

## HUBUNGAN GAMBARAN TUBUH (*BODY IMAGE*) DENGAN PERKEMBANGAN SOSIAL PADA REMAJA DI SMK PGRI 3 MALANG

---

Meriyanto<sup>1)</sup>, Atti Yudiernawati<sup>2)</sup>, Ani Sutriningsih<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

<sup>2)</sup> Dosen Program Studi Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

<sup>3)</sup> Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang  
Email : [jurnalpsik.unitri@gmail.com](mailto:jurnalpsik.unitri@gmail.com)

### ABSTRAK

Gambaran tubuh (*body image*) merupakan gambaran yang dimiliki tentang ukuran, keadaan dan bentuk tubuh. Perubahan fisik yang dialami remaja bisa mempengaruhi hubungan dengan orang lain. Sebagian remaja ingin menghindari orang tertentu karena merasa malu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan gambaran tubuh (*body image*) dengan perkembangan sosial pada remaja di SMK PGRI 3 Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *analitik korelasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasinya adalah siswa SMK PGRI 3 Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan berjumlah 30 orang. Pengambilan sampel dengan teknik *total sampling*. Data dianalisis menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan lebih dari separuh responden (73,33%) mempunyai gambaran tubuh positif dan lebih dari separuh responden (76,66%) mempunyai perkembangan sosial adaptif. Hasil uji *Chi-Square*, diperoleh nilai  $\chi^2$  hitung sebesar 19.862 dengan nilai signifikansi (*Asymp.Sig. (2-sided)*) sebesar 0,000. Berdasarkan hasil yang diperoleh, terlihat bahwa nilai  $\chi^2$  hitung (19.862) >  $\chi^2$  tabel [(2-1)(3-1);0,05] (5,991) serta nilai signifikansi (0.000) <  $\alpha$ (0,05) sehingga  $H_0$  ditolak artinya terdapat hubungan antara gambaran tubuh dengan perkembangan sosial pada remaja. Disarankan kepada remaja untuk dapat mempunyai gambaran tubuh yang positif untuk membentuk perkembangan sosial yang adaptif.

**Kata kunci:** Gambaran tubuh (*body image*), perkembangan sosial, remaja.

## **RELATIONSHIP BODY IMAGE WITH SOCIAL DEVELOPMENT IN ADOLESCENT IN SMK PGRI 3 MALANG**

### **ABSTRACT**

*Body image is the picture which owned about size, the circumstances and bodily form. The physical changes experienced by teens can affect relationships with others. Most teens want to avoid certain peoples because of being ashamed. This study aims to determine the relationship of the Body Image With Social Development In Adolescent In SMKN PGRI 3 Malang Class 1 Department Sales. The research uses analytic correlational research design with cross sectional approach. Its population is students SMK PGRI 3 Malang Class 1 Sales Department, amounting to 30 people. sampling with total of sampling technique. The data were analyzed using chi-square statistical test. Of research results known from the 30 respondents mostly with positive body image 22 people (73,33%) have adaptive social development. (76.66%). While teenagers who have a negative body image of 6 people (20.00%) then they experienced the social development of the non-adaptive. Results of correlation of Chi-Square test, obtained value  $\chi^2$  count of 19.862 with a value of significance (Asymp. Sig (2-sided)) is equal to 0.000. based on the results obtained, seen that the value of  $\chi^2$  count (19.862) >  $\chi^2$  table [(2-1)(3-1);0,05] (5,991) as well as the value of significance (0.000) <  $\alpha$ (0,05) So ho rejected the meaning is There a relationship between Body Image With Social Development In Adolescent. Advised the youth to be able to assess a positive body image To a shape the development of Adaptive social.*

**Keywords:** *body image, social development, teen*

### **PENDAHULUAN**

Manusia adalah makhluk sosial yang berarti tidak dapat hidup tanpa orang lain. Menurut Walgito (2001) dorongan atau motif sosial pada manusia, mendorong manusia mencari orang lain untuk mengadakan hubungan atau interaksi sehingga memungkinkan terjadi interaksi antara manusia satu dengan manusia yang lain. Sebagai makhluk

sosial, individu dituntut untuk mampu mengatasi permasalahan yang timbul sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungan sosial dan mampu menampilkan diri sesuai dengan norma yang berlaku. Oleh karena itu setiap individu dituntut untuk mampu berinteraksi dengan individu lainnya.

Masa remaja adalah periode yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan yang cepat dari fisik,

emosi, kognitif dan sosial yang menjembatani masa kanak-kanak dan dewasa. Remaja atau *adolesens* adalah periode perkembangan selama dimana individu mengalami perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, biasanya antara usia 13 sampai 20 tahun (Potter & Perry, 2005). Menurut UU No. 4 tahun 1979 tentang Kesejahteraan Anak, remaja adalah individu yang belum mencapai 21 tahun dan belum menikah. Menurut WHO, anak dianggap remaja bila anak telah mencapai usia 10-18 tahun. Pubertas merupakan peralihan dari imaturitas seksual ke masa potensial subur yang berhubungan dengan munculnya tanda kelamin sekunder. Dalam tumbuh kembangnya menuju dewasa, berdasarkan kematangan psikososial dan seksual tahapan perkembangan remaja dibagi menjadi tiga, yaitu masa remaja awal/dini (*Early adolescence*) usia 11-13 tahun, masa remaja pertengahan (*Middle adolescence*) usia 14-16 tahun. Masa remaja lanjut (*Late adolescence*) usia 17-20 tahun.

Perubahan fisik terjadi dengan cepat pada masa remaja. Maturasi seksual terjadi seiring perkembangan karakteristik seksual primer dan sekunder. Empat fokus perubahan fisik yaitu, peningkatan kecepatan pertumbuhan skelet; otot dan visera, perubahan spesifik seks, perubahan distribusi otot dan lemak, dan perkembangan sistem reproduksi. Perubahan yang terlihat atau tidak terlihat terjadi secara

pubertas. Semua perubahan ini terjadi karena perubahan hormonal dalam tubuh. Ciri-ciri pertumbuhan somatik remaja adalah: 1) sistem regulasi hormon di hipotalamus; pituitari; kelamin; dan kelenjar adrenal akan menyebabkan perubahan kualitatif dan kuantitatif pada masa prapubertas sampai dewasa, 2) perubahan somatik sangat bervariasi dalam umur saat mulai dan berakhirnya; kecepatan dan sifatnya; tergantung pada masing-masing individu, 3) setiap remaja tahapan yang sama dalam pertumbuhan somatiknya, 4) timbulnya ciri-ciri seks sekunder merupakan manifestasi somatik dari aktivitas gonad (kelamin) dan dibagi dalam beberapa tahap yang berurutan, 5) pertumbuhan somatik pada remaja mengalami perubahan pada abad terakhir dalam ukuran dan umur mulainya remaja.

Dalam masa remaja, seseorang mempersiapkan diri memasuki masa dewasa. Pada masa remaja akhir, keadaan pribadi, sosial dan moral berada dalam kondisi kritis atau *critical period*. Dalam periode akhir masa remaja ini individu memiliki kepribadian tersendiri yang akan menjadi pegangan dalam alam kedewasaan. Perkembangan pribadi, sosial, dan moral yang dimiliki remaja dalam masa remaja awal dan yang dimantapkannya pada masa remaja akhir, banyak mempengaruhinya bahkan mendasari dirinya memandang diri dan lingkungan dalam masa-masa selanjutnya (Kelly, dalam Mappiare, 1982).

Dalam perkembangan sosial, pandangan remaja terhadap masyarakat

dan kehidupan bersama dalam masyarakat banyak dipengaruhi oleh kuat atau tidaknya pribadi, citra diri dan rasa percaya diri. Hal ini terlihat pada banyaknya kasus yang terjadi, diantaranya banyak remaja yang mengalami krisis kepercayaan diri, baik dalam diri sendiri maupun lingkungan masyarakat. Percaya diri sebenarnya merupakan keberhasilan dari pengamatan "harga diri" yang dimiliki secara bertahap dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan. Masa remaja merupakan suatu proses yang terus berkembang, proses penyesuaian diri pun terjadi secara terus-menerus dan berkesinambungan. Proses penyesuaian diri dapat dikatakan berhasil bila seseorang dapat memenuhi tuntutan lingkungan, dan diterima oleh orang-orang di sekitar sebagai bagian dari masyarakat. Bila seorang remaja merasa gagal menyesuaikan diri dan merasa ditolak oleh lingkungan, maka akan menjadi regresif atau mengalami kemunduran. Lalu secara tidak sadar akan menjadi kekanak-kanakan (Suryanto, 2003).

Dalam penelitian Tejo (1996) menyebutkan bahwa penyesuaian diri sosial dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kepribadian, jenis kelamin, inteligensi, pola asuh dan konsep diri. Konsep diri terbagi menjadi beberapa bagian. Pembagian konsep diri tersebut dikemukakan oleh Stuart and Sundeen (1991), yang terdiri dari *body image* (gambaran diri), ideal diri, harga diri, peran dan identitas diri. *Body image*

adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan pengalaman baru setiap individu (Stuart and Sundeen, 1991 dalam Kelliat, 1992).

Tingkat *body image* pada individu digambarkan oleh seberapa jauh individu merasa puas terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan. Gambaran seseorang mengenai kondisi fisiknya, jika dia merasa bahwa keadaan fisiknya tidak sesuai dengan konsep idealnya, maka dia akan merasa dirinya memiliki kekurangan pada fisik atau penampilannya, meskipun mungkin bagi orang lain dia sudah dianggap menarik secara fisik. Seringkali keadaan yang demikian membuat seseorang tidak dapat menerima fisiknya seperti apa adanya sehingga dirinya menjadi rendah diri.

*Body image* merupakan gambaran yang dimiliki dalam pikiran tentang ukuran, keadaan atau kondisi dan bentuk tubuh. Perubahan fisik yang dialami remaja bisa mempengaruhi hubungan dengan orang lain. Sebagian remaja ingin menghindari situasi atau orang tertentu karena merasa begitu rendah diri atau malu. Semua perubahan ini ada saatnya remaja tidak merasa yakin terhadap diri sendiri (kurang percaya diri) merasa gemuk, besar, kurus yang membuatnya merasa malu seakan semua orang di

dunia memperhatikan ketidak sempurnaanya. Setitik jerawat bisa tampak sebesar bola dan membuat remaja ingin menggali lubang dan bersembunyi didalamnya. Hal ini mungkin menyebabkan sulit bergaul dan menyesuaikan diri dengan orang lain.

Keadaan fisik merupakan hal yang penting dalam suksesnya pergaulan. Remaja sangat peka terhadap keadaan tubuh yang tidak sesuai dengan gambaran masyarakat tentang tubuh ideal (Centi, 1993). Remaja mempunyai perhatian yang sangat besar terhadap penampilan diri (Monks dkk, 2004) apabila ada bagian tubuh atau seluruh tubuh dinilai tidak baik (tidak sesuai dengan gambaran ideal) maka cenderung akan mempengaruhi proses sosialisasinya. Bila remaja mengerti bahwa tubuhnya memenuhi persyaratan maka hal ini berakibat positif terhadap penilaian diri remaja. Sedangkan bila ada penyimpangan-penyimpangan maka timbullah masalah-masalah yang berhubungan dengan perilaku diri dan sikap sosial remaja. Remaja percaya bahwa kondisi fisik akan membuat diterima atau ditolak oleh lingkungan sosial.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan cara wawancara tertutup yang dilakukan oleh peneliti pada 5 siswadi SMK PGRI 3 Malang, dari 5 siswa diketahui sebanyak 4 siswa tidak puas dengan gambaran dirinya dan tidak bisa bersosialisasi dengan orang lain dan lebih memilih untuk menyendiri.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh tentang “Hubungan Gambaran Tubuh (*Body Image*) dengan Perkembangan Sosial pada Remaja di SMK PGRI 3 Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan”.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian telah dilaksanakan di SMK PGRI 3 Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan dengan pengumpulan data pada bulan Januari 2014.

Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah siswa SMK PGRI 3 Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan yang berumur 15-17 tahun (masa dewasa pertengahan) sebanyak 30 orang. Teknik sampel diambil secara *total populasi* karena jumlah populasi relative kecil.

Instrumen yang digunakan peneliti untuk mendapatkan informasi tentang variabel *independent* yaitu gambaran tubuh (*body image*) menggunakan kuesioner *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) yang dikemukakan oleh Cash & Pruzinsky (2002). Sedangkan instrumen untuk mengetahui tentang variabel *dependent* yaitu perkembangan sosial adalah lembar pertanyaan atau kuesioner yang dibuat oleh peneliti berdasarkan tinjauan pustaka yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas.

Data yang telah dikumpulkan selanjutnya dilakukan pengolahan melalui tahap *editing, coding, scoring dan tabulating*. Analisis data menggunakan analisis *univariate* dan *bivariate*. Analisis bivariat yang digunakan adalah uji *Chi Square* dengan tingkat kemaknaan 95 % ( $\alpha=0,05$ ) dengan menggunakan bantuan SPSS.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Data umum hasil penelitian yaitu terdiri dari karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan umur.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden di SMK PGRI 3 Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan Januari 2014

Karakteristik Responden	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	8	26,66
Perempuan	22	73,33
Umur		
15 tahun	27	90
16 tahun	2	6,66
17 tahun	1	3,34
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1. karakteristik responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan (73,33%) dan sebagian besar (90%) berumur 15 tahun.

Data khusus hasil penelitian yaitu terdiri dari gambaran tubuh (*body image*) dan perkembangan sosial.

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa lebih dari separuh responden

(76,66%) mempunyai gambaran tubuh (*body image*) yang positif.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Gambaran Tubuh (*Body Image*) di SMK PGRI 3 Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan Januari 2014

Gambaran Tubuh ( <i>Body Image</i> )	f	%
Positif	23	76,66
Negatif	7	23,33
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Perkembangan Sosial di SMK PGRI 3 Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan Januari 2014

Perkembangan Sosial	f	%
Adaptif	23	76,66
Non Adaptif	7	23,33
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 3. menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden (76,66%) mempunyai perkembangan sosial yang adaptif.

Berdasarkan Tabel 4. Didapatkan dari 76,66% responden yang mempunyai gambaran tubuh (*body image*) positif didapatkan 73,33% responden mempunyai perkembangan sosial adaptif dan 3,33% responden mempunyai perkembangan sosial non adaptif. Lebih dari separuh responden (76,66%) yang mempunyai perkembangan sosial adaptif didapatkan 73,33% diantaranya mempunyai gambaran tubuh (*body image*) positif dan hanya 3,33%

mempunyai gambaran tubuh (*body image*) negatif.

Tabel 4. Tabulasi Silang Gambaran Tubuh (*Body Image*) dengan Perkembangan Sosial di SMK PGRI 3 Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan Januari 2014

		Perkembangan Sosial		Total
		Adaptif	Non Adaptif	
Gambaran Tubuh ( <i>Body Image</i> )	Positif	22 (73,33%)	1 (3,33%)	23 (76,66%)
	Negatif	1 (3,33%)	6 (20%)	7 (23,33%)
Total		23 (76,66%)	7 (23,33)	30 (100%)

### Gambaran Tubuh (*Body Image*) di SMK PGRI 3 Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 2 menunjukkan sebagian besar responden memiliki gambaran tubuh (*body image*) yang positif sebanyak 23 orang (76,66%). Gambaran tubuh (*body image*) merupakan kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari observasi dan penilaian yang merupakan sintesa dari semua aspek konsep diri sendiri sebagai satu kesatuan yang utuh. Seseorang yang mempunyai perasaan gambaran tubuh (*body image*) yang kuat akan memandang dirinya berbeda dengan orang lain. Hal ini timbul dari perasaan berharga (aspek diri sendiri), kemampuan dan penyesuaian diri. Seseorang yang mandiri dapat mengatur dan menerima dirinya (Desmita, 2006).

Terbentuknya gambaran tubuh (*body image*) yang positif oleh sebagian besar remaja di SMK PGRI 3 Malang dikarenakan sarana dan prasarana yang memadai menyebabkan para remaja merasa nyaman sekolah di SMK PGRI 3 serta dapat membentuk konsep diri yang positif. Kondisi sekolah dirasa kondusif,

para remaja merasa nyaman bersosialisasi satu sama lain, sekolah tidak terlalu ketat dalam menerapkan peraturan, disiplin tidak terlalu tinggi, *punishment* yang tidak terlalu berat tidak membuat stressor tersendiri pada siswa-siswinya sehingga mereka merasa nyaman. Adanya Bimbingan Konseling (BK) juga mendukung terbentuknya identitas positif pada sebagian besar remaja tersebut.

Berdasarkan data umum pada Tabel 1 diketahui sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (73,33%) dan sebagian kecil responden berjenis kelamin laki-laki (26,66%). Dimana kita ketahui perempuan yang memiliki persepsi positif terhadap citra tubuh lebih mampu menghargai dirinya. Individu tersebut cenderung menilai dirinya sebagai orang dengan kepribadian cerdas, asertif, dan menyenangkan. Dari data tersebut dapat terlihat bahwa jenis kelamin dapat mempengaruhi terbentuknya gambaran tubuh (*body image*) yang positif.

Jika dilihat dari data umum tentang umur responden dapat diketahui, bahwa responden sebagian besar berusia 15 tahun (90,00%), usia 16 tahun

(6,66%), dan usia 17 tahun (3,34%). Dari data tersebut diketahui responden termasuk masa remaja pertengahan. Dimana kita ketahui pada usia 15 tahun keatas remaja mulai memperhatikan penampilannya untuk menarik lawan jenis, sehingga remaja mulai menerima fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif.

Gambaran tubuh (*body Image*) positif merupakan pandangan positif terhadap keadaan diri dan merasa yakin dengan kemampuan yang dimiliki, sehingga dapat menimbulkan rasa percaya diri dan harga diri. Individu dengan gambaran tubuh (*body image*) positif memiliki pengetahuan dan mengenal dirinya dengan baik sekali serta mempunyai kemampuan untuk menerima seluruh jangkauan pengalaman mentalnya sehingga evaluasi remaja terhadap dirinya positif. Hal tersebut memungkinkan individu memiliki penerimaan diri (*self acceptance*), penyesuaian pribadi dan sosial yang baik (Hurlock, 1990).

Berdasarkan penelitian masih ada kelompok remaja yang masuk kategori memiliki gambaran tubuh (*body image*) negatif sebanyak 7 orang (23,33%). Roger (Coulhoun, 1990; dalam Wahyudi, 2010) mengatakan bahwa orang yang memiliki gambaran tubuh (*body image*) negatif, menunjukkan penerimaan diri yang negatif pula. Mereka memiliki perasaan kurang berharga, yang menyebabkan perasaan benci atau penolakan terhadap diri sendiri, serta cenderung mengembangkan gangguan

dalam penyesuaian diri. Hal ini disebabkan adanya ketidakharmonisan (*incongruence*) antara gambaran tubuh (*body image*) dengan kenyataan yang mengitari mereka atau dengan kata lain mereka tidak dapat mengembangkan kepribadian yang sehat. Oleh karena itu mereka tidak dapat mengaktualisasi semua segi dari dirinya.

### **Perkembangan Sosial di SMK PGRI 3 Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan**

Dari hasil penelitian pada Tabel 3 menunjukkan sebagian besar responden memiliki perkembangan sosial yang adaptif sebanyak 23 orang (76,66%). Perkembangan sosial yang baik ialah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga remaja merasa puas terhadap diri sendiri dan lingkungan (Willis, 2005). Perkembangan sosial yang baik akan menjadi salah satu bekal penting karena akan membantu remaja pada saat terjun dalam masyarakat luas. Meskipun demikian, tampaknya penyesuaian diri yang baik bukanlah hal yang mudah (Hurlock, 1990).

Remaja telah diperkenalkan dengan tingkah laku sosial, dan nilai-nilai bertingkah laku yang dijunjung tinggi oleh keluarga. Disamping itu hubungan dengan keluarga merupakan hubungan paling akrab dibandingkan dengan siapapun dalam kehidupan remaja. Remaja banyak menghabiskan waktunya disekolah, dengan demikian sekolah mempengaruhi tingkah laku



remaja khususnya tingkah laku sosial remaja. Disekolah banyak dilakukan kegiatan kelompok untuk mengembangkan tingkah laku sosial seperti kerja sama, saling membantu, saling menghormati dan menghargai misalnya kelompok belajar, kelompok pengembangan bakat khusus seperti kelompok menyanyi, kelompok menari, olahraga dan keterampilan khusus lainnya.

Kelompok teman sebaya merupakan factor eksternal perkembangan sosial remaja, dimana remaja belajar keterampilan sosial, mengembangkan minat yang sama dan saling membantu dalam mengatasi kesulitan dalam rangka mencapai kemandirian. Pada usia remaja pergaulan dan interaksi sosial dengan teman sebaya bertambah luas dan kompleks dibandingkan dengan masa-masa sebelumnya termasuk pergaulan dengan lawan jenis.

### **Hubungan Gambaran Tubuh (*Body Image*) dengan Perkembangan Sosial di SMK PGRI 3 Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan**

Pada hasil analisa data “Hubungan Gambaran tubuh (*body image*) dengan perkembangan sosial pada Remaja di SMK PGRI 3 Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan” dengan menggunakan uji korelasi *Chi square* dengan bantuan *SPSS for windows*, dimana diperoleh nilai  $\chi^2$  hitung sebesar 19.862 dengan nilai signifikansi (*Asymp. Sig. (2-sided)*) sebesar 0,000. Berdasarkan hasil yang

telah diperoleh, terlihat bahwa nilai  $\chi^2$  hitung (19.862) >  $\chi^2$  tabel [(2-1)(3-1);0,05] (5,991) serta nilai signifikansi (0.000) <  $\alpha$  (0,05) maka  $H_1$  diterima artinya ada hubungan antara gambaran tubuh (*body image*) dengan perkembangan sosial pada remaja di SMK PGRI 3 Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan.

*Body image* berhubungan dengan kepribadian. Cara individu memandang diri sendiri mempunyai dampak yang penting pada aspek psikologisnya. Pandangan yang realistik terhadap diri, menerima dan mengukur bagian tubuh akan memberi rasa aman, sehingga terhindar dari rasa cemas dan meningkatkan harga diri (Keliat, 1992). Hal ini berkaitan dengan faktor-faktor dari penyesuaian diri sosial yang telah disimpulkan oleh Tejo (1996) faktor-faktor tersebut yaitu kepribadian, jenis kelamin, intelligensi, pola asuh dan konsep diri. Kepribadian terdiri dari sifat-sifat psikologis stabil dan khas. Sifat-sifat yang tinggi bila remaja tersebut merasa puas dan dapat menerima keadaan fisiknya, sedangkan seorang remaja dikatakan memiliki *body image* yang rendah bila remaja tersebut merasa tidak puas dengan kondisi fisiknya. Remaja yang melihat keadaan fisiknya positif maka hal ini akan memberikan kepuasan pada dirinya dan dia akan mengembangkan konsep diri yang sehat (Hurlock, 1990).

*Body image* merupakan evaluasi dan persepsi diri terhadap keadaan fisik.

Jika seorang remaja mempunyai *body image* yang tinggi maka akan merasa percaya diri dan dapat melakukan penyesuaian diri yang baik karena tidak ada hambatan dalam diri remaja tersebut. Remaja tersebut dapat mengatasi masalah-masalah sosial yang terjadi di lingkungannya. Seperti yang diungkapkan dalam penelitian Putriana (2004) yaitu bahwa orang-orang yang menunjukkan *body image* positif maka akan memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Demikian dapat dikatakan bahwa orang-orang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi cenderung lebih bisa menerima diri sendiri termasuk kepuasan terhadap bagian-bagian tubuh dan keseluruhan tubuh, tidak menampilkan dirinya sebagai pribadi yang lemah dan pribadi yang tidak bisa melakukan apa-apa dan remaja tersebut akan berani memasuki lingkungannya yang baru dengan mengembangkan sikap diri yang yakin akan dirinya dan akan mampu melakukan penyesuaian diri sosial dengan baik

Pada penelitian tentang hubungan *body image* dan penyesuaian diri sosial ini masih terdapat beberapa kelemahan diantaranya yaitu peneliti tidak memperhatikan faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri sosial seperti kepribadian, jenis kelamin, inteligensi dan pola asuh sehingga kurang bisa memberikan gambaran akan hal-hal lain yang bisa mempengaruhi penyesuaian diri sosial selain *body image*. Selain itu aitem pada masing – masing aspek penyesuaian diri sosial dan aspek

*body image* tidak sama jumlahnya sehingga masih harus di sempurnakan. Diharapkan penelitian ini dapat memberi implikasi secara teoritis yaitu menambah khasanah ilmu psikologi terutama mengenai informasi tentang penyesuaian diri sosial dan aspek-aspeknya sehubungan dengan *body image*.

## KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini antara lain:

1. Gambaran tubuh (*body image*) pada remaja yang berada pada masa remaja di SMK PGRI 3 Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan, sebagian besar responden memiliki gambaran tubuh (*body image*) yang positif sebanyak 23 orang (76,66%) dan sebagian kecil memiliki gambaran tubuh (*body image*) negatif sebanyak 7 orang (23,33%).
2. Perkembangan sosial yang dialami remaja dalam menilai gambaran tubuh (*body image*) pada remaja yang berada pada masa remaja di SMK PGRI 3 Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan, sebagian besar responden memiliki perkembangan sosial adaptif sedang sebanyak 23 orang (76,66%),
3. Ada hubungan yang signifikan antara gambaran tubuh (*body image*) dengan perkembangan pada remaja yang berada pada masa remaja di SMK 3 PGRI Malang Kelas 1 Jurusan Penjualan dengan nilai *Asymp.Sig. (2-sides)* sebesar  $0,000 < \alpha (0.05)$  maka

H<sub>1</sub> diterima artinya terdapat hubungan.

#### DAFTAR PUSTAKA

Cash, T. F & Pruzinky, T. 2002. *Body Image: A Handbook Of Theory, Research, and Clinical Practice*. London: The Guilford Press.

Centi. 1993. *Mengapa Rendah Diri?*. Yogyakarta: Kanisius.

Desmita. 2006. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Hurlock, E.B. 1990. *Psikologi Pengantar: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Waktu*. (Terjemahan). Jakarta: Erlangga.

Keliat, B.A. 1992. *Gangguan Konsep Diri*. Jakarta: EGC

Monks, F.J. dkk. 2004. *Psikologi Perkembangan; Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*, Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

*Muscularity Following Failure To A Female*. Journal of Social and Clinical Psychology. New York

Potter, P.A, Perry, A.G. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik*. Edisi 4. Volume 2. Alih Bahasa : Renata Komalasari, dkk. Jakarta: EGC.

Stuart & Sundeen. 1991. *Principles and Practice of Psychiatric Nursing ed 4*. St Louis: The CV Mosby Year Book.

Tejo, Rosalia. 1996. *Persepsi Kegemukan Diri dengan Penyesuaian Sosial Remaja*. Skripsi (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi UGM.

Walgito. 2001. *Psikologi Sosial: Suatu Pengantar* (Edisi ke-2, Cetakan ke-3) Jogjakarta: Andi.

Willis, Sofyan S. 2005. *Remaja & Masalahnya: Mengupas Berbagai Bentuk Kenakalan Remaja*.