

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa yang krusial dimana para individu mencari identitasnya, khususnya pada remaja akhir yaitu berkisar 17 sampai 21 tahun, merupakan periode transisi penting dalam perkembangan individu menuju kedewasaan. Menurut Santrock, remaja akhir mulai memiliki kesadaran diri yang lebih tinggi, mempertanyakan eksistensi dan nilai dirinya, serta mulai mencari tempat dalam masyarakat. Dalam fase ini pula, remaja menunjukkan peningkatan perhatian terhadap bagaimana mereka dipandang oleh lingkungan sosial, termasuk dalam hal penampilan fisik. Pada tahap ini, remaja mulai dihadapkan pada berbagai tekanan dan harapan, baik yang berasal dari diri sendiri maupun dari lingkungan sosial sekitar. Mereka mulai memikirkan masa depan, mengembangkan nilai dan kepercayaan pribadi, serta semakin sadar akan eksistensinya di tengah masyarakat. Remaja akhir juga lebih peduli terhadap penampilan fisik mereka, karena aspek ini sering dijadikan tolok ukur penerimaan sosial oleh lingkungan sebayanya.¹

Dalam proses perkembangan tersebut, salah satu aspek psikologis yang penting adalah *Self Esteem*. *Self Esteem* berkaitan dengan bagaimana seseorang menilai dirinya sendiri, merasa berharga, dan percaya pada kemampuan yang dimiliki. Coopersmith yang dikutip oleh Ghufro dan Risnawita memberi definisi *Self Esteem* sebagai evaluasi yang dilakukan individu dan biasanya dipertahankan, yang mencerminkan sejauh mana individu merasa dirinya

¹ John W. Santrock, *Life-span Development*, 14th ed. (New York: McGraw-Hill, 2012), 391.

mampu, penting, berhasil, dan layak untuk dihargai. *Self Esteem* yang tinggi memungkinkan remaja untuk berpikir positif tentang dirinya, berani menghadapi tantangan, dan membangun hubungan sosial yang sehat. Sebaliknya, *Self Esteem* yang rendah dapat memicu munculnya perasaan tidak berharga, kecemasan, serta kecenderungan untuk menarik diri dari interaksi sosial.²

Self Esteem dipengaruhi banyak faktor, baik dari internal serta eksternal. Dari sisi internal meliputi jenis kelamin, intelegensi, kondisi fisik. Sementara itu, faktor eksternal dapat berupa lingkungan sosial, sekolah, dan keluarga. Hubungan yang hangat dan suportif dengan keluarga, misalnya, terbukti berkontribusi positif terhadap pembentukan *Self Esteem* yang sehat. Sebaliknya, pengalaman penolakan sosial atau kegagalan yang berulang dapat meruntuhkan rasa percaya diri dan membuat individu meragukan nilai dirinya.³ Diantara faktor faktor diatas kondisi fisik yang menyangkut tentang *body image*. *Body Image* atau citra tubuh menempati posisi yang cukup sentral, terutama pada masa remaja.⁴

Thomas Cash, dalam *Cognitive-Behavioral Model of Body Image*, menyatakan bahwa *Body Image* mencerminkan persepsi, keyakinan, dan sikap seseorang terhadap tubuhnya.⁵ Citra tubuh ini tidak terbentuk secara alami, melainkan dibentuk oleh pengalaman pribadi, pengaruh teman sebaya, media, dan norma budaya yang mendikte standar tubuh ideal. Ketika individu merasa bahwa penampilan fisiknya tidak sesuai dengan standar tersebut, muncul

² Ghufon & Risnawita.. Teori-Teori Psikologi. Yogyakarta: Ar-Ruzz Madia (2010)

³ Cornellius Axel Wijanarko, Agustina Engry, and Eli Prasetyo, "Faktor Protektif Dan Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Self-Esteem Pada Remaja Dengan Disleksia," *Jurnal Psikologi Poseidon* 6 (2023): 134–53, <https://doi.org/10.30649/jpp.v6i2.80>.

⁴ Thomas F. Cash, ed., *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance* (Virginia: Academic Press, 2012).

⁵ Thomas F. Cash, *Cognitive-Behavioral Perspectives on Body Image* (New York: Routledge, 2012).

ketidakpuasan terhadap tubuh yang kemudian berdampak pada penilaian diri secara keseluruhan.⁶

Body Image yang negatif dapat menjadi sumber stres psikologis yang signifikan dan memperlemah *self-esteem*.⁷ Individu yang merasa kurang bahkan tidak nyaman dengan bentuk tubuhnya seringkali memiliki perasaan malu, minder, hingga menarik diri dari lingkungan sosial. Sebaliknya, citra tubuh yang positif akan memperkuat penerimaan diri dan meningkatkan rasa percaya diri. Dengan demikian, memahami peran *Body Image* sebagai elemen penting dalam pembentukan *Self Esteem* menjadi sangat relevan dalam upaya peningkatan kesejahteraan psikologis remaja.⁸

Hubungan antara *body image* dan *self-esteem* telah banyak dikaji dalam berbagai penelitian. Fitri Annum Malasari dan Mukhlis menemukan bahwa *body image* berkontribusi sebesar 27,2% terhadap *self-esteem* pada mahasiswi remaja akhir, yang menunjukkan bahwa persepsi terhadap tubuh sangat menentukan tingkat harga diri.⁹ Demikian pula, penelitian oleh Syafira Ika Putri Nuralifa dkk. pada siswa SMP menunjukkan bahwa *body image* berkontribusi sebesar 37,9% terhadap harga diri siswa.¹⁰ Arif Kurniawan dan timnya menambahkan

⁶ Devi Marlinda, Raras Sutatminingsih, and Debby Anggraini Daulay, "Pengaruh Perbandingan Sosial Terhadap Citra Tubuh Pada Remaja Akhir Putri Pengguna Instagram," *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling* 12, no. 2 (2022): 183–91, <https://doi.org/10.24127/gdn.v12i2.5505>.

⁷ Thomas F. Cash, *The Body Image Workbook: An Eight-Step Program for Learning to Like Your Looks*, 2nd ed. (Oakland, CA: New Harbinger Publications, 2008), 7–11.

⁸ Alimin Alwi, Suhartini, dan Najamuddin, "Peran Faktor Sosial pada Perilaku Body Shaming: Implikasi terhadap Self-Confidence dan Mental Health Mahasiswa," *Jurnal Lingkar Pembelajaran Inovatif* 6, no. 4 (April 2025): 19.

⁹ Fitri Annum Malasari dan Mukhlis, "Apakah Body Image Berperan Terhadap Self-Esteem? Studi pada Mahasiswi UIN Suska Riau," *Jurnal Psikologi* 18, no. 2: 103–109.

¹⁰ Syafira Ika Putri Nuralifa, Ali Rachman, dan Muhammad Arsyad, "Pengaruh Body Image terhadap Self-Esteem pada Siswa di SMP Negeri 27 Banjarmasin," *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman* 8, no. 2: 126–130.

bahwa motivasi dalam aktivitas kebugaran turut memperkuat hubungan antara persepsi tubuh dan harga diri.¹¹

Dari penelitian yang dilakukan Syafira dan beberapa peneliti diatas, dapat disimpulkan, bahwa Remaja yang mempunyai *Body Image* positif seringkali memiliki *Self Esteem* yang lebih tinggi karena mereka mampu menerima dan menghargai penampilan fisiknya. Sebaliknya, remaja dengan *Body Image* negatif cenderung merasa kurang bahkan tidak puas terhadap tubuh mereka, yang pada akhirnya berdampak pada penurunan harga diri.

Dalam penelitian ini, Desa Mojoagung di Kecamatan Prambon dipilih sebagai lokasi karena terdapat Karang Taruna, sebuah organisasi sosial yang menjadi tempat berkumpul dan berkembangnya potensi remaja. Karang Taruna menjadi wadah penting bagi remaja untuk membangun hubungan sosial, berinteraksi, dan menyalurkan kreativitas. Namun, lingkungan sosial seperti ini juga dapat menjadi ruang munculnya tekanan sosial, termasuk dalam hal penampilan fisik. Interaksi sehari-hari dan paparan terhadap standar kecantikan, baik dari sesama teman maupun media sosial, dapat memengaruhi bagaimana remaja mempersepsikan tubuh mereka dan bagaimana mereka menilai harga diri mereka sendiri.

Salah satu fenomena adalah kasus RA, seorang remaja perempuan yang aktif di kegiatan Karang Taruna Desa Mojoagung. RA dikenal sebagai pribadi yang ceria, komunikatif, dan pernah dipercaya menjadi koordinator kegiatan pemuda di desanya. Namun, dalam beberapa bulan terakhir, RA mulai menunjukkan perubahan perilaku. Ia menjadi lebih pendiam, sering menolak

¹¹ Arif Kurniawan, Niken Hartati, dan Rinaldi, "Hubungan Antara Body Image dengan Self Esteem Ditinjau dari Motif Mengikuti Latihan Fitness," *Causalita: Jurnal Psikologi* 5, no. 2: 91–104.

ajakan diskusi kelompok, dan enggan menerima tanggung jawab baru. Dari hasil observasi dan wawancara singkat, diketahui bahwa RA merasa kurang percaya diri setelah mengalami kegagalan dalam memimpin sebuah kegiatan sosial desa yang dinilai tidak berjalan sesuai harapan. Ia merasa bersalah dan tidak pantas lagi memimpin. RA juga merasa tidak penting teman-teman lainnya, meskipun ia tetap hadir dan membantu di balik layar.

Selain itu RA dulu juga dikenal sebagai seseorang berbakat, dalam bidang modeling, tetapi beberapa bulan ini RA mulai menunjukkan perubahan perilaku, seperti enggan tampil di depan umum dan menarik diri dari pergaulan. Hal ini terjadi setelah ia menerima komentar negatif terkait bentuk tubuhnya dari teman sebaya dan media sosial. RA merasa penampilannya tidak sesuai dengan standar kecantikan yang ditampilkan di Instagram dan mulai meragukan kemampuannya.

Meskipun memiliki potensi yang besar, RA menolak berpartisipasi dalam proyek pembuatan video konten desa, karena merasa tubuhnya tidak proporsional dibandingkan dengan teman-teman lainnya.¹² Fenomena ini menunjukkan bahwa persepsi negatif terhadap *body image* dapat berdampak langsung pada tingkat *self-esteem* remaja. Ketika individu mulai meragukan nilai dirinya karena ketidaksesuaian antara penampilan fisik dan ekspektasi sosial, maka rasa percaya diri pun ikut menurun. Dalam konteks Karang Taruna, kasus RA mengindikasikan perlunya upaya preventif dan intervensi psikososial yang mendorong pembentukan *body image* yang sehat sebagai bagian dari program pembinaan remaja. Program tersebut tidak hanya penting dalam

¹² Observasi dan wawancara, Ra Pada Tanggal 1 Februari 2025

pengembangan keterampilan sosial dan kepemudaan, tetapi juga harus menekankan pada penguatan penerimaan diri, penerimaan terhadap keragaman tubuh, serta pengembangan self-esteem yang positif, agar remaja dapat tumbuh menjadi individu yang percaya diri, resilien, dan mampu berpartisipasi aktif dalam kehidupan sosialnya.

Penelitian memiliki tujuan untuk mengkaji pengaruh *Body Image* pada *Self Esteem* remaja akhir di Karang Taruna Desa Mojoagung. Remaja akhir Karang Taruna dipilih sebagai subjek penelitian karena berada pada usia yang rentan dalam pembentukan identitas diri, termasuk harga diri dan persepsi tubuh. Pada masa ini, mereka sering terpengaruh oleh tekanan sosial terkait penampilan fisik dari lingkungan sekitar, termasuk teman sebaya. Desa Mojoagung dipilih sebagai lokasi penelitian sebab mempunyai karakteristik sosial yang bisa mempengaruhi *Body Image* dan *Self Esteem* remaja akhir. Interaksi sosial yang intens di lingkungan desa, serta norma sosial yang ada, dapat berpengaruh pada pandangan mereka terhadap tubuh dan harga diri. Selain itu, sebelumnya ini belum pernah diteliti pada subjek karang taruna, meskipun topik ini sangat dekat dengan remaja yang rentan umurnya sangat cocok dengan anggota karang taruna. Topik ini perlu diteliti karena *Body Image* dan *Self Esteem* sangat memengaruhi kesejahteraan mental, terutama pada masa muda. Remaja dengan *Body Image negative cenderung memiliki Self Esteem* rendah, yang dapat berpengaruh pada kualitas hidup dan kesehatan mental mereka, begitupun sebaliknya, jika remaja memiliki *Body Image positif* maka *Self Esteem* nya naik. Penelitian ini diharapkan bisa memberikan pandangan, wawasan, pengetahuan mengenai pengaruh *Body Image* dan *Self Esteem* pada remaja

akhir, khususnya di Desa Mojoagung. Peneliti mengambil judul "**Pengaruh *Body Image* Terhadap *Self Esteem* Remaja Akhir Pada Karang Taruna Desa Mojoagung**" karena mencerminkan fokus penelitian yang ingin melihat bagaimana *Body Image* mempengaruhi *Self Esteem* pada remaja dalam konteks sosial yang spesifik di desa Mojoagung.

B. Rumusan Masalah

Melihat dari latar belakang yang sudah disampaikan, peneliti membuat rumusan masalah yang akan dibahas pada penelitian yaitu :

1. Bagaimana tingkat *Body Image* pada remaja akhir di karang taruna Desa Mojoagung ?
2. Bagaimana tingkat *Self Esteem* pada remaja akhir di karang taruna Desa Mojoagung
3. Apakah ada pengaruh positif antara *Body Image* pada *Self Esteem* remaja akhir di karang taruna desa Mojoagung ?

C. Tujuan Penelitian

Ditinjau dari latar belakang dan rumusan masalah diatas, penelitian ini memiliki tujuan :

1. Untuk melihat tingkat *Body Image* pada remaja akhir di Karang Taruna Desa Mojoagung, Prambon.
2. Untuk mengetahui tingkat *Self Esteem* pada remaja akhir di Karang Taruna Desa Mojoagung, Prambon.
3. Untuk mengetahui adakah pengaruh positif *Body Image* terhadap *Self Esteem* pada remaja akhir di Karang Taruna Desa Mojoagung, Prambon.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian mengenai pengaruh *Body Image* terhadap *Self Esteem* pada remaja akhir Karang Taruna Desa Mojoagung memiliki berbagai manfaat, yaitu:

1. Menambah wawasan dalam bidang psikologi perkembangan Penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam memahami pengaruh *Body Image* terhadap *Self Esteem* pada remaja, khususnya dalam konteks sosial di Indonesia
2. Memperkaya literatur mengenai psikologi remaja. Penelitian ini dapat menambah jumlah literatur mengenai psikologi remaja di Indonesia, terutama yang berfokus pada dampak lingkungan sosial terhadap perkembangan psikologis mereka.
3. Bagi Remaja Karang Taruna Desa Mojoagung, Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran remaja terhadap pentingnya *Self Esteem* dan cara-cara untuk mengembangkan citra tubuh yang positif. Dengan memahami faktor-faktor yang memengaruhi *Body Image*, remaja dapat lebih menerima diri sendiri dan menghindari dampak negatif dari standar kecantikan yang tidak realistis.

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan manfaat bagi karang taruna maupun pihak lain dalam membantu remaja menghadapi tantangan psikososial mereka, meningkatkan kesejahteraan psikologis, serta menciptakan lingkungan sosial yang lebih mendukung perkembangan positif mereka.

E. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan analisis dan hasil dari penelitian sebelumnya yang sudah dipaparkan oleh peneliti terdahulu dan dijadikan referensi, serta sumber inspirasi dalam merancang penelitian ini. Penelitian terdahulu yang mengulas tentang *Body Image* dan *Self Esteem* dan yang menjadi acuan sebagai berikut :

1. Penelitian mengenai hubungan antara *body image* dan *self-esteem* telah banyak dilakukan, terutama dalam konteks remaja. Salah satu penelitian yang relevan dilakukan oleh Arif Kurniawan, Niken Hartati, dan Rinaldi pada tahun 2023 dengan judul “Hubungan Antara *Body Image* dengan *Self Esteem* pada Remaja Ditinjau dari Motif Mengikuti Latihan Fitness”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional-komparatif terhadap 110 remaja yang mengikuti latihan fitness. Subjek dibagi menjadi dua kelompok berdasarkan motif, yaitu menurunkan berat lemak dan menambah massa otot bebas lemak.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dan *self-esteem* dengan koefisien korelasi sebesar $r = 0,715$ dan $p < 0,01$. Menariknya, ditemukan bahwa remaja yang mengikuti fitness dengan motif menambah massa otot cenderung memiliki *body image* yang lebih positif dan *self-esteem* yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang bertujuan menurunkan berat badan. Hal ini menunjukkan bahwa motif mengikuti fitness turut memengaruhi persepsi tubuh dan harga diri remaja.¹³ Penelitian ini menggunakan skala *Multidimensional Body Self Relations Questionnaire*

¹³ Arif Kurniawan, Niken Hartati, dan Rinaldi, “Hubungan Antara *Body Image* dengan *Self Esteem* Ditinjau dari Motif Mengikuti Latihan Fitness,” *Causalita: Jurnal Psikologi* 5, no. 2 (2023): 91–104.

– *Appearance Scale (MBSRQ-AS)* dan skala *self-esteem* yang dikembangkan berdasarkan teori Coopersmith.

Temuan ini memperkuat asumsi bahwa *body image* merupakan prediktor penting terhadap pembentukan *self-esteem* remaja. Penelitian Kurniawan dkk relevan dengan topik penelitian ini karena sama-sama membahas hubungan antara *body image* dan *self-esteem*, meskipun dalam konteks yang berbeda, yaitu pada remaja yang aktif dalam latihan kebugaran. Adapun penelitian ini akan difokuskan pada remaja akhir yang aktif dalam Karang Taruna, sehingga dapat memberikan kontribusi dalam memperluas pemahaman mengenai konteks sosial yang memengaruhi *body image* dan *self-esteem*.

2. Penelitian berjudul "Hubungan *Body Image* dengan *Self Esteem* Pengguna Media Sosial Instagram pada Mahasiswa FIP UNNES" yang dilakukan oleh Della dan Eem pada tahun 2023. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengidentifikasi keterkaitan antara *Self Esteem* dan *Body Image* yang ada pada mahasiswa yang menggunakan aplikasi Instagram. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan korelasional sebagai desain penelitiannya, penelitian ini melibatkan 294 mahasiswa yang diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang lemah antara *Body Image* dan harga diri dengan nilai korelasi $r_s = 0,245$ dan signifikansi $0,000 < 0,05$. Artinya, semakin baik *Body Image* yang

dimiliki siswa, semakin tinggi pula *Self Esteem* mereka, meskipun hubungan ini tergolong lemah¹⁴

Hasil penelitian ini memberikan perspektif baru bahwa dalam beberapa kasus, rasa percaya diri yang tinggi dapat berbanding terbalik dengan *Body Image* positif. Hal ini dapat menjadi pertimbangan dalam penelitian Karang Taruna, dimana standar kecantikan atau tekanan sosial dapat berdampak berbeda pada harga diri dan citra tubuh remaja.

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang dilakukan Della dan Eem yaitu meneliti hubungan antara *Body Image* dan *Self Esteem*. Kedua penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional, melibatkan subjek remaja akhir, serta menggunakan instrumen yang berlandaskan pada kerangka teori dari Cash dan Coopersmith. Keduanya juga menemukan adanya hubungan positif antara *Body Image* dan *self-esteem*. Perbedaan dari kedua penelitian ini terdapat pada subyeknya, penelitian Della & Eem adalah mahasiswa FIP UNNES pengguna media sosial Instagram, sedangkan penelitian ini berfokus pada remaja akhir di lingkungan Karang Taruna Desa Mojoagung, yang memiliki latar sosial lebih komunitas dan lokal. Dengan demikian, meskipun memiliki topik yang serupa, penelitian ini memberikan kontribusi yang berbeda dalam hal pendekatan dan konteks sosial yang diteliti.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Fitri Annum Malasari dan Mukhlis pada tahun 2022 dari UIN Suska Riau dalam jurnal *Psikologi* yang berjudul

¹⁴ Della Salvia Hardaningtyas Novarima and Eem Munawaroh, "Hubungan *Body Image* Dengan *Self-Esteem* Pengguna Media Sosial Instagram Pada Mahasiswa FIP UNNES," *Empati : Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 10, no. 1 (2023): 71–86, <https://doi.org/10.26877/empati.v10i1.12128>.

“Apakah Body Image Berperan terhadap Self-Esteem? Studi pada Mahasiswi UIN Suska Riau.” Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional, serta melibatkan 300 responden yang dipilih melalui teknik *proportional random sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala *body image* dan skala *self-esteem* yang telah disesuaikan dan divalidasi sebelumnya.

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dan *self-esteem*, dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,521$ dan signifikansi $p = 0,000$. Selain itu, *body image* diketahui memberikan kontribusi sebesar 27,2% terhadap *self-esteem*, yang berarti bahwa semakin positif persepsi seseorang terhadap tubuhnya, semakin tinggi pula tingkat harga diri yang dimilikinya. Temuan ini mempertegas bahwa *body image* merupakan salah satu faktor penting dalam pembentukan *self-esteem* pada remaja akhir, khususnya pada kelompok perempuan usia mahasiswa. Mahasiswi yang merasa puas dengan penampilan fisiknya cenderung lebih percaya diri, memiliki rasa berharga yang tinggi, dan mampu menilai dirinya secara positif.¹⁵

Penelitian ini relevan karena usia subjeknya setara dengan penelitian yang dilakukan penulis, yaitu pada remaja akhir (usia 18 sampai 21 tahun). Persamaan juga terletak pada penggunaan alat ukur dan pendekatan kuantitatif. Namun, berbeda konteks social penelitian Malasari dilakukan dalam lingkungan akademik kampus dengan tekanan

¹⁵ Fitri Annum Malasari dan Mukhlis, “Apakah Body Image Berperan Terhadap Self-Esteem? Studi pada Mahasiswi UIN Suska Riau,” *Jurnal Psikologi* 18, no. 2 (2022): 103–109.

akademik dan ekspektasi citra ideal mahasiswa, sedangkan penelitian penulis berada pada Karang Taruna, yang lebih menekankan pada interaksi sosial informal dan kegiatan masyarakat.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Syafira Ika Putri Nuralifa, Ali Rachman, dan Muhammad Arsyad pada tahun 2022 yang berjudul “*Pengaruh Body Image terhadap Self-Esteem pada Siswa di SMP Negeri 27 Banjarmasin*” bertujuan untuk mengetahui sejauh mana *body image* memengaruhi *self-esteem* pada siswa usia remaja awal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 592 siswa, dengan sampel sebanyak 239 siswa yang dipilih melalui teknik *random sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket skala *body image* dan skala *self-esteem*, kemudian dianalisis menggunakan regresi linier sederhana.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *body image* dan *self-esteem* dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,616$ dan signifikansi $p = 0,000$. Selain itu, diperoleh nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 37,9%, yang berarti bahwa *body image* memberikan kontribusi hampir 38% terhadap tingkat *self-esteem* siswa. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin positif persepsi siswa terhadap tubuhnya, maka semakin tinggi pula harga diri yang dimilikinya. Penelitian ini menunjukkan bahwa pada masa remaja awal, citra tubuh sangat dipengaruhi oleh standar sosial dan lingkungan pergaulan, yang secara langsung berdampak pada cara individu menilai

dan menghargai dirinya. Oleh karena itu, hasil studi ini memperkuat peran penting *body image* dalam pembentukan *self-esteem* pada kalangan remaja.¹⁶

5. Penelitian yang dilakukan oleh Siti Erma Maemunah pada tahun 2020 berjudul “*Hubungan Antara Tingkat Kepuasan Citra Tubuh (Body Image) dengan Harga Diri (Self Esteem) pada Mahasiswi Fakultas Psikologi*”, bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kepuasan terhadap citra tubuh dengan harga diri pada mahasiswi usia 18–22 tahun di Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan sampel sebanyak 72 orang yang dipilih menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*.

Hasil analisis dengan uji Rank Spearman menunjukkan bahwa tingkat kepuasan terhadap citra tubuh tidak berhubungan secara signifikan dengan harga diri, dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r_s = 0,223$. Artinya, meskipun sebagian besar mahasiswi merasa puas terhadap tubuhnya (53%), namun tingkat harga diri mereka tetap tergolong rendah. Penelitian ini menarik karena menyimpulkan bahwa tingginya *body image satisfaction* belum tentu berbanding lurus dengan *self-esteem*, yang mungkin dipengaruhi oleh variabel-variabel psikososial

¹⁶ Syafira Ika Putri Nuralifa, Ali Rachman, dan Muhammad Arsyad, “Pengaruh Body Image terhadap Self-Esteem pada Siswa di SMP Negeri 27 Banjarmasin,” *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman* 8, no. 2 (2022): 126–130.

lain seperti dukungan sosial, prestasi akademik, atau kepercayaan diri terhadap kemampuan diri (self-efficacy dan self-respect).¹⁷

Jika dibandingkan dengan penelitian yang penulis lakukan mengenai *pengaruh body image terhadap self-esteem pada remaja akhir di Karang Taruna Desa Mojoagung*, maka persamaan keduanya terletak pada fokus variabel body image dan self-esteem serta pendekatan kuantitatif yang digunakan. Selain itu, rentang usia subjek juga hampir sama, yaitu remaja akhir (18–22 tahun). Namun, terdapat beberapa perbedaan penting. Pertama, penelitian Erma berfokus pada aspek *kepuasan terhadap citra tubuh*, sedangkan penelitian penulis melihat *body image* secara lebih luas sebagai persepsi individu terhadap tubuhnya, termasuk dimensi kognitif, afektif, dan perilaku. Kedua, konteks sosial subjek juga berbeda. Penelitian Erma dilakukan di lingkungan akademik yang relatif tertutup terhadap norma sosial tubuh ideal, sedangkan subjek dalam penelitian penulis berada dalam komunitas sosial Karang Taruna yang lebih terbuka terhadap interaksi sosial dan pengaruh lingkungan luar. Dengan demikian, perbedaan latar belakang konteks sosial dan faktor internal lainnya dapat memengaruhi hasil hubungan antara dua variabel tersebut.

Penelitian-penelitian terdahulu menunjukkan bahwa Terdapat hubungan yang signifikan antara Body Image dan Self Esteem pada remaja, tanpa memandang jenis kelamin. Faktor eksternal seperti media sosial, standar kecantikan, dan lingkungan sosial turut berperan dalam membentuk *Body Image*

¹⁷ Siti Erma Maemunah, *Hubungan Antara Tingkat Kepuasan Citra Tubuh (Body Image) Dengan Harga Diri (Self Esteem) Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi, Jurnal Aksioma Al-Asas: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 1, no. 1 (2020): 27–37

mereka. Dalam konteks remaja Karang Taruna di Desa Mojoagung, penelitian ini bisa memberikan pemahaman lebih lanjut mengenai bagaimana lingkungan sosial dan faktor budaya setempat mempengaruhi hubungan antara *Self Esteem* dan *Body Image*. Dari berbagai penelitian diatas, bisa ditarik kesimpulan bahwa *Self Esteem* dan *Body Image* memiliki hubungan yang erat pada remaja. Remaja dengan *Self Esteem* yang tinggi cenderung mempunyai persepsi tubuh yang lebih positif, sementara disisi lain remaja yang memiliki *Self Esteem* rendah rentan mengalami ketidakpuasan terhadap tubuh mereka. Faktor-faktor seperti penggunaan media sosial, standar kecantikan, dan lingkungan sosial memainkan peran penting dalam membentuk persepsi tersebut. Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan program edukasi dan intervensi psikologis guna meningkatkan kesadaran remaja mengenai *Body Image* yang sehat dan *Self Esteem* yang positif.

F. Definisi Oprasional

1. *Body Image*

Body Image biasa diterjemahkan menjadi citra tubuh merupakan pandangan seseorang mengenai bentuk, ukuran, dan berat tubuhnya, yang memiliki kaitan dengan tingkat kepuasan terhadap penampilan fisik dirinya.

2. *Self Esteem*

Self Esteem yaitu Evaluasi yang diterima seseorang dari lingkungan sosialnya, termasuk keluarga, teman, dan dirinya sendiri, berkaitan dengan penilaian terhadap kelayakan dirinya. Penilaian ini kemudian berpengaruh pada bagaimana individu menetapkan tujuan hidup, mengenali kemampuan yang dimiliki, serta menentukan posisinya dalam masyarakat.