

**BAB I**  
**PENDAHULUAN**

**A. Latar Belakang**

Pendidikan adalah proses perubahan atau pendewasaan manusia, berasal dari tidak tahu menjadi tahu, dari tidak biasa menjadi biasa, dari tidak paham menjadi paham dan sebagainya. Menurut Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 tahun 2003 (Permendikbud, 2014) pasal 1 ayat 1, menjelaskan bahwa: “Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara”.

Adapun tujuan pendidikan nasional seperti yang tercantum dalam UU No. 20 Tahun 2003 (BSNP, 2016), tentang Sistem Pendidikan Nasional yang menyatakan bahwa: “Pendidikan nasional berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokrasi serta bertanggungjawab”.

Pendidikan di sekolah diwujudkan melalui proses belajar mengajar yang diterima siswa. Sekolah mempunyai tugas untuk mengembangkan dan

menumbuhkan pengetahuan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Selain itu sekolah mempunyai tujuan membentuk pribadi anak supaya menjadi manusia,

warga masyarakat, dan warga negara yang baik. Dalam pelaksanaan proses pendidikan tersebut, hampir semua kecakapan, keterampilan, pengetahuan, kebiasaan, dan sikap berkembang karena belajar. Demi tercapainya hasil belajar yang baik, maka belajar sebagai proses yang terpadu melibatkan beberapa komponen, seperti peserta didik yang memiliki IQ, minat, bakat, faktor psikologis yang baik, kemampuan, motivasi, sikap, kematangan, disiplin, dan lain-lain

Berdasarkan penjelasan tersebut, diketahui bahwa secara tidak langsung, siswa mengalami proses belajar di setiap tingkatan sekolah. Siswa sebagai individu dalam kehidupannya mengalami beberapa fase perkembangan, berbeda pengalaman dan perubahan perilaku individu agar dapat berperan dan diterima oleh masyarakat. Dalam ruang lingkup pertemanan di sekolah biasanya terdapat konformitas dalam kelompok remaja menyebabkan seseorang bertindak dan berpenampilan sesuai dengan apa yang dilakukan oleh teman kelompoknya, karena ingin selaras dengan norma-norma yang diharapkan oleh kelompok (Sarwono, 2002).

Perubahan fisik pada masa pubertas membuat remaja menjadi amat memperhatikan tubuh mereka dan membangun citranya sendiri mengenai bagaimana tubuh mereka terlihat. Hal ini sesuai pendapat Hurlock yang menyatakan para remaja menyadari bahwa dalam kehidupan bermasyarakat,

individu yang menarik biasanya diperlakukan dengan lebih baik daripada individu yang kurang menarik, sehingga remaja cenderung lebih memperhatikan penampilan agar diterima dan diperlakukan lebih baik di suatu kelompok pertemanan di sekolah

Masa remaja adalah masa transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang berarti perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Perubahan yang dialami remaja membuat remaja lebih sering memperhatikan tubuh mereka dan selalu berusaha untuk menjaga tubuhnya sesuai dengan standar ideal yang secara tidak sengaja sudah ditanamkan sejak kecil (Pratiwi, 2023). Banyak ahli mengungkapkan batas usia remaja menjadi tiga kategori, yaitu remaja awal 12-15 tahun, remaja pertengahan 15-18 tahun dan remaja akhir 18-21 tahun. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa batasan usia remaja dimulai dari usia 12 tahun dan berakhir pada usia 21 tahun (Azizah, 2021). Pada umumnya saat usia remaja ini, individu sedang menempuh pendidikan SMP/MTs dan SMA/SMK/MA. Remaja pada fase ini sudah bisa memperhatikan tentang begitu penting penampilan yang harus tetap terga, karena penampilan yang mereka tampilkan merupakan cerminan dari kepribadian mereka yang lebih memperhatikan penampilan fisik remaja. Citra tubuh merupakan hal yang paling penting bagi peserta didik yang sedang mengalami masa perubahan. Menurut Cash (2007) mengungkapkan bahwa citra tubuh merupakan evaluasi terhadap ukuran tubuh, berat badan, ataupun aspek-aspek lain dari tubuh yang berhubungan dengan penampilan fisik remaja yang dipengaruhi oleh standar penilaian mengenai penampilan menarik

yang berlaku di masyarakat dimana seseorang itu berada, terlebih pada apa yang dirasakan oleh seseorang mengenai apa yang orang pikirkan mengenai dirinya.

Masa remaja merupakan masa yang memiliki permasalahan yang cukup kompleks, salah satu contohnya yakni perubahan fisik. Perubahan fisik yang dialami remaja mengakibatkan remaja memiliki pandangan yang berbeda-beda mengenai citra tubuh, hal tersebut menimbulkan berbagai masalah yang dapat dialami oleh remaja (Wiranatha & Supriyadi, 2015). Remaja yang memandang kondisi tubuhnya tidak sesuai dengan tubuh idealnya akan memiliki rasa tidak puas terhadap kondisi tubuh maupun penampilannya, meskipun dari sudut pandang orang lain dirinya dianggap menarik. Kondisi tersebut akan citra tubuh yang rendah. Sebaliknya, jika remaja memandang citra tubuh secara positif maka mereka akan dapat dengan mudah bahagia dan tidak memiliki rasa khawatir serta memiliki kepercayaan diri (Dianningrum & Satwika, 2021)

Menurut Grogan (2022) bahwa kepedulian terhadap tubuh di kalangan remaja sangat kuat, terlebih pada kelompok remaja awal, hal ini terjadi karena remaja awal mengalami masa pubertas dimana terjadi perubahan tubuh, saat perubahan yang terjadi tidak sesuai standar ideal maka remaja rentan mengalami citra tubuh negatif.

Penampilan fisik yang menarik serta bentuk tubuh ideal merupakan idaman bagi sebagian individu di dunia. Hal ini tentunya tidak terlepas dari respon yang diterima individu dari lingkungan terkait dirinya, dimana individu yang memiliki penampilan menarik cenderung mendapatkan respon yang

positif dari masyarakat di sekitarnya dibandingkan dengan individu yang kurang menarik secara fisik. Oleh karena itu, tak jarang individu disibukkan akan persoalan tubuh dan pengembangan citra individual mengenai gambaran tubuhnya. Penampilan fisik dan bentuk tubuh yang ideal secara tidak langsung memberikan efek yang positif bagi perkembangan kepercayaan diri individu. Rombe (2014), yang menyatakan bahwa individu cenderung menganggap masalah penampilan menjadi hal utama dan memberikan pengaruh terhadap perkembangan kepercayaan diri. Selain itu, beberapa bidang pekerjaan di dunia, menuntut individu untuk berpenampilan menarik dan memiliki bentuk tubuh yang ideal, contohnya sekretaris, pegawai bank, pramugari, model dan sebagainya.

Masa remaja merupakan masa yang memiliki permasalahan yang cukup kompleks, salah satu contohnya yakni perubahan fisik. Perubahan fisik yang dialami remaja mengakibatkan mereka memiliki pandangan yang berbeda-beda mengenai citra tubuh, hal tersebut menimbulkan berbagai masalah yang dapat dialami oleh remaja (Wiranatha & Supriyadi, 2015). Remaja yang memandang kondisi tubuhnya tidak sesuai dengan tubuh idealnya akan memiliki rasa tidak puas terhadap kondisi tubuh maupun penampilannya, meskipun dari sudut pandang orang lain dirinya dianggap menarik. Kondisi tersebut akan citra tubuh yang rendah. Sebaliknya, jika remaja memandang citra tubuh secara positif maka mereka akan dapat dengan mudah bahagia dan tidak memiliki rasa khawatir serta memiliki kepercayaan diri (Dianningrum & Satwika, 2021)

Menurut Grogan (2022) bahwa kepedulian terhadap tubuh di kalangan remaja sangat kuat, terlebih pada kelompok remaja awal, hal ini terjadi karena remaja awal mengalami masa pubertas dimana terjadi perubahan tubuh, saat perubahan yang terjadi tidak sesuai standar ideal maka remaja rentan mengalami citra tubuh negatif.

Di era saat ini masyarakat khususnya para remaja tidak bisa menolak arus perkembangan media sosial yang semakin lama semakin merajalela, dengan adanya perkembangan tersebut membuat kaum muda maupun tua untuk dapat menjalin relasi seluas-luasnya. Kusumasari dan Hidayari (2014) menjelaskan bahwa media sosial yaitu media yang digunakan untuk melakukan sebuah interaksi secara virtual baik dalam berbagi dan bertukar informasi. Media sosial adalah sebuah wadah yang mampu menciptakan berbagai bentuk komunikasi dan pemberian berbagai macam informasi bagi semua kalangan masyarakat (Sahaja, 2017). Dengan adanya dampak yang positif dari media sosial didampangi oleh dampak negatif, diantaranya ialah adanya sikap merasa kurang puas terhadap penampilan diri sendiri setelah melihat beberapa postingan iklan standar kecantikan dan kecanduan bermain media sosial.

Berdasarkan data yang dari APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) bahwa keseluruhan penggunaan internet di tahun 2021-2022 mengalami peningkatan sebesar 77,02% dengan konten internet yang sering di akses yaitu media sosial sebesar 89,15% (APJII, 2022). Kemudian data dari Hootsuite we are social Indonesia pada tahun 2023 menunjukkan bahwa

sebanyak 167 juta orang atau 60,4% penduduk Indonesia sendiri adalah pengguna aktif media sosial. Pada saat ini YouTube, Facebook, Instagram, dan Twitter merupakan media sosial yang sangat banyak digunakan oleh masyarakat. Instagram merupakan salah satu platform media sosial yang paling populer di dunia dengan kegunaan diantaranya untuk membagikan foto, video, bahkan bisa melakukan transaksi pembelian beserta sponsor kecantikan.

Media sosial memberikan kesempatan untuk membandingkan cara seseorang di jejaring sosial dengan eksposur yang berkelanjutan dan kekuatan jejaring sosial untuk melakukan lebih banyak kerugian lebih berdampak daripada media sosial tradisional pada umumnya (Martiyana & Satyawan, 2019). Seseorang yang memasuki masa remaja akan semakin memperhatikan penampilan fisik mereka dan mulai berfikir bagaimana memperbaiki penampilan fisik agar semakin menarik (Lilishanty & Maryatmi, 2019).

Penilaian terhadap diri sendiri mengenai tubuh dan penampilan fisik disebut dengan istilah citra tubuh. Menurut Cash and Pruzinky (dalam Dianningrum & Satwika, 2021) citra tubuh terbagi kedalam beberapa aspek diantaranya aspek evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk, dan pengakategorian bentuk tubuh.

Dalam pandangan psikologi remaja pada tahap perkembang sosioemosi, remaja mengalami proses mencari jati diri, dimana erikson berpendapat bahwa remaja dari umur 12-18<sup>th</sup> akan mengalami tahap identitas versus kebingungan

identitas (*identity versus identity confusion*) menurut Erikson dimasa ini, remaja harus memutuskan siapa dirinya, bagaimanakah dirinya, tujuan apa yang hendak diraihinya, dalam pencarian identitas remaja bebas mengeksplorasi diri, oleh karena itu citra tubuh pada remaja dapat menjadi positif ataupun negative yang dibentuk melalui pengalaman pribadi maupun masyarakat yang ada di lingkungan, dikarenakan dibentuk melalui pengalaman pribadi maupun masyarakat yang ada di lingkungan. Ciri-ciri citra tubuh positif diantaranya optimis, yakin dapat mengatasi setiap permasalahan, penuh percaya diri, dan tidak larut dalam kesedihan yang berkepanjangan. Sedangkan ciri-ciri citra tubuh negatif yaitu merasa rendah diri, merasa keberadaannya tidak dibutuhkan, merasa dibenci karena bentuk fisik tidak ideal, kurang memiliki dorongan dan semangat hidup serta merasa selalu khawatir dicemooh oleh orang sekelilingnya (Tadabbur, 2008; dalam Pratiwi 2021).

Pada tanggal 26 oktober saya melakukan kunjungan ke SMA 9 Palembang, dan melakukan observasi terhadap remaja di SMA 9 Palembang, dimana remaja di SMA 9 cenderung membentuk kelompok berdasarkan minat yang sama, seperti hobi, olahraga, seni, dan akademik. Remaja di SMA Negeri 9 Palembang bersikap ramah dan sopan. Ada juga beberapa remaja yang menunjukkan perilaku dominan dalam kelompoknya. Hubungan antara remaja dan guru terlihat baik dan akrab. Remaja menghormati guru, tetapi juga merasa nyaman untuk berdiskusi dan bertanya. Remaja di SMA Negeri 9 rata-rata berpenampilan bersih, rapi dan sopan, remaja di SMA Negeri 9 juga



memiliki penampilan fisik yang beragam, ada yang berkulit putih, kuning langsung dan sawo matang, kemudian ada yang memiliki tinggi badan yang pendek dan tinggi, ada juga yang memiliki ukuran tubuh kecil, sedang dan gemuk, keberagaman penampilan fisik di SMA negeri 9 ini tentu membentuk citra tubuh yang berbeda juga pada remaja di SMA negeri 9 Palembang.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti telah melakukan pra penelitian berupa wawancara yang dilakukan terhadap remaja berinisial MA yang berusia 17 tahun berjenis kelamin laki-laki (*personal communication*, Kamis, 26 Oktober 2022) merupakan salah seorang siswa di SMA 9 Palembang.

“aku merasa diri aku jelek, banyak jerawat, kurang tampan dibandingkan dengan teman disekolah maupun dimedia sosial. Jadi nya saya selalu menyendiri karena takut ga diterima sama teman-teman, bahkan ketika dimedia sosial pun aku jarang post foto, walaupun dipost pasti aku edit sebagus mungkin agar disukai oleh orang lain, aku juga udah melakukan beberapa trik perawatan bagaimana mengatasi kulit yang berjerawat yang aku tonton di tiktok, alhamdulillah banget kondisi kulit aku udah agak lebih baik”

Dari hasil wawancara dengan MA fenomena yang ditemukan adalah adanya perasaan terkait citra tubuh yang negatif sebab AM merasa dirinya jelek karena berjerawat, serta adanya rasa takut akan tidak diterimanya di lingkungan pertemanan baik di sekolah maupun takut tidak diterima dan disukai di sosial media yang digunakannya, AM juga telah melakukan perawatan pada wajahnya agar kondisi wajahnya lebih baik.

Kemudian peneliti juga melakukan wawancara dengan remaja dengan inisial IM berjenis kelamin perempuan (*personal communication*, Kamis, 26 Oktober 2022) merupakan salah seorang siswa di SMA 9 Palembang.

“saya merasa diri saya belum cukup memenuhi standar kecantikan yang ada di instagram kak, di instagram banyak wanita yang cantik, langsing,

tingginya ideal dan mendapatkan banyak like dari orang-orang. sedangkan aku terlalu gemuk kak, bahkan sudah melakukan diet pun berat badan ku masih segitu-segitu saja, susah banget buat turunya kak tapi ini aku juga lagi coba olahraga ringan dirumah mana tau berat badan aku bisa turun.”

Hasil wawancara dengan subjek IM mengakui bahwa bentuk tubuhnya terlalu gemuk sehingga dia merasa bahwa bentuk tubuhnya kurang ideal sehingga dia kurang puas dan merasa bentuk tubuhnya tidak diharapkan selama ini dan subjek IM ini melakukan diet ketat agar mendapatkan bentuk tubuhnya sesuai dengan yang diharapkan, dan sekarang subjek sedang mencoba melakukan olahraga ringan dirumahnya, menurut subjek IM bentuk tubuh yang ideal adalah seperti model-model yang ditampilkan di media yaitu model dengan tubuh yang langsing dan kulit yang putih.

Dari hasil wawancara dengan kedua subjek, kedua subjek ini memiliki citra tubuh yang negatif, karena mereka tidak puas dengan bentuk tubuhnya dan menganggap bentuk tubuhnya yang sekarang sebenarnya tidak diharapkan. kedua subjek memiliki citra tubuh negatif dengan rasa takutn dicemooh dan tidak akan diterima oleh lingkungan sekitar, hal ini sesuai dengan ciri-ciri citra tubuh negatif menurut Tadabbur (dalam Pratiwi 2021) yaitu rendah diri dan merasa selalu khawatir dicemooh oleh orang sekelilingnya . Kemudian adanya persepsi yang dikemukakan oleh informan bahwa ia merasa tubuhnya tidak ideal, adanya rasa kurang puas karena bentuk badannya tidak seperti apa yang dia harapkan selama ini, bahkan setelah melakukan diet pun badannya masih begitu juga, hal demikian sesuai dengan ciri-ciri citra tubuh negatif yang dikemukakan oleh Sindunata (2018) yakni pandangan tidak realistis tentang

bagaimana seseorang melihat badan mereka dan mengakibatkan adanya gangguan makan.

Data tersebut juga didukung oleh hasil pra penelitian dengan penyebaran kuesioner dimana berdasarkan pernyataan angket “saya merasakan tekanan sosial dan melakukan perbandingan diri setelah melihat konten di sosial media” dari 151 responden, sebanyak 60,3% menyatakan Ya dan 39,7% menyatakan Tidak. Banyak dari responden yang merasa cemburu atau rendah diri setelah melihat konten terkait kecantikan, wajah yang cantik, tubuh yang langsing, rambut hitam, serta bentuk tubuh yang sempurna. Dari data yang diperoleh berdasarkan pernyataan angket “penggunaan sosial media mempengaruhi cara saya memandang diri sendiri”, sebanyak 53,6% responden menyatakan Ya dan 46,4% menyatakan Tidak. Dan berdasarkan pernyataan angket “saya insecure dan rendah diri melihat penampilan orang lain di sosial media” sebanyak 52,8,% responden menyatakan Ya dan 47,2% menyatakan Tidak, mereka mengungkapkan bahwa mereka mengikuti sosial media artis dan aktor sehingga selalu melihat setiap postingan yang memperlihatkan kesempurnaan bentuk tubuh mereka sehingga membuat mereka jadi rendah diri dan kurang percaya diri.

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi bagaimana citra tubuh pada diri individu diantaranya adalah usia, jenis kelamin, media massa, hubungan interpersonal dan kepribadian seseorang (Sari & Abrori, 2019). Papalia, dkk (dalam Zuvita, dkk, 2022) juga menyatakan bahwa salah satu

faktor yang mempengaruhi citra tubuh individu ialah adanya sistem pendukung.

Maas (dalam Puspita, dkk, 2019) menyatakan bahwa dukungan sosial bisa mempengaruhi terjadinya peningkatan citra tubuh individu, sebab dengan adanya penerimaan dan dukungan dari orang terdekat bisa membantu individu menerima perubahan fisik yang terjadi pada dirinya. Dukungan sosial didefinisikan oleh Gottlieb (dalam Esmiati, 2017) sebagai informasi verbal atau nonverbal atau nasehat, bantuan yang nyata atau terlihat, atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek didalam lingkungan sosialnya dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya.

Dukungan sosial adalah suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan ataupun penghargaan ataupun bantuan yang diterima individu atau kelompok (Sarafino, 2014). Taylor (2003) mengatakan dukungan sosial merupakan bentuk pemberian informasi serta merasa dirinya dicintai dan diperhatikan, terhormat dan dihargai, serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban timbal balik dari orangtua, kekasih/ kerabat, teman, jaringan lingkungan sosial serta dalam lingkungan masyarakat.

Dukungan sosial juga memiliki beberapa indikator diantaranya perhatian, kepedulian, empati, menghargai, diterima oleh lingkungan (teman, keluarga), bantuan berupa materi dan tindakan, dan adanya rasa kebersamaan dalam kelompok, bantaun dalam pemecahan masalah serta pemberian bimbingan dan nasehat (Sarafino 2014).

Peneliti telah melakukan pra penelitian terkait dukungan sosial berupa wawancara yang dilakukan terhadap remaja berinisial SN yang berusia 18 tahun berjenis kelamin laki-laki (*personal communication*, Kamis, 26 Oktober 2022).

“di sekolah aku tidak memiliki banyak teman, aku selalu merasa teman-teman di kelas dan di sekolah tidak pernah memperhatikan aku, apapun yang terjadi padaku mereka tidak ada yang peduli, itu sebabnya aku lebih suka menyendiri”

Dari hasil wawancara terhadap SN, diketahui bahwa SN tidak menerima dukungan sosial di sekolahnya. Sebab ia mengungkapkan bahwa teman-temannya tidak perhatian dan peduli terhadapnya.

Selanjutnya peneliti juga melakukan wawancara dengan siswa berinisial P yang berjenis kelamin perempuan (*personal communication*, Kamis, 26 Oktober 2022).

“saya merasa teman-teman saya tidak memberikan dukungan kepada saya, soalnya teman saya itu ga pernah bantuin saya, kayak saya kesulitan dalam mengerjakan pr sekolah tapi ga ada satupun yang nanyain bahkan bantuin kak. Ketika aku tanya apakah mereka sudah ngerjain atau belum mereka jawabnya belum, eh tahu tahu ketika mengumpulkan tugas mereka sudah selesai dan jawabnya bener. Tapi mereka bahkan ga mau membantu aku kak”

Dari hasil wawancara terhadap P, diketahui bahwa ia merasa tidak menerima dukungan sosial dari temannya. Hal ini dibuktikan dari ungkapannya yang mengatakan bahwa ia tidak dibantu oleh temannya ketika kesulitan dalam mengerjakan PR (pekerjaan rumah).

Dari kedua narasumber tersebut diketahui bahwa, SN dan P mereka sama-sama merasakan belum mendapatkan dukungan sosial dari teman mereka. Hal ini mereka rasakan dari tidak adanya perhatian, kurangnya bentuk kepedulian dan tidak adanya pemberian bantuan ketika merasa kesulitan.

Permasalahan tersebut sesuai dengan beberapa indikator dukungan sosial menurut Sarafino (2014) yaitu perhatian, peduli, pemberian bantuan materi atau tindakan, membantu menyelesaikan masalah dan pemberian nasehat.

Data tersebut juga didukung oleh hasil pra penelitian dengan penyebaran kuesioner dimana berdasarkan pernyataan angket “saya memiliki banyak teman” sebanyak 37,3% responden memilih Tidak dan 62,7% menyatakan Ya. Rata-rata banyak yang memberikan alasan karena suka menyendiri, tidak percaya diri untuk berteman, pernah dikecewakan dan lain sebagainya. Berdasarkan pernyataan angket “pendapat saya tidak di dengar di kelas” Sebanyak 53,3% menyatakan tidak di dengar dan 46,7% lainnya menyatakan di dengar. Beberapa siswa memberikan alasan karena sebelumnya suka memberikan pendapat yang asal, ada juga yang meberikan alasan karena pendapat orang-orang yang juara kelas lebih didengar dan ada juga yang memberikan alsan karena suara mereka minoritas di dalam kelas.

Penelitian yang dilakukan oleh Zuvita, dkk (2022) pada 80 remaja mendapatkan hasil bahwa hubungan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan citra tubuh pada remaja. Hasil penelitian ini menyarankan remaja untuk memberi dukungan sosial teman sebaya kepada remaja, remaja yang memiliki citra tubuh negatif untuk tetap merasa puas terhadap citra tubuh mereka.

Anyang, Era dan Hidayat (2023) Dalam penelitian menemukan hasil bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang positif dengan citra tubuh. Sejalan dengan itu Pramaetri dan Wilani (2023) juga menemukan hasil yang

sama bahwa terdapat keterkaitan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap citra tubuh remaja.

Permasalahan tentang citra tubuh pada remaja sangat penting untuk diteliti karena dari hasil wawancara di atas menunjukkan adanya permasalahan tentang citra tubuh pada remaja. Para subjek yang di wawancarai ini cenderung merasakan citra tubuh yang negatif dan apabila tidak mendapat perhatian khusus ataupun dukungan dari lingkungannya akan sangat berbahaya untuk kesehatan fisik dan psikologisnya.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam agar data yang dihasilkan mampu dideskripsikan secara utuh dan factual dengan judul “**Hubungan Dukungan Sosial Dengan Citra tubuh Pada Remaja Pengguna Sosial Media Di SMAN 9 Palembang**”.

### **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini ialah untuk mendeskripsikan dan menjelaskan “hubungan dukungan sosial dengan citra tubuh pada remaja pengguna sosial media di SMA Negeri 9 Palembang”

### **C. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan juga praktis dalam lingkungan, adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah:

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam penelitian di bidang psikologi perkembangan dan psikologi sosial

dengan menambah kajian serta memperkaya ilmu pengetahuan dan informasi yang berkaitan dengan citra tubuh dan dukungan sosial.

## **2. Manfaat Praktis**

Kegunaan praktisi, diharapkan penelitian ini bisa membantu meningkatkan kesadaran guru, orang tua dan keluarga mengenai pentingnya dukungan sosial dalam membentuk citra tubuh yang positif pada remaja. Dengan pemahaman yang lebih baik, mereka bisa memberikan dukungan yang lebih efektif.

Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan materi edukasi untuk siswa, guru, dan orang tua mengenai pentingnya dukungan sosial dan dampaknya terhadap citra tubuh. Ini bisa disampaikan melalui brosur, poster, atau sesi edukasi di sekolah. Penelitian ini juga bisa mendorong terbentuknya komunitas dukungan di kalangan siswa yang saling memberikan dukungan sosial, sehingga menciptakan lingkungan sekolah yang lebih positif dan suportif.

### **D. Keaslian Penelitian**

Keaslian penelitian ini berdasarkan pada beberapa penelitian terlebih dahulu yang mempunyai karakteristik yang relatif sama dalam hal tema, kajian, meskipun berbeda dalam hal kriteria subjek, jumlah dan posisi variabel penelitian atau metode analisa yang digunakan. Penelitian yang akan dilakukan mengenai hubungan dukungan sosial dengan citra tubuh pada remaja pengguna sosial media di SMA Nege ri 9 Palembang



Penelitian yang dilakukan oleh Aristantya & Helmi (2019) dengan judul penelitian “Citra Tubuh pada Remaja Pengguna Instagram”. Penelitian ini menunjukkan bahwa semakin positif antara dukungan sosial online dengan citra tubuh pada remaja usia SMA yang ada di wilayah DI Yogyakarta, DKI Jakarta, Bandung, dan Surabaya. Partisipan dalam penelitian ini adalah remaja yang berdomisili di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta, DKI Jakarta, Bandung dan Surabaya, yang dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 15-18 tahun. Sampel pada penelitian ini berjumlah 235 orang dari empat wilayah 67 orang laki-laki dan 168 adalah perempuan. Penelitian terdahulu menggunakan 2 variabel yaitu variabel dependen Citra Tubuh dan Instagram, penelitian ini menggunakan teknik korelasi product moment.

Perbedaan penelitian ini terletak pada variabel penelitian, variabel penelitian sebelumnya ialah citra tubuh dan instagram sedangkan penelitian ini dukungan sosial dengan citra tubuh, perbedaan selanjutnya juga terdapat pada subjek penelitian.

Penelitian yang dilakukan oleh Zuvita, Arneliwati dan Nauli (2022) yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan citra tubuh pada Remaja” bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan sosial teman sebaya dengan citra tubuh pada remaja di SMAN 8 Pekanbaru. Penelitian menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Sampel berjumlah 80 responden siswa kelas XI dengan teknik random sampling. Instrumen pada penelitian adalah kuesioner yang sudah dilakukan

uji validitas dan reliabilitas. Hasil penelitian menggambarkan bahwa mayoritas responden berusia 17 tahun sebanyak (47,5%), jenis kelamin perempuan (72,5%), dukungan sosial teman sebaya kategori tinggi (56,2%), dan citra tubuh pada kategori positif (58,8%). Uji statistik yang digunakan adalah uji Chi Square. Hasil uji statistik menghasilkan p value  $(0,000) < \alpha (0,05)$  maka disimpulkan ada hubungan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan citra tubuh pada remaja.

Perbedaan penelitian terletak pada penempatan variabel X, Variabel X peneliti sebelumnya ialah dukungan sosial teman sebaya sedangkan penelitian yang akan dilakukan ialah dukungan sosial saja. Perbedaan selanjutnya terdapat pada pendekatan penelitian, Zuvita, dkk menggunakan pendekatan *cross sectional* sedangkan penelitian yang akan dilakukan pendekatan korelasi, perbedaan selanjutnya juga terdapat pada subjek penelitian.

Penelitian yang dilakukan oleh Khasanah dan Sianturi (2024) yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Citra tubuh pada Siswi SMP”. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Citra tubuh pada Siswi SMPN 4 Tambun Selatan Kabupaten Bekasi. Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *Cross-Sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah 638 siswi kelas VII-IX dengan jumlah sampel 95 siswi. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan distribusi frekuensi untuk variabel dukungan sosial teman sebaya, variabel citra tubuh dan uji *Fisher's Exact* untuk analisis bivariat. Hasil penelitian yang di dapatkan mayoritas

dukungan sosial teman sebaya tinggi sebanyak 47 responden (49,5%), citra tubuh sedang sebanyak 53 responden (62,1%). Hasil analisis statistik yang didapatkan nilai p-value 0,373 ( $>0,05$ ). Hal ini bermakna tidak ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan citra tubuh pada Siswi SMPN 4 Tambun Selatan Kabupaten Bekasi.

Perbedaan penelitian terletak pada penempatan variabel X, Variabel X peneliti sebelumnya ialah dukungan sosial teman sebaya sedangkan penelitian yang akan dilakukan ialah dukungan sosial saja. Perbedaan selanjutnya terdapat pada pendekatan penelitian, Zuvita, dkk menggunakan pendekatan *cross sectional* sedangkan penelitian yang akan dilakukan pendekatan korelasi, perbedaan selanjutnya juga terdapat pada subjek penelitian.

Penelitian yang dilakukan oleh Pramaetri dan Wilani (2023) yang berjudul “Peran Kebersyukuran Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Citra Tubuh Remaja”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peran kebersyukuran dan dukungan sosial teman sebaya terhadap citra tubuh remaja. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan teknik two stage cluster sampling. Responden penelitian ini sebanyak 176 remaja di Kota Denpasar yang berusia 12 – 15 tahun. Analisis data penelitian ini menggunakan uji regresi linear berganda dan diperoleh nilai signifikansi 0,000 dan koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,246. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kebersyukuran dan dukungan sosial teman sebaya bersama-sama berperan sebesar 24,6% terhadap citra tubuh. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat keterkaitan antara kebersyukuran dan dukungan sosial teman sebaya

terhadap citra tubuh remaja. Dengan demikian, untuk menciptakan citra tubuh yang positif diperlukan kebersyukuran dan dukungan sosial dari teman sebaya.

Penelitian yang dilakukan oleh Shufiyah dan Suprihatin (2020) yang berjudul “Hubungan antara Harga Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Citra Tubuh pada Siswi SMK “X””. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap citra tubuh pada siswi SMK “X”. Teknik kuantitatif digunakan dalam penelitian ini, dengan populasi siswi SMK “X” di Mranggen Demak. Teknik sampling menggunakan cluster random sampling dengan jumlah subjek penelitian 99 siswi. Uji hipotesis pertama menggunakan tehnik korelasi analisis regresi ganda, diperoleh hasil  $R = 0,414$  dengan signifikansi  $0,000$  ( $p < 0,05$ ), menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang tidak signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan citra tubuh.

Penelitian yang dilakukan oleh Elisa dkk (2021) yang berjudul “Citra Tubuh, Dukungan Sosial Teman Sebaya, Dan Penerimaan Diri Pada Orang Dengan Obesitas (Odo)”. Penelitian dilakukan untuk menguji hubungan antara citra tubuh dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penerimaan diri pada orang dengan obesitas. Metode dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif korelasional. Jumlah sampel sebanyak 100 subjek dengan kriteria Orang Dengan Obesitas (ODO) yang berusia 18-40 tahun, diambil menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan instrumen angket

tertutup. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji regresi berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang positif dan signifikan antara citra tubuh dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penerimaan diri pada Orang Dengan Obesitas (ODO).

Penelitian yang dilakukan oleh Anyang dkk (2023) yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Citra Tubuh Pasien Fibroadenoma Mammae Di Rsud Dr. H. Soemarno Sosroatmodjo Tanjung Selor”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan citra tubuh pasien FAM di RSUD dr. H. Soemarno Sosroatmodjo Tanjung Selor. Jenis penelitian kuantitatif dengan studi analitik dan desain cross-sectional. Populasi dan sampel berjumlah 30 orang. Menunjukkan ada hubungan antara dukungan sosial dengan citra tubuh pasien. Analisis yang digunakan adalah chi square.

Penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi dan Wilani (2023) yang berjudul “Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Penerimaan Diri Terhadap Citra Tubuh Negatif Remaja Awal Perempuan Di Kota Denpasar”. Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui peran dukungan sosial teman sebaya dan penerimaan diri terhadap citra tubuh negatif remaja awal perempuan di Kota Denpasar. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala, yaitu skala dukungan sosial teman sebaya, skala penerimaan diri, dan skala citra tubuh negatif. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 170 remaja awal perempuan di Kota Denpasar yang diambil dengan two stage cluster sampling. Analisis data penelitian ini menggunakan

teknik regresi berganda dan didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 dan nilai koefisien sebesar 0,290. Hal tersebut mengungkapkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dan penerimaan diri berperan sebesar 29% terhadap citra tubuh negatif.

Penelitian yang dilakukan oleh Dianningrum dan Satwika (2021) yang berjudul “Hubungan Antara Citra Tubuh Dan Kepercayaan Diri Pada Remaja Perempuan”. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja perempuan. Metode yang digunakan dalam penelitian yaitu metode kuantitatif. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pelajar SMAN 1 Kedungadem dengan kriteria berjenis kelamin perempuan dan berada di kelas X. Metode pengambilan sampel yang digunakan yaitu *simple random sampling*. Instrumen pengumpulan data menggunakan skala *Likert* dengan empat pilihan jawaban. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisa korelasi *product moment*, metode ini dipilih karena bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri. Hasil analisis data menunjukkan nilai korelasi sebesar 0.315 ( $r_{hitung} > r_{tabel}$ ) dengan interval antara 0.21-0.40, hal tersebut berarti terdapat hubungan yang rendah dengan arah positif antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja perempuan.

Secara keseluruhan, perbedaan penelitian ini terletak pada beberapa aspek utama. Pertama, subjek penelitian yang diambil adalah remaja di SMA Negeri 9 Palembang, yang umumnya berpenampilan bersih, rapi, dan sopan. Remaja-remaja ini cenderung membentuk kelompok berdasarkan minat yang sama

dan dalam kelompok tersebut, beberapa individu menunjukkan perilaku dominan. Kedua, variabel yang digunakan dalam penelitian ini juga berbeda, dengan fokus pada hubungan dukungan sosial dan citra tubuh pada remaja pengguna media sosial. Variabel ini penting untuk memahami bagaimana interaksi di dunia maya mempengaruhi persepsi diri dan kepuasan tubuh pada remaja. Ketiga, lokasi penelitian yang berada di pinggir kota Palembang memberikan konteks yang unik dan spesifik yang mungkin tidak ditemukan di lokasi lain.

Selanjutnya, teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling, yaitu memilih sampel berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Teknik ini memungkinkan peneliti untuk mendapatkan sampel yang dianggap paling cocok untuk menjawab pertanyaan penelitian. Selain itu, pendekatan penelitian yang digunakan juga menjadi pembeda penting dalam penelitian ini.

Berdasarkan uraian data penelitian terkait, hubungan antara dukungan sosial dan citra tubuh pada remaja pengguna media sosial di SMA Negeri 9 Palembang belum pernah diteliti sebelumnya sehingga dapat dipertanggung jawabkan keasliannya

