

**Perbedaan Body Image Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Fase
Perkembangan Remaja Awal**

***Differences In Body Image In Terms Of Gender In The Early Adolescent
Development Phase***

Savina Dewi Nariswari

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: savina.19092@mhs.unesa.ac.id

Satiningsih

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: satiningsih@unesa.ac.id

Abstrak

Masa remaja awal merupakan masa individu akan mengalami banyak perubahan-perubahan di dalam kehidupannya. Termasuk perubahan fisik yang kemudian dapat mengakibatkan berbedanya penilaian *body image* pada masing-masing individu. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui perbedaan *body image* jika ditinjau dari jenis kelamin pada individu yang berada di fase perkembangan remaja awal. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif komparatif dengan melibatkan remaja laki-laki dan perempuan yang berada pada fase perkembangan remaja awal dengan rentang usia 12-14 tahun. Sampel yang digunakan dalam penelitian adalah 168 orang dengan rincian 85 laki-laki dan 83 perempuan. dengan jumlah sampel 168 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *body image*. Teknik analisis data yang digunakan adalah *independent sample t-test* dengan nilai signifikansi sebesar 0,078 ($p > 0,05$). Hasil penelitian menyatakan mayoritas dari individu memiliki penilaian yang positif pada *body image* nya karena berada pada kategori yang tinggi dan sangat tinggi. Sehingga hasil penelitian menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada *body image* jika ditinjau dari jenis kelamin pada remaja awal.

Kata kunci : *Body image*, Jenis kelamin, *Body image* remaja, Remaja awal

Abstract

Early adolescence is a time when individuals will experience many changes in their lives. Including physical changes which can then result in different *body image* assessments in each individual. This study aims to determine differences in *body image* when viewed from gender in individuals who are in the early adolescent development phase. This study was conducted using a comparative quantitative approach involving male and female adolescents who were in the early adolescent development phase with an age range of 12-14 years. The sample used in the study was 168 people with details of 85 men and 83 women. with a total sample of 168 people. The instrument used in this study was the *body image* scale. The data analysis technique used is *independent sample t-test* with a significance value of 0.078 ($p > 0.05$). The results showed that the majority of individuals had a positive assessment of their *body image* because it was in the high and very high categories. So the results showed that there was no significant difference in *body image* when viewed from gender in early adolescents.

Key word : *Body image*, gender, adolescent *body image*, early adolescence

Article History	 <p>This is an open access article under the CC-BY-SA license</p> <p>Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</p>
<i>Submitted : 03-07-2023</i>	
<i>Final Revised : 04-07-2023</i>	
<i>Accepted : 04-07-2023</i>	

Remaja disebut sebagai sebuah periode panjang dari peralihan masa anak-anak yang mengarah ke masa dewasa yang didalamnya terdapat banyak perubahan. Perubahan yang tampak dalam diri remaja diantaranya adalah perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial. (Santrock, 2019b). Menurut Papalia & Martorell (2021), fase transformasi individu yang bermula dari usia anak-anak dan beralih ke usia dewasa merupakan fase remaja. Pada fase ini, banyak perubahan-perubahan yang terlibat yaitu perubahan pada fisik, kognitif, dan psikososial. Mereka yang berada pada masa remaja berusia antara 11 sampai 19 atau 20 tahun. Selama berada pada masa remaja, individu akan banyak menghadapi transformasi biologis, kognitif, dan sosio-emosional yang mencakup perkembangan fungsi seksualitas, kemampuan berpikir abstrak, dan pencapaian kemandirian. Masa remaja merupakan periode di mana individu mengalami pertumbuhan yang signifikan, baik secara fisik maupun mental (King, 2016; Santrock, 2019a).

Remaja dapat diuraikan menjadi tiga kelompok usia. Pertama, remaja yang berusia 11-14 tahun dikelompokkan sebagai remaja awal, kemudian individu berusia 15-18 tahun dikelompokkan pada remaja pertengahan, dan terakhir individu yang 19-22 tahun dikelompokkan ke dalam usia remaja akhir. Masa remaja awal berlangsung kurang lebih ketika individu memasuki usia sekolah menengah pertama dan mencakup sebagian besar perubahan fisik (McMahan & Thompson, 2015; Steinberg, 2017).

Individu yang berada di usia pubertas, yaitu remaja akan mengalami banyak perubahan-perubahan yang terjadi dalam dirinya. Perubahan-perubahan tersebut diantaranya adalah perubahan tubuh yang merupakan sebuah gejala pokok dalam remaja serta perubahan psikologis yang turut serta sebagai akibat dari perubahan fisik yang muncul. Sehingga dapat dikatakan bahwa perkembangan masa remaja diiringi dengan perkembangan fisik dan psikologis dalam jumlah besar. Karakteristik lain yang muncul pada remaja yaitu perubahan struktur kulit pada laki-laki dan perempuan. Perpindahan fase individu dari usia anak-anak menuju usia remaja akan melibatkan perubahan yang kompleks dan beragam dalam berbagai aspek kehidupan individu (Grogan, 2017; Papalia & Martorell, 2021; Sarwono, 2013).

Perubahan yang ada pada remaja pada akhirnya juga meningkatkan permasalahan pada diri remaja tersebut. Masa remaja sering disebut sebagai sebuah masa yang krusial dalam perkembangan *body image*. Hal ini dikarenakan masa remaja merupakan sebuah masa individu melakukan adaptasi terhadap terjadinya transformasi yang ada dalam dirinya serta masa yang penuh tantangan, yang tidak menutup kemungkinan dengan adanya perubahan-perubahan tersebut akhirnya juga akan meningkatkan permasalahan pada diri remaja. Permasalahan yang paling mencolok dari masa remaja ini adalah permasalahan terkait suasana hati dan *body image* (T. Cash, 2012; Greene, 2011; McMahan & Thompson, 2015).

Body image merupakan konsep multidimensi yang mencakup persepsi seseorang terhadap tubuhnya sendiri, kognisi tentang tubuh seperti pikiran dan keyakinan, serta perasaan

dan emosi terkait dengan tubuh seperti puas, tidak puas, atau tertekan. Persepsi seseorang terhadap tubuhnya dapat terdistorsi, seperti memersepsikan diri lebih besar atau bahkan lebih kecil dari yang sesungguhnya atau hanya memperhatikan bagian-bagian tertentu dari tubuh melalui persepsi selektif. Ketidakpuasan terhadap tubuh dapat terjadi ketika seseorang memiliki rasa tidak puas terhadap tubuhnya karena persepsi atau pikiran mereka tidak sesuai dengan apa yang diinginkan. Negatif *body image* yang dimiliki remaja dapat menyebabkan rusaknya harga diri, kecemasan, dan depresi (T. Cash, 2012; Díaz, 2018).

Vidiana & Sudarmiati (2021) telah melakukan penelitian yang menunjukkan hasil bahwa mayoritas dari remaja putri mengartikan bentuk tubuhnya secara negatif dan bahkan beberapa diantara mereka menunjukkan nilai yang kuat terhadap ketidakpuasan tubuh. Sedangkan, Alfiyyah dkk (2023) melakukan penelitian yang menghasilkan bahwa mayoritas remaja awal perempuan di wilayah Bandung Raya memiliki *body image* yang tinggi dan mampu untuk mengapresiasi dan memiliki persepsi yang positif terhadap tubuhnya. Penelitian menunjukkan peningkatan yang bermakna dalam ketidakpuasan tubuh dari waktu ke waktu di antara anak perempuan usia 12-18 tahun dan 12-24 tahun di Amerika Serikat (Ricciardelli & Yager, 2016).

Body image dikonseptualisasikan sebagai hal yang subyektif dan terbuka terhadap perubahan yang diciptakan oleh pengaruh sosial (Grogan, 1999). *Body image* merupakan sebuah pandangan batin dari bentuk fisik tubuh individu. Dikatakan bahwa *body image* disebut sebagai persepsi individu terhadap tubuh individu itu sendiri (Wilhelm, 2006). Cash & Pruzinsky (2002) memberikan penjelasan bahwasanya penilaian positif dan negatif seseorang terhadap tubuhnya secara fisik disebut dengan *body image*. Serta *body image* merupakan cara individu memandang, memikirkan, dan merasakan hal-hal terkait tubuh mereka (McMahan & Thompson, 2015).

Persepsi remaja terkait dengan tubuhnya memiliki faktor-faktor yang mendasarinya. Salah satu faktor yang memberikan pengaruh adalah media. Gambaran ideal terkait bentuk, ukuran, atau proporsi tubuh seringkali terlihat di dalam media baik itu televisi, majalah, maupun media sosial. Perempuan seringkali digambarkan sebagai individu yang sangat kurus, sedangkan laki-laki seringkali digambarkan dengan individu yang tinggi dan berotot. Hal ini kemudian dapat memberikan pengaruh kepada remaja dalam memandang dirinya, khususnya mereka bisa melakukan perbandingan diri dengan idola, artis, atau tokoh yang seringkali muncul dalam media (McMahan & Thompson, 2015; Ramanda et al., 2019). Berdasarkan pada studi pendahuluan yang sudah dilakukan, sebanyak 65,7% individu yang berada pada fase perkembangan remaja awal ingin memiliki bentuk tubuh seperti idolanya.

Permasalahan *body image* seringkali menjadi sangat kuat ketika individu berada pada usia remaja awal jika dibandingkan dengan masa remaja akhir (Santrock, 2019a). Penurunan harga diri pada fase perkembangan remaja awal secara nyata lebih parah ditunjukkan oleh anak perempuan daripada anak laki-laki. *Body image* dapat dipengaruhi oleh masa pubertas. Secara keseluruhan, anak laki-laki cenderung lebih puas dengan tubuh mereka daripada anak perempuan. Karena peningkatan normal lemak tubuh anak perempuan selama pubertas, banyak yang menggambarkan ketidaksenangan penampilan mereka, yang mencerminkan penekanan budaya pada atribut fisik perempuan (Papalia & Martorell, 2021). Akan tetapi, laki-laki dan juga perempuan mendapatkan kemungkinan yang sama untuk terpapar *body image* yang tidak realistis sehingga mengancam kesejahteraan harga dirinya. Faktor-faktor yang bertanggung jawab akan penurunan harga diri tersebut antara lain adalah perbedaan jenis kelamin dalam hal *body image* yang ideal. Penelitian lebih lanjut mengenai persepsi *body image* harus melibatkan anak laki-laki dan perempuan, tidak hanya anak perempuan (T. F. Cash & Smolak, 2011; Chae, 2022; McMahan & Thompson, 2015).

Menyadari adanya perbedaan-perbedaan yang timbul pada fase perkembangan remaja awal terkait cara memandang *body image*-nya, maka muncul ketertarikan untuk melakukan penelitian kuantitatif yang berjudul “Perbedaan *Body image* Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Fase Perkembangan Remaja Awal” dengan tujuan mencari tahu perbedaan *body image* pada fase perkembangan remaja awal jika ditinjau dari jenis kelamin.

Metode

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kuantitatif, yaitu sebuah pendekatan penelitian yang mengacu pada pengumpulan data dalam sajian angka dan analisis statistik untuk menjawab pertanyaan penelitian. Pendekatan ini menggunakan instrumen pengumpulan data yang telah diverifikasi kevalidan dan keandalannya, seperti kuesioner. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan desain penelitian komparatif, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi perbedaan antara satu atau lebih variabel penelitian pada dua atau lebih subjek penelitian (Jannah, 2018).

Sample dan Populasi

Cluster sampling merupakan teknik pemilihan sampel yang digunakan dalam penelitian ini. *Cluster sampling* adalah desain pengumpulan sampel yang menggunakan kelompok dari populasi secara acak untuk menjadi sampel penelitian. Dalam konteks ini, sampel dipilih dari kelompok-kelompok remaja awal berusia 12-14 tahun (Jannah, 2018).

Pengumpulan data

Data yang akan diaplikasikan pada penelitian ini dihimpun menggunakan kuesioner. Kuesioner dalam penelitian ini berisikan pernyataan tertulis dengan jawaban yang bisa secara langsung dipilih oleh responden (Sugiyono, 2019). Kuesioner dalam penelitian ini disusun dengan menggunakan instrumen *body image scale*. Skala *body image* adalah alat yang digunakan untuk menilai persepsi individu terhadap tubuh mereka sendiri. Instrumen ini dikembangkan berdasarkan aspek-aspek yang diajukan oleh Cash & Pruzinsky (2002). Aspek-aspek tersebut yaitu (1) evaluasi penampilan, (2) orientasi penampilan, (3) kepuasan pada bagian tubuh, (4) kecemasan akan kelebihan berat badan, dan (5) pengkategorian ukuran tubuh yang dilakukan oleh individu. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang disusun berdasarkan instrumen skala *body image* ini, peneliti dapat mengumpulkan data tentang persepsi individu terhadap tubuh mereka sendiri dalam berbagai aspek yang telah dijelaskan.

Setelah alat ukur yang telah disusun selesai, tahapan yang harus dilakukan selanjutnya adalah uji keabsahan data, yaitu validitas dan reliabilitas. Nilai uji validitas pada instrumen *body image* yang telah disusun adalah 30 alat dinyatakan valid sehingga dapat diaplikasikan sebagai instrumen untuk pengambilan data serta hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai koefisien 0,912 yang menunjukkan bahwa instrumen berada pada tingkat reliabilitas yang sangat reliabel.

Analisis data

Data yang telah dikumpulkan dalam penelitian ini akan diuji hipotesis dengan mengaplikasikan uji t yaitu *independent sample t-test*. Sebelum uji-t dapat dilakukan, terdapat syarat yang harus dipenuhi yaitu data harus berdistribusi dengan normal dan berasal dari populasi yang memiliki varians yang sama. Untuk itu, perlu dilakukan uji asumsi yaitu uji normalitas dan reliabilitas.

Hasil

Partisipasi responden yang ada dalam penelitian ini adalah 168 orang dengan rentang usia 12-14 tahun sesuai dengan kriteria usia fase perkembangan remaja awal. Kemudian setelah data telah dikumpulkan, langkah yang dilakukan selanjutnya adalah melakukan uji analisis data. Hasil uji statistic pada penelitian ini ditunjukkan sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Data Statistik Deskriptif

	N	\bar{x}	Std. Deviasi	Min.	Max.
Laki	85	84,29	10,628	45	111
Perempuan	83	87,16	10,271	50	113

Hasil analisis tersebut menunjukkan jumlah responden laki-laki adalah 85 dan responden perempuan adalah 83 (dilihat dari tabel N yang menunjukkan jumlah responden). Pada responden laki-laki menunjukkan nilai rata-rata (*mean*) sebanyak 84,29 dengan perolehan nilai minimum (min) yaitu 45 dan perolehan nilai maksimum (max) adalah 111. Berbeda halnya dengan responden perempuan yang memiliki nilai rerata di angka 87,16 dengan perolehan nilai minimum adalah 50 dan perolehan nilai maksimum adalah 113. Standar deviasi pada laki-laki menunjukkan angka 10,628 dan pada perempuan menunjukkan 10,271.

Hasil yang diperoleh oleh kelompok laki-laki dan perempuan kemudian dikategorisasikan menjadi beberapa kelompok. Hasil kategorisasi tersebut yaitu:

Tabel 2 Kategorisasi Body Image Laki-Laki

	<i>f</i>	%	% Valid	% Kumulatif
Sangat Rendah	1	0,6	1,2	1,2
Rendah	3	1,8	3,5	4,7
Sedang	27	16,1	31,8	36,5
Tinggi	46	27,4	54,1	90,6
Sangat Tinggi	8	4,8	9,4	100,0
Total	85	50,6	100,0	
Missing System	83	49,4		
Total	168	100,0		

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*. Beberapa responden mungkin memiliki sedikit ketidakpuasan dengan penampilan mereka, sementara yang lain mungkin memiliki pandangan yang lebih positif dan puas terhadap *body image* mereka. 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.

Tabel 3. Kategorisasi *Body Image* Perempuan

	<i>f</i>	%	% Valid	% Kumulatif
Sangat Rendah	1	0,6	1,2	1,2
Rendah	2	1,2	2,4	3,6
Sedang	18	10,7	21,7	25,3
Tinggi	52	31,0	62,7	88,0
Sangat Tinggi	10	6,0	12,0	100,0
Total	83	49,4	100,0	
Missing System	85	50,6		
Total	168	100,0		

Berdasarkan hasil kategorisasi *body image* pada kelompok perempuan, ditemukan beberapa kategori yang menggambarkan pandangan mereka terhadap tubuh mereka sendiri. Dalam kategori sangat rendah, terdapat 1 individu. Hal ini memperlihatkan bahwa individu tersebut memiliki pandangan sangat negatif terhadap *body image*-nya. Mereka mungkin merasa tidak puas atau tidak senang dengan penampilan fisik mereka. 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.

Selanjutnya, pengujian terhadap syarat yang untuk melakukan uji-t, yaitu normalitas dan homogenitas varians. Asumsi normalitas mengacu pada distribusi data yang mengikuti pola normal. Hal ini dapat diperiksa melalui uji statistik Kolmogorov-Smirnov. Jika data terdistribusi secara normal, maka asumsi normalitas terpenuhi. Selanjutnya, asumsi homogenitas varians berkaitan dengan keseragaman varians antara kelompok data yang akan dibandingkan. Jika hasil uji menunjukkan bahwa varians antara kelompok data relatif seragam, maka asumsi homogenitas varians terpenuhi. Hasil uji statistik asumsi dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

Jenis Kelamin	Hasil signifikansi	Keterangan
Laki-Laki	0,163	Distribusi data normal
Perempuan	0,92	Distribusi data normal

Memperhitungkan pada hasil pengujian yang dilakukan, ditemukan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh adalah 0,163 ($>0,05$) pada laki-laki dan 0,92 ($>0,05$) pada

perempuan. Oleh karena itu berdasarkan prinsip pengambilan keputusan, hasil perolehan dari kelompok data yang telah dikumpulkan pada penelitian ini menunjukkan distribusi yang normal.

Tabel 5. Hasil Uji Homogenitas

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
0,136	1	166	0,713

Hasil uji yang dilakukan menunjukkan hasil 0,713 ($>0,05$) yang artinya data yang dikumpulkan berasal dari varians yang homogen. Memperhitungkan pada hasil pengujian yang dilakukan, ditemukan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh adalah 0,713 ($>0,05$) yang artinya bahwa data yang telah dikumpulkan berasal dari varians yang homogen.

Setelah uji statistic untuk asumsi dilakukan, hasilnya menunjukkan data yang telah dikumpulkan dalam penelitian ini memenuhi asumsi distribusi normal dan homogenitas varians. Uji hipotesis pada penelitian ini mempergunakan *independent sample t-test*, yang hasilnya akan menunjukkan nilai koefisien perbedaan antara dua kelompok yang sedang dilakukan perbandingan. Hasil uji hipotesis akan memberikan informasi mengenai apakah perbedaan antara dua kelompok tersebut bersifat signifikan atau tidak secara statistik. Hasil uji hipotesis yang telah dilakukan adalah sebagai berikut:

Tabel 6. Hasil Uji Hipotesis

		t-test for Equality of Means				
		Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Up-per
Body Image	Equal variances assumed	0,078	-2,863	1,613	-6,047	0,322

Berlandaskan pada hasil uji statistik hipotesis yang dilakukan, mendapatkan nilai koefisien 0,078 ($>0,05$) yang terdapat pada bagian Sig. (2-tailed). Hasil tersebut memberi kesimpulan bahwa pada remaja awal laki-laki dan perempuan tidak mengisyaratkan adanya perbedaan yang signifikan. Hal ini mengakibatkan, hipotesis nol (H_0) diterima, yang menerangkan bahwa perbedaan yang ada dalam *body image* antara laki-laki dan perempuan pada tahap remaja awal tidak signifikan. Sebaliknya, penolakan ditunjukkan pada hipotesis alternatif (H_1) yang menyatakan bahwa bukti yang ada tidak cukup kuat untuk menyatakan adanya perbedaan yang signifikan antara dua kelompok penelitian.

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan menemukan ada atau tidaknya perbedaan pada laki-laki dan perempuan usia remaja awal terhadap *body image* dirinya. Hasil pengujian statistic untuk hipotesis menerangkan bahwa nilai koefisien yang didapatkan lebih besar daripada nilai signifikansi yang sudah ditentukan. Menurut kriteria pengambilan keputusan untuk uji perbandingan, ketika nilai koefisien lebih besar dari nilai signifikansi, maka hipotesis nol lah yang diterima sedangkan hipotesis alternatif ditolak. Dengan demikian, jika didasarkan hasil penelitian ini, dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam

body image antara individu laki-laki dan perempuan pada tahap awal remaja. Artinya, pandangan dan penilaian terhadap *body image* tidak bervariasi secara signifikan antara kedua kelompok gender tersebut pada periode remaja awal yang diteliti. Hasil ini menunjukkan bahwa laki-laki dan perempuan pada tahap perkembangan ini memiliki persepsi dan evaluasi yang serupa terhadap *body image* mereka.

Ketika meneliti persepsi laki-laki dan perempuan terhadap *body image* dirinya, didapati bahwa tidak terdapat nilai yang signifikan berbeda diantara keduanya. Temuan ini selaras jika dibandingkan dengan penelitian Rengga & Soetjningsih (2022), yang juga menerangkan bahwa pada usia dewasa awal, laki-laki dan perempuan tidak memiliki nilai yang signifikan berbeda dalam *body image* serta mayoritas individu berada dalam kategori sedang. Penelitian Shaheen dkk (2016), juga menemukan bahwa pembentukan *body image* tidak tergantung pada jenis kelamin, tetapi dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti budaya, status sosial, dan kepribadian. Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan kontribusi tambahan yang mendukung pemahaman bahwa bukan hanya jenis kelamin sebagai satu-satunya faktor pendukung dalam *body image* individu, tetapi juga oleh faktor-faktor lain yang berperan dalam pembentukan persepsi individu terhadap tubuhnya.

Papalia & Martorell (2021) memberikan pernyataan yang menyiratkan bahwa secara keseluruhan, laki-laki umumnya lebih puas dengan tubuhnya dibandingkan anak perempuan. Namun, hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan hal yang berbeda karena menyatakan tidak terdapat nilai yang signifikan berbeda pada individu usia remaja awal baik laki-laki maupun perempuan. Hasil penelitian menerangkan bahwa penilaian *body image* yang positif ditunjukkan oleh sebagian besar remaja laki-laki. Dari total responden laki-laki pada tahap remaja awal, sebanyak 54,1% atau 46 individu memiliki penilaian *body image* yang tinggi. Selain itu, 4,8% atau 8 individu menunjukkan penilaian *body image* yang sangat tinggi. Dengan kata lain, sekitar 63,5% atau 54 remaja laki-laki menunjukkan pandangan positif terhadap *body image* mereka. Hal ini menunjukkan bahwa anak laki-laki pada fase perkembangan remaja awal cenderung memiliki persepsi yang positif terhadap *body image* mereka. Data ini tidak mendukung klaim bahwa anak laki-laki secara umum merasa lebih puas dengan tubuh mereka daripada anak perempuan.

Hasil yang sama ditunjukkan sepadan dengan perolehan pada remaja perempuan. Hasil yang didapatkan dari remaja perempuan adalah mayoritas atau sebagian besar dari mereka memiliki penilaian yang tinggi terhadap *body image*-nya. Hasil tersebut ditunjukkan pada hasil kategorisasi *body image* perempuan yang menunjukkan 62% atau sejumlah 52 orang remaja perempuan memiliki penilaian yang tinggi terhadap *body image*-nya dan 12% atau sejumlah dengan 10 orang memiliki penilaian yang sangat tinggi terhadap *body image*. Artinya, mayoritas dari remaja awal perempuan memiliki penilaian yang positif terhadap *body image*-nya.

Berdasarkan pada hasil penelitian yang diperoleh, bertolak belakang dengan pendapat yang dikemukakan oleh Santrock (2019b) bahwa individu cenderung lebih tidak puas dengan tubuhnya ketika mereka sedang berada pada fase perkembangan remaja awal. Sementara pada hasil penelitian diperoleh menunjukkan bahwasannya mayoritas dari individu remaja awal memiliki penilaian yang tinggi terhadap dirinya. Serta bertolak belakang dengan pendapat yang dikemukakan oleh Cash & Pruzinsky (2002) bahwa remaja perempuan memberikan evaluasi yang lebih banyak pada tubuh mereka dan memiliki perasaan negatif yang lebih kuat pada beberapa bagian tubuhnya jika dibandingkan dengan remaja laki-laki.

Greene, (2011) dan Grogan, (2017) mendefinisikan *body image* sebagai sebuah aspek yang krusial dalam kehidupan banyak individu. Banyak diantara individu yang percaya bahwa *body image* terbentuk semenjak individu berada pada usia anak-anak dan akan semakin berkembang pada masa perkembangan yang selanjutnya berdasarkan pada interaksi terus menerus antara *body image* sempurna menurut individu dengan gambaran *body image* berdasarkan pada media, jenis kelamin, budaya, aktivitas, orang lain, dan proses penuaan. Terkait media massa sebagai sebuah faktor yang mendukung *body image*, Pamirma & Satwika (2022) telah melakukan penelitian dengan hasil sekelompok remaja putri yang tidak mendapatkan pengaruh yang berarti pada akses media sosial terhadap *body image* karena pada penelitian tersebut menunjukkan mayoritas dari responden berada pada kategori *body image* yang tinggi.

Kesimpulan

Hipotesis yang disusun dalam penelitian ini mengalami penolakan, sehingga laki-laki dan perempuan yang berusia di remaja awal tidak memiliki perbedaan dalam menilai *body image* dirinya sendiri. Kesimpulan ini dapat dibuktikan melalui hasil pengujian hipotesis yang telah dilakukan menunjukkan nilai signifikansi 0,078 atau $> 0,05$. Namun, terdapat sedikit perbedaan pada dua dari lima aspek yang membangun *body image* individu. Tingkat orientasi penampilan yang dimiliki perempuan cenderung lebih tinggi daripada orientasi penampilan pada remaja laki-laki, namun perempuan menunjukkan sedikit ketidacemasan terhadap berat badan dirinya. Baik laki-laki maupun perempuan yang berkontribusi dalam penelitian ini memiliki penilaian yang positif terhadap tubuhnya, hal ini ditunjukkan pada perolehan skor yang mayoritas berada pada kategori sangat tinggi serta tinggi.

Hipotesis alternatif yang diajukan dalam penelitian ini mengalami penolakan. Hal ini dapat terjadi karena hasil penelitian tidak menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara dua kelompok dalam cara mereka menilai *body image* mereka sendiri. Kesimpulan yang ditarik dalam penelitian ini didapatkan dari hasil pengujian hipotesis yang mendapatkan nilai koefisien 0,078, yang artinya lebih besar dari nilai signifikansi 0,05, yaitu nilai signifikansi yang telah ditetapkan. Oleh karena itu, tidak ada cukup bukti untuk menyimpulkan bahwa terdapat nilai yang signifikan untuk mendukung perbedaan dalam penilaian remaja awal laki-laki dan perempuan terhadap *body image* dirinya.

Selain itu, penting untuk dicatat bahwa penilaian *body image* oleh remaja laki-laki dan perempuan dalam penelitian ini secara keseluruhan memiliki penilaian *body image* yang tinggi dan sangat tinggi. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar individu dari kedua kelompok memiliki penilaian positif terhadap *body image* mereka sendiri. Meskipun perbedaan *body image* laki-laki dan perempuan dalam penelitian ini tidak signifikan, namun penelitian ini memberikan amaran bahwa individu usia remaja awal memiliki persepsi yang positif terhadap tubuh mereka.

Saran

Berdasar pada hasil riset yang telah dijalankan, peneliti memberi saran kepada beberapa pihak terkait. Instansi dapat menyediakan pendidikan tentang pemahaman *body image* yang positif dan sehat untuk remaja yang mencakup sesi pengajaran, diskusi kelompok, atau bahkan kegiatan di dalam kelas serta instansi dapat menyediakan layanan konseling dan dukungan emosional untuk dapat mendorong remaja dapat berkonsultasi terhadap lingkungan yang aman dan mendukung. Kemudian, untuk peneliti selanjutnya dapat menggunakan variabel-variabel

lain agar dapat mengulas lebih banyak faktor yang mempengaruhi *body image* selain pada jenis kelamin.

Daftar Pustaka

- Alfiyyah, N., Setyowibowo, H., & Purba, F. (2023). Gambaran *Body image* Remaja Perempuan Indonesia. *Psyche 165 Journal*, 16(1), 14–19. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v16i1.222>
- Cash, T. (2012). *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*. Academic Press.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. The Guilford.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention*. The Guilford.
- Chae, H. (2022). Factors Associated with Body Image Perception of Adolescents. *Acta Psychologica*, 227. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103620>
- Díaz, F. (2018). *Body Image as an Everyday Problematic*. Routledge.
- Greene, S. B. (2011). *Body Image: Perceptions, Interpretations, and Attitudes*. Nova Science.
- Grogan, S. (1999). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children* (1st ed.). Routledge.
- Grogan, S. (2017). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women, and Children* (3rd ed.). Routledge.
- Jannah, M. (2018). *Metodologi Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. Unesa University.
- King, L. (2016). *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif* (3rd ed.). Salemba Humanika.
- Latipah, E. (2014). *Metode Penelitian Psikologi*. Deepublish. www.deepublish.co.id
- McMahan, I., & Thompson, S. (2015). *Adolescence*. Pearson.
- Pamirma, M., & Satwika, Y. (2022). Hubungan Antara Paparan Media dengan Body Image pada Remaja Perempuan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(6).
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Experience Human Development*. McGraw Hill.
- Ramanda, R., Akbar, Z., & Wirasti, R. (2019). Studi Kepustakaan Mengenai Landasan Teori Body Image Bagi Perkembangan Remaja. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), 121–135.

- Rengga, O. L., & Soetjiningsih, C. H. (2022). Body Image Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Masa Dewasa Awal. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v6i1.4851>
- Ricciardelli, L. A., & Yager, Z. (2016). *Adolescence and Body Image*. Routledge.
- Santrock, J. W. (2019a). *Adolescence* (17th ed.). McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2019b). *Life Span Development* (17th ed.). McGraw Hill.
- Sarwono, S. (2013). *Psikologi Remaja*. Rajawali Pers.
- Shaheen, A., Kumar, H., Dev, W., Parkash, O., & Rai, K. (2016). Gender Difference Regarding Body Image: A Comparative Study. *Advances in Obesity, Weight Management & Control*, 4(4), 76–79. <https://doi.org/10.15406/aowmc.2016.04.00092>
- Steinberg, L. (2017). *Adolescence* (11th ed.). McGraw Hill.
- Sugiyono, S. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono, S. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Vidiana, S., & Sudarmiati, S. (2021). Gambaran Body Image Remaja Putri Saat Pubertas. *Avicenna: Journal of Health Research*, 4(2), 21–28. <https://doi.org/10.36419/avicenna.v4i2.527>
- Wilhelm, S. (2006). *Feeling Good about the Way You Look: A Program for Overcoming Body Image Problems*. The Guilford.