

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Cara individu memandang atau menilai tubuhnya sendiri disebut dengan *body image*.¹ Fenomena *body image* yang tengah terjadi di masyarakat menjadi perhatian yang signifikan, terutama di kalangan remaja. Diperkuat dengan remaja merupakan kalangan yang paling banyak mengakses internet dengan persentase 99,16% berdasarkan survey Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). *Body image* merujuk pada persepsi, pikiran, dan perasaan seseorang terhadap tubuhnya sendiri. Hal ini melibatkan bagaimana individu memandang dan menilai penampilan fisik mereka, termasuk ukuran tubuh, bentuk, dan karakteristik lainnya. *Body image* yang positif berkaitan dengan menerima tubuh sendiri secara sehat, sementara *body image* yang negatif berkaitan dengan ketidakpuasan tubuh dan penilaian yang negatif terhadap penampilan fisik.²

Santrok menjelaskan bahwa *body image* menjadi salah satu dimensi psikologis dari perubahan fisik pada remaja, sehingga remaja akan lebih memperhatikan tubuhnya dan membangun dirinya terkait dengan standar mengenai tubuh yang ideal agar terlihat menarik.³ Kemudian Arthur

¹ Sarah Grogan, *Body Image Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women, and Children*, (New York: Routledge, 2008)

² Fauzana Alidia, *Body image Siswa Ditinjau Dari Gender*, *Jurnal Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, Vol. 14 (2), (2018), <https://doi.org/10.32939/tarbawi.v14i2.291> diakses Sabtu, 13 Mei 2023 pada 20.15 WIB

³ John. W. Santrock, *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*, Terjemahan, Alih Bahasa: Juda Damanik, Achmad Chusairi, Jakarta: Erlangga, (2002)

menjelaskan konsep *body image* sebagai gambaran yang bernilai subjektif dari individu terhadap tubuhnya, terutama yang memiliki hubungan dengan penilaian orang lain, dan sebaik apa tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini.⁴ *Body image* merupakan gambaran psikologis seseorang terhadap tubuhnya, seperti perasaan, pikiran, sensasi, pendapat, kesadaran, serta perilaku mereka terhadap tubuh mereka sendiri. *Body image* ini dapat terbentuk melalui interaksi dengan lingkungan.⁵ Faktor lingkungan dapat berupa faktor sosial atau hubungan interpersonal serta faktor budaya yang juga turut memberikan kontribusi dalam pembentukan *body image* pada remaja.⁶

Faktor lainnya yang dapat memberikan kontribusi terhadap pembentukan *body image* adalah jenis kelamin. Cash dan Pruzinsky menyebutkan bahwa jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan *body image* pada individu.⁷ Berdasarkan penelitian Fauzana Alidia disebutkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara *body image* antara siswa laki-laki dan perempuan dengan kategori sangat tinggi untuk siswa laki-laki dan kategori tinggi untuk siswa perempuan. Hal ini menunjukkan *body image* siswa laki-laki lebih baik

⁴ Arthur, S. R. & Emily S. R, Kamus Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, (2010)

⁵ Fauzana Alidia, *Body image* Siswa Ditinjau Dari Gender, *Jurnal Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, Vol. 14 (2), (2018), <https://doi.org/10.32939/tarbawi.v14i2.291> diakses Sabtu, 13 Mei 2023 pada 20.15 WIB

⁶ Nurul Aulia F, Hubungan *Self-Esteem* dan *Body Image* Remaja Putri di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA), *Jurnal Istinarah: Riset Keagamaan, Sosial, dan Budaya*, Vol. 3 (2), (2021), <https://ojs.iainbatusangkar.ac.id/ojs/index.php/istinarah/index> diakses Sabtu, 17 Juni 2023 pukul 19.19 WIB

⁷ Thomas F. Chas Dan Thomas Pruzinsky, *Body Image A Handbook Of Theory, Research, And Clinical Practic*, New York: Guilford, 2004

daripada *body image* siswa perempuan.⁸ Penelitian Era dan Avin menunjukkan bahwa adanya hubungan antara citra tubuh (*body image*) dengan dukungan sosial *online*. Kemudian apabila ditinjau dari jenis kelamin menunjukkan perbedaan antara citra tubuh laki-laki dan perempuan. Rerata citra tubuh remaja perempuan lebih tinggi daripada rerata citra tubuh laki-laki.⁹ Penelitian oleh Ditya, dkk menjelaskan bahwa *body image* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *self-esteem*. Hasil penelitian mengungkap bahwa remaja dengan dengan negatif *body image* yang dimiliki maka *self-esteem* yang dimilikinya rendah. Remaja akhir perempuan mempersepsikan tidak puas terhadap tubuhnya sehingga harga diri yang dimilikinya turun.¹⁰ Dari pernyataan tersebut dapat diketahui bahwasanya *body image* merupakan hal yang sangat penting dan diperhatikan oleh individu terutama remaja, serta jenis kelamin yang menjadi faktor dalam hasil *body image* yang berbeda antara kelompok laki-laki dan perempuan.

Body image sangat terkait dengan penampilan fisik pada individu, meliputi rambut, bentuk tubuh, berat badan, dan tinggi badan. Penampilan fisik dari seseorang dapat mengalami perubahan. Perubahan yang signifikan ini terjadi pada masa remaja. Perubahan yang terjadi pada remaja tidak selalu dinilai positif oleh remaja, kadang-kadang juga dinilai negatif. Misalnya ketika muncul jerawat atau terjadinya kenaikan berat badan yang seringkali

⁸ Fauzana Alidia, *Body image* Siswa Ditinjau Dari Gender, *Jurnal Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, Vol. 14 (2), (2018), <https://doi.org/10.32939/tarbawi.v14i2.291> diakses Sabtu, 13 Mei 2023 pada 20.15 WIB

⁹ Era K. A dan Avin F. H, Citra Tubuh pada Remaja Pengguna Instagram, *Gajah Mada Journal of Psychology*, Vol. 5 (2), (2019), <https://journal.ugm.ac.id/gamajop/article/view/50624/0> diakses Kamis, 04 Januari 2024 pukul 00.48 WIB

¹⁰ Ditya, dkk, *Body Image* dan *Self-Esteem* pada Remaja Ditinjau Berdasarkan Perspektif Gender, *Quanta: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, Vol. 7 (2), (2023), <https://doi.org/10.22460/quanta.v7i2.3915> diakses Kamis, 04 Januari 2024 pukul 01.43 WIB

menjadikan remaja tidak percaya diri. Citra tubuh yang negatif dapat memicu dampak negatif pula pada kesehatan mental dan emosional remaja.¹¹

Remaja merupakan satu proses dalam perjalanan hidup pada manusia. Fase ini dinilai sebagai periode kritis yang mencakup fase peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Jangkauan usia pada fase remaja berawal dari usia 10-13 dan berlanjut sampai pada 18-22 tahun. Pada fase ini akan banyak terjadi perubahan yang signifikan secara fisik, psikis, kognitif, maupun emosional pada remaja laki-laki maupun perempuan. Sehingga remaja cenderung akan memperhatikan penampilan fisik mereka.¹²

Perhatian terhadap penampilan fisik individu dapat dipengaruhi oleh berbagai hal, salah satunya ialah adanya media sosial. Media sosial dapat dengan mudah dijangkau oleh berbagai lapisan masyarakat, baik anak kecil maupun orang dewasa. Hampir semua kalangan menggunakan media sosial untuk meng-*update* berita dan tren yang sedang digandrungi masyarakat. Dari media sosial juga masyarakat dapat mengetahui berbagai aktivitas yang dibagikan orang lain pada akun media sosialnya. Tidak dapat dipungkiri, terkadang hal ini menjadi ajang persaingan, bahkan saling iri terhadap apa yang dimiliki oleh orang lain. Sehingga hal ini berpotensi seseorang akan membandingkan dirinya dengan orang lain, seseorang akan menilai

¹¹ Afifah C. A., Pravissi S, *Body image* pada Remaja Laki-Laki: Sebuah Studi Literatur, Prosiding Seminar Nasional, Malang: Universitas Negeri Malang, (2021), <http://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/1221> diakses Sabtu, 13 Mei 2023 pada 12.30 WIB

¹² John. W. Santrock, *Adolescence: Perkembangan Remaja Edisi Enam*, Terjemahan. Adelar, Shinto B. Saragih, S, Jakarta: Erlangga (2003)

memandang dirinya jauh berbeda dengan orang lain. Penilaian ini dapat berupa penilaian negatif maupun positif.

Dampak lain dari adanya media sosial ini ialah standarisasi masyarakat mengenai bentuk tubuh ideal, kecantikan ideal bagi perempuan maupun ketampanan ideal bagi laki-laki. Standar yang ada di masyarakat bukanlah suatu standar yang baku, hal tersebut merupakan sebuah anggapan yang bernilai relatif. Namun, standarisasi tersebut dapat memengaruhi individu terutama remaja dalam menilai dirinya. Tidak jarang remaja menilai dirinya dengan negatif apabila tidak sesuai dengan standar kecantikan, ketampanan, ataupun keren menurut masyarakat.¹³

Setiap remaja tentunya menginginkan penampilan fisik yang menarik, seperti tubuh yang tinggi, langsing, dan kulit yang putih, atau memiliki tubuh yang berisi dan berotot bagi remaja laki-laki. Sehingga tidak jarang remaja melakukan berbagai upaya untuk mencapai penampilan fisik yang didambakan. Penampilan fisik yang menarik menjadikan remaja tampil lebih percaya diri dan puas terhadap tubuhnya. Hal ini tidak terlepas dari kehidupan remaja yang berdampingan dengan kelompok-kelompok atau dengan individu lainnya, maka agar dapat diterima dan diperlakukan dengan baik oleh individu lainnya remaja melakukan penyesuaian diri dengan standarisasi yang ada.¹⁴

¹³ Evana Nisa'ul A, Ira Nurmala, Analisis Faktor Sosio-Kultural terhadap Dimensi *Body Image* pada Remaja, *Journal of Health Science and Prevention*, Vol. 4 (1), (2020) <http://doi.org/10.29080/jshp.y4i1.255> diakses Sabtu, 13 Mei 2023 pukul 21.07 WIB

¹⁴ Ehna Kohna Nasution, *Hubungan Antara Konformitas Dengan Body image Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Gajah Putih Takengon*, Skripsi, Medan: Universitas Medan Area, (2015), https://repositori.uma.ac.id/bitstream/123456789/487/4/108600029_file4.pdf diakses Rabu, 17 Mei 2023 pada 22.07 WIB

Pada masa remaja akan terjadi pubertas sehingga menyebabkan terjadinya perubahan biologis, fisik, psikis, kognitif, maupun emosional. Perubahan fisik terjadi secara alamiah, namun perubahan emosional serta kognitif dapat terjadi secara alamiah dan dipengaruhi oleh beberapa faktor lain yang mendukung terbentuknya kematangan berpikir maupun menyikapi sesuatu, terutama dalam menilai diri sendiri. Faktor yang dimaksud diantaranya keluarga, lingkungan, standar kecantikan sosial, dan paparan media sosial. Faktor-faktor tersebut dapat memengaruhi penilaian remaja terhadap tubuhnya, terutama dalam hal rupa dan kondisi fisiknya.¹⁵

Dengan rentang usia remaja yang berkisar pada 12-22 tahun, dapat diketahui bahwa rata-rata remaja sedang menempuh pendidikan di bangku sekolah, termasuk pada sekolah menengah atas. Dikarenakan rentang usia pada siswa sekolah menengah atas adalah 16-18 tahun. Kota Kediri memiliki berbagai institusi pendidikan menengah atas yang termasuk di dalamnya adalah Madrasah Aliyah Negeri 2 Kota Kediri (MAN 2 Kota Kediri). MAN 2 Kota Kediri adalah sebuah lembaga pendidikan yang berada di bawah pengawasan Kementerian Agama Republik Indonesia. Sebagai salah satu madrasah yang ada di kota tersebut, MAN 2 Kota Kediri berperan penting dalam memberikan pendidikan tingkat menengah atas serta mempromosikan nilai-nilai agama dalam kurikulum pendidikannya. Dengan demikian, MAN 2 Kota Kediri menjadi salah satu pilihan bagi para siswa yang ingin mengenyam pendidikan tingkat menengah atas dengan pendekatan agama.

¹⁵ Ehna Kohna Nasution, *Hubungan Antara Konformitas Dengan Body image Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Gajah Putih Takengon*, Skripsi, Medan: Universitas Medan Area, (2015), https://repositori.uma.ac.id/bitstream/123456789/487/4/108600029_file4.pdf diakses Rabu, 17 Mei 2023 pada 22.07 WIB

MAN 2 Kota Kediri ini terletak di Jalan Letnan Jenderal Suprpto Nomor 58 Kota Kediri. Madrasah ini merupakan salah satu sekolah menengah atas favorit di Kota Kediri yang merupakan madrasah unggulan akademik nasional. Selain itu MAN 2 Kota Kediri merupakan satu-satunya sekolah menengah atas di kota Kediri yang menyelenggarakan sistem *Islamic Boarding School* dengan adanya fasilitas asrama.

Salah satu fasilitas yang ada di MAN 2 Kota Kediri adanya asrama untuk siswa. Asrama yang lebih dikenal dengan Asrama Daarul Ilmi MAN 2 Kota Kediri merupakan fasilitas dari pihak madrasah untuk siswa-siswi dengan kriteria tertentu. Baik siswa laki-laki maupun perempuan dapat tinggal di asrama tersebut. Para siswa yang tinggal di asrama akan mendapat bimbingan tambahan di bidang bahasa Arab, pelajaran umum, *tsaqafah Islamiyah*, dan bimbingan di bidang keagamaan lainnya, serta dilatih berorganisasi.¹⁶

Asrama sebagai tempat tinggal para siswa dengan yang menjadi rumah kedua bagi para siswa selama masa pendidikan mereka. Fungsi utamanya adalah menyediakan tempat tinggal yang aman dan nyaman, memfasilitasi proses pembelajaran, serta membangun komunitas belajar yang solid di antara sesama penghuni. Di dalam asrama, siswa tidak hanya berbagi ruang tidur, tetapi juga pengalaman, pengetahuan, dan nilai-nilai kehidupan. Selain itu, keberadaan pengawas dan pembimbing di asrama membantu menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan sosial, emosional, dan akademis

¹⁶ Man 2 Kota Kediri, <https://www.man2kotakediri.sch.id/profil/sarana-prasarana> diakses Kamis, 01 Juni 2023 pukul 19.50 WIB

siswa, yang semuanya berkontribusi pada pembentukan karakter dan kemandirian mereka.

Faktor lingkungan dan budaya menjadi salah satu faktor yang dapat memengaruhi individu dalam memaknai citra tubuhnya. Tak terkecuali pada lingkungan asrama dengan keadaan tinggal bersama dalam satu gedung, satu atap sehingga hal ini memungkinkan frekuensi untuk siswa asrama saling berinteraksi dan bertemu satu sama lain menjadi lebih sering. Sehingga hal ini dapat membentuk *body image* pada siswa. Hal ini didukung oleh penelitian dari Evana Nisa'ul A dan Ira Nurmala (2020) dengan hasil penelitian bahwa faktor sosio-kultural memberikan pengaruh yang cukup signifikan terhadap pembentukan *body image* di kalangan remaja. Setiap dimensi penilaian *body image* dipengaruhi oleh faktor sosio-kultural ini.¹⁷

Dengan melihat kondisi siswa asrama yang dapat menggunakan *handphone* serta adanya fasilitas wifi di asrama, sehingga siswa dapat mengakses internet dengan mudah. Berbagai macam informasi dapat ditemukan dan diterima oleh siswa dengan gampang. Tidak terkecuali fenomena yang menonjol adalah konten-konten yang berbau Korea, baik dari drama Korea, musik Korea (K-pop), dunia *skincare* dan tren *make up* Korea, hingga budaya-budaya di Korea. Ternyata konten-konten Korea tersebut memberikan dampak pada siswa, diantaranya adalah standar kecantikan dan ketampanan yang tidak realistis sehingga berdampak pada perilaku tidak sehat pada siswa. Perilaku yang dimunculkan akibat dampak dari hal tersebut

¹⁷ Evana Nisa'ul A, Ira Nurmala, Analisis Faktor Sosio-Kultural terhadap Dimensi *Body Image* pada Remaja, *Journal of Health Science and Prevention*, Vol. 4 (1), (2020) <http://doi.org/10.29080/jshp.y4i1.255> diakses Sabtu, 13 Mei 2023 pukul 21.07 WIB

ialah diet yang ekstrim, penurunan rasa percaya diri, menggunakan berbagai produk tanpa memperhatikan keamanan produk untuk mencapai penampilan idealnya, serta terjadinya depresi jika tidak mencapai penampilan ideal yang diinginkan.

Penelitian yang dilakukan oleh Afifah Chusna A dan Pavissi S yang menyebutkan beberapa faktor yang memengaruhi *body image* ini antara lain persepsi individu, paparan media, pola asuh, komparasi sosial, serta teman sebaya. Sehingga berdampak pada ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, ketidakpercayaan diri, obesitas, dan berpengaruh pada kualitas hidup remaja.¹⁸

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Fauzana Alidia mengenai *Body Image* Ditinjau dari Gender menyatakan bahwa gender atau jenis kelamin turut memberikan pengaruh dalam pembentukan *body image* pada remaja. Penelitian ini menunjukkan antara laki-laki dan perempuan memiliki *Body image* yang tinggi, ini berarti memiliki *body image* yang positif. Namun antara laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan dalam mendefinisikan *body image*.¹⁹

Berdasarkan wawancara kepada salah satu siswa perempuan yang tinggal di asrama menyebutkan bahwa menurutnya penampilan fisik merupakan hal yang penting karena menjadi penilaian pertama ketika

¹⁸ Afifah C. A., Pravissi S, *Body image* pada Remaja Laki-Laki: Sebuah Studi Literatur, Prosiding Seminar Nasional, Malang: Universitas Negeri Malang, (2021), <http://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/1221> diakses Sabtu, 13 Mei 2023 pada 12.30 WIB

¹⁹ Fauzana Alidia, *Body image* Siswa Ditinjau Dari Gender, *Jurnal Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, Vol. 14 (2), (2018), <https://doi.org/10.32939/tarbawi.v14i2.291> diakses Sabtu, 13 Mei 2023 pada 20.15 WIB

bertemu dengan orang lain. Memperhatikan penampilan fisik menjadi hal yang penting dilakukan untuk menjaga penampilan agar percaya diri dan merasa nyaman terhadap tubuhnya. Siswa tersebut mengungkapkan bahwa dia ingin memiliki kulit yang sehat, putih cerah seperti pada artis-artis di film yang ditontonnya. Namun, ketika ditanya nilai terhadap tubuhnya sendiri, siswa perempuan tersebut menyebutkan nilai yang cukup tinggi, yaitu 7 dari 10 untuk rasa puas terhadap penampilannya/kondisi fisiknya saat ini. Ia menyebutkan tetap bersyukur terhadap kondisinya, namun ia tetap memperhatikan penampilannya dengan menggunakan produk perawatan kulit seperti *skincare*, *lotion*, dan sebagainya serta menjaga pola makan untuk menjaga penampilannya. Hal tersebut dilakukannya untuk menjaga penampilannya serta ditujukan untuk menjaga kenaikan berat badannya. Ia merasa cemas ketika berat badannya mengalami kenaikan. Selanjutnya terkait dengan fenomena penilaian tubuh atau penampilan fisik di asrama, siswa tersebut menyebutkan tidak terjadi pembullying kepada sesama siswa. Namun dapat ditemui beberapa siswa merasa kurang percaya diri jika mereka merasa tidak sesuai dengan penampilan ideal seperti yang diinginkan.

Selanjutnya, pendapat *body image* menurut salah satu siswa laki-laki yang tinggal di asrama bahwa menurutnya di zaman yang sekarang ini penampilan fisik dinilai cukup penting karena *first impression* pasti dinilai dari penampilannya, disamping sikap dan sifat yang memiliki poin penting, penampilan juga tidak dapat dihindarkan dari penilaian dan untuk diperhatikan. Maka dari itu ia juga memperhatikan penampilannya dengan menjaga kerapihan penampilan terutama bagian rambut dan selalu berusaha

untuk wangi. Kemudian, ketika diminta untuk menilai tubuhnya saat ini ia menyebutkan saat ini cukup puas terhadap kondisi tubuhnya. Dia memberi nilai 8 dari 10 untuk penampilan fisiknya saat ini. Dari alasan tersebut ia memberi penjelasan bahwa memperhatikan penampilan tubuh itu penting. Dia meyakini baik perempuan maupun laki-laki sekarang ini selalu memperhatikan penampilannya. Namun untuk perihal berat badan, ia tidak merasa begitu khawatir. Selanjutnya terkait dengan fenomena penilaian tubuh atau penampilan fisik di asrama, siswa tersebut menyebutkan tidak terjadi *bullying* fisik kepada sesama siswa asrama terutama laki-laki, menurutnya laki-laki dinilai cuek terhadap penampilan, terlebih untuk menilai penampilan orang lain sehingga semua baik-baik saja dan biasa saja.

Berdasarkan pada wawancara di atas dapat diketahui bahwa penampilan fisik merupakan hal penting dan hal yang cukup diperhatikan oleh individu terutama remaja. Khususnya pada standar penampilan yang diinginkan mengacu pada standar kecantikan/ketampanan Korea yang tidak realistis dengan kondisi cuaca dan iklim negara tropis di Indonesia, sehingga siswa melakukan berbagai cara untuk mencapai penampilan idealnya tersebut. Sehingga remaja akan cenderung berusaha untuk menjaga penampilan fisik atau mencapai penampilan fisik yang didambakannya, tak terkecuali pada siswa asrama. Selain itu, terdapat beberapa faktor yang berbeda yang mempengaruhi pembentukan *body image* pada siswa laki-laki dan perempuan. Sehingga dapat tersusun penelitian dengan judul **“Studi Komparasi Antara *Body Image* Siswa Laki-Laki dan Siswa Perempuan di Asrama Daarul Ilmi MAN 2 Kota Kediri”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian yang telah disebutkan pada latar belakang, maka rumusan masalah yang digunakan dalam penelitian ini adalah

1. Berapa tingkat *body image* siswa laki-laki di Asrama Daarul Ilmi MAN 2 Kota Kediri?
2. Berapa tingkat *body image* siswa perempuan di Asrama Daarul Ilmi MAN 2 Kota Kediri?
3. Apakah ada perbedaan *body image* antara siswa laki-laki dan perempuan di Asrama Daarul Ilmi MAN 2 Kota Kediri?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk menganalisis tingkatan *body image* siswa laki-laki di Asrama Daarul Ilmi MAN 2 Kota Kediri.
2. Untuk menganalisis tingkatan *body image* siswa perempuan di Asrama Daarul Ilmi MAN 2 Kota Kediri.
3. Untuk menganalisis ada tidaknya perbedaan *body image* antara siswa laki-laki dan perempuan di Asrama Daarul Ilmi MAN 2 Kota Kediri.

D. Manfaat Penelitian

Berikut ini manfaat yang diharapkan dari pelaksanaan penelitian yang akan dilakukan:

1. Manfaat secara Teoretis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangsih pemahaman dan pengetahuan terhadap penelitian selanjutnya dalam ranah psikologi, khususnya psikologi sosial yang berkaitan dengan *body image*.

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan atau referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya dan dapat memberikan gambaran yang tepat mengenai *body image*.

2. Manfaat secara Praktis

- a. Bagi peneliti: dapat menambah wawasan mengenai *body image* di kalangan siswa laki-laki dan perempuan.
- b. Bagi siswa asrama: hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumber informasi dan pengetahuan baru mengenai *body image* dengan tepat.
- c. Bagi lembaga: penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam perkembangan ilmu pengetahuan khususnya bidang psikologi.

E. Penelitian Terdahulu

Sebagai kelanjutan dari penelitian sebelumnya, penelitian ini secara tuntas memeriksa topik *body image* yang telah menjadi fokus perhatian dalam hasil-hasil penelitian sebelumnya. Adapun hasil-hasil penelitian sebelumnya yang digunakan tidak lepas dari topik *body image*:

1. Jurnal: penelitian yang dilakukan oleh Omega Lambulalo Rangga dan Christiana Hari Soetjningsih pada tahun 2022 dengan judul *Body Image Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Masa Dewasa Awal*. Penelitian ini bertujuan untuk menguji perbedaan *body image* antara laki-laki dan perempuan pada masa dewasa awal. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan desain komparatif, penelitian ini membandingkan dua varian kelompok untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan dari tiap kelompok. Temuan-temuan dari penelitian ini menunjukkan tidak ada

perbedaan *body image* antara laki-laki dan perempuan pada masa dewasa awal. Hasil temuan penelitian ini menunjukkan tingkat *body image* pada masa dewasa awal dalam kategori sedang dengan persentase 69,44% (73 partisipan dari total 108 partisipan). Selanjutnya, kategorisasi berdasarkan jenis kelamin dalam kategori sedang dengan persentase 36,11% (39 partisipan dari 54 partisipan laki-laki) dan 33,33% (36 partisipan dari 54 partisipan perempuan).²⁰

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu variabel penelitian berupa *body image*. Sedangkan perbedaannya ialah terletak pada subjek penelitian, penelitian ini menggunakan dewasa awal sebagai subjek sedangkan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah siswa asrama dengan usia sekolah menengah atas.

2. Jurnal: penelitian yang dilakukan Fauzana Alidia tahun 2018 dengan judul *Body Image Siswa Ditinjau Dari Gender*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan *body image* siswa laki-laki dan perempuan serta untuk mengetahui perbedaan *body image* antara kedua kelompok siswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif komparatif. Penelitian ini menunjukkan bahwa *body image* pada siswa laki-laki berada pada kategori sangat tinggi, sedangkan perempuan berada dalam kategori tinggi. Kemudian ditemukan perbedaan pendefinisian *body image* antara laki-laki dan perempuan. Pada siswa

²⁰ Omega Lambulalo Rangga dan Christiana Hari Soetjningsih, *Body Image Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Masa Awal Dewasa*, *Philanthropy: Journal of Psychology*, Vol. 6 (1), (2022) <https://journals.usm.ac.id/index.php/philanthropy/article/view/4851> diakses Sabtu, 7 Oktober 2023 pukul 20.44 WIB

laki-laki mayoritas dari mereka menunjukkan *body image* dengan kategori sangat tinggi (30,357%) mencakup 17 siswa, kategori tinggi (28,571%) mencakup 16 siswa, kategori sedang (26,786%) mencakup 15 siswa, kategori (8,929%) mencakup 5 siswa, serta kategori sangat rendah (5,357%) mencakup 3 siswa dengan total sampel adalah 56 siswa laki-laki. Begitu juga dengan siswa perempuan, sebagian besar *body image* pada kategori tinggi (50%) mencakup 55 siswa, kategori sedang (30,909%) mencakup 34 siswa, kategori sangat tinggi (12,727%) mencakup 14 siswa, kategori rendah (5,455%) mencakup 6 siswa, dan kategori sangat rendah (0,909%) mencakup 1 siswa dari total sampel 110 siswa perempuan. Berdasarkan hasil uji t, didapatkan t hitung 2.453 dengan derajat kebebasan 164. Nilai t tes dengan signifikan 5% adalah 1.671, maka t hitung > dari t tabel. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *body image* siswa laki-laki dan perempuan.²¹

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yang terletak pada variabel penelitian yaitu *body image* dan metode yang digunakan dalam penelitian, yaitu kuantitatif komparatif. Sedangkan perbedaannya ialah terletak pada subjek penelitian, subjek pada penelitian ini adalah remaja kelas XI sedangkan subjek pada penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah remaja pada kalangan siswa asrama.

²¹ Fauzana Alidia, *Body image Siswa Ditinjau Dari Gender*, *Jurnal Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, Vol. 14 (2), (2018), <https://doi.org/10.32939/tarbawi.v14i2.291> diakses Sabtu, 13 Mei 2023 pada 20.15 WIB

3. Jurnal: penelitian yang dilakukan oleh Savina Dewi Nariswari dan Satiningsih pada tahun 2023 dengan judul Perbedaan *Body Image* Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Fase Perkembangan Remaja Awal. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui perbedaan *body image* jika ditinjau dari jenis kelamin pada individu yang berada di fase perkembangan remaja awal. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif komparatif melibatkan 85 remaja laki-laki dan 83 perempuan dengan rentang usia 12-14 tahun. Hasil dari penelitian ini menjelaskan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada *body image* jika ditinjau dari jenis kelamin pada remaja awal. Selanjutnya, mayoritas remaja menunjukkan penilaian yang positif terhadap *body image* nya, yang ditunjukkan dengan hasil penelitian berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Berdasarkan hasil kategorisasi, dalam kelompok laki-laki terdapat 1 individu yang masuk dalam kategori sangat rendah dan 3 individu yang masuk dalam kategori rendah dalam penilaian terhadap *body image* mereka. Ini menunjukkan bahwa individu-individu ini memiliki pandangan yang negatif terhadap penampilan dan *body image* mereka sendiri. Selanjutnya, terdapat 27 individu dalam kelompok yang termasuk dalam kategori sedang. Hal ini memperlihatkan bahwa dalam kelompok ini terdapat variasi antara pandangan negatif dan positif terhadap *body image*. Selanjutnya, terdapat 46 individu dalam kelompok yang menunjukkan tingkat *body image* yang tinggi. Ini memperlihatkan bahwa mereka memiliki persepsi yang positif terhadap penampilan dan *body image* mereka. Mereka cenderung puas dengan penampilan mereka

dan memiliki pandangan yang positif terhadap diri sendiri. Terakhir, ada 8 individu dalam kelompok yang termasuk dalam kategori sangat tinggi. Ini memperlihatkan bahwa mereka memiliki pandangan yang sangat positif terhadap penampilan dan *body image* mereka. Mereka memiliki tingkat kepuasan yang tinggi terhadap penampilan fisik mereka dan memiliki rasa percaya diri yang kuat terhadap diri sendiri.²²

Selanjutnya pada jenis kelamin perempuan ditemukan 1 individu dengan kategori sangat rendah, hal ini menunjukkan bahwa individu tersebut memiliki *body image* yang negatif terhadap tubuhnya. Selanjutnya, terdapat 2 individu dalam kategori rendah. Ini menunjukkan bahwa mereka juga memiliki pandangan negatif terhadap *body image* mereka, meskipun mungkin tidak seintens individu dalam kategori sangat rendah. Dalam kategori sedang, terdapat 18 individu. Mereka memiliki penilaian yang relatif positif terhadap tubuh mereka. Ini menunjukkan bahwa mereka mungkin merasa cukup puas atau senang dengan penampilan fisik mereka, meskipun mungkin masih ada beberapa aspek yang ingin mereka perbaiki atau tingkat ketidakpuasan yang rendah. Terakhir, terdapat 52 individu yang berada di kategori tinggi dan 10 individu di kategori sangat tinggi. Mereka memiliki pandangan yang sangat positif terhadap *body image* mereka. Mereka mungkin merasa sangat puas, percaya diri, dan senang dengan penampilan fisik mereka secara keseluruhan.

²² Savina D. N., Satiningsih, Perbedaan *Body image* Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Fase Perkembangan Remaja Awal, *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, (2023), <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/53869> diakses Sabtu, 7 Oktober 2023 pukul 21.14 WIB

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu pada variabel penelitian berupa *body image*. Selanjutnya perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti terletak pada subjek penelitian. Subjek dari penelitian ini ialah remaja awal dengan rentang usia 11-14 tahun, sedangkan subjek dari penelitian yang akan peneliti lakukan adalah remaja di kalangan siswa asrama tingkat menengah atas.

4. Skripsi: penelitian Viona Rizky Awalyani Batubara pada tahun 2021 yang berjudul *Perbedaan Body Image Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Dewasa Awal Di Sanggar Senam Kota Medan*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan *body image* ditinjau dari jenis kelamin pada dewasa awal di kota Medan. Metode yang digunakan pada penelitian ini ialah kuantitatif komparatif. Temuan dari penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan ditinjau dari jenis kelamin pada dewasa awal di kota Medan. Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa laki-laki memiliki *body image* yang positif dengan nilai mean sebesar 153,42, sedangkan perempuan berada pada kategori sedang dengan nilai mean 145,24. Hal ini menunjukkan bahwa semakin ideal bentuk tubuh mereka dan semakin mereka menerima diri mereka dengan baik, maka *body image* yang didapatkan adalah positif.²³

²³ Viona Rizky A. BB, *Perbedaan Body Image Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Dewasa Awal Di Sanggar Senam Kota Medan*, Skripsi, Medan: Universitas Medan Area, (2021), <https://repositori.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/15784/1/168600254%20-%20Viona%20Rizky%20Awalyani%20Batubara%20-%20Fulltext.pdf> diakses Minggu, 31 Desember 2023 pukul 23.08 WIB

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu pada variabel penelitian, *body image* serta metode yang digunakan yaitu kuantitatif komparatif. Sedangkan perbedaannya terletak pada subjek penelitian, subjek pada penelitian ini adalah dewasa awal, sedangkan subjek pada penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah remaja pada kalangan siswa asrama.

5. Jurnal: penelitian dari Agustaria Margareta dan Yuli Asmi Rozali pada tahun 2018 yang berjudul Perbedaan *Body Image* Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Anggota Clark Hatch Fitness Center. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui perbedaan *body image* ditinjau dari jenis kelamin pada anggota fitness Clark Hatch. Metode yang diterapkan dalam penelitian ini ialah kuantitatif komparatif. Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa tidak adanya perbedaan yang signifikan pada *body image* ditinjau dari jenis kelamin terhadap anggota fitness Clark Hatch. Hasil penelitian didapatkan 25 orang (55,6%) berjenis kelamin laki-laki memiliki *body image* negatif dan 20 orang (44,4%) memiliki *body image* positif. Sedangkan pada perempuan, didapatkan 24 orang (53,3%) memiliki *body image* negatif dan 21 orang (46,7%) memiliki *body image* positif.²⁴

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti terletak pada variabel penelitian yaitu *body image* dan metode penelitian, yaitu kuantitatif komparatif. Sedangkan

²⁴ Agustaria Margareta dan Yuli Asmi Rozali, Perbedaan *Body Image* Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Anggota Clark Hatch Fitness Center, Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul, Jakarta (2018), <https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Undergraduate-10895-JURNAL.Image.Marked.pdf> diakses Sabtu, 7 Oktober 2023 pukul 20.31 WIB

perbedaannya ialah terletak pada subjek penelitian. Subjek dari penelitian ini adalah kalangan dewasa awal dengan rentang usia 20-40 tahun yang aktif melakukan fitness. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti remaja pada kalangan siswa asrama.

F. Definisi Operasional

Body image

Body image adalah persepsi, perasaan, pikiran, serta penilaian mengenai bentuk fisik atau penampilan dari dirinya sendiri. Hal ini melibatkan penilaian individu terhadap penampilan fisik dalam menerima dirinya sendiri, menghargai dan peduli terhadap diri sendiri.