Bagi konselor dan guru

Memberikan informasi bagi konselor dan guru dalam memahami dan menangani masalah *body image* pada remaja perempuan serta mengembangkan program intervensi yang dapat membantu menangani masalah tersebut, dengan mempertimbangkan peran penting dukungan sosial dari orang tua, teman, dan lain sebagainya.

1. Bagi orang tua

Meningkatkan kesadaran orang tua tentang pentingnya dukungan orang tua, teman, dan lingkup sosialnya dalam perkembangan remaja perempuan, khususnya terkait dengan *body image*.

1. **Sistematika Pembahasan**

Dalam penelitian ini, penulis akan menyusun pembahasan secara sitematis agar mudah dipahami pembaca. Penelitian ini akan disusun menjadi enam bab. Dan dari setiap bab terdiri dari beberapa sub bab dengan gambaran sebagai berikut:

**Bab I Pendahuluan.** Bab ini berisi gambaran umum tentang penelitian yang akan dilakukan. Dalam bab ini terdiri dari beberapa sub bab yaitu latar belakang masalah mengenai dukungan sosial dan *body image* , rumusan masalah dari temuan permasalahan mengenai dukungan sosial dan *body image*, tujuan penelitian, kegunaan penelitian baik kegunaan yang bersifat teoritis maupun yang bersifat praktis, dan sistematika pembahasan.

**Bab II Landasan Teori.** Bab ini berisi telaah pustaka terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan untuk memperkuat argumen penelitian dan berisi teori yang mendasari penelitian ini yang tentunya relevan dengan rumusan masalah serta kerangka berpikir dan hipotesis dari penelitian yang akan dilakukan.

**Bab III Metode Penelitian.** Bab ini berisi tentang metode yang akan digunakan dalam penelitian mulai dari rancangan penelitian, variabel penelitian dan definisi operasional variabel, lokasi, populasi dan sampel penelitian, instrumen penelitian, tahap-tahap penelitian, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

**Bab IV Hasil.** Bab ini berisi hasil penelitian yang telah dilakukan dan disajikan secara sistematis..

**Bab V Pembahasan.** Bab ini berisi pembahasan dari hasil penelitian yang dilakukan. Dalam pembahasannya akan mengaitkan antara hasil penelitian dengan teori-teori dan penelitian terdahulu.

**Bab VI Penutup.** Bab ini berisi kesimpulan dan saran dari penelitian yang dilakukan. Kesimpulan berisi ringkasan dari hasil penelitian dan saran atau rekomendasi untuk penelitian lanjutan dari penelitian yang telah dilakukan.

**BAB II**

**LANDASAN TEORI**

1. **Kajian Terdahulu**

Dengan harapan agar penelitian ini tidak tumpang tindih dengan yang penelitian yang lain, maka peneliti mencantumkan beberapa penelitian yang berhubungan dengan penelitian ini:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Febryani Zuvita, Arneliwati, dan Fathra Annis Nauli berjudul "Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Body Image* Pada Remaja". Penelitian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif dengan tujuan untuk mengeksplorasi korelasi antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan *body image* pada remaja di SMAN 8 Pekanbaru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial dari teman sebaya termasuk tinggi dengan nilai 56,2%, sedangkan *body image* remaja termasuk positif dengan nilai 58,8%. Melalui analisis statistik menggunakan uji *chi-square*, diperoleh hasil bahwa nilai p (0,000) lebih kecil dari *alpha* (0,05), mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan *body image* pada remaja.[[14]](#footnote-14)
2. Penelitian yang disusun oleh Khadijah Latifah Araaf, Muh. Nur Hidayat Nurdin, dan Irdianti bertajuk "Hubungan Antara *Body Shaming* Dengan *Body Image* Pada Remaja Akhir Perempuan Di Kota Makassar" memiliki tujuan untuk meneliti keterkaitan antara perlakuan *body shaming* dan citra tubuh pada remaja akhir perempuan di Kota Makassar. Sampel penelitian terdiri dari 150 remaja akhir perempuan yang pernah mengalami *body shaming*. Data dikumpulkan melalui dua instrumen penelitian, yaitu skala *body shaming* dan skala *body image*. Analisis hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis korelasi *Spearman Rho*. Namun, hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan antara *body shaming* dan *body image*, dengan koefisien korelasi (r) sebesar -0,034 dan nilai p sebesar 0,680. Oleh karena itu, hipotesis alternatif (H1) ditolak dan hipotesis nol (H0) diterima. Dengan demikian, kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *body shaming* dan *body image* pada remaja akhir perempuan di Kota Makassar.[[15]](#footnote-15)
3. Nurul Hafizah dalam skripsinya yang berjudul "Hubungan Interaksi Teman Sebaya Dengan *Body Image* Remaja Awal Di Sekolah Menengah Pertama". Tujuannya adalah untuk mengeksplorasi hubungan antara interaksi dengan teman sebaya dan *body image* pada peserta didik SMP Negeri 7 Banjarmasin. Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan fokus pada korelasi, serta pengambilan sampel dilakukan secara acak. Angket disebarkan kepada siswa kelas VII, VIII, dan IX secara acak. Data dianalisis menggunakan regresi linier sederhana. Temuan penelitian menunjukkan bahwa interaksi dengan teman sebaya di SMP Negeri 7 Banjarmasin cenderung tinggi, sedangkan *body image* siswa di kategori sedang. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara interaksi dengan teman sebaya dan *body image*, dengan nilai signifikan sebesar 0,007 yang lebih kecil dari 0,05 yang berarti bahwa semakin tinggi interaksi dengan teman sebaya, semakin positif juga *body image* yang dimiliki.[[16]](#footnote-16)
4. Penelitian yang dilakukan oleh Ulfa Lutfiana Rohmawati dalam skripsinya yang berjudul "Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap *Body Image* Pada Penggemar K-POP Perempuan" bertujuan untuk meneliti dampak intensitas penggunaan media sosial Instagram terhadap *body image* pada penggemar K-pop perempuan. Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan 272 subjek yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan karakteristik penggemar K-pop perempuan berusia 18-21 tahun. Data dikumpulkan menggunakan dua skala: skala intensitas penggunaan media sosial dan skala *MBRSQ-AS* untuk mengukur *body image*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh signifikan antara intensitas penggunaan media sosial Instagram dan *body image* pada penggemar K-pop perempuan. Tingkat intensitas penggunaan media sosial dan *body image* pada penggemar K-pop perempuan secara keseluruhan berada dalam kategori sedang. Hasil analisis hipotesis menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara kedua variabel, sebagaimana terlihat dari nilai signifikansi (sig) sebesar 0,925 (p > 0,05) dan nilai R square 0,000. Ini menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh (0%) antara intensitas penggunaan media sosial terhadap *body image* pada penggemar K-pop perempuan.[[17]](#footnote-17)
5. Dalam penelitian skripsi yang dilakukan oleh Anggit Setyo Utami dengan judul "Pengaruh Syukur Terhadap *Body Image* Positif Pada Siswi Program Keahlian Akomodasi Perhotelan Di SMK Negeri 6 Semarang", tujuan utama adalah untuk menguji hipotesis tentang dampak syukur terhadap *body image* positif pada siswi program keahlian akomodasi perhotelan di SMK Negeri 6 Semarang. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linear sederhana. Sampel penelitian terdiri dari 88 siswi kelas XI program keahlian akomodasi perhotelan yang dipilih menggunakan cluster random sampling dari populasi sebanyak 296 siswi dari kelas X, XI, dan XII program keahlian tersebut. Data dikumpulkan melalui distribusi skala dan dianalisis menggunakan program SPSSversi *18.0 for Windows*. Hasil penelitian menunjukkan koefisien pengaruh F hitung sebesar 10.531 dengan tingkat signifikansi (p) 0.002, yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan syukur terhadap *body image* positif pada siswi program keahlian akomodasi perhotelan di SMK Negeri 6 Semarang. Nilai koefisien determinasi (R2) adalah 0.109, yang menandakan bahwa sumbangan pengaruh syukur terhadap *body image* mencapai 10.9%, sementara 89.1% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain.[[18]](#footnote-18)

Berdasarkan tinjauan literatur yang telah dilakukan, penelitian yang akan dilaksanakan ini akan menjadi kontribusi orisinal dan inovatif. Keunikan penelitian ini terletak pada perbedaan variabel bebas yang digunakan serta lokasi penelitian yang berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian ini akan menginvestigasi hubungan antara dukungan sosial dengan citra tubuh pada remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo.

1. **Landasan Teori**
2. ***Body Image***
3. **Definisi *Body Image***

Menurut Cash dan Pruzinsky, *body image* merupakan sebuah persepsi seseorang terhadap tubuhnya sendiri dan cara memandang dirinya sendiri.[[19]](#footnote-19) Pandangan seseorang tersebut bisa berupa penilaian positif atau negatif terhadap tubuhnya.[[20]](#footnote-20) Dan diperluas lagi dengan menyatakan bahwa *body image* merupakan evaluasi dan pengalaman afektif seseorang terhadap atribut fisik, yang mana bisa dikatakan bahwa investasi dalam penampilan merupakan bagian utama dari evaluasi diri seseorang.[[21]](#footnote-21) Selain itu, cash juga menjelaskan bahwa *body image* adalah konstruk yang multidimensional yang terdiri dari persepsi, kognisi, emosi, dan perilaku yang berkaitan dengan atribut fisik.[[22]](#footnote-22)

Pendapat lain dikemukakan oleh Bruch, *body image* adalah sebuah konsep yang didasarkan pada seluruh persepsi sensorik dan mental yang menyatu dalam sistem saraf pusat. Bruch menganggap perasaan kendali dan kepemilikan tubuh sebagai elemen penting dari *body image*. *Body image* mengacu pada pandangan fisik, emosional, dan interpersonal tentang dirinya sendiri.[[23]](#footnote-23)

Sejalan dengan itu Honigam dan Castle berpendapat bahwa *body image* adalah gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya, dan atas penilaian orang lain terhadap dirinya. Sebenarnya, apa yang dipikirkan dan rasakan, belum tentu benar-benar mempresentasikan keadaan yang aktual, namun lebih merupakan hasil penilaian diri yang bersifat subjektif.[[24]](#footnote-24)

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa *body image*  adalah sebuah persepsi seseorang yang menilai mengenai penampilan diri mulai dari bentuk tubuh, ukuran tubuh, baik penilaian positif maupun negatif tergantung dari perasaan atau mental seseorang.

1. **Aspek-Aspek *Body Image***

Dalam penelitian yang telah dilakukan sebelumnya tentang *body image* pada umumnya aspek-aspeknya mengacu pada pendapat Cash yaitu *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales (MBSRQ-AS)* karena dalam penelitian yang sudah dilakukannya sudah teruji dan digunakan sejak tahun 1980an.[[25]](#footnote-25) Cash mengemukakan ada lima aspek dalam pengukuran *body image*, yaitu:[[26]](#footnote-26)

1. *Appearance evaluation* (evaluasi penampilan)

Penilaian individu terhadap bentuk dan penampilan secara keseluruhan tubuhnya, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan atau belum memuaskan.

1. *Appearance orientation* (orientasi penampilan)

Perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan diri.

1. *Body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh)

Kepuasaan individu terhadap bagian tubuh tetentu, seperti wajah, tubuh bagian atas (dada, bahu lengan), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pinggul, paha, pantat, kaki), serta bagian tubuh secara keseluruhan.

1. *Overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk)

Menggambarkan kecemasan individu terhadap berat badan, kecenderungan untuk melakukan diet, dan membatasi pola makan.

1. *Self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh)

Penilaian individu terhadap berat badan, apakah masuk ke dalam kategori sangat kurus, kurus, gemuk, atau bahkan sangat gemuk.

1. **Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Body Image**

*Body image* terbentuk dari sejak individu lahir sampai selama individu hidup.Tentunya banyak hal yang dapat mempengaruhi *body image* seseorang yang mana salah satunya seperti pandangan atau penilaian orang lain terhadap penampilan diri sendiri. Beberapa ahli pun menyatakan bahwa ada berbagi faktor yang dapat mempengaruhi *body image* seseorang. Adapun menurut Cash faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan *body image* adalah sebagai berikut[[27]](#footnote-27) :

1. Jenis kelamin

Jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan *body image* seseorang. Cash menyatakan ketidakpuasan terhadap tubuh lebih sering terjadi pada wanita daripada laki-laki.[[28]](#footnote-28) Hal ini juga sependapat dengan Phares, dkk. Yang mengatakan bahwa pada umumnya wanita, lebih mengkhawatirkan terkait berat badan dan *body image* dibandingkan dengan laki-laki. Wanita biasanya lebih kritis terhadap tubuh mereka baik secara keseluruhan maupun pada bagian tertentu tubuh mereka daripada laki-laki.[[29]](#footnote-29)

1. Media massa

Media massa yang merajalela memengaruhi persepsi tubuh individu dengan memberikan gambaran tentang idealisasi tubuh perempuan dan laki-laki. Tiggeman menegaskan bahwa media massa berpengaruh besar dalam membentuk budaya sosial. Anak-anak dan remaja cenderung lebih sering menonton televisi, sementara orang dewasa lebih memilih membaca surat kabar dan majalah. Survei menunjukkan bahwa mayoritas perempuan dan anak perempuan mengonsumsi majalah mode, yang memberikan gambaran tentang tubuh ideal yang kurus bagi perempuan dan berotot bagi laki-laki. Media sering menggambarkan tubuh ideal yang jarang ditemui dalam kehidupan sehari-hari, menghasilkan peningkatan kecemasan dan persepsi negatif terhadap tubuh.

Levine dan Smolak menemukan bahwa paparan terhadap gambar tubuh yang ideal dalam media menyebabkan perempuan merasa tidak puas dengan tubuh mereka dan mengalami dampak negatif seperti penurunan suasana hati dan penurunan persepsi diri. Jadi, media massa memiliki peran besar dalam menciptakan citra tubuh yang sempurna dan menyebabkan dampak negatif pada penilaian diri dan kepercayaan diri individu.

1. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal sering mendorong individu untuk membandingkan diri dengan orang lain dan tanggapan yang diterima dari orang lain memengaruhi pandangan diri termasuk persepsi terhadap penampilan fisik. Feedback dari teman sebaya dan keluarga dalam interaksi interpersonal dapat memengaruhi cara individu melihat dan merasa tentang tubuh mereka.

Dunn dan Gooke menunjukkan bahwa menerima tanggapan tentang penampilan fisik membentuk persepsi individu tentang bagaimana mereka berada dalam perbandingan sosial, yang merupakan faktor penting dalam pembentukan pandangan diri terhadap daya tarik fisik. Pikiran dan perasaan tentang tubuh sering kali dimulai dari respons orang lain, yang memainkan peran penting dalam perkembangan citra tubuh seseorang. Selain interaksi sosial, perkembangan emosional dan kognitif juga berperan dalam membentuk pandangan individu terhadap diri mereka sendiri. Oleh karena itu, cara individu berpikir dan merasa tentang tubuh mereka dapat memengaruhi hubungan dan karakteristik psikologis mereka.

Sejalan dengan itu Thomson juga mengungkapkan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *body image* yaitu:[[30]](#footnote-30)

1. Pengaruh berat badan dan persepsi gemuk/kurus

Keinginan-keinginan untuk menjadikan berat badan tetap optimal dengan menjaga pola makan yang teratur, sehinnga persepsi terhadap citra tubuh yang baik akan sesuai dengan diinginanya.

1. Budaya

Adanya pengaruh disekitar lingkungan individu dan bagaimana cara budaya mengkomunikasikan normanorma tentang penampilan fisik, dan ukuran tubuh yang menarik.

1. Siklus hidup

Pada dasar Individu menginginkan untuk kembali memiliki bentuk tubuh seperti masalalu.

1. Masa kehamilan

Proses dimana individu bisa menjaga masa tumbuh kembang anak dalam kandungan, tanpa ada peristiwa-peristiwa pada masa kehamilan.

1. Sosialisasi

Adanya pengaruh dari teman sebaya yang menjadikan individu ikut terpengaruh didalamnya.

1. Konsep diri

Gambaran Individu terhadap dirinya, yang meliputi penilaian diri dan penilaian sosial.

1. Peran gender

Dalam hal ini peran orang tua sangat penting bagi citra tubuh individu, sehingga menjadikan individu lebih cepat terpengaruh

1. Pengaruh distorsi citra tubuh pada diri individu

Perasaan dan persepsi individu yang bersifat negatif terhadap tubuhnya yang dapat diikuti oleh sikap yang buruk.

Dalam faktor-faktor diatas, budaya memegang peranan terbesar. Budaya menentukan pandangan tentang kecantikan tubuh dan menetapkan standar yang diakui oleh masyarakat. Dengan kata lain, penilaian tentang keindahan, kesempurnaan, dan ketidaksempurnaan tubuh dipengaruhi oleh norma-norma yang berlaku dalam masyarakat. Definisi kecantikan wanita yang dianggap sempurna berubah seiring waktu, mengikuti tren estetika yang berubah, dan sebagai hasilnya, banyak wanita berusaha menyesuaikan diri agar sesuai dengan citra ideal yang berlaku.

1. **Dukungan Sosial**
2. **Definisi Dukungan Sosial**

Menurut Smet, dukungan sosial adalah kebutuhan akan hubungan sosial yang berkelanjutan saat berinteraksi dengan orang lain.[[31]](#footnote-31) Berbeda halnya dengan Sarafino menjelaskan bahwa dukungan sosial mencakup rasa nyaman, perhatian, penghargaan, dan bantuan yang diterima individu dari orang lain atau kelompok.[[32]](#footnote-32) Menurut Baron &Bryne dukungan sosial dapat diartikan sebagai pemberian perasaan nyaman baik secara fisik maupun psikologis atau keluarga kepada seseorang untuk menghadapi masalah.[[33]](#footnote-33)

Dalam pengertian lain, Casel menambahkan bahwa dukungan sosial adalah hadirnya orang lain yang membuat individu merasa dicintai, diperhatikan, dan menjadi bagian dari kelompok sosial seperti keluarga, rekan kerja, dan teman dekat. Hal ni menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan perasaan keterhubungan dan diterima di lingkungan sosial.[[34]](#footnote-34)

Dari beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah sebuah dukungan yang diberikan oleh orang disekitarnya baik berupa perhatian, penghargaan bertujuan untuk membantu seseorang dalam menghadapi permasalahannya.

1. **Sumber Dukungan Sosial**

Zimet, dkk menilai persepsi dukungan sosial dari tiga sumber spesifik, yaitu :[[35]](#footnote-35)

1. Dukungan keluarga (*family support*)

Dukungan keluarga merupakan bantuan yang diberikan oleh keluarga kepada individu. Dukungan atau bantuan yang dapat diberikan berupa bantuan dalam mengambil suatu keputusan maupun kebutuhan secara emosional.

1. Dukungan teman (*friend support*)

Dukungan teman merupakan bantuan yang dirasakan individu dari teman-teman. Bantuan yang diberikan seperti membantu dalam aktivitas sehari-hari dan bantuan dalam bentuk lainnya.

1. Dukungan orang terdekat (*significant other support*)

Dukungan orang terdekat merupakan bantuan yang diberikan seseorang yang sangat berarti dalam kehidupan individu. Dukungan atau bantuan yang dapat diberikan berupa membuat individu merasakan kenyamanan dan merasa dihargai.

1. **Aspek-Aspek Dukungan Sosial**

Menurut House ada empat aspek dukungan sosial adalah:[[36]](#footnote-36)

1. *Instrumental Support* (Dukungan instrumen)

Aspek ini berbentuk bantuan yang bisa diberikan secara langsung meliputi penyediaan sarana untuk mempermudah atau menolong orang lain contohnya peralatan, perlengkapan, dan sarana pendukung dan memberikan waktu luang.

1. *Informative Support* (Dukungan informatif)

Aspek ini berupa pemberian informasi, sugesti, ataupun timbal balik yang dibutuhkan oleh seseorang untuk mengatasi masalah pribadi. Aspek informatif terdiri pemberian nasehat, pengarahan, dan keterangan lain yang dibutuhkan oleh individu.

1. *Emotional Support* (Dukungan emosional)

Aspek ini melibatkan kekuatan jasmani dan keinginan untuk percaya pada orang lain sehingga individu menjadi yakin bahwa orang lain mampu memberikan cinta dan kasih sayang kepadanya. Dinyatakan bantuan dalam bentuk dorongan untuk memberikan kehangatan kasih sayang, perhatian, serta pemberian simpati.

1. *Appraisal Support* (Dukungan penghargaan)

Dukungan penghargaan dapat diberikan melalui penghargaan atau penilaian yang positif kepada individu, dorongan maju dan semangat atau persetujuan mengenai ide atau pendapat individu serta melakukan perbandingan secara positif terhadap orang lain.

1. **Faktor-Faktor Dukungan Sosial**

Menurut Myers mengemukakan bahwa sedikitnya ada tiga faktor penting yang mendorong seseorang untuk memberikan dukungan yang positif, yakni sebagai berikut:[[37]](#footnote-37)

1. Empati, yaitu kemampuan untuk merasakan dan memahami perasaan orang lain, dengan tujuan untuk mengantisipasi emosi mereka dan mendorong tindakan yang membantu mengurangi kesulitan dan meningkatkan kesejahteraan mereka.
2. Norma dan nilai sosial, berguna untuk membimbing individu dalam menjalankan tanggung jawab sosial mereka.
3. Pertukaran sosial, yaitu Hubungan timbal balik dalam perilaku sosial, termasuk cinta, pelayanan, dan pertukaran informasi. Keseimbangan dalam pertukaran ini menciptakan hubungan interpersonal yang memuaskan, dan pengalaman dalam pertukaran ini membuat individu merasa lebih percaya bahwa mereka dapat mendapatkan bantuan dari orang lain.

Dan menurut Sarafino ada beberapa faktor yang menentukan seseorang bisa menerima dukungan sosial:[[38]](#footnote-38)

1. Penerima dukungan (*Recipients*)

Dukungan sosial diperoleh seseorang ketika dia juga memberikan dukungan kepada orang lain, menciptakan hubungan timbal balik yang sehat dalam proses sosialisasi. Ini mencakup membantu orang lain ketika mereka membutuhkan, dan memberi tahu orang lain jika kita sendiri membutuhkan dukungan. Seseorang tidak akan mendapat dukungan sosial jika sikapnya tidak ramah, tidak pernah menolong orang lain, dan tidak terbuka ketika membutuhkan bantuan. Ini karena adanya interaksi timbal balik antara individu dan lingkungan sosialnya, di mana saling memberi dan menerima dukungan memainkan peran penting.

1. Penyedia dukungan (*Providers*)

Providers yang dimaksud mengacu pada orang-orang terdekat yang diharapkan dapat memberikan dukungan sosial kepada individu. Ketika individu tidak menerima dukungan sosial, bisa jadi penyedia dukungan tersebut tidak mampu memberikan bantuan yang diperlukan karena berbagai alasan seperti tidak memiliki sumber daya yang sesuai, sedang mengalami stres, atau tidak menyadari bahwa ada orang yang membutuhkan bantuannya.

1. Komposisi dan struktur jaringan sosial

Ini merujuk pada hubungan individu dengan orang-orang di sekitarnya, termasuk keluarga dan lingkungan sosialnya. Aspek-aspek ini meliputi jumlah orang yang sering berinteraksi dengan individu, seberapa sering interaksi itu terjadi, jenis hubungan (keluarga, teman, rekan kerja, dll.), dan tingkat kedekatan serta kepercayaan dalam hubungan tersebut.

1. **REMAJA**
2. **Definisi Remaja**

Menurut Hurlock, masa remaja adalah masa perubahan, saat dimana individu mencari identitas serta merupakan ambang masa dewasa. Masa remaja juga merupakan suatu periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang disertai dengan perubahan pada kondisi fisik, mental, sosial, serta emosional.[[39]](#footnote-39)

Masa remaja terbagi menjadi: pra remaja dalam rentang usia 11/12 tahun sampai 12/13 tahun, remaja awal dalam rentang usia 13/14 tahun sampai 17 tahun, dan remaja lanjut dalam rentang usia 17 tahun sampai usia 20/21 tahun.[[40]](#footnote-40) Sedangkan menurut Sibagariang, masa remaja adalah masa dari masa kanak-kanak hingga dewasa antara usia 10 dan 19 tahun, dan perubahan yang cepat dalam tubuh, pikiran, dan psikologi akan mempengaruhi beberapa aspek kehidupan di kemudian hari.[[41]](#footnote-41)

Dari penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa dengan rentang usia 11 tahun-20 tahun yang mana terjadi perubahan baik fisik, psikis, maupun sosialnya.

1. **Ciri-ciri Remaja**

Beberapa ciri-ciri khusus remaja menurut Dwimukti adalah sebagai berikut:[[42]](#footnote-42)

1. Perubahan Peranan

Saat transisi dari masa anak ke remaja, individu mengalami perubahan dalam peran mereka. Jika sebelumnya mereka mungkin bergantung dan dilindungi oleh orang tua, pada masa remaja mereka diharapkan untuk menjadi mandiri. Namun, mereka masih membutuhkan perlindungan dan dukungan dari orang tua dalam beberapa hal.

1. Daya Fantasi yang Berlebihan

Keterbatasan kemampuan remaja sering kali membuat mereka sulit memenuhi berbagai kebutuhan, mendorong mereka untuk berpikir secara egosentris. Mereka cenderung percaya bahwa perhatian orang lain terhadap mereka sangat besar dan unik.

1. Ikatan Kelompok yang Kuat (Konformitas)

Remaja cenderung meniru sikap orang lain karena tekanan yang mereka rasakan, baik itu nyata maupun dibayangkan. Ini dapat berupa konformitas positif seperti berpakaian dan berpartisipasi dalam aktivitas bersama teman-teman, atau konformitas negatif seperti perilaku merokok untuk mendapat pengakuan dari kelompoknya.

1. Krisis Identitas

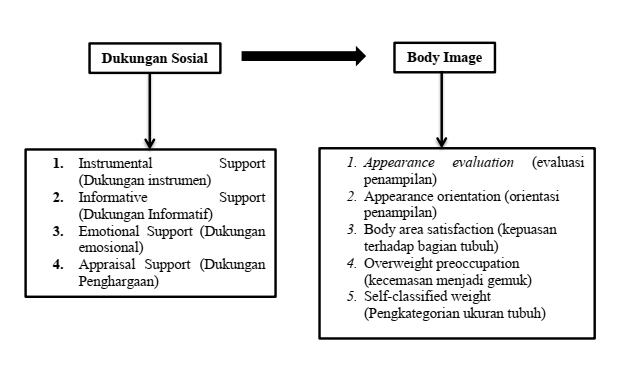
Ini terjadi saat remaja aktif mencari identitas mereka, baik dalam pekerjaan maupun kepercayaan. Marcia menjelaskan bahwa ada beberapa kriteria pencapaian identitas, termasuk pencapaian identitas, moratorium, foreclosure, dan identity-diffusion, yang menunjukkan tahapan berbeda dalam proses pencarian identitas remaja.

1. **Kerangka Berpikir**

Masa remaja merupakan suatu periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang disertai dengan perubahan pada kondisi fisik, mental, sosial, serta emosional.[[43]](#footnote-43) Yang mana dalam proses transisi tersebut remaja mengalami gejolak yang luar biasa akibat dari perubahan yang dialami seperti halnya perubahan pada fisiknya, dari situlah timbul persepsi-persepsi mengenai tubuhnya atau yang disebut dengan body image. Menurut Cash dan Pruzinsky, *body image* merupakan suatu sikap yang dimiliki seseorang baik berupa penilaian positif atau negatif terhadap tubuhnya.[[44]](#footnote-44) Dan menurut Cash ada beberapa faktor yang menimbulkan penilaian atas tubuhnya salah satunya ialah hubungan interpersonal.[[45]](#footnote-45)

Dalam hubungan interpersonal ini biasanya sering mendorong individu untuk membandingkan diri dengan orang lain dan tanggapan yang diterima dari orang lain memengaruhi pandangan diri termasuk persepsi terhadap penampilan fisik. Maka dari itu sangat penting bagi remaja adanya dukungan sosial dimana dalam masa remaja banyak sekali perubahan yang dialami. Dukungan sosial ini dapat berupa dukungan emosional, dukungan instrumen, dan dukungan informasional, yang semuanya memberikan sumber daya psikososial yang penting bagi individu dalam mengatasi stres dan menghadapi masalah.

Dalam konteks hubungan antara dukungan sosial dan *body image* remaja, menjelaskan bahwa penerimaan dan dukungan dari lingkungan sosial terhadap penampilan fisik remaja dapat memengaruhi persepsi mereka terhadap tubuh. Dukungan sosial memainkan peran penting dalam membentuk body image remaja. Ketika remaja merasa didukung dan diterima oleh lingkup sosialnya dalam hal penampilan fisik, mereka cenderung memiliki persepsi yang lebih positif tentang tubuh mereka sendiri. Ini sesuai dengan teori dukungan sosial yang menekankan pentingnya lingkungan sosial yang mendukung dalam meningkatkan kesejahteraan individu. Ketika remaja merasa didukung oleh orang tua, guru, teman, atau orang-orang yang dekat dengannya mereka akan merasa lebih nyaman dengan penampilan fisik mereka dan mungkin lebih mampu untuk mengatasi tekanan sosial terkait penampilan. Dengan demikian, hubungan dukungan sosial dengan *body image* memberikan gambaran sebagai berikut.

Gambar 2.1. Kerangka Berpikir

1. **Hipotesis Penelitian**

Hipotesis berasal dari bahasa Yunani yaitu hypo yang berarti sementara dan thesis yang berarti pernyataan. Dan dapat diartikan bahwa hipotesis adalah jawaban sementara dari permasalahan yang dihadapi. Dalam penelitian, hipotesis diartikan sebagai jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Rumusan masalah tersebut bisa berupa pernyataan tentang hubungan dua variabel atau lebih, perbandingan (komparasi), atau variabel mandiri (deskripsi).[[46]](#footnote-46) Jadi peneliti dalam penelitian ini merumuskan hipotesis sebagai berikut:

1. Ha : ada hubungan antara dukungan sosial dengan *body image* remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo.
2. H0 : tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan *body image* remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo.

Berkaitan dengan judul penelitian ini, hipotesis yang dikemukakan peneliti adalah “Ha” diterima yang berarti ada hubungan antara dukungan sosial dengan *body image* remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo. sedangkan “H0” ditolak yang berarti tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan *body image* remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo.

**BAB III**

**METODE PENELITIAN**

1. **Rancangan Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Menurut Creswell penelitian kuantitatif adalah sebuah penyelidikan tentang masalah sosial berdasarkan pada pengujian sebuah teori yang terdiri dari variabel-variabel, diukur dengan angka, dan dianalisis dengan prosedur statistik untuk menentukan apakah generalisasi prediktif teori tersebut benar. Bryman mengemukakan proses penelitian kuantitatif dimulai dari teori, hipotesis, desain penelitian, memilih subjek, mengumpulkan data, memproses data, menganalisa data, dan menuliskan kesimpulan.[[47]](#footnote-47)

Dalam penelitian ini tentunya diperlukan statistik untuk dapat melakukan analisis data. Statistik ini merupakan serangkaian data yang diperoleh dari sampel nantinya, dengan maksud dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *body image* remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo maka analisis yang akan digunakan nantinya adalah analisis korelasi *product moment*.

1. **Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel**

Hardani dan Sodik & Siyoto menyatakan variabel penelitian merupakan karakteristik dan sifat suatu obyek yang diamati dalam penelitian. Dalam penelitian kuantitatif hubungan variabel terhadap obyek yang diteliti karena bersifat sebab dan akibat yang terkait dengan variabel independen dan dependen*.*[[48]](#footnote-48)Adapun variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Dukungan Sosial sebagai variabel bebas (X), dan *Body Image* sebagai variabel terikat (Y).

1. Variabel Bebas (X) : X = Dukungan Sosial
2. Variabel Terikat (Y) : Y = *Body Image*

Dalam penelitian, operasional dari variabel yang diteliti didefinisikan sebagai berikut:

1. Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah sebuah dukungan yang diberikan kepada individu yang berasal dari orang-orang disekitarnya seperti orang tua dan teman yang bertujuan untuk membantu individu dalam menghadapi permasalahannya. Adapun aspek-aspek dukungan sosial dalam penelitian ini menggunakan skala yang mengacu pada aspek-aspek menurut House yang terdiri dari 4 aspek yaitu aspek *Instrumental Support* (Dukungan instrumen), *Informative Support* (Dukungan Informatif), *Emotional Support* (Dukungan emosional), dan *Appraisal Support* (Dukungan Penghargaan).

1. *Body Image*

*Body image* adalah sikap, persepsi, evaluasi atau pandangan yang dimiliki seseorang terhadap tubuh dan penampilan fisiknya yang dapat berupa penilaian positif atau negatif. Aspek-aspek *body image* dalam penelitian ini diukur menggunakan skala yang mengacu pada aspek-aspek menurut Cash dan Pruzinsky yang terdiri dari 5 aspek yaitu *Appearance evaluation* (evaluasi penampilan), *Appearance orientation* (orientasi penampilan), *Body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), *Overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), dan *Self-classified weight* (Pengkategorian ukuran tubuh).

1. **Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian merupakan alat ukur yang  
digunakan untuk mengumpulkan data dari objek  
penelitian.[[49]](#footnote-49) Adapun instrumen yang dibuat nantinya akan mengungkap variabel-variabel dalam penelitian ini dengan indikator-indikator yang sesuai. Tahapan yang perlu dilalui dalam mempersiapkan alat ukur ini yaitu dengan mengumpulkan data yang didapatkan dari fakta-fakta ataupun keterangan mengenai variabel yang diteliti, sehingga peneliti dapat menyusun sesuai dengan kebutuhan pengukuran variabelnya.

Adapun instrumen yang akan digunakan untuk pengambilan data dalam penelitian ini adalah mengunakan *skala likert*, yang mana skala tersebut digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial yang terdiri dari lima pilihan jawaban yaitu Sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak setuju (TS), Sangat tidak setuju (STS). Dan keempat jawaban tersebut diberi nilai 1-4 menurut tingkatan penolakan dan dukungan.[[50]](#footnote-50)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tabel 3.1 Skala Likert** | | | |
| No | Respon | Skor | |
| Favorable | Unfavorable |
| 1. | Sangat Setuju (SS) | 4 | 1 |
| 2. | Setuju (S) | 3 | 2 |
| 3. | Tidak Setuju (TS) | 2 | 3 |
| 4. | Sangat Tidak Setuju (STS) | 1 | 4 |

Adapun skala dukungan sosial dan skala *body image* mengadaptasi skala yang dilakukan peneliti sebelumnya yaitu oleh Muthia Nindita (skala dukungan sosial) dan Mega Retno Saputri (skala *body image*). Berikut adalah gambaran skala yang digunakan dalam penelitian ini:

1. **Skala Dukungan Sosial**

Skala ini merujuk pada teori dukungan sosial oleh Sarafino yang diperoleh dari penelitian yang dilakukan oleh Muthia Nindita dalam skripsinya yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Dengan *Body Dissatisfaction* Pada Remaja Awal Putri”. Skala dukungan sosial telah menjalani uji coba pada tanggal 5-7 Juli 2018 dengan melibatkan 46 responden. Hasil uji coba menunjukkan bahwa dari 44 item awal, setelah dua putaran analisis, terdapat 3 item yang dieliminasi, yaitu item nomor 14, 25, dan 37. Jumlah item yang tersisa adalah 41, dengan nilai koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha mencapai 0,916, menandakan tingkat reliabilitas yang tinggi.[[51]](#footnote-51)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tabel 3.2 *Blue Print* Skala Dukungan Sosial** | | | | | |
| Aspek | Sumber dukungan sosial | | | | Jumlah aitem |
| Teman | | Orang tua | |
| Favorable | Unfavorable | Favorable | Unfavorable |
| Emotionalsupport | 1, 11, 19, 20 | 2, 5, 18, 26 | 4, 6, 16, 17 | 3, 10, 35, 36 | 16 |
| AppraisalSupport | 8, 15, 22, 25 | - | 7, 9, 12, 14 | - | 8 |
| InformationalSupport | 21, 27, 28 | - | 13, 23, 24, 34 | 30 | 8 |
| InstrumentalSupport | 37, 31, 39 | 32 | 29, 33, 38, 41 | 40 | 9 |
| Total aitem | 14 | 5 | 16 | 6 | 41 |

1. **Skala *Body Image***

Skala ini merujuk pada teori dari Thomas Cash & Purinzky yang diperoleh dari penelitian yang dilakukan oleh Mega Retno Saputri dalam skripsinya yang berjudul “Hubungan *Body Image* dengan Perilaku Konsumtif Produk Kecantikan Pada Mahasiswi UIN Ar -Raniry Banda Aceh”. Yang mana skala tersebut sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada 17 November 2022 sampai 1 Desember 2022.

Dari penilaian tiga ahli yang dilakukan terhadap skala body image yang digunakan dalam penelitian ini, didapatkan hasil perhitungan *Content Validity Ratio (CVR).* Sebanyak 31 item dari total 33 item dinilai memiliki koefisien 1, sementara 2 item lainnya memiliki koefisien 0,3. Berdasarkan evaluasi SME, nilai CVR untuk skala *body image* menunjukkan angka di atas nol, menegaskan bahwa semua item yang esensial telah dinyatakan valid. Selain itu, hasil uji reliabilitas pada tahap *tryout* penelitian menunjukkan nilai α = 0,826, menunjukkan tingkat reliabilitas yang tinggi untuk skala tersebut. Demikian pula, pada hasil uji reliabilitas selama pelaksanaan penelitian, diperoleh nilai α = 0,836, menegaskan reliabilitas yang tinggi dari skala *body image* tersebut.[[52]](#footnote-52)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tabel 3. 3 *Blue Print* Skala *Body Image*** | | | | |
| Aspek | Indikator | Aitem | | Total |
| *Favorable* | *Unfavorable* |
| Evaluasi penampilan | Merasa penampilan diri menarik | 15, 22 | 9, 12 | 7 |
| Puas dengan penampilan | 13 | 23 |
| Membandingkan penampilan diri dengan orang lain | - | 4 |
| Orientasi penampilan | Cenderung memperhatikan penampilan | 6 | 10 | 5 |
| Melakukan usaha untuk menunjang dan memperbaiki penampilan | 24 | 3, 14 |
| Kepuasan terhadap bagian tubuh | Merasa puas dengan anggota tubuh | - | 21 | 2 |
| Merasa ada bagian tubuh yang tidak bagus | - | 7 |
| Kecemasan menjadi gemuk | Merasa cemas jika mengalami kenaikan berat badan | 2, 16 | 20 | 6 |
| Melakukan usaha untuk menjaga berat badan | 1, 11 | 18 |
| Pengkategorian ukuran tubuh | Menilai berat badan termasuk gemuk atau kurus | - | 5, 17 | 4 |
| Membandingkan bentuk tubuh dengan orang lain | 19 | 8 |
| Total | | | | 24 |

**Validitas Instrumen**

Dalam penelitian tentunya instrumen penelitian harus memiliki dasar yaitu valid. Karena dengan instrumen yang valid maka hasil yang akan didapatkan nantinya juga sesuai dengan apa yang diharapkan. Dan dalam penelitian ini validitas yang digunakan adalah validitas isi. Menurut Haynes et al validitas isi adalah sejauhmana elemen-elemen dalam suatu instrumen ukur benar-benar relevan dan merupakan representasi dari konstrak yang sesuai dengan tujuan pengukuran.[[53]](#footnote-53) Dalam konteks validitas isi mencakup validitas tampang dan validitas logis, maksudnya dalam proses validitas isi ini dilakukan penilaian terhadap kelayakan tampilan aitem-aitem yang kemudian dianalisis mendalam oleh profesional dengan tujuan menilai kelayakan isi aitem sebagai jabaran dari indikator keperilakuan atribut yang diukur.

Instrumen yang disusun sebelum digunakan peneliti untuk mengambil data di lapangan dimintakan validasi atau *judgement* terlebih dahulu kepada dua ahli atau profesional yaitu ibu Walida Asitasari, M.Psi. Psikolog. dan ibu Mayrina Eka Prasetyo Budi, M.Psi. Dalam prosesnya peneliti meminta izin kepada ahli atau profesional tersebut untuk menilai skala yang digunakan dalam penelitian ini kemudian direvisi sesuai dengan pendapat dari kedua ahli. Setelah memenuhi penilaian dari kedua ahli maka peneliti melanjutkan proses penelitiannya dengan menyusun *g-form* yang akan digunakan dalam proses pengambilan data.

1. **Lokasi, Populasi, dan Sampel**
2. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian yang dipilih dalam penelitian ini yaitu di lingkungan SMK PGRI 1 Ponorogo. Yang mana alasan pemilihan lokasi penelitian ini karena di SMK PGRI 1 Ponorogo inilah ditemukannya fenomena yang ingin peneliti gali yaitu mengenai *body image.* Dan peneliti ingin mengetahui respon siswi SMK PGRI 1 mengenai *body image*, serta mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial yang dimiliki terhadap *body image* nya.

1. Populasi

Menurut Corper, dkk menyatakan bahwa populasi adalah keseluruhan elemen yang akan dijadikan wilayah generalisasi, yaitu keseluruhan objek yang akan diukur.[[54]](#footnote-54) Jadi populasi merupakan wilayah yang meliputi subjek/objek yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas X dan XI yang berjumlah 254 siswi dan telah terbentuk kelas-kelas sesuai jurusannya yang berjumlah sepuluh kelas.

1. Sampel

Sampel adalah sebagian objek yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi.[[55]](#footnote-55) Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Disproporsionate Stratified Cluster Sampling,* yang mana pengambilan sampel diambil berdasarkan strata sesuai kelas namun tidak seimbang. Teknik ini digunakan dengan cara memilih berapa kelas dalam populasi tersebut. Di dalam populasi terdapat sepuluh kelas yang terdiri dari kelas X DKV, X AK, X MP 1, X MP 2, X BD 1, X BD 2, XI MP, XI AK, XI BD, XI DKV. Adapun dari sepuluh kelas tersebut peneliti memilih delapan kelas untuk dijadikan sampel dengan jumlah 182 siswi.

1. **Tahap-tahap Penelitian**

Pada bagian ini peneliti menjelaskan secara urut tahap-tahap penelitian yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:[[56]](#footnote-56)

1. Penentuan masalah

Langkah pertama yaitu menentukan topik permasalahan. Hal ini disesuaikan dengan bidang masing-masing yang sesuai untuk diangkat menjadi penelitian seperti bidang sosial, pendidikan, psikologi dll. Dimana dalam penelitian ini mengambil topik permasalah dalam bidang psikologi yaitu mengenai *body image* dan dukungan sosial.

1. Ulasan kepustakaan

Dalam proses penelitian tentunya diperlukan pengetahuan dari kepustakaan yang diperoleh untuk menjabarkan mengenai topik yang akan diangkat. Dengan adanya kepustakaan tersebut akan dapat memberikan gambaran mengenai latar belakang serta memberikan arahan terhadap pendektan teoritis yang sesuai dengan permasalahan dan mampu menjadi dasar untuk mengungkap sebuah permasalahan. Dalam penelitian ini ulasan kepustakaan mengenai penelitian terdahulu yang mirip atau sesuai dengan topik permasalahan yang diangkat dan juga teori yang sesuai dengan variabel dalam penelitian ini yaitu *body image*  dan dukungan sosial.

1. Penentuan fokus masalah

Penentuan fokus masalah ini penting untuk dilakukan dalam penelitian kuantitatif agar permasalahan yang ingin diungkap itu tidak melebar kemana-mana sehingga memudahkan peneliti untuk melakukan penelitian dikarenakan sudah memiliki fokus atau tujuan dari masalah yang akan dibahas dalam penelitiannya. Dan dalam penelitian ini fokusnya adalah ingin mengetahui hubungan dukungan sosial dengan *body image*  remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo.

1. Pemilihan desain dan metode

Pada penelitian ini peneliti memustuskan metode dalam pengambilan data serta membuat rancangan penelitian yang nantinya akan dilaksanakan. Seperti halnya penentuan sampel, teknik sampling, alat pengambilan data, penentuan uji-uji yang akan dilaksanakan dalam penelitian.

1. Pengumpulan data

Dalam penelitian ini alat untuk pengumpulan data menggunakan kuisioner. Kuisioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperrangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis untuk dijawab oleh responden.[[57]](#footnote-57)

Adapun kuisoner yang telah disusun disebarkan kepada siswi SMK PGRI 1 kelas X dan XI yang menjadi responden melalui *G-Form* guna mencapai terkumpulnya data yang dibutuhkan serta kemudahan dalam penelitian. Dan bentuk aitem kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah aitem kuisioner tertutup, dimana pernyataan yang dicantumkan telah sesuai untuk menggali variabel dalam penelitian ini serta jawaban yang disediakan bergantung pada pemilihan peneliti. Sehingga, responden hanya bisa memilih jawaban yang mendekati pilihan paling tepat dengan apa yang dialaminya saat ini.

Selain itu, ada data lain yang diperlukan untuk penelitian ini yang dikumpulkan dengan teknik dokumentasi. Dokumentasi adalah teknik pengumpulan data dengan melakukan pencatatan data melalui dokumen yang diperlukan seperti mengenai sejarah berdiri, visi misi, jumlah peserta didik di SMK PGRI 1 Ponorogo.

1. Analisis data

Setelah data terkumpul, tugas peneliti selanjutnya yakni melakukan analisis, menjelaskan kecenderungan dan hubungan serta mengelompokkan fakta secara sistematis. Adapun dalam analisis peneliti dibantu *software* SPSS versi 29.00 *for windows.*

1. Penarikan kesimpulan

Pada tahap akhir ini, peneliti menjelaskan hasil dari penelitiannya dan menarik kesimpulan dengan kalimat yang singkat dan jelas.

1. **Analisis Data**

Dalam penelitian kuantitatif, setelah mengumpulkan data dari semua responden atau sumber data lain, langkah berikutnya adalah melakukan analisis data. Kegiatan ini meliputi pengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, tabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, penyajian data untuk setiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab pertanyaan penelitian, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang diajukan. Analisis data merupakan tahap penting dalam proses penelitian karena membantu dalam memahami dan menginterpretasi hasil dari data yang telah dikumpulkan.[[58]](#footnote-58)

Adapun beberapa teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji prasyarat dan uji hipotesis. Yang mana tahapan sebelum dilakukan uji hipotesis ada uji prasyarat yang harus dilakukan terlebih dahulu yaitu dengan uji normalitas. Uji normalitas adalah metode yang digunakan untuk menentukan apakah data mengikuti distribusi normal atau tidak. Jika data tersebut tidak terdistribusi secara normal, maka penggunaan analisis data parametrik tidaklah sesuai.[[59]](#footnote-59)

Setelah memastikan bahwa uji prasyarat telah terpenuhi, langkah berikutnya adalah menguji hipotesis penelitian. Penelitian ini mengajukan hipotesis bahwa terdapat korelasi positif antara tingkat dukungan sosial dan persepsi terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo. Uji hipotesis dilakukan menggunakan analisis statistik korelasi *Pearson* untuk data yang berdistribusi normal. Namun, jika data tidak mengikuti distribusi normal, maka analisis korelasi Spearman akan digunakan sebagai alternatif. Dengan demikian, kedua metode korelasi ini akan digunakan untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan antara variabel dukungan sosial dan *body image* remaja perempuan dalam konteks penelitian ini.[[60]](#footnote-60)

**BAB IV**

**HASIL PENELITIAN**

1. **Gambaran Umum Lokasi Penelitian**
2. Sejarah Berdirinya SMK PGRI 1 Ponorogo

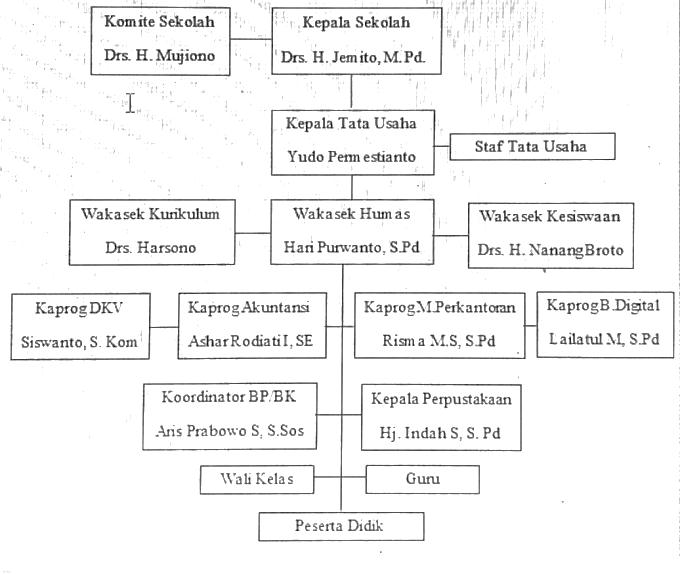
Ketika berdirinya lembaga ini semula bernama Sekolah Menengah Ekonomi Atas (SMEA) Ponorogo yang berdiri pada tanggal 5 Mei 1969 yang saat itu merupakan sekolah Filial atau cabang dari SMEAN Madiun. Kemudian berdasarkan Surat Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 077/O/1979 tentang perubahan status SMEA filial SMEAN Madiun di Ponorogo menjadi SMEA Ponorogo.

Selanjutnya pada tanggal 3 April 1997 berdasarkan Surat Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 036/O/ 1974 tentang perubahan nomer klaktur SMKTA menjadi SMK serta organisasi dan tata kerja SMK, maka SMEA PGRI 1 Ponorogo berganti nama menjadi SMK PGRI 1 Ponorogo yang berlaku sejak 2 Juni 1997. SMK PGRI 1 Ponorogo merupakan salah satu Sekolah Menengah Kejuruan di wilayah Ponorogo, adapun nomor pokok SMK PGRI 1 Ponorogo adalah 20510095. Dan pada tahun 2011 lalu, SMK PGRI 1 Ponorogo telah memiliki sertifikat *ISO* dan juga merupakan sekolah pertama dari 2 sekolah di Ponorogo. Kemudian pada tahun 2012 SMK PGRI 1 Ponorogo kembali mendapatkan prestasi sebagai sekolah dengan akreditasi A semua jurusan.

1. Letak Geografis SMK PGRI 1 Ponorogo

Secara geografis SMK PGRI 1 Ponorogo terletak di jalan Irawan No. 13 Ponorogo desa/kelurahan Kepatihan Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo Provinsi Jawa Timur. SMK PGRI 1 memiliki lokasi yang sangat strategis, selain itu juga didukung dengan kemudahan transportasi karena dekat dengan beberapa sekolah tinggi di Ponorogo dan dekat dengan pemukiman warga sehingga membuat semua orang mudah untuk mengunjunginya

1. Struktur Organisasi SMK PGRI 1 Ponorogo

Gambar 4.1 Struktur Organisasi

1. Visi dan Misi SMK PGRI 1 Ponorogo

Visi SMK PGRI 1 Ponorogo yaitu:

“Terwujudnya tamatan SMK PGRI 1 Ponorogo sebagai sumber daya profesional yang berdaya saing tinggi, berjiwa nasionalisme, berbudaya, dan religius.”

Misi SMK PGRI 1 Ponorogo yaitu:

1. Mengembangkan pendidikan yang bermartabat, berkualitas, dan terserap di dunia kerja serta mampu untuk menciptakan lapangan kerja.
2. Mengembangkan lingkungan pendidikan sekolah nyaman, aman, dan agamis.
3. Mengembangkan kultur inovatf, kreatif, dan produktif, untuk membentuk jiwa mandiri dan bertanggung jawab.
4. Menghasilkan tamatan yang mampu mengembangkan diri, berbudi pekerti yang luhur, yang berwawasan kebangsaan dan berbudaya.
5. Keadaan Pendidik dan Peserta Didik SMK PGRI 1 Ponorogo

Adapun keadaan pendidik dan peserta didik di SMK PGRI 1 adalah sebagai berikut:

1. Keadaan Pendidik

Pendidik di SMK PGRI 1 pada saat ini berjumlah 35 guru, 14 guru laki-laki dan 21 guru perempuan. Dari jumlah guru tersebut guru yang telah menempuh pendidikan S2 ada dua orang, guru yang sudah PNS satu orang, dan guru GTT ada empat orang. Selain guru ada juga tenaga administrasi sekolah serta tenaga pelayanan khusus seperti *security,* petugas kebersihan dan sopir.

1. Keadaan Peserta Didik

Peserta didik di SMK PGRI 1 pada saat ini berjumlah 386 orang. Yang mana peserta didik kelas X berjumlah 171 perempuan dan 14 laki-laki, peserta didik kelas XI berjumlah 105 perempuan dan tujuh laki-laki, dan peserta didik kelas XII berjumlah 110 perempuan dan empat laki-laki yang telah lulus pada tahun 2024 ini.

1. Organisasi-organisasi Ekstrakurikuler di SMK PGRI 1 Ponorogo

Tabel 4.1 Ekstrakuriuler di SMK PGRI 1 Ponorogo

|  |  |
| --- | --- |
| a. Taruna | g. Pencak Silat |
| b. Basket | h. PMR |
| c. Futsal | i. Pramuka |
| d. *Ju-jitsu* | j. Rohis |
| e. Karawitan | k. *Volly* |
| f. Musik | l. Tari |

1. Sarana dan Prasarana di SMK PGRI 1 Ponorogo

Sarana dan prasarana di SMK PGRI 1 Ponorogo tergolong memadai sebagai penunjang kegiatan pembelajaran. Adapun sarana dan prasarana adalah sebagai berikut:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Tabel 4.2 Sarana dan prasarana di SMK PGRI 1 Ponorogo | | |
| No | Nama Sarana & Prasarana | Jumlah |
| 1. | Ruang kelas | 24 |
| 2. | Laboratorium | 2 |
| 3. | Perpustakaan | 1 |
| 4. | Marketing Laboratorium | 1 |
| 5. | Ruang Kepala Sekolah | 1 |
| 6. | Ruang Guru | 1 |
| 7. | Ruang Tata Usaha | 1 |
| 8. | Ruang BK | 1 |
| 9. | Ruang Osis | 1 |
| 10. | Ruang Pramuka | 1 |
| 11. | Lapangan | 1 |
| 12. | GOR | 1 |
| 13. | Masjid | 1 |
| 14. | Sanitasi Guru | 2 |
| 15. | Sanitasi Siswa | 2 |

1. **Deskripsi Hasil Penelitian**
2. Hasil statistik deskriptif variabel dukungan sosial remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo

Deskripsi data tentang dukungan sosial remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo didapatkan dari skor kuesioner jawaban responden. Skor tersebut diinterpretasikan agar mudah dipahami. Perolehan skor dukungan sosial remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo berada pada rentang skor 68 sampai 164. Hasil uji statistik deskriptif variabel dukungan sosial yang diolah menggunakan program SPSS versi 29 *for Windows* dapat dilihat pada tabel 4.3.

Tabel 4.3 Hasil statistik deskriptif dukungan sosial

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Descriptive Statistics** | | | | | | |
|  | N | Range | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
| Dukungan Sosial | 182 | 96 | 68 | 164 | 123.46 | 18.666 |
| Body Image | 182 | 45 | 36 | 81 | 60.95 | 9.074 |
| Valid N (Listwise) | 182 |  |  |  |  |  |

Berdasarkan tabel diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) sebesar 123,46 standar deviasi menyentuh angka 18,666, nilai minimumnya 68 dan nilai maksimumnya 164. Dari analisis deskriptif selanjutnya melakukan pengkategorian skor tinggi, skor sedang, dan skor rendah dukungan sosial remaja perempuan di SMK PGRI 1 Kecamatan Ponorogo dengan rumus sebagai berikut:

|  |  |
| --- | --- |
| Rendah | = X < M – 1.SD |
|  | = X < 123,46 – 1.18,666 |
|  | = X < 104,794 |
| Sedang | = M – 1.SD < X < M + 1.SD |
|  | = 104,794 < X < 123,46 + 18,666 |
|  | = 104,794 < X < 142,126 |
| Tinggi | = X > M +1.SD |
|  | = X > 142,126 |

Dari hasil pengkategorian tersebut dapat diketahui sebaran data kategori rendah, sedang, dan tinggi pada variabel dukungan sosial remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo pada tabel berikut.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tabel 4.4 Hasil kategorisasi dukungan sosial | | | |
| Kategori Variabel Dukungan Sosial | | Persentase | |
| Rendah | 29 | 15,93407 | 16% |
| Sedang | 122 | 67,03297 | 67% |
| Tinggi | 31 | 17,03297 | 17% |
| Jumlah | 182 | 100% | |

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa sebanyak 29 orang (16%) yang memiliki dukungan sosial rendah, 122 orang (67%) memiliki dukungan sosial sedang, dan 31 orang (17%) memiliki dukungan sosial tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo tingkat dukungan sosial yang dimiliki termasuk dalam kategori yang sedang.

Gambar 4.2 Diagram lingkaran persentase dukungan sosial

1. Hasil statistik deskriptif variabel *body image* remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo

Deskripsi data tentang *body image* remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo didapatkan dari skor kuesioner jawaban responden. Skor tersebut diinterpretasikan agar mudah dipahami. Perolehan skor dukungan sosial remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo berada pada rentang skor 36 sampai 81. Hasil uji statistik deskriptif variabel *body image* yang diolah menggunakan program SPSS versi 29 *for Windows* dapat dilihat pada tabel 4.5.

Tabel 4.5 Hasil statistik deskriptif *body image*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Descriptive Statistics** | | | | | | |
|  | N | Range | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
| Dukungan Sosial | 182 | 96 | 68 | 164 | 123.46 | 18.666 |
| Body Image | 182 | 45 | 36 | 81 | 60.95 | 9.074 |
| Valid N (Listwise) | 182 |  |  |  |  |  |

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) sebesar 60,95 , standar deviasi menyentuh angka 9,074 , nilai minimumnya 36 dan nilai maksimumnya 81. Dari analisis deskriptif selanjutnya melakukan pengkategorian skor tinggi, skor sedang, dan skor rendah *body image* remaja perempuan di SMK PGRI 1 Kecamatan Ponorogo dengan rumus sebagai berikut:

|  |  |
| --- | --- |
| Rendah | = X < M – 1.SD |
|  | = X < 60,95 – 1.9,074 |
|  | = X < 51,876 |
| Sedang | = M – 1.SD < X < M + 1.SD |
|  | = 51,876 < X < 60,95 + 9,074 |
|  | = 51,876 < X < 70,024 |
| Tinggi | = X > M +1.SD |
|  | = X > 70,024 |

Dari hasil pengkategorian tersebut dapat diketahui sebaran data kategori rendah, sedang, dan tinggi pada variabel *body image* remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo pada tabel berikut.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tabel 4.6 Hasil kategorisasi *body image* | | | |
| Kategori *Body Image* | | Persentase | |
| Rendah | 27 | 14,83516 | 15% |
| Sedang | 123 | 67,58242 | 67% |
| Tinggi | 32 | 17,58242 | 18% |
| Jumlah | 182 | 100% | |

Berdasarkan tabel 4.6 dapat diketahui bahwa sebanyak 27 orang (15%) memiliki *body image* yang rendah, 123 orang (67%) memiliki *body image* yang sedang, dan 32 orang (18%) memiliki *body image* yang tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo tingkat *body image* yang dimiliki termasuk dalam kategori sedang.

Gambar 4.3 diagram lingkaran persentase variabel *body image*

1. Uji Normalitas

Uji normalitas pada sebuah data merupakan syarat utama yang harus dipenuhi dalam analisis parametric. Dalam penggunaan analisis para metric terlebih dahulu memerlukan normalitas data dan dapat digunakan utuk mengukur perbandingan 2 rata-rata, analisis variansi satu arah, korelasi, regresi. Hal tersebut memiliki tujuan untuk mengetahui apakah data tersebut memiliki ditribusi yang normal atau tidak. Normalitas data dinilai sangat penting dikarenakan dengan data yang memiliki distribusi yang normal maka data tersebut dapat mewakili suatu populasi penelitian. Dalam uji normalitas data ada dua metode pengujian data diantaranya metode Liliefors dan Kolmogrov Smirnov. Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *Kolmogorov Smirnov* karena jumlah sampel lebih dari 50 orang.[[61]](#footnote-61) Adapun hasil uji normalitas dapat diketahui pada tabel berikut.

Tabel 4.7 Hasil uji normalitas *Kolmogorov Smirnov*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tests Of Normality** | | | | | | |
|  | Kolmogorov-Smirnova | | | Shapiro-Wilk | | |
| Statistic | Df | Sig. | Statistic | Df | Sig. |
| DUKUNGAN SOSIAL | .048 | 182 | .200\* | .989 | 182 | .169 |
| BODY IMAGE | .057 | 182 | .200\* | .992 | 182 | .366 |
| \*. This Is A Lower Bound Of The True Significance. | | | | | | |
| A. Lilliefors Significance Correction | | | | | | |

Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel di atas menunjukkan nilai signifikansi yang diperoleh 0,200. Nilai tersebut lebih dari 0,05 (Sig > 0,05), yang mana dalam kriteria pengujian normalitas jika signifikansi > 0.05 maka data tersebut berdistribusi normal dan jika signifikansi < 0.05 maka data tersebut tidak berdistribusi normal.[[62]](#footnote-62) Maka dapat disimpulkan bahwa data di atas berdistribusi normal.

1. Uji Hipotesis

Uji hipotesis ini dimaksudkan untuk membuktikan kebenaran penelitian dan menjawab hipotesis yang diajukan oleh peneliti serta memaparkan hasil dari penelitian ini. Adapun dalam penelitian ini penulis mengajukan hipotesis adakah hubungan antara dukungan sosial dan *body image*  remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo. Pengujian koefisien variabel dukungan sosial dan variabel *body image* dirumuskan dengan hipotesis sebagai berikut :

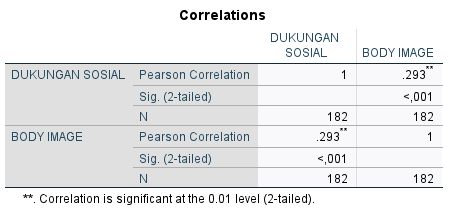
1. H0: tidak ada hubungan antara dukungan sosial dan *body image* remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo.
2. Ha: ada hubungan antara dukungan sosial dan *body image* remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo.

Adapun kriteria dalam pengujian ini adalah sebagai berikut:[[63]](#footnote-63)

1. Apabila nilai signifikansi > 0.05 (lebih dari) maka H0 diterima
2. Apabila nilai signifikansi < 0.05 (kurang dari) maka H0 ditolak.

Dalam proses pengujian ini dilakukan menggunakan bantuan aplikasi *SPSS* 29 *for Windows.* Maka hasil yang didapat dari hasil uji korelasi *product moment* variabel dukungan sosial dan variabel *body image* adalah sebagai berikut.

Tabel 4.8 Hasil uji korelasi *product moment*



Dari hasil uji di atas diperoleh nilai signifikansi Sig.(2-tailed) 0,001 yang mana nilai tersebut lebih kecil dari nilai taraf signifikansi 0,05 (< 0,05) sehingga hasil uji hipotesis menyatakan h0 ditolak dan h1 diterima yang berarti bahwa adanya hubungan antara dukungan sosial dan *body image* remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo.

|  |  |
| --- | --- |
| Tabel 4.9 pedoman interpretasi koefisien korelasi[[64]](#footnote-64) | |
| **Interval koefisien** | **Tingkat hubungan** |
| 0,00-0,199 | Sangat rendah |
| 0,20-0,399 | Rendah |
| 0,40-0,599 | Sedang |
| 0,60-0,799 | Kuat |
| 0,80-1,000 | Sangat kuat |
|  |  |

Jika dilihat dari hasil pada tabel 4.8 nilai *pearson corellation* adalah 0,293. Maka jika mengacu pada interpretasi tabel 4.9 variabel dukungan sosial dan variabel *body image* memiliki tingkat hubungan yang rendah.

**BAB V**

**PEMBAHASAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *body image* remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo. berdasarkan hasil uji korelasi *product moment*  membuktikan bahwa hipotesis yang diajukan diterima, yang berarti terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *body image* karena nilai sig. menunjukkan angka 0,001 yang mana angka tersebut lebih kecil dari 0,05. Hal ini mendukung penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Febryani Zuvita dkk berjudul hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan *body image* pada remaja tahun 2022 yang mana hasil dari penelitian tersebut dinyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *body image.*[[65]](#footnote-65)

Pada hasil analisa menunjukkan nilai koefisien korelasinya yakni 0,293 maka kedua variabel memiliki hubungan yang positif. Hubungan tersebut bermakna bahwa semakin tinggi dukungan sosial remaja perempuan maka *body image* yang dimiliki remaja perempuan juga akan semakin positif, dan begitu pula sebaliknya semakin rendah dukungan sosial remaja perempuan maka *body image* yang dimiliki remaja akan semakin negatif. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Elia dan Andy bahwa semakin tinggi dukungan keluarga maka *body image* yang dimiliki akan semakin positif, begitu pula sebaliknya semakin rendah dukungan keluarga maka *body image* yang dimiliki akan semakin negatif.[[66]](#footnote-66)

Dukungan sosial mempunyai pengaruh yang kuat dalam keberlangsungan hidup seseorang. Dukungan sosial dapat diperoleh dari berbagai sumber seperti teman, keluarga, sahabat, guru, psikolog, tetangga atau yang lain. Erikson mengungkapkan bahwa seorang remaja lebih banyak mendapatkan dukungan sosial dari teman sebayanya.[[67]](#footnote-67) Kusrini dan Prihartanti menyampaikan bahwa dukungan sosial dari orang-orang yang dipercaya sangat penting bagi individu. Dukungan ini membuat individu merasa diperhatikan, dihargai, dan dicintai. Ketika seseorang merasa mendapatkan perhatian dan penghargaan, mereka cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi dan merasa lebih aman. Hal ini memudahkan mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Mereka menjadi lebih fleksibel dalam menghadapi perubahan dan tantangan yang muncul. Selain itu, individu yang merasa dihargai juga lebih mampu mengatasi masalah yang dihadapi dengan cepat dan tepat. Mereka tidak hanya mengandalkan diri sendiri tetapi juga merasa nyaman untuk mencari bantuan dari orang-orang di sekitarnya.[[68]](#footnote-68)

Dari hasil penelitian di SMK PGRI 1 Ponorogo dapat diketahui dari jumlah responden 182 siswi bahwa sebanyak 29 siswi memiliki dukungan sosial yang rendah, kemudian 122 siswi memiliki dukungan sosial yang sedang, dan sebanyak 31 siswi memiliki dukungan sosial yang tinggi. Jika dipersentasekan bahwa 16% memiliki dukungan sosial rendah, 67% memiliki dukungan sosial sedang, dan 17% memiliki dukungan sosial tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang. Melihat dari hasil tersebut berarti para remaja di SMK PGRI 1 Ponorogo masih memerlukan adanya dukungan sosial yang lebih agar para remaja menjadi individu yang lebih mudah dalam beradaptasi, menyelesaikan masalah dan lain sebagainya.

Perlu diingat bahwa selama masa remaja, seseorang akan mengalami berbagai perubahan yang terjadi di dalam hidupnya, perubahan tersebut bisa dari kondisi mental, psikologis, kondisi fisik dan lain sebagainya. Jika kita fokus pada perubahan fisik saja tentu kita mengetahui bahwa dalam masa peralihan anak menuju dewasa pasti akan mulai muncul perubahan fisik yang cukup signifikan. Dan dari perubahan fisik itu maka akan membentuk pandangan mereka terhadap tubuh mereka sendiri. Pada tahap ini, remaja mulai memahami betapa pentingnya tubuh mereka, yang kemudian berkontribusi pada pembentukan citra diri. Citra diri yang positif pada remaja adalah ketika mereka merasa puas dengan kondisi tubuh mereka, mampu menerima tubuh mereka apa adanya, dan bisa memanfaatkannya dengan baik. Dengan kata lain, seorang remaja dengan citra diri yang positif memiliki pandangan yang baik dan sehat tentang tubuhnya sendiri.[[69]](#footnote-69) Sementara itu, remaja dengan citra tubuh yang negatif akan berusaha melakukan berbagai hal untuk memperbaiki penampilan mereka hingga mencapai kepuasan dan kenyamanan terhadap bentuk tubuh mereka.[[70]](#footnote-70)

Dalam hasil kategorisasi pada remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo diperoleh bahwa sebanyak 27 siswi memiliki *body image* yang rendah, kemudian sebanyak 123 siswi memiliki *body image* yang sedang, dan sebanyak 32 siswi memiliki *body image* yang tinggi. Sehingga jika dipersentasekan hasilnya 15% siswi memiliki *body image* rendah, 67% siswi memiliki *body image* sedang, dan 18% siswi memiliki *body image* tinggi. Yang berarti bahwa remaja perempuan di SMK PGRI 1 Ponorogo *body image* atau persepsi terhadap tubuh serta penampilannya tergolong dalam kategori sedang, sehingga para remaja masih perlu untuk menguatkan pandangan terhadap penampilan fisiknya. Maksudnya adalah menguatkan pandangan yang positif agar para remaja mampu menerima dan memanfaatkan keadaannya dengan lebih baik lagi.

Jika ditinjau kembali koefisien korelasi dalam penelitian ini yang diperoleh dengan angka 0,293 ini memiliki arti bahwa dukungan sosial remaja dan *body image*  remaja perempuan di SMK PGRI 1 memiliki hubungan yang sangat rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa di SMK PGRI 1 Ponorogo dukungan sosial bukan satu-satunya hal yang dapat berpengaruh besar terhadap *body image* remaja perempuan. Atau dukungan sosial ini hanya menjadi salah satu faktor saja yang dapat mempengaruhi *body image.* Hal ini juga sesuai dengan pendapat Cash bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *body image* antara lain jenis kelamin, media massa, dan hubungan interpersonal.[[71]](#footnote-71) Selain itu Thomson berpendapat bahwa hal-hal yang dapat mempengaruhu *body image*  antara lain pengaruh berat badan dan persepsi gemuk/kurus, budaya, siklus hidup, masa kehamilan, sosialisasi, konsep diri, peran gender, dan pengaruh distorsi citra tubuh pada individu.[[72]](#footnote-72)

Dari beberapa hal tersebut dapat disimpulkan bahwa persepsi individu terkait penampilan fisiknya dapat dipengaruhi oleh banyak hal, yang mana hal ini sangat kompleks. Sehingga perlu untuk penelitian selanjutnya menggali variabel lain yang memiliki kemungkinan untuk mempengaruhi *body image.*

**BAB VI**

**PENUTUP**

1. **Kesimpulan**

Penelitian yang dilakukan di SMK PGRI 1 Ponorogo mengungkapkan bahwa adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan *body image* pada remaja perempuan dengan nilai koefisien korelasi antara variabel dukungan sosial dan *body image* hanya sebesar 0,293. Angka ini menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan sosial dan *body image* pada remaja perempuan di sekolah tersebut tergolong rendah.

1. **Saran**
2. **Bagi Siswi SMK PGRI 1 Ponorogo**

Dari hasil penelitian di SMK PGRI 1 Ponorogo saran bagi remaja perempuan untuk lebih aktif meningkatkan hard skill dan soft skill, lebih fokus untuk meraih prestasi akademik atau non akademik, mencari lingkungan yang suportif untuk berkembang.

1. **Bagi Orang Tua**

Orang tua remaja perempuan perlu berperan aktif dalam mendukung *body image* yang positif dengan menciptakan lingkungan komunikasi yang terbuka, di mana anak merasa didengar dan dipahami. Fokuskan pujian pada karakter dan keterampilan, bukan penampilan, sambil mengajarkan nilai tubuh yang sehat dan fungsional.

1. **Bagi Guru**

Bagi guru dapat membantu remaja perempuan mengembangkan *body image* yang positif dengan menciptakan lingkungan kelas yang mendukung dan inklusif. Guru sebaiknya mendorong anak untuk fokus pada kemampuan dan pencapaian, bukan penampilan fisik, serta menghindari komentar yang dapat merusak rasa percaya diri.

1. **Bagi Peneliti Selanjutnya**

Untuk peneliti selanjutnya, disarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang berpengaruh pada *body image* remaja perempuan, seperti dampak media sosial atau tekanan dari teman sebaya dan lain sebagainya, gunakan metode penelitian yang lebih beragam seperti wawancara mendalam, dan pertimbangkan menggunakan sampel yang lebih besar dan beragam untuk memastikan temuan bisa lebih umum.

**DAFTAR PUSTAKA**

Abdullah, Karimuddin, Misbahul Jannah, Ummul Aiman, Suryadin, Hasda, Zahara Fadilla, Taqwin, Masita, Ketut Ngurah Ardiawan, dan Meilida Eka Sari. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini, 2022.

Amalia, Lia. “Citra Tubuh (Body Image) Remaja Perempuan.” *Musawa* Vol. 5 No. 4, 2007.

Amdadi, Zulaeha, Nurfadila Nurdin, Eviyanti, dan Nurbaeti. “Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Risiko Perkawinan Dini dalam Kehamilan di SMAN 1 Gowa.” *Jurnal Inovasi Penelitian,* Vol. 2 No. 7 2021: 2067–74.

Araaf, Khadijah Latifah, dan Muh Nur Hidayat Nurdin. “Hubungan Antara Body Shaming Dengan Body Image Pada Remaja Akhir Perempuan Di Kota Makassar.” *Journal of Correctional Issues* Vol. 6 No. 1 2023.

Arifin, Moch. Bahak Udin By dan Aunillah. *Buku Ajar Statistik Pendidikan*. 1 ed. Sidoarjo: Umsida Press, 2021.

Azwar, Saifuddin. *Reliabilitas dan Validitas*. 4 ed. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2022.

Baron, R. A. and Byrne, D. *Psikologi Sosial*. 10 ed. Jakarta: Erlangga, 2004.

Cash, T. F., Winstead, B. W., and Janda, L. H. “The Great American Shape-Up: Body Image Survey Report.” *Psychology Today,* Vol. 20 No. 4, 1986: 30–37.

Cash, T. F. “Multidimensional Body–Self Relations Questionnaire (MBSRQ).” *Ensyclopedia of Feeding and Eating Disorders*, 2017: 551–55. https://doi.org/Doi:10.1007/978-981-287-104-6\_3.

Cash, Thomas and Pruzinsky. *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. London: Guildford Press, 2002.

Denich, Amandha Unziila, dan Ifdil. “Konsep Body Image Remaja Putri.” *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, Vol. 3 No. 2, 2015: 55–61.

Hafizah, Nurul. “Hubungan Interaksi Teman Sebaya dengan Body Image Remaja Awal di Sekolah Menengah Pertama.” *Skripsi*, Universitas Lambung Mangkurat, 2023.

Hurlock, E. B. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga, 2002.

Ifdil, I., Denich, A. U., dan Ilyas, A. “Hubungan *Body Image* dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri.” *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*,Vol. 2 No. 3, 2017: 107–13. http://dx.doi.org/10.17977/um001v2i32017p107.

Januar, V. “Citra Tubuh Pada Remaja Putri Menikah dan Memiliki Anak.” *Jurnal Psikologi* Vol. 1 No. 1, 2007.

Koski, M. and H. Naukkarinen. “Body Image Disturbance and Dissatisfaction, Scorn and Stigma in Severely Obese Individuals, a Case-Control Study.” *Open Journal of Psychiatry*, Vol. 8, 2018: 355–75. https://doi.org/10.4236/ojpsych.2018.83028.

Kusrini, Woro, dan Nanik Prihartanti. “Hubungan Dukungan Sosial dan Kepercayaan Diri dengan Prestasi Bahasa Inggris Siswa Kelas VIII SMP Negeri 6 Boyolali.” *Jurnal Penelitian Humaniora*, Vol. 15 No.2, 2014. https://doi.org/10.23917.

Nindita, Muthia. “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Body Dissatisfaction Pada Remaja Awal Putri.” *Skripsi*, Universitas Islam Indonesia, 2018.

Ningsih, Firda Sukma Asmara, Hudaniah, dan Sakinah Nur Rokhmah. “Pengaruh Body Shaming terhadap Body Image Remaja Perempuan.” *Cognicia,* Vol. 11 No. 1, 2023: 79–84. https://doi.org/10.22219.

Perangin-Angin, Elia Devita, dan Andy Chandra. “Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan *Body Image* pada Wanita Dewasa Madya di Kelurahan Tangsi Kecamatan Binjai Kota.” *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, Vol. 4 No. 1, 2022: 71–81. https://doi.org/10.31289.

Phares, Vicky, Ari R. Steinberg, and J. Kevin Thompson. “Gender Differences in Peer and Parental Influences: Body Image Disturbance, Self-Worth, and Psychological Functioning in Preadolescent Children.” *Journal of Youth and Adolescence*, Vol. 33 No. 5, 2004: 421–29.

Ratnawati, Vivi, dan Diah Sofiah. “Percaya Diri, Body Image dan Kecenderungan Anorexia Nervosa Pada Remaja Putri.” *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 1 No. 2, September 2012: 130–42.

Rohmawati, Ulfa Lutfiana. “Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Body Image pada Penggemar K-POP Perempuan.” *Skripsi*, UIN Maulana Malik Ibrahim, 2023.

Rosana, Dadan, dan Didik Setyawarno. *Statistik Terapan Untuk Penelitian Pendidikan Disertai dengan Analisis dengan Aplikasi SPSS Versi 22*. Yogyakarta, 2016.

Ristianti, A. “Hubungan Antara Dukungan Sebaya Dengan Identitas Diri pada Remaja di SMA Pusaka 1 Jakarta.” *Skripsi,* Universitas Gunadarma Fakultas Psikologi, 2008.

Saputri, Mega Retno. “Hubungan *Body Image* dengan Perilaku Konsumtif Produk Kecantikan pada Mahasiswi UIN Ar -Raniry Banda Aceh.” *Skripsi*, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, 2023.

Sarafino, Edward P., and Timothy W. Smith. *Health Psychology Biopsychosocial Interactions*. 7 ed, USA: John Wiley & Sons, Inc, 2010.

Smet. B. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Grasindo, 1994.

Sobur, Alex. *Psikologi Umum*. 1 ed. Bandung: CV. Pustaka Setia, 2003.

Soetjiningsih. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. 1. Jakarta: CV. Sagung Seto, 2004.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. 2 ed. 1. Bandung, 2019.

Syahrum dan Salim. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Citapustaka Media, 2014.

Tobing, L., dan Putri Stefani E. “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Body Image Pada Remaja Putri.” *Repository Universitas HKBP Nommensen*, 2022.

Utami, Anggit Setyo. “Pengaruh Syukur Terhadap Body Image Positif Pada Siswi Program Keahlian Akomodasi Perhotelan Di SMK Negeri 6 Semarang.” Skripsi, UIN Walisongo, 2019.

Vusvitasari, Resi, Sigit Nugroho, dan Syahrul Akbar. “Kajian Hubungan Koefisien Korelasi Pearson (ρ), Spearman-Rho (r), Kendall-Tau (τ), Gamma (G) , dan Somers ( ).” *e-Jurnal Statistika*, Vol. No. 2018.

Wahyuni, Nini Sri. “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kemampuan Bersosialisasi pada Siswa SMK Negeri 3 Medan.” *Jurnal Diversita*,Vol. 2 No. 2, 2016.

Zuvita, Febryani, Arneliwati, dan Fathra Annis Nauli. “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Body Image Pada Remaja.” *Jurnal Ners Indonesia*, Vol. 12 No. 2, 2022: 177–85.

**BIOGRAFI PENULIS**

**Nafiis ‘Azmii Abdillah** lahir di Bangkalan, tanggal 16 Maret 2002 merupakan anak pertama dari pasangan Bapak Sunyipto dan Ibu Taswiroh. Riwayat pendidikan yang ditempuh penulis: lulus TK Muslimat Brotonegaran pada tahun 2008, menempuh pendidikan di SD Negeri 1 Brotonegaran hingga tahun 2014, mengenyam pendidikan menengah pertama dan menengah atas (MTs dan MA) di Pondok Pesantren Al-Islam Joresan hingga tahun 2020, kemudian melanjutkan pendidikan Tingkat strata 1 (S1) di jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Institut Agama Islam Negeri Ponorogo.

Selama menempuh pendidikan S1 di IAIN Ponorogo penulis juga aktif dalam kegiatan-kegiatan sosial keagamaan serta organisasi baik di lingkungan kampus maupun luar kampus. Selama menempuh pendidikan tinggi penulis aktif dalam organisasi Himpunan Mahasiswa Jurusan BPI tahun akademik 2021/2022 dan juga aktif di kepengurusan Laboratorium BPI tahun 2022/2023.

**Alamat e-mail**: [nafisazmii456@gmail.com](mailto:nafisazmii456@gmail.com)

1. Soetjiningsih, "Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya", 1 (Jakarta: CV. Sagung Seto, 2004). [↑](#footnote-ref-1)
2. Sprinthall, N. A. and Collins, A. W, “Adolescent Psychology, A Development View”, (USA : Mc Graw – Hill, Inc, 1995). [↑](#footnote-ref-2)
3. Purnama, M. U. “Persoalan Remaja di Sekolah”. *Anima*, Vol.2, No.11, (1998), 05-21. [↑](#footnote-ref-3)
4. # Asep Sopari, 2023,“International Youth Day 2023: Keberlanjutan Generasi Dan Bumi,” *Keluarga Indonesia*, <https://keluargaindonesia.id/2023/08/12/international-youth-day-2023-keberlanjutan-generasi-dan-bumi/>, diakses pada tanggal 25 April 2024.

   [↑](#footnote-ref-4)
5. Firda Sukma Asmara Ningsih, Hudaniah, dan Sakinah Nur Rokhmah, “Pengaruh Body Shaming terhadap Body Image Remaja Perempuan,” *Cognicia* Vol. 11 No. 1, (2023), 79–84, https://doi.org/10.22219. [↑](#footnote-ref-5)
6. Aris Prabowo Sulistianto, Guru BK SMK PGRI 1 Ponorogo, diwawancarai oleh Nafiis ‘Azmii Abdillah, pada tanggal 1 April 2024. [↑](#footnote-ref-6)
7. Rennels, J. L, “Physical Attractiveness Stereotyping. In T. F. Cash (Ed.)”, *Encyklopedia of body image and human appearance* ( London, UK: Academic Press, 2012). [↑](#footnote-ref-7)
8. Ifdil, I., Denich, A. U., dan Ilyas, A., “Hubungan Body image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri,” *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling,* Vol. 2 No. 3, (2017), 107–13, http://dx.doi.org/10.17977/um001v2i32017p107. [↑](#footnote-ref-8)
9. Hasil wawancara dengan 3 siswi di SMK PGRI 1 pada tgl 2 April 2024. [↑](#footnote-ref-9)
10. Nini Sri Wahyuni, “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kemampuan Bersosialisasi pada Siswa SMK Negeri 3 Medan,” *Jurnal Diversita,* Vol. 2 No. 2, (2016). [↑](#footnote-ref-10)
11. Sarafino, E. P, *Health Psychology*, (Canada: John Wiley & Sons. Inc, 1994). [↑](#footnote-ref-11)
12. Ristianti, A, “Hubungan antara Dukungan Sebaya dengan Identitas Diri pada Remaja di SMA Pusaka 1 Jakarta” (Skripsi, Universitas Gunadarma, Jakarta, 2008). [↑](#footnote-ref-12)
13. Tarakanita, I, “Hubungan Status Identitas Etnik dengan Konsep Diri Mahasiswa”, Jurnal Psikologi,Vol. 07, No.01, (2001), 01-14. [↑](#footnote-ref-13)
14. Febryani Zuvita, Arneliwati, Fathra Annis Nauli, “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Body Image pada Remaja,” *Jurnal Ners Indonesia* Vol. 12 No. 2 (2022), 177–85. [↑](#footnote-ref-14)
15. Khadijah Latifah Araaf dan Muh Nur Hidayat Nurdin, “Hubungan antara Body Shaming dengan Body Image Pada Remaja Akhir Perempuan Di Kota Makassar,” *Journal of Correctional Issues*, Vol. 6 No. 1 (2023). [↑](#footnote-ref-15)
16. Nurul Hafizah, “Hubungan Interaksi Teman Sebaya dengan Body Image Remaja Awal di Sekolah Menengah Pertama”, (Skripsi, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin,2023). [↑](#footnote-ref-16)
17. Ulfa Lutfiana Rohmawati, “Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Body Image Pada Penggemar K-POP Perempuan” (Skripsi, UIN Maulana Malik Ibrahim, Malang, 2023). [↑](#footnote-ref-17)
18. Anggit Setyo Utami, “Pengaruh Syukur Terhadap Body Image Positif pada Siswi Program Keahlian Akomodasi Perhotelan di SMK Negeri 6 Semarang” (Skripsi, UIN Walisongo, Semarang, 2019). [↑](#footnote-ref-18)
19. Cash,Thomas,and Thomas, Pruzinsky, *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice* (London: Guildford Press, 2002). [↑](#footnote-ref-19)
20. Vivi Ratnawati, Diah Sofiah, “Percaya Diri, Body Image dan Kecenderungan Anorexia Nervosa Pada Remaja Putri,” *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia,*  Vol. 1 No. 2 (September 2012), 130–142. [↑](#footnote-ref-20)
21. Cash, T. F, “Body Image Attitudes : Evaluation, Investment and Affect : Perceptual Motor Skills”, *Journal of psychology, (78), 1168-1170* [↑](#footnote-ref-21)
22. Seawell, A. H, and Danorf-Burg, S, “Body Image and Sexuality In Women With and Without Systemic Lupus Erythematosus”, *Sex Roles,* 5,(2005), 865-876. [↑](#footnote-ref-22)
23. Koski, M. and dan Naukkarinen, H, “Body Image Disturbance and Dissatisfaction, Scorn and Stigma in Severely Obese Individuals, a Case-Control Study,” *Open Journal of Psychiatry* Vol. 8 (2018), 355–75, https://doi.org/10.4236/ojpsych.2018.83028. [↑](#footnote-ref-23)
24. Januar, V, “Citra Tubuh Pada Remaja Putri Menikah dan Memiliki Anak,” *Jurnal Psikologi* Vol. 1 No. 1 (2007). [↑](#footnote-ref-24)
25. Cash, T.F., “Multidimensional Body–Self Relations Questionnaire (MBSRQ),” *Ensyclopedia of Feeding and Eating Disorders*, (2017), 551–55, https://doi.org/Doi:10.1007/978-981-287-104-6\_3. [↑](#footnote-ref-25)
26. Cash, T. F., Winstead, B. W., and Janda, L. H., “The Great American Shape-Up: Body Image Survey Report,” *Psychology Today,* Vol. 20 No. 4 (1986), 30–37. [↑](#footnote-ref-26)
27. Amandha Unziila Denich dan Ifdil, “Konsep Body Image Remaja Putri,” *Jurnal Konseling dan Pendidikan* Vol. 3 No. 2 (2015), 55–61. [↑](#footnote-ref-27)
28. Cash, T. F. “Body Image Attitudes : Evaluation, Investment and Affect : Perceptual Motor Skills”*, 1168-1170.* [↑](#footnote-ref-28)
29. Vicky Phares, Ari R. Steinberg, and J. Kevin Thompson, “Gender Differences in Peer and Parental Influences: Body Image Disturbance, Self-Worth, and Psychological Functioning in Preadolescent Children,” *Journal of Youth and Adolescence* Vol. 33 No. 5 (2004), 421–29. [↑](#footnote-ref-29)
30. Amandha Unziila Denich dan Ifdil, “Konsep Body Image Remaja Putri",55–61. [↑](#footnote-ref-30)
31. Smet. B., *Psikologi Kesehatan* (Jakarta: PT. Grasindo, 1994). [↑](#footnote-ref-31)
32. Edward P. Sarafino, Timothy W. Smith, *Health Psychology Biopsychosocial Interactions*, 7 ed. (USA: John Wiley and Sons, Inc., 2010). [↑](#footnote-ref-32)
33. Baron, R. A. and Byrne, D., *Psikologi Sosial*, 10 ed. (Jakarta: Erlangga, 2004). [↑](#footnote-ref-33)
34. Ristianti, A, “Hubungan antara Dukungan Sebaya Dengan Identitas Diri pada Remaja di SMA Pusaka 1 Jakarta”. [↑](#footnote-ref-34)
35. Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G. and Karley, G. K, “The Multidimensional Scale of Perceived Social Support”, *Journal of Personality Assesment,* Vol. 52, No. 1, (1988). [↑](#footnote-ref-35)
36. Smet. B., *Psikologi Kesehatan*. [↑](#footnote-ref-36)
37. Nini Sri Wahyuni, “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kemampuan Bersosialisasi pada Siswa SMK Negeri 3 Medan”. [↑](#footnote-ref-37)
38. L. Tobing, Putri Stefani E, “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Body Image pada Remaja Putri,” *Repository Universitas HKBP Nommensen*, (2022). [↑](#footnote-ref-38)
39. Hurlock, E. B, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan,* (Jakarta: Erlangga, 2002). [↑](#footnote-ref-39)
40. Alex Sobur, *Psikologi Umum*, 1 ed. (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2003). [↑](#footnote-ref-40)
41. Zulaeha Amdadi, Nurfadila Nurdin, Eviyanti, Nurbaeti, “Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Risiko Perkawinan Dini dalam Kehamilan di SMAN 1 Gowa,” *Jurnal Inovasi Penelitian* Vol. 2 No. 7 (2021), 2067–74. [↑](#footnote-ref-41)
42. Ristianti, A, “Hubungan antara Dukungan Sebaya dengan Identitas Diri pada Remaja di SMA Pusaka 1 Jakarta”. [↑](#footnote-ref-42)
43. Hurlock, E. B, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. [↑](#footnote-ref-43)
44. Vivi Ratnawati, Diah Sofiah, “Percaya Diri, Body Image dan Kecenderungan Anorexia Nervosa Pada Remaja Putri”, 130–42. [↑](#footnote-ref-44)
45. Amandha Unziila Denich & Ifdil, “Konsep Body Image Remaja Putri”, 55–61. [↑](#footnote-ref-45)
46. Dadan Rosana dan Didik Setyawarno, "*Statistik Terapan Untuk Penelitian Pendidikan Disertai dengan Analisis dengan Aplikasi SPSS Versi 22"* (Yogyakarta, 2016). [↑](#footnote-ref-46)
47. Karimuddin Abdullah, dkk., *Metodologi Penelitian Kuantitatif,*  (Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini, 2022), 2-3. [↑](#footnote-ref-47)
48. *Ibid,* 53. [↑](#footnote-ref-48)
49. *Ibid,* 57. [↑](#footnote-ref-49)
50. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, 2 ed., 1 (Bandung: Alfabeta 2019). [↑](#footnote-ref-50)
51. Muthia Nindita, “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Body Dissatisfaction Pada Remaja Awal Putri” (Skripsi, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta,2018). [↑](#footnote-ref-51)
52. Mega Retno Saputri, “Hubungan Body Image dengan Perilaku Konsumtif Produk Kecantikan pada Mahasiswi UIN Ar -Raniry Banda Aceh” (Skripsi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh,2023). [↑](#footnote-ref-52)
53. Saifuddin Azwar, *Reliabilitas dan Validitas*, 4 ed. (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2022). [↑](#footnote-ref-53)
54. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D,*126. [↑](#footnote-ref-54)
55. Karimuddin Abdullah, dkk., *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. [↑](#footnote-ref-55)
56. Syahrum dan Salim, *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (Bandung: Citapustaka Media, 2014). [↑](#footnote-ref-56)
57. Karimuddin Abdullah, dkk., *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. [↑](#footnote-ref-57)
58. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, 206. [↑](#footnote-ref-58)
59. *Ibid,* 234. [↑](#footnote-ref-59)
60. Resi Vusvitasari, Sigit Nugroho, dan Syahrul Akbar, “Kajian Hubungan Koefisien Korelasi Pearson (ρ), Spearman-Rho (r), Kendall-Tau (τ), Gamma (G) , dan Somers ( )”, *e-Jurnal Statistika*, Vol. 6, No. 2, (2018). [↑](#footnote-ref-60)
61. Moch. Bahak Udin By Arifin dan Aunillah, *Buku Ajar Statistik Pendidikan*, 1 ed. (Sidoarjo: Umsida Press, 2021), 53. [↑](#footnote-ref-61)
62. *Ibid,55.* [↑](#footnote-ref-62)
63. *Ibid,*73. [↑](#footnote-ref-63)
64. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. [↑](#footnote-ref-64)
65. Febryani Zuvita, Arneliwati, Fathra Annis Nauli, “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Body Image pada Remaja”, 177–185. [↑](#footnote-ref-65)
66. Elia Devita Perangin-Angin, & Andy Chandra, “Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Body Image pada Wanita Dewasa Madya di Kelurahan Tangsi Kecamatan Binjai Kota”, *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi* Vol. 4 No. 1 (2022), 71–81, https://doi.org/10.31289. [↑](#footnote-ref-66)
67. Ristianti, A, “Hubungan antara Dukungan Sebaya dengan Identitas Diri pada Remaja di SMA Pusaka 1 Jakarta.” [↑](#footnote-ref-67)
68. Woro Kusrini dan Nanik Prihartanti, “Hubungan Dukungan Sosial dan Kepercayaan Diri dengan Prestasi Bahasa Inggris Siswa Kelas VIII SMP Negeri 6 Boyolali,” *Jurnal Penelitian Humaniora* Vol. 15 No.2 (2014), https://doi.org/10.23917. [↑](#footnote-ref-68)
69. Lia Amalia, “Citra Tubuh (Body Image) Remaja Perempuan,” *Musawa* Vol. 5 No. 4 (2007). [↑](#footnote-ref-69)
70. Ifdil, I., Denich, A. U., dan Ilyas, A., “Hubungan Body image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri”, 107–13. [↑](#footnote-ref-70)
71. Cash, T. F, “Body Image Attitudes : Evaluation, Investment and Affect : Perceptual Motor Skills”,1168-1170. [↑](#footnote-ref-71)
72. Amandha Unziila Denich dan Ifdil, “Konsep Body Image Remaja Putri", 55–61. [↑](#footnote-ref-72)