

# HUBUNGAN BODY IMAGE (CITRA TUBUH) DENGAN SELF ESTEEM (HARGA DIRI) PADA REMAJA (Studi di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Jurusan Farmasi)

*by* Namira Mitawahyu Cahyati

---

**Submission date:** 30-Jan-2025 04:16PM (UTC+1000)

**Submission ID:** 2575106656

**File name:** SKRIPSI\_NAMIRA-TURNIT\_KAMPUS\_1\_-\_Namira\_Mitawahyu\_cahyati.docx (427.96K)

**Word count:** 12781

**Character count:** 78210

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* (CITRA TUBUH) DENGAN *SELF ESTEEM*  
(HARGA DIRI) PADA REMAJA**

**(Studi di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Jurusan Farmasi)**



**NAMIRA MITAWAHYU CAHYATI  
213210128**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS KESEHATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
INSAN CENDEKIA MEDIKA  
JOMBANG  
2025**

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar belakang**

Masa remaja menjadi periode kritis dalam perkembangan individu, dimana masalah <sup>3</sup> *body image* (citra tubuh) sering muncul dan mempengaruhi *self esteem* (harga diri). Banyak remaja mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh mereka yang menyebabkan *body image* negatif, seperti merasa gemuk, pendek, atau tidak menarik. Hal ini sering berujung pada *self esteem* rendah yang ditandai dengan perilaku malu berlebihan, kurang percaya diri, dan menarik diri dari interaksi sosial (Pratiwi. S. W & Sukanto. M. E., 2020). Faktor yang berkontribusi terhadap *self esteem* rendah pada remaja meliputi pola asuh yang kurang suportif, pengaruh teman sebaya yang negatif, dan tekanan akademik (Novianty & Rochman Hadjam, 2022). Dampak dari <sup>104</sup> *body image* negatif dengan *self esteem* rendah terhadap remaja dapat membuat penurunan prestasi akademik, kesulitan dalam hubungan sosial, peningkatan resiko kecemasan, dan depresi (Saraswatia. G. K. *et al.*, 2023).

Penelitian pada tahun 2022, sebuah studi global berjudul "*Global Trends in Adolescent Self esteem: A Comprehensive Analysis*" melaporkan bahwa sekitar 15% remaja di dunia mengalami *self esteem* rendah akibat ketidakpuasan terhadap *body image* mereka (Wati. S *et al.*, 2022). Angka ini meningkat menjadi 18% pada tahun 2023 berdasarkan penelitian "*Global Trends in Adolescent Self esteem and Body image: A Meta-Analysis*" (Kwan. S *et al.*, 2023), dan mencapai 20% pada awal tahun 2024 menurut studi "Perkembangan Terkini Isu *Body image* dan *Self esteem* pada Remaja: Studi Multi-Nasional" (Pratama. A & Susanto. P, 2024). Di

Indonesia, tren serupa juga terlihat dengan peningkatan dari 14% pada tahun 2022 menjadi 16% pada tahun 2023 berdasarkan penelitian "Prevalensi *Self esteem* Rendah pada Remaja Indonesia: Kaitannya dengan *Body image*" (Sari. N *et al.*, 2023). Peningkatan dari 15% pada tahun 2022 menjadi 17% pada tahun 2023 khususnya terjadi di Jawa Timur, menurut penelitian berjudul "Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Harga Diri Remaja di Jawa Timur" (Utami. R *et al.*, 2023). Persentase remaja di Kota Jombang yang mempunyai harga diri rendah akibat citra tubuh negatif meningkat dari 20% di tahun 2022 menjadi 22% di tahun 2023, menurut penelitian "Hubungan antara *Body Image* (Citra Tubuh) dan *Self Esteem* (Harga Diri) pada Remaja di Kota Jombang" (Angraini. D *et al.*, 2023). Studi pendahuluan yang dilakukan di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Jurusan Farmasi tahun 2024 pada 10 siswa dengan menggunakan kuesioner pilihan ganda (*multiple choice*) menunjukkan hasil bahwa 60% siswa mengalami *self esteem* rendah.

Penyebab *self esteem* (harga diri) rendah pada remaja Indonesia sering berkaitan dengan persepsi negatif terhadap *body image* (citra tubuh). Penelitian oleh Hidayati. N. O & Farid. M (2021), menunjukkan bahwa ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh, terutama pada masa pubertas, dapat memicu penurunan *self esteem*. Hasil penelitian Wulandari. S *et al.* (2021), yang menunjukkan bahwa perbandingan fisik dengan teman sebaya di kelas memberikan kontribusi besar terhadap perkembangan *body image* negatif, mendukung hal tersebut. Akibat dari *self esteem* rendah ini berdampak luas pada kehidupan remaja. Studi oleh Pratiwi. S. W & Sukamto. M. E (2020), mengungkapkan bahwa remaja dengan *self esteem* rendah biasanya mendapatkan kesulitan untuk mengekspresikan diri dan berpartisipasi

aktif dalam kegiatan sosial. Nugraha. B. A & Anastasia. C (2024), melaporkan bahwa *self esteem* rendah yang berakar pada *body image* negatif yang dapat menyebabkan penurunan kepercayaan diri dalam situasi akademik, yang berpotensi mempengaruhi prestasi belajar. Mereka juga menemukan bahwasanya remaja dengan *self esteem* rendah cenderung bertindak dengan cara menghindar dan isolasi sosial, yang dapat menghambat perkembangan keterampilan interpersonal mereka.

Pendekatan holistik yang berfokus pada peningkatan *self esteem* (harga diri) remaja ini diperlukan salah satu cara praktis untuk mengatasi masalah ini, melalui program *self empowerment* (pemberdayaan diri). Menurut (Rahayu. S *et al.*, 2024) *self empowerment* dapat dilakukan melalui tiga tahap: kesadaran diri (tahap ini melibatkan pemahaman kesadaran menyeluruh akan nilai-nilai, tujuan, dan area kekuatan dan kelemahan diri sendiri), pengembangan diri (tahap ini, individu berusaha untuk meningkatkan keterampilan, pengetahuan, dan kemampuan mereka untuk mencapai potensi penuh mereka), dan aktualisasi diri (tahap ini melibatkan penerapan potensi yang telah dikembangkan untuk mencapai tujuan dan aspirasi pribadi). Remaja dapat mulai dengan mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan mereka, lalu belajar untuk menerima diri apa adanya, dan akhirnya mengembangkan potensi mereka. Memberikan *health education* (edukasi kesehatan) kepada remaja seperti penyuluhan tentang *self esteem* serta cara meningkatkan *self esteem* dan kepada sekolah dapat memberikan saran kepada guru bimbingan konseling (BK) unuk dapat melakukan sesi konseling dengan *face to face* (tatap muka) kepada siswa secara *one-on-one* (satu persatu).

Mengingat latar belakang informasi di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berjudul “Hubungan *Body image* (citra tubuh) dengan *Self esteem* (Harga diri) Pada Remaja”.

## 1.2 Rumusan masalah

Apakah ada hubungan *body image* (citra tubuh) dengan *self esteem* (harga diri) pada remaja di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Sehat Insan Perjuangan.

## 1.3 Tujuan penelitian

### 1.3.1 Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan *body image* (citra tubuh) dengan *self esteem* (harga diri) pada remaja di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Sehat Insan Perjuangan.

### 1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi *body image* (citra tubuh) pada remaja di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Sehat Insan Perjuangan.
2. Mengidentifikasi *self esteem* (harga diri) pada remaja di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Sehat Insan Perjuangan.
3. Menganalisis hubungan *body image* (citra tubuh) dengan *self esteem* (harga diri) pada remaja di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Sehat Insan Perjuangan.

## 1.4 Manfaat penelitian

### 1.4.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa menyampaikan sumbangan pemikiran ilmiah pada bidang kesehatan, khususnya dalam bidang keperawatan kesehatan jiwa.

#### 1.4.2 Manfaat praktis

##### 1. Bagi profesi keperawatan

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi masukan bagi perawat yang menyampaikan penyuluhan kepada remaja di SMK Sehat Insan Perjuangan mengenai *body image* (citra tubuh) dan *self esteem* (harga diri).

##### 2. Bagi remaja

- a. Diharapkan bahwa penelitian ini akan memperdalam pemahaman tentang *body image* (citra tubuh) dan *self esteem* (harga diri) remaja.
- b. Hasil penelitian ini dapat membantu remaja menerima situasi mereka dan melihat diri mereka lebih baik dengan meningkatkan *self esteem* (harga diri) dan persepsi mereka.
- c. Remaja dapat lebih menggali potensi yang ada dalam dirinya tanpa mengkhawatirkan kondisi fisik mereka dan remaja bebas untuk mengeksplorasi potensi mereka.

##### 3. Bagi sekolah

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini akan memberikan lebih banyak rincian atau penjelasan tentang *body image* (citra tubuh) dan *self esteem* (harga diri) kepada sekolah.

##### 4. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan bahwa penelitian ini akan menjadi referensi untuk penelitian di masa mendatang.

## TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1 Konsep remaja

#### 2.1.1 Definisi remaja

Menurut Hurlock (2003) dalam buku karangan (Ermis Suryana *et al.*, (2022), mengklaim bahwa kata latin "*adolescentia*" (berarti "tumbuh" atau "tumbuh menuju kedewasaan") adalah sumber dari istilah "remaja." Pada zaman dahulu, orang-orang menganggap bahwa pubertas remaja tidak sama dengan tahap lain dalam kehidupan seorang anak, dan bahwa seorang anak dianggap dewasa ketika mereka mampu untuk bereproduksi. Selain perkembangan berbagai keterampilan kognitif dan sosial, remaja merupakan tahap perkembangan yang ditandai menggunakan perubahan signifikan pada kematangan fisik, neurobiologis, emosional, dan psikologis (Panggabean *et al.*, 2024).

Menurut Hamidah & Rizal (2022), Perkembangan manusia pada masa remaja, yang memiliki batasan usia 10–20 tahun, memiliki tiga komponen: biologi, psikologi, dan sosial ekonomi. Remaja mengalami perkembangan psikologis sejak kanak-kanak hingga dewasa, mengalami ketergantungan sosial ekonomi sepenuhnya pada keadaan untuk menjadi lebih mandiri, dan berkembang sejak tanda-tanda seksual sekunder muncul sampai pada kematangan seksual.

#### 2.1.2 Tahapan remaja

Remaja yaitu individu yang berusia 10 tahun sampai dengan 18 tahun sesuai dengan Peraturan Kemenkes Nomor 25 Tahun 2014 (Kemenkes RI, dalam Putri. A. K *et al.* (2020). Meskipun definisi remaja bervariasi, Batubara dalam Putri. A. K *et al.* (2020), menyatakan bahwa masa remaja secara umum dapat ada tiga tahap:



<sup>49</sup>  
1. Remaja awal (*early adolescence*): 10-13 tahun

Tahap pertama pergantian dari kanak-kanak ke remaja dikenal sebagai remaja awal. Pubertas menyebabkan perubahan fisik yang cepat selama masa ini, yang dapat menyebabkan kebingungan dan kekhawatiran pada diri remaja. Mereka mulai mengembangkan kesadaran diri dan identitas, serta menunjukkan ketertarikan yang meningkat terhadap teman sebaya. Pada tahap ini, remaja juga mulai menunjukkan keinginan untuk lebih mandiri dari orang tua. Kemampuan berpikir abstrak mulai berkembang, namun masih terbatas. Emosi mereka cenderung berubah-ubah, dan mereka mulai kesulitan menghadapi perubahan yang terjadi.

<sup>49</sup>  
2. Remaja tengah (*middle adolescence*): 14-16 tahun

Remaja tengah ditandai dengan berlanjutnya perubahan fisik, meskipun tidak secepat masa remaja awal. Pada fase ini, pencarian identitas diri menjadi semakin intensif dan kompleks. Hubungan antar teman menjadi krusial dan dapat mengalahkan ikatan kekeluargaan. Remaja mulai mengembangkan minat romantis dan seksual, yang dapat menimbulkan berbagai perasaan baru dan kadang membingungkan. Kemampuan berpikir abstrak dan analitis meningkat secara signifikan, memungkinkan mereka untuk memahami konsep-konsep yang lebih kompleks. Periode ini sering ditandai dengan konflik dengan orang tua karena meningkatnya keinginan untuk otonomi dan kebebasan dalam membuat keputusan sendiri.

3. Remaja akhir (*late adolescence*): 17-19 tahun

Remaja akhir merupakan tahap terakhir menuju kedewasaan. Pada fase ini, perubahan fisik melambat seiring tubuh mencapai kematangan. Identitas diri mulai terbentuk lebih jelas, meskipun masih dapat berubah. Hubungan romantis cenderung menjadi lebih serius dan bermakna, dengan pemahaman yang lebih baik tentang komitmen dan tanggung jawab dalam sebuah hubungan. Pemikiran tentang masa depan, termasuk karir dan pendidikan lanjutan, menjadi semakin menonjol dan menjadi fokus utama. Kemampuan pengambilan keputusan dan pemecahan masalah meningkat secara signifikan, memungkinkan remaja untuk lebih mandiri dalam menghadapi tantangan hidup. Hubungan dengan orang tua cenderung membaik dibandingkan dengan tahap-tahap sebelumnya, seiring dengan meningkatnya kedewasaan dan pemahaman remaja terhadap perspektif orang dewasa.

### 2.1.3 Karakteristik perkembangan remaja

Berikut ini adalah gambaran menyeluruh tentang <sup>78</sup> ciri-ciri perkembangan remaja:

#### 1. Perkembangan fisik

Perkembangan fisik ditandai oleh perubahan signifikan di penampilan dan komposisi tubuh mereka. Anak-anak mengalami sejumlah perubahan biologis selama fase ini, yang disebut pubertas, yang membuat mereka menjadi orang dewasa yang matang secara seksual (Putri. A. K *et al.*, 2020). Beberapa perubahan fisik utama yang terjadi selama masa remaja meliputi:

- a. Percepatan pertumbuhan (*growth spurt*): Peningkatan cepat dalam tinggi dan berat badan.

- b. Perkembangan karakteristik seksual primer: Pematangan organ reproduksi.
  - c. Perkembangan karakteristik seksual sekunder: Munculnya ciri-ciri fisik yang membedakan laki-laki dan perempuan, seperti pertumbuhan rambut tubuh, perubahan suara, dan perkembangan payudara pada perempuan.
  - d. Perubahan komposisi tubuh: Peningkatan massa otot, terutama pada kemalasan dan peningkatan lemak tubuh pada wanita.
  - e. Perkembangan sistem kardiovaskular dan respirasi: Peningkatan kapasitas paru-paru dan kekuatan jantung.
2. Perkembangan kognitif

Meningkatnya kapasitas untuk berpikir hipotetis, logis, dan abstrak merupakan ciri kematangan kognitif remaja. Teori perkembangan kognitif Piaget menyatakan bahwa remaja bergerak ke tahap operasional formal yang memungkinkan mereka untuk berpikir secara lebih sistematis dan ilmiah (Damanik. E. D & Siddik. R. R, 2021). Karakteristik utama perkembangan kognitif remaja meliputi:

- a. Kemampuan berpikir abstrak: Remaja dapat memahami konsep-konsep abstrak dan simbolis.
- b. Penalaran hipotesis-deduktif: Kemampuan untuk mengembangkan hipotesis dan mengujinya secara sistematis.
- c. Metakognisi: Peningkatan kesadaran dan pemahaman tentang proses berpikir mereka sendiri.
- d. Peningkatan kapasitas pengolahan informasi: Kemampuan untuk memproses informasi lebih cepat dan efisien.

- e. Perkembangan pemikiran moral: Kemampuan untuk memahami dilema moral yang kompleks dan mengembangkan prinsip-prinsip etika pribadi.

### 3. Perkembangan emosional

Masa remaja sering dikaitkan dengan periode “badai dan stres” emosional. Meskipun pandangan ini mungkin terlalu disederhanakan, memang benar bahwa remaja mengalami fluktuasi perasaan yang lebih sering dan kuat dibandingkan dengan perasaan yang dialami anak-anak atau orang dewasa (Sukmaningrum. E & Fauziah. N, 2020). Karakteristik perkembangan emosional remaja meliputi:

- a. Intensitas emosi: Remaja biasanya merasakan perasaan yang lebih intens dan tidak menentu.
- b. Labilitas emosi: Perubahan suasana hati yang cepat dan sering.
- c. Pencarian identitas emosional: Eksplorasi dan eksperimentasi dengan berbagai perasaan dan ekspresi emosional.
- d. Peningkatan kesadaran diri: Remaja menjadi lebih reflektif terhadap diri sendiri dan sadar akan emosi mereka.
- e. Perkembangan empati: Kapasitas untuk memahami dan mengalami perasaan orang lain yang berkembang.
- f. Pengaturan emosi: Remaja mulai mengembangkan teknik untuk mengendalikan dan mengatur perasaan mereka.

#### 2.1.4 Tugas perkembangan remaja

Sikap dan perilaku remaja dalam menanggapi lingkungannya disebut sebagai tugas perkembangan. Anak-anak harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan tantangan yang akan dihadirkan kehidupan agar dapat menjalani

transformasi fisik dan psikologis. Karena tuntutan perkembangan remaja, pertumbuhan intelektual, stres, dan harapan baru, remaja rentan terhadap gangguan dalam bentuk pikiran, emosi, dan masalah perilaku. Remaja yang mengalami stres, depresi, kecemasan, kesepian, atau keraguan lebih cenderung melakukan tindakan (Abubakar & Ngalimun, 2019).

Sikap dan pola perilaku anak perlu diubah secara signifikan agar dapat memenuhi tuntutan pertumbuhan remaja. Hurlock (2003) menyatakan dalam Ermis Suryana *et al.* (2022), berikut adalah tugas perkembangan remaja:

1. Menerima fisiknya.
2. Mengakui peran di masyarakat.
3. Agar dapat memahami lawan jenis dan cara bergaul dengan mereka, penting untuk mulai mempelajari hubungan baru dengan mereka sejak awal.
4. Berusaha untuk terpisah secara emosional dari orang dewasa, termasuk orang tua.
5. Menjadi mandiri secara finansial.
6. Dalam pertumbuhan konsep dan kapasitas intelektual yang penting bagi keterampilan sosial.
7. Mengakui dan menghayati cita-cita orang tua dan orang dewasa.
8. Menerapkan tanggung jawab sosial dalam praktik.
9. Bersiap untuk menikah.
10. Bersiap untuk semua tugas dan tanggung jawab yang menyertai terbentuknya sebuah keluarga.

### 2.1.5 Faktor perkembangan remaja

Menurut Santrock (2014) dalam Saraswatia. G. K. *et al.* (2023), berikut ini adalah beberapa faktor yang mempengaruhi pubertas (remaja):

#### 1. *Hereditas* (keturunan)

Pertumbuhan remaja sangat dipengaruhi oleh faktor keturunan.

#### 2. Nutrisi

Remaja lebih mengutamakan makanan daripada lokasi atau waktu makan. Remaja juga membutuhkan sejumlah protein dari buah-buahan segar, sayuran, dan produk biji-bijian utuh.

#### 3. Hormon

Kelenjar endokrin mengeluarkan zat kuat yang disebut hormon, yang kemudian diangkut ke seluruh tubuh melalui darah. Pria dan wanita memiliki kadar dua jenis hormon yang sangat bervariasi. Kelas utama hormon seks wanita adalah estrogen, sedangkan kelas utama hormon seks pria adalah androgen.

#### 4. Lingkungan

Perkembangan remaja secara signifikan dipengaruhi oleh lingkungan. Tempat ini menggabungkan suasana keluarga, sekolah, dan teman.

### 2.1.6 Aspek-aspek perkembangan sosial remaja

Perkembangan sosial remaja ditandai oleh perubahan penting dalam peran sosial dan hubungan interpersonal. Remaja mulai memperluas lingkaran sosial

mereka di luar keluarga dan mengembangkan identitas sosial yang lebih kompleks (Wibowo, M. E *et al.*, 2021). Aspek-aspek penting dalam perkembangan sosial remaja tersebut meliputi:

1. Perubahan hubungan dengan orang tua: Remaja mulai mencari otonomi dan independensi dari orang tua, meskipun tetap membutuhkan dukungan dan bimbingan.
2. Peningkatan pentingnya kelompok sebaya: Teman sebaya menjadi sumber utama dukungan sosial dan pengaruh bagi remaja.
3. Eksplorasi identitas sosial: Remaja bereksperimen dengan berbagai peran dan identitas sosial untuk menemukan “diri” mereka yang sebenarnya.
4. Perkembangan hubungan romantis: Remaja mulai mengeksplorasi ketertarikan romantis dan seksual.
5. Penyesuaian terhadap norma dan harapan sosial: Remaja belajar menyesuaikan perilaku mereka dengan norma-norma sosial yang berlaku.
6. Pengembangan keterampilan sosial: Remaja mengasah kemampuan komunikasi, resolusi konflik, dan kerjasama.
7. Keterlibatan dalam komunitas yang lebih luas: Remaja mulai berpartisipasi dalam kegiatan sosial, politik, dan budaya yang lebih luas.

## <sup>22</sup> **2.2 Konsep *self esteem* (harga diri)**

### **2.2.1 Definisi *self esteem* (harga diri)**

Penelitian oleh Hidayat, D. R & Fourianalistyawati, E (2021), "Penilaian subjektif seseorang terhadap harga dirinya, yang melibatkan aspek kognitif, afektif, dan perilaku" adalah definisi *self esteem* (harga diri). Definisi ini menekankan bahwa *self esteem* bukan hanya tentang bagaimana seseorang berpikir tentang

dirinya, tetapi juga melibatkan perasaan dan tindakan yang muncul sebagai hasil dari penilaian tersebut.

Sementara itu (Putri. A. K *et al.*, 2020) menjelaskan *self esteem* sebagai keyakinan dan kepercayaan diri seseorang terhadap kemampuan, potensi, dan rasa harga dirinya, yang membentuk pola pikir dan tindakannya saat menghadapi berbagai situasi kehidupan. Definisi ini menyoroti peran *self esteem* dalam membentuk respons individu terhadap tantangan dan peluang dalam kehidupan sehari-hari.

Orang dengan *self esteem* rendah akan merasa sulit untuk mengatasi rintangan dalam hidup dan menemukan kepuasan, menurut Brande (1992) dalam Maroqi (2019) menyebutkan keterampilan bertahan hidup, yang merupakan kebutuhan dasar manusia, juga merupakan bagian dari *self esteem* (harga diri). Peristiwa kehidupan di masa depan dan pengembangan pribadi dapat sangat dipengaruhi oleh rasa harga diri seseorang.

Harga diri, sebagaimana oleh Coopersmith (1967) dalam Merida *et al.* (2024) *self esteem* (harga diri) adalah cara orang melihat dan mengomunikasikan diri mereka sendiri, khususnya yang berkaitan dengan sikap penerimaan dan penolakan. *Self esteem* (harga diri) juga menunjukkan seberapa besar seseorang percaya pada kemampuan, signifikansi, harga diri, dan kesuksesan mereka sendiri. Singkatnya, harga diri juga dikenal sebagai “penilaian pribadi” atas rasa nilai atau signifikansi yang dimiliki setiap orang untuk diri mereka sendiri sebagaimana diungkapkan dalam sikap mereka terhadap diri mereka sendiri.

*Self esteem* merupakan evaluasi diri yang kompleks dan multidimensi, melibatkan penilaian kognitif, respons emosional, dan manifestasi perilaku



terhadap keberhargaan diri sendiri. *Self esteem* tidak hanya mempengaruhi bagaimana seseorang memandang dirinya, tetapi juga bagaimana ia berinteraksi dengan dunia di sekitarnya dan menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

### 2.2.2 Faktor-faktor *self esteem* (harga diri)

Harga diri dibentuk oleh banyak keadaan internal dan eksternal dan tidak terbentuk begitu saja. Untuk menemukan kemungkinan area intervensi dalam upaya meningkatkan harga diri, penting untuk memahami komponen-komponen ini. Menurut penelitian terkini, berikut ini adalah faktor penentu utama harga diri:

#### 1. Faktor keluarga

Perkembangan harga diri sejak usia muda sangat dipengaruhi oleh keluarga. Penelitian oleh Putri. A. W & Indrawati. E. S (2022), beberapa aspek keluarga yang mempengaruhi *self esteem* meliputi:

- a. Pola asuh: Pola asuh autoritatif cenderung menghasilkan *self esteem* yang lebih tinggi dibandingkan pola asuh otoriter atau permisif.
- b. Kualitas hubungan orang tua-anak: Hubungan yang hangat dan suportif berkontribusi pada *self esteem* yang lebih positif.
- c. Ekspektasi orang tua: Ekspektasi yang realistis dan komunikasi yang positif dapat meningkatkan *self esteem* anak.

#### 2. Faktor sosial dan lingkungan

Harga diri juga dibentuk secara signifikan oleh kontak sosial dan lingkungan sekitar. Beberapa elemen sosial yang signifikan ditemukan oleh Rahmawati. E *et al.* (2023) mengidentifikasi beberapa faktor sosial yang berpengaruh:

- a. *Peer correlations: Self esteem* (harga diri) dapat meningkat ketika orang lain menerima dan mendukung anda.
- b. *School environment: Self esteem* yang lebih tinggi merupakan hasil dari iklim sekolah yang mendukung serta menyenangkan.
- c. Media sosial: *Self esteem* (harga diri) dapat dipengaruhi oleh penggunaan media sosial.

### 3. Faktor prestasi dan kompetensi

Menurut penelitian Widodo. P. B & Pratitis. N. T (2021), menunjukkan bahwa:

- a. *Academic achievement*: Prestasi akademik yang baik cenderung meningkatkan *self esteem*.
- b. *Skill mastery*: Penguasaan keterampilan tertentu dapat meningkatkan rasa kompetensi dan *self esteem*.
- c. *Goal attainment*: Pencapaian tujuan pribadi berkontribusi pada peningkatan *self esteem*.

### 4. Faktor fisik dan kesehatan

Aspek fisik dan kesehatan juga berperan dalam pembentukan *self esteem*. Menurut (Sari. D. R *et al.*, 2024):

- a. *Body image*: Persepsi positif terhadap tubuh sendiri berkorelasi dengan *self esteem* yang lebih tinggi.
- b. *Physical health*: Kesehatan fisik yang baik dapat mendukung *self esteem* yang positif.
- c. *Disability or chronic illness*: Kondisi disabilitas atau penyakit kronis dapat mempengaruhi *self esteem*, meskipun tidak selalu negatif.

## 5. Faktor budaya dan nilai sosial

Konteks budaya dan nilai-nilai sosial juga mempengaruhi pembentukan *self esteem*. Nugroho & Kustanti (2023) menekankan pentingnya mempertimbangkan:

- a. *Cultural norms*: Norma-norma budaya dapat mempengaruhi standar evaluasi diri.
- b. *Societal values*: Nilai-nilai yang dianut masyarakat dapat mempengaruhi apa yang dianggap berharga dalam diri seseorang.
- c. *Gender roles*: Ekspektasi gender dalam masyarakat dapat mempengaruhi *self esteem* secara berbeda pada laki-laki dan perempuan.

### 2.2.3 Aspek-aspek *self esteem* (harga diri)

Menurut Rosyida & Rahayu (2022),<sup>96</sup> penerimaan diri dan rasa hormat terhadap diri sendiri merupakan dua komponen utama *self esteem* (harga diri).

Penjelasan berikut untuk kedua aspek ini:

#### 1. Penerimaan diri

##### a. Merangkul diri<sup>71</sup>

Orang yang memiliki harga diri yang tinggi mampu merangkul kekuatan dan kelemahan mereka.

##### b. Puas dengan dirinya

Evaluasi diri yang baik tercermin dalam kepuasan diri, yang merupakan tanda utama harga diri yang tinggi.

##### c. Disegani orang

Pengembangan harga diri yang baik sangat terbantu oleh keyakinan bahwa seseorang dihormati dan disayangi oleh orang lain.

d. Diri bermanfaat

Merasa bahwa diri sendiri berguna dan memberikan kontribusi positif kepada lingkungan sekitar merupakan aspek penting dalam self esteem.

e. Menganggap dirinya memiliki kelebihan

Kemampuan untuk mengidentifikasi dan menghargai kekuatan dan bakat diri sendiri adalah komponen kunci dari self esteem yang positif.

48

2. Penghormatan diri

a. Kemampuan untuk melakukan tindakan yang dilakukan orang lain

*Self esteem* (harga diri) yang kuat ditunjukkan dengan keyakinan bahwa seseorang dapat mencapai hasil yang sebanding dengan hasil orang lain.

b. Menjadi individu yang sejahtera

*Self esteem* (harga diri) yang kuat dan kemampuan untuk mencapai tujuan hidup yang konstruktif sambil merasa seperti orang yang sukses.

79

2.2.4 Karakteristik *self esteem* (harga diri)

Karakteristik *self esteem* (harga diri) dibagi menjadi dua kategori, yaitu:

1. *Self esteem* tinggi

Ciri-ciri berikut sering terlihat pada orang dengan harga diri tinggi:

a. Kepercayaan diri

Menurut penelitian Widodo. P. B & Pratitis. N. T (2021), orang yang memiliki rasa harga diri tinggi cukup percaya diri saat menghadapi tugas dan situasi baru. Mereka cenderung berani mengambil risiko dan tidak takut gagal.

b. Penerimaan diri

Sari. N *et al.* (2023), menemukan bahwa di antara mereka yang memiliki rasa harga diri tinggi, mereka dapat mengakui kelebihan dan kekurangan diri tanpa merasa inferior.

c. *Resilience* (ketahanan)

Putri. A. W & Indrawati. E. S (2022), menegaskan bahwa saat menghadapi stres dan kekecewaan, orang yang memiliki rasa harga diri tinggi lebih tangguh.

d. Asertivitas

Kemampuan untuk mengekspresikan pendapat dan perasaan secara jujur dan terbuka adalah ciri lain dari *self esteem* tinggi (Rahmawati. E *et al.*, 2023).

e. Orientasi tujuan

Orang yang memiliki rasa *self esteem* tinggi biasanya memiliki tujuan tertentu dan berorientasi pada pencapaian (Nugroho & Kustanti, 2023).

2. <sup>83</sup> *Self esteem* rendah

Orang yang memiliki *self esteem* rendah sering menunjukkan karakteristik, sebagai berikut:

a. Ketidakpercayaan diri

Widodo. P. B & Pratitis. N. T (2021) menemukan bahwa individu dengan *self esteem* rendah sering merasa ragu akan kemampuan mereka.

b. Sensitif terhadap kritik

Mereka cenderung sangat sensitif terhadap kritik dan mudah merasa tersinggung atau terluka oleh pendapat orang lain (Sari. N *et al.*, 2023).

c. Perfeksionisme negatif

Putri. A. W & Indrawati. E. S (2022) mengidentifikasi kecenderungan perfeksionisme yang berlebihan pada individu dengan *self esteem* rendah, yang sering berujung pada kekecewaan diri.

d. Perilaku menghindar

Rahmawati. E *et al.* (2023) mencatat bahwa individu dengan *self esteem* rendah sering menghindari situasi sosial atau tanggung jawab karena takut gagal atau dikritik.

e. Pesimisme

Kecenderungan untuk melihat sisi negatif dari situasi dan memiliki pandangan pesimis tentang masa depan adalah ciri lain dari *self esteem* rendah (Nugroho & Kustanti, 2023).

f. Ketergantungan pada penilaian orang lain

<sup>16</sup>Orang yang memiliki *self esteem* rendah sering terlalu bergantung pada penilaian dan persetujuan orang lain untuk merasa berharga (Widodo. P. B & Pratitis. N. T, 2021).

<sup>87</sup>2.2.5 Pengukuran *self esteem* (harga diri)

Rosenberg *Self-Esteem Scale* (RSES) milik Morris Rosenberg (1979) yang diterjemahkan ke <sup>108</sup>dalam bahasa Indonesia oleh Maroqi (2019) digunakan dalam penelitian *self esteem* ini. Dengan skala <sup>72</sup>*Likert* 4 poin dari sangat setuju hingga sangat tidak setuju, survei ini memiliki sepuluh item pernyataan. Ada lima item pada sisi yang tidak menguntungkan (negatif) dari survei ini (2, 5, 6, 8, 9) dan lima hal pada sisi yang menguntungkan (positif) dari survei ini (1, 3, 4, 7, 10). Setelah

memberikan skor terbalik pada hal-hal yang negatif, keempat item poin individual tersebut juga dapat ditambahkan bersama-sama untuk mengevaluasi skala ini. Kuesioner ini mengukur dua indikator yaitu *self-acceptance* (penerimaan diri) dan *self-respect* (penghormatan diri). Penilaian dilakukan dengan menjumlahkan skor setelah melakukan *reverse scoring* pada item negatif. Sepuluh pertanyaan harus dijawab oleh partisipan penelitian, yang kemudian akan dibagi menjadi tiga kelompok berdasarkan respons mereka: mereka yang memiliki *self esteem* rendah (10–19), mereka yang memiliki *self esteem* sedang (20–29), dan mereka yang memiliki *self esteem* tinggi (30–40). Tingkat harga diri yang lebih tinggi ditunjukkan dengan skor keseluruhan yang lebih tinggi. Kuesioner ini memiliki reliabilitas yang sangat baik dengan koefisien Guttman 0,92 dan validitas yang telah teruji melalui *concurrent*, *predictive* dan *construct validity*.

## 2.3 Konsep *body image* (citra tubuh)

### 2.3.1 Definisi *body image* (citra tubuh)

*Body image* (citra tubuh) adalah gagasan multifaset yang meliputi pikiran, perasaan, dan persepsi individu tentang tubuhnya sendiri. Ini bukan hanya tentang bagaimana seseorang terlihat secara fisik, tetapi juga bagaimana mereka merasakan dan memikirkan penampilan mereka. Putri. A. K *et al.* (2020) mengungkapkan *body image* adalah konstruk psikologis yang kompleks dan dinamis, hal ini dapat berubah sepanjang waktu dan dipengaruhi oleh sejumlah variabel internal dan eksternal.

Grogan (2021), mendefinisikan *body image* (citra tubuh) sebagai pikiran, perasaan, dan persepsi individu mengenai penampilan fisiknya. Penilaian subjektif terhadap ukuran, bentuk, dan penampilan tubuh seseorang.

<sup>20</sup> *Body image* merupakan gambaran tentang tubuh yang mencakup persepsi kita terhadap tubuh dari berbagai sudut pandang, emosi, ide, dan perilaku, menurut Cash & Pruzinsky (2002) di dalam buku karangan Reflin & Wahyuni (2024).

Berdasarkan berbagai definisi tersebut, dapat dikatakan bahwa citra tubuh merupakan konsep yang memiliki banyak sisi yang mencakup pikiran, perasaan, perilaku, dan persepsi individu terhadap tubuhnya, yang semuanya dipengaruhi oleh keadaan internal dan eksternal.

### 2.3.2 Faktor-faktor *body image* (citra tubuh)

Banyak aspek yang rumit dan saling terkait memengaruhi persepsi seseorang terhadap tubuhnya. Untuk menemukan kemungkinan penyebab citra tubuh yang negatif dan menciptakan teknik intervensi yang berhasil, penting untuk memahami elemen-elemen ini. Penelitian Rachman *et al.* (2022), menunjukkan bahwa berikut ini adalah faktor penentu utama citra tubuh:

#### 1. Media dan budaya

Kriteria ideal daya tarik dan kecantikan di masyarakat sangat dipengaruhi oleh media massa dan media sosial. Paparan terus-menerus terhadap gambar tubuh yang “sempurna” di majalah, televisi, film, dan platform media sosial dapat mempengaruhi persepsi seseorang tentang tubuh mereka sendiri. Penelitian menunjukkan bahwa eksposur terhadap gambar tubuh yang diidealkan di media dapat menyebabkan peningkatan ketidakpuasan tubuh, terutama di kalangan remaja dan dewasa muda (Nurwulan *et al.*, 2023).

#### 2. Keluarga dan teman sebaya

Persepsi seseorang tentang tubuhnya sangat dipengaruhi oleh pendapat dan ucapan teman sebaya dan keluarga. Misalnya, komentar negatif dari orang



tua tentang berat badan anak mereka dapat menyebabkan anak tersebut mengembangkan *body image* yang negatif.

### 3. Pengalaman pribadi

Pengalaman masa lalu, terutama yang terjadi selama masa kritis perkembangan seperti masa kanak-kanak dan remaja, dapat memiliki dampak jangka panjang pada *body image* seseorang. Pengalaman seperti bullying terkait penampilan, pelecehan, atau trauma fisik dapat menyebabkan seseorang mengembangkan persepsi negatif tentang tubuh mereka.

### 4. Faktor psikologis

Kondisi mental seperti depresi, kecemasan, atau gangguan makan dapat mempengaruhi bagaimana seseorang memandang tubuhnya. Sebaliknya, masalah kesehatan mental juga dapat timbul akibat memiliki *body image* yang negatif. Ini menciptakan siklus umpan balik yang dapat memperburuk kedua kondisi tersebut.

### 5. Faktor biologis dan genetik

Beberapa aspek penampilan fisik dipengaruhi oleh genetik, seperti tinggi badan, struktur tulang, dan kecenderungan untuk menambah berat badan. Faktor-faktor ini dapat mempengaruhi bagaimana seseorang memandang tubuhnya dalam konteks standar sosial yang ada. Selain itu, perubahan hormonal dan perkembangan fisik selama masa pubertas juga dapat memiliki dampak signifikan pada *body image*.

### 6. Norma budaya dan sosial

Standar kecantikan dan ketampanan bervariasi antar budaya dan dapat berubah seiring waktu. Norma-norma ini dapat mempengaruhi bagaimana

individu menilai penampilan mereka sendiri. Misalnya, dalam beberapa budaya, tubuh yang lebih berisi dianggap sebagai tanda kesehatan dan kemakmuran, sementara di budaya lain, tubuh kurus yang dianggap ideal.

#### 7. Status sosial ekonomi

*Body image* diyakini dipengaruhi oleh status sosial ekonomi, ada kemungkinan bahwa mereka yang berasal dari latar belakang lebih kaya memiliki akses lebih baik ke sumber daya. untuk mengubah penampilan mereka (misalnya, melalui diet, olahraga, atau prosedur kosmetik), yang dapat mempengaruhi bagaimana mereka memandang dan menilai tubuh mereka.

#### 2.3.3<sup>12</sup> Aspek-aspek *body image* (citra tubuh)

Menurut Cash & Prunzinsky (2000) di dalam buku karangan Malasari *et al.*

(2022), ada delapan aspek:

1. Evaluasi penampilan (*appearance evaluation*), yaitu suatu pengukuran yang menggolongkan ciri-ciri tubuh sebagai memuaskan atau kurang memuaskan.
2. Orientasi penampilan (*appearance orientation*), yaitu fokus seseorang untuk berpenampilan menarik dan upayanya untuk memperbaiki atau mempercantik diri.
3. Evaluasi kebugaran (*fitness evaluation*), yaitu mengukur perasaan seseorang mengenai tingkat kebugaran fisiknya. Skor tinggi berarti merasa bugar dan aktif dalam olahraga, skor rendah berarti merasa tidak bugar secara fisik.
4. *Fitness orientation* (orientasi kebugaran), yaitu mengukur tingkat investasi seseorang dalam aktivitas kebugaran fisik. Skor rendah menunjukkan bahwa orang tidak menghargai kebugaran fisik, sedangkan skor tinggi menunjukkan

bahwa orang berpartisipasi aktif dalam aktivitas untuk meningkatkan kebugaran mereka.

5. Evaluasi kesehatan (*health evaluation*), yaitu mengukur persepsi individu terhadap kesejahteraan fisik mereka. Peringkat rendah menunjukkan perasaan sakit atau rentan terhadap penyakit, sedangkan angka tinggi menyiratkan perasaan sehat dan bebas penyakit.
6. Kepuasan terhadap area tubuh (*body areas satisfaction*), yaitu untuk mengukur kepuasan seseorang dengan wajah, rambut, dan bagian tubuh lainnya, serta lengan, bahu, dada, bagian tengah, perut, dan penampilan umum.
7. Kecemasan kelebihan berat badan (*overweight preoccupation*), yang mencakup Bagaimana individu memandang dan mengukur berat badan mereka, yang bervariasi dari berat badan kurang hingga sangat gemuk.
8. Persepsi ukuran tubuh (*self-classified weight*), yaitu termasuk kesadaran pribadi tentang berat badan, kebiasaan makan, dan kekhawatiran tentang obesitas.

#### 2.3.4 Dampak *body image* (citra tubuh) bagi kesehatan mental

*Body image* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental seseorang. Persepsi dan perasaan tentang tubuh dapat mempengaruhi berbagai aspek kesejahteraan psikologis, mulai dari harga diri hingga risiko gangguan mental yang lebih serius. Penelitian Wulandari & Sulistiani (2021), memperlihatkan berbagai dampak *body image* terhadap kesehatan mental, sebagai berikut ini:

##### 1. Dampak positif

*Body image* yang positif dapat memberikan berbagai manfaat bagi kesehatan mental, antara lain:

- 34
- a. Peningkatan *self-esteem* dan kepercayaan diri: Individu dengan *body image* positif biasanya memiliki *self-esteem* dan kepercayaan diri yang lebih besar dalam berbagai konteks sosial.
  - b. Kesejahteraan psikologis: *Body image* positif dikaitkan dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang baik, termasuk kebahagiaan dan kesejahteraan yang lebih besar.
  - c. Ketahanan terhadap stres: Orang dengan *body image* positif umumnya lebih mampu mengatasi stres dan tekanan hidup sehari-hari.
  - d. Hubungan interpersonal yang lebih baik: Hubungan mereka dengan orang lain umumnya lebih baik dan lebih memuaskan, karena tidak terhambat oleh kekhawatiran berlebihan tentang penampilan.
  - e. Perilaku kesehatan yang positif: *Body image* positif sering dikaitkan dengan perilaku kesehatan yang lebih baik, seperti pola makan seimbang dan olahraga teratur yang dimotivasi oleh keinginan untuk menjaga kesehatan, bukan karena ketidakpuasan dengan penampilan.
  - f.
2. Dampak negatif

*Body image* negatif dapat memiliki konsekuensi serius bagi kesehatan mental:

- a. Depresi dan kecemasan: *Body image* negatif sering dikaitkan dengan peningkatan risiko depresi dan gangguan kecemasan. Ketidakpuasan yang terus-menerus dengan penampilan dapat menyebabkan perasaan sedih, putus asa, dan cemas.

- b. Gangguan makan: Seperti bulimia nervosa dan anoreksia nervosa sangat terkait dengan citra tubuh yang negatif. Kebiasaan makan yang tidak sehat dan berbahaya dapat disebabkan oleh ketidakpuasan terhadap ukuran dan bentuk tubuh.
- c. *Self harm* (Menyakiti Diri Sendiri): Dalam kasus yang ekstrem, *body image* negatif dapat berkontribusi pada perilaku melukai diri sendiri sebagai cara untuk mengatasi emosi negatif atau sebagai bentuk hukuman terhadap tubuh yang dianggap tidak sempurna.
- d. Isolasi sosial: Individu dengan *body image* negatif mungkin menghindari interaksi sosial atau situasi di mana tubuh mereka mungkin menjadi fokus perhatian, yang dapat menyebabkan isolasi dan kesepian.
- e. Gangguan dismorfik tubuh: *Body image* yang sangat negatif dapat berkembang menjadi gangguan dismorfik tubuh, di mana seseorang menjadi sangat terobsesi dan tertekan oleh kekurangan yang dirasakan dalam penampilan mereka.
- f. Penurunan kinerja akademik atau profesional: Kekhawatiran yang berlebihan tentang penampilan dapat mengganggu konsentrasi dan kinerja di sekolah atau tempat kerja.
- g. Perilaku berisiko: Beberapa individu mungkin terlibat dalam perilaku berisiko seperti penggunaan steroid atau prosedur kosmetik yang tidak aman dalam upaya untuk mengubah penampilan mereka.
- h. Gangguan tidur: Stres dan kecemasan terkait *body image* dapat menyebabkan gangguan tidur, yang pada gilirannya dapat memperburuk masalah kesehatan mental.

Hubungan antara *body image* dan kesehatan mental bersifat dua arah. Sementara *body image* negatif dapat menyebabkan masalah kesehatan mental, persepsi seseorang tentang fisiknya juga dapat dipengaruhi oleh masalah kesehatan mental yang ada sebelumnya.

### 2.3.5 Pengukuran *body image* (citra tubuh)

Penelitian ini menggunakan <sup>34</sup> *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) untuk mengukur *body image* (citra tubuh). Untuk melakukan hal ini, disediakan kuesioner dengan <sup>67</sup> skala *Likert 5* mulai dari sangat setuju hingga sangat tidak setuju. Sebagaimana dinyatakan dalam karya Cash (1990) yang telah diterjemahkan dalam buku karangan Lailatul Fitriyah (2017). Ada 8 bagian dalam alat ukur ini, <sup>4</sup> evaluasi penampilan, orientasi penampilan, evaluasi kebugaran, orientasi kebugaran, evaluasi kesehatan, kepuasan terhadap area tubuh, kecemasan kelebihan berat badan, dan persepsi terhadap ukuran tubuh. Kuesioner pada konsep Cash (1990) terdiri dari 37 item, yang dibagi menjadi pertanyaan *unfavourable* sejumlah 4 item (5, 13, 24, 25) dan pertanyaan *favourable* sejumlah 33 (1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23). Konsep teori Cash (1990) memiliki nilai koefisien realibilitas 0,75.

## 2.4 Penelitian terkait

### 2.4.1 <sup>53</sup> Nia Agustiningih, Faizatur Rohmi, dan Yulis Eka Rahayu (2023)

Penelitian yang dilakukan ini berjudul "<sup>11</sup> Hubungan *Body Image* dengan Harga diri pada Remaja Putri Usia 16-18 Tahun". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana perasaan remaja putri di SMA Nasional Kota Malang, <sup>102</sup> usia 16 sampai 18 tahun, tentang tubuh dan harga diri mereka. Dengan menggunakan metodologi cross-sectional dan metodologi korelasional, penelitian

ini melibatkan 80 siswi kelas X–XI yang dipilih secara acak. *The Multidimensional Body Self Relations Questionnaire-Appearance Scales* (MBSRQ-AS) digunakan untuk mengumpulkan data tentang citra tubuh, sedangkan Rosenberg Self-Esteem digunakan untuk mengumpulkan data tentang harga diri. Menurut temuan penelitian, 41 responden (51,2%) memiliki harga diri yang baik, dan 63 responden (79%) memiliki citra tubuh yang positif. Hasil analisis data *Spearman Rank* menunjukkan korelasi yang substansial antara harga diri dan citra tubuh gadis remaja, dengan nilai  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ).

#### 2.4.2 Siti Erma Maemunah (2020)

Penelitian yang dilakukan ini berjudul "Hubungan Antara Tingkat Kepuasan Citra tubuh (*Body Image*) Dengan Harga diri (*Self Esteem*) Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi". Penelitian yang dipublikasikan dalam tulisan ini mencoba untuk memastikan hubungan antara *self esteem* dan tingkat kepuasan terhadap tubuh mahasiswi Fakultas Psikologi. Tujuan peneliti adalah untuk mengetahui apakah kedua variabel tersebut berkorelasi secara signifikan. Penelitian kuantitatif ini menggunakan strategi pengambilan sampel acak berstrata proporsional. Sebanyak 72 mahasiswi berusia 18-22 tahun dari Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung menjadi subjek penelitian. Menggunakan kuesioner *Self Esteem* (43 butir) dengan skala Likert dan Skala Kepuasan *Body Image* (31 butir). Uji korelasi *Spearman Rank* digunakan untuk menganalisis data. Temuan penelitian menunjukkan bahwa 47% siswi memiliki *self esteem* yang tinggi dan 53% siswi sangat puas dengan *body image* yang dimiliki. Berdasarkan analisis, *self esteem* dan kepuasan terhadap *body image* seseorang tidak berkorelasi secara signifikan ( $r_s = 0,223$ ).

#### 2.4.3 Alfina Saniyah & Fenty Zahara Nasution (2024)

Penelitian yang dilakukan berjudul "Hubungan *Body image* Dengan *Self esteem* Pada Siswa SMK PAB 1 Helvetia Medan". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dan citra tubuh siswa SMK PAB 1 Helvetia Medan. Metodologi penelitian ini menggabungkan strategi pengambilan sampel acak dengan pendekatan kuantitatif. Dari 150 siswa kelas XI SMK PAB 1 Helvetia Medan, sebanyak 97 orang menjadi sampel. Harga diri dan citra tubuh diukur menggunakan skala Likert dalam kuesioner yang digunakan untuk pengumpulan data. Metode korelasi *Product Moment* diterapkan pada analisis data. *Self esteem* dan *body image* siswa terbukti berkorelasi secara signifikan ( $r_{xy} = 0,541$ ;  $\text{sig} < 0,000$ ). Sementara faktor-faktor lain memengaruhi 70,8% *self esteem* siswa, dan *body image* menyumbang 29,2% dari total.

#### 2.4.4 Salsa Billa Dwi Fani & Nurfarhanah (2024)

Penelitian yang dilakukan ini berjudul "Hubungan *Body Image* dengan *Self Esteem* Pada Siswa SMA dan Implikasinya dalam Pelayanan Konseling". Penelitian ini mencoba mendeskripsikan *body image* dan *self esteem* siswa SMA dan mendukungnya dalam layanan konseling. Penelitian ini menggabungkan strategi deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Sampel sebanyak 328 siswa dipilih menggunakan teknik pengambilan *proportional random sapling* dari 694 siswa yang terdaftar di SMAN 1 selama tahun ajaran 2024–2025. Pendekatan deskriptif digunakan untuk analisis setelah kuesioner *body image* dan *self esteem* digunakan untuk pengumpulan data. *Self esteem* berada pada kelompok tinggi (63,72%), tetapi *body image* siswa berada pada area sedang (51,52%), menurut temuan keseluruhan

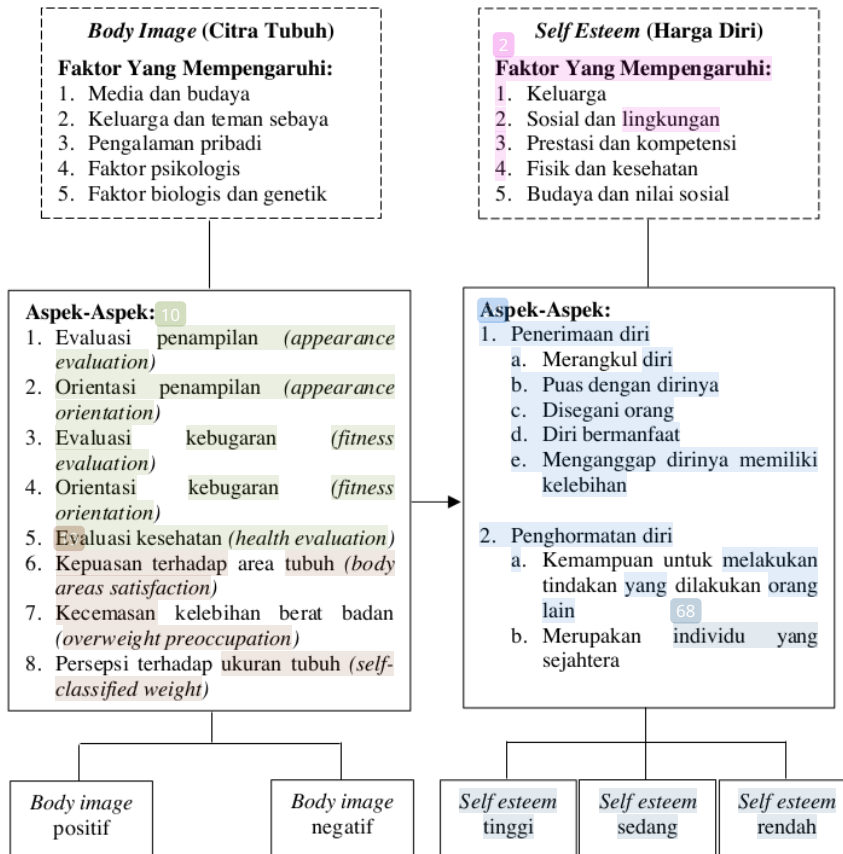


penelitian. Layanan konseling dan informasi kelompok adalah dua layanan yang dapat ditawarkan untuk meningkatkan *self esteem* dan *body image*.

**BAB 3**

**KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS**

**3.1 Kerangka konseptual**



**Keterangan:**

Diteliti :

Tidak diteliti :

**2** Berpengaruh : \_\_\_\_\_

Berhubungan : \_\_\_\_\_→

**Gambar 3.1** Kerangka Konseptual Hubungan *Body Image* (Citra Tubuh) Dengan *Self Esteem* (Harga Diri) Pada Remaja SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung.

Kerangka konseptual ini menggambarkan hubungan antara dua konsep utama yaitu *body image* (citra tubuh) dan *self esteem* (harga diri). *Body image* dipengaruhi oleh faktor media dan budaya, keluarga dan teman sebaya, pengalaman pribadi, faktor psikologis, serta faktor biologis dan genetik, yang kemudian termanifestasi dalam 8 aspek: evaluasi penampilan, orientasi penampilan, evaluasi kebugaran, orientasi kebugaran, evaluasi kesehatan, kepuasan terhadap area tubuh, kecemasan kelebihan berat badan, dan persepsi terhadap ukuran tubuh. Selanjutnya *self esteem* dipengaruhi oleh faktor personal dan kompetensi, faktor sosial dan lingkungan, faktor keluarga dan kompetensi, faktor fisik dan kesehatan, serta faktor budaya dan nilai sosial, yang tercermin dalam dua aspek utama: penerimaan diri dan penghormatan diri. Kedua konsep ini saling terkait dan dapat dikategorikan menjadi tingkatan tinggi, sedang, atau rendah.

### 3.2 Hipotesis

Menurut Jim Hoy Yam & Ruhiyar Taufik (2021), Hipotesis adalah solusi jangka pendek yang akan diteliti untuk menentukan kebenarannya. Setelah meneliti kerangka konseptual tersebut, peneliti mengajukan hipotesis:

H1 : Terdapat hubungan antara *body image* (citra tubuh) dengan *self esteem* (harga diri) pada remaja di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Jurusan Farmasi.

## **BAB 4**

### **METODE PENELITIAN**

#### **4.1 Jenis penelitian**

Penelitian ini menggunakan metodologi korelasional dan bersifat kuantitatif, karena menggunakan data numerik untuk mengevaluasi hipotesis dan memeriksa interaksi antar variabel, maka penelitian kuantitatif dipilih (Yusuf, 2021).  
Hubungan antara *body image* (citra tubuh) dengan *self esteem* (harga diri) pada remaja, dipastikan menggunakan pendekatan korelasional.

#### **4.2 Rancangan penelitian**

*Cross-sectional* (pengumpulan data dari sekelompok orang dalam satu waktu yang sama) adalah rancangan penelitian yang digunakan, di mana pengumpulan data dilakukan pada satu titik waktu tertentu (Hasanah, 2020). Rancangan ini dipilih karena sesuai untuk meneliti hubungan antara variabel dalam waktu yang relatif singkat dan efisien.

#### **4.3 Waktu dan tempat penelitian**

##### **4.3.1 Waktu penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan mulai dari bulan Agustus 2024 hingga bulan Januari 2025.

##### **4.3.2 Tempat penelitian**

Penelitian dilakukan di SMK Sehat Insan Perjuangan yang terletak di Jl. Kebonsari di Dusun Kebonsari, Desa Karangwinongan, Kecamatan Mojoagung, Kabupaten Jombang, Jawa Timur, Kode Pos 61482.

#### 4.4 Populasi/sampel/sampling

##### 4.4.1 Populasi penelitian

Seluruh siswa/siswi kelas 11 jurusan farmasi SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Jurusan Farmasi yang berjumlah 48 siswa/siswi, menjadi populasi penelitian ini. Berdasarkan data dari pihak sekolah, kelas 11 jurusan farmasi terdiri dari kelas XI A memiliki 25 siswa/siswi dan kelas XI B memiliki 23 siswa/siswi.

##### 4.4.2 Sampel penelitian

Siswa/siswi SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Jurusan Farmasi yang telah memenuhi kriteria responden yang akan menjadi sampel dalam penelitian. Penelitian ini menggunakan rumus Slovin, jumlah sampel ditentukan dengan tingkat kepercayaan 95% (0,95) dan tingkat kesalahan 5% (0,05) dan 10% (0,1).

Berikut ini adalah rumus Slovin yang digunakan (Amirin, 2022):

$$n = \frac{N}{1 + N (e^2)}$$

Keterangan:

n : besarnya sampel

N : besarnya populasi

$e^2$  : tingkat kesalahan yang dipilih ( $e^2 = 0,05$ )

$$n = \frac{48}{1 + 48 (0,05^2)}$$

$$n = \frac{48}{1 + 48 (0,0025)}$$

$$n = \frac{48}{1,12}$$

$$n = 42,857 (43)$$

Rumus tersebut menghasilkan sampel sebanyak 43 remaja yang dibutuhkan untuk penelitian ini..

#### 4.4.3 *Sampling* penelitian

Dengan pendekatan *propotional stratified random sampling* atau pemilihan sampel acak dari populasi, penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling*. Jumlah populasi 48 selanjutnya dipilih 43 responden secara acak yang akan dihitung kembali sesuai dengan rumus *proportional stratified random sampling*.

Menurut Sugiyono (2020), untuk menentukan rumus *proportional stratified random sampling*:

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n$$

Keterangan:

$n_i$  = jumlah *sampling*

$n$  = total sampel

$N_i$  = populasi menurut stratum

$N$  = populasi total

$$\text{Kelas XI A} = \frac{25}{48} \times 43 = 22,4$$

$$\text{Kelas XI B} = \frac{23}{48} \times 43 = 20,6$$

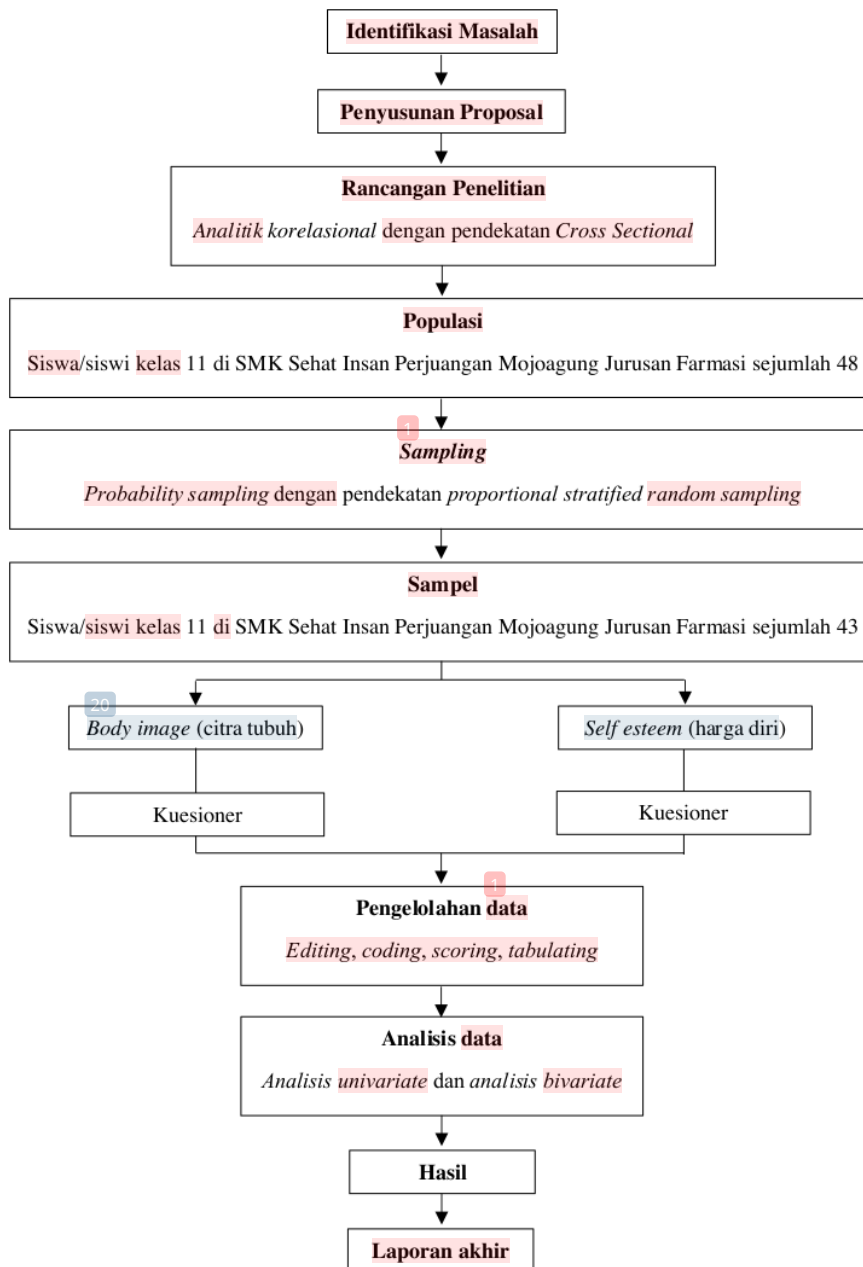
Tabel 4.1 Besar sampel / Responden Penelitian di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung yang dipilih secara acak di dua kelas

Kelas	Persen (%)	Sampel
-------	------------	--------

XI A	22,4	22
XI B	20,6	21*
<b>Jumlah</b>		<b>43</b>

Keterangan \* angka dibulatkan keatas

#### 4.5 Jalannya penelitian (kerangka kerja)



Gambar 4.2 Kerangka Kerja Hubungan *Body Image* (Citra Tubuh) dengan *Self Esteem* (Harga Diri) Pada Remaja di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Jurusan Farmasi

#### 4.6 Identifikasi variabel

Sugiyono (2020), mendefinisikan variabel sebagai kualitas, sifat, atau nilai orang, benda, atau aktivitas yang bervariasi dan dipilih oleh peneliti untuk diperiksa sebelum kesimpulan dibuat.

##### 4.6.1 Variabel independen (variabel bebas)

Sugiyono (2020) mendefinisikan variabel bebas sebagai variabel yang mempengaruhi, menghasilkan, atau mengarah pada variabel terikat. Variabel ini tidak terkait dengan semua variabel lain dalam konteks penelitian. *Body image* (citra tubuh) merupakan variabel independen dalam penelitian ini.

##### 4.6.2 Variabel dependen (variabel terikat)

Variabel dependen menurut Sugiyono (2020), adalah variabel yang dipengaruhi atau ditimbulkan oleh adanya variabel independen (bebas), karena variabel independen tidak memiliki hubungan dengan variabel dependen. mempengaruhi perubahan atau variasinya, maka variabel ini menjadi subjek utama penelitian. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah *self esteem* (harga diri).

#### 4.7 Definisi operasional

Proses mengubah suatu konstruk menjadi variabel yang dapat diukur dikenal sebagai definisi operasional. Pengukuran dapat diperbaiki atau direplikasi dengan cara yang sama oleh peneliti lain, dengan menggunakan definisi operasional yang mendefinisikan metodologi yang tepat yang digunakan untuk mempelajari dan



mengoperasikan konstruk (Sugiyono, 2020). Tabel dibawah ini akan menjelaskan lebih rinci tentang definisi operasional pada penelitian ini.

**2**  
Tabel 4.3 Definisi Operasional Variabel *Body Image* (citra tubuh) dan *Self Esteem* (Harga Diri)

No	Variabel	Definisi	Indikator	Alat ukur	Skala	Skor
1.	Variabel independen <i>body image</i> (citra tubuh)	Persepsi individu (remaja) mengenai gambarannya tubuhnya	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi penampilan (<i>appearance evaluation</i>)</li> <li>2. Orientasi penampilan (<i>appearance orientation</i>)</li> <li>3. Evaluasi kebugaran (<i>fitness evaluation</i>)</li> <li>4. Orientasi kebugaran (<i>fitness orientation</i>)</li> <li>5. Evaluasi kesehatan (<i>health evaluation</i>)</li> <li>6. Kepuasan terhadap area tubuh (<i>body areas satisfaction</i>)</li> <li>7. Kecemasan kelebihan berat badan (<i>overweight preoccupation</i>)</li> <li>8. Persepsi terhadap ukuran tubuh (<i>self-classified weight</i>)</li> </ol>	Kuesioner yang berjumlah 37 item berdasarkan konsep teori <i>body image</i> dari Cash (1990) yang telah diterjemahkan oleh Lailatul Fitriyah (2017)	<ol style="list-style-type: none"> <li>O Skala penilaian</li> <li>R <i>favourable</i>:</li> <li>D SS = 5</li> <li>I S = 4</li> <li>N N = 3</li> <li>A TS = 2</li> <li>L STS = 1</li> </ol>	<p>Skala penilaian <i>unfavourable</i>: SS = 1 S = 2 N = 3 TS = 4 STS = 5</p> <p>Rentang skor 37-185: <i>Body image</i> positif = 93-185 <i>Body image</i> negatif = 37-92</p> <p>Menurut Cash (1990) dalam Lailatul Fitriyah (2017)</p>
2.	Variabel dependen <i>self esteem</i> (harga diri)	Evaluasi positif atau negatif individu (remaja) dalam menilai dirinya	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penerimaan diri               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Merangkul diri</li> <li>b. Puas dengan dirinya</li> <li>c. Disegani orang</li> <li>d. Diri bermanfaat</li> <li>e. Menganggap dirinya memiliki kelebihan</li> </ol> </li> <li>2. Penghormatan diri               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Kemampuan untuk melakukan tindakan yang</li> </ol> </li> </ol>	Kuesioner <i>Self Esteem Scale</i> yang berjumlah 10 item berdasarkan konsep teori dari Rosenberg (1965) yang telah diterjemahkan	<ol style="list-style-type: none"> <li>O Pertanyaan</li> <li>R <i>favourable</i>:</li> <li>D SS = 4</li> <li>I S = 3</li> <li>N TS = 2</li> <li>A STS = 1</li> <li>L Pertanyaan <i>unfavourable</i>: SS = 1 S = 2 TS = 3 STS = 4</li> </ol>	

dilakukan orang oleh Maroqi  
lain (2019)  
b. Merupakan individu yang  
sejahtera

Rentang skor 10-40:  
*Self esteem* tinggi =  
30 - 40  
*Self esteem* sedang =  
20 - 29  
*Self esteem* rendah =  
10 - 19  
Menurut Rosenberg  
(1965) dalam  
Maroqi (2019)

## 4.8 Pengumpulan dan analisis data

### 4.8.1 Instrumen penelitian

Kuesioner adalah instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data. Pertanyaan kuesioner bersifat tertutup (*close ended*) dan menggunakan skala ordinal, selanjutnya pengambilan dan pengumpulan data menggunakan kuesioner.

#### 1. Kuesioner data demografi

Kuisisioner ini berisikan dengan rincian tentang identitas dan komponen responden:

- a. Nama
- b. Kelas
- c. Usia
- d. Jenis kelamin

#### 2. Kuesioner *body image* (citra tubuh)

Pertanyaan pilihan ganda digunakan dalam kuesioner untuk mengukur *body image*, yang didasarkan pada teori Cash (1990) dalam buku karangan Lailatul Fitriyah (2017), yang memuat 8 aspek yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, evaluasi kebugaran, orientasi kebugaran, evaluasi kesehatan, kepuasan terhadap area tubuh, kecemasan kelebihan berat badan, dan persepsi terhadap ukuran tubuh. Kuesioner *body image* terdiri dari 37 item pertanyaan dengan skala likert 1-5.

- a. Skor pertanyaan *favourable*:
- 1) Sangat setuju = 5
  - 2) Setuju = 4
  - 3) Netral = 3
  - 4) Tidak setuju = 2
  - 5) Sangat tidak setuju = 1
- b. Skor pertanyaan *unfavourable*:
- 1) Sangat setuju = 1
  - 2) Setuju = 2
  - 3) Netral = 3
  - 4) Tidak setuju = 4
  - 5) Sangat tidak setuju = 5
- c. Skor pertanyaan *self-sclassified weight favourable*:
- 1) Sangat ringan = 5
  - 2) Kurang lebih ringan = 4
  - 3) Normal = 3
  - 4) Sedikit banyak kelebihan BB = 2
  - 5) Sangat kelebihan BB = 1
- d. Skor pertanyaan *body areas satisfaction favourable*:
- 1) Sangat tidak puas = 5
  - 2) Kurang puas = 4
  - 3) Netral = 3
  - 4) Puas = 2
  - 5) Sangat puas = 1

## e. Kriteria penilaian:

- |                       |          |
|-----------------------|----------|
| 1) Body image positif | = 93-185 |
| 2) Body image negatif | = 37-92  |

3. Kuesioner *self esteem* (harga diri)

Konsep teori dari Rosenberg (1965) dalam buku karangan Maroqi (2019) untuk membuat kuesioner pilihan ganda untuk mengukur harga diri. Rosenberg *self esteem scale*, ada dua bagian: penerimaan diri dan penghormatan diri. Sepuluh pertanyaan pada skala *Likert* 1-4 membentuk kuesioner harga diri.

a. Skor pertanyaan *favourable*:

- |                              |     |
|------------------------------|-----|
| 1) Sangat setuju (SS)        | = 4 |
| 2) Setuju (S)                | = 3 |
| 3) Tidak setuju (TS)         | = 2 |
| 4) Sangat tidak setuju (STS) | = 1 |

b. Skor pertanyaan *unfavourable*:

- |                              |     |
|------------------------------|-----|
| 1) Sangat setuju (SS)        | = 1 |
| 2) Setuju (S)                | = 2 |
| 3) Tidak setuju (TS)         | = 3 |
| 4) Sangat tidak setuju (STS) | = 4 |

## c. Kriteria penilaian:

- |                              |           |
|------------------------------|-----------|
| 1) <i>Self esteem</i> tinggi | = 30 - 40 |
| 2) <i>Self esteem</i> sedang | = 20 - 29 |
| 3) <i>Self esteem</i> rendah | = 10 - 19 |

#### 4.8.2 Prosedur penelitian

Responden diminta untuk mengisi survei mengenai *body image* (citra tubuh) dan *self esteem* (harga diri) mereka untuk mendapatkan data primer. Proses pengumpulan data adalah sebagai berikut:

1. Setelah menentukan masalah yang akan diteliti, peneliti mengajukan judul kepada pembimbing, yang kemudian melakukan verifikasi di perpustakaan.
2. Peneliti mulai menyusun proposal penelitian.
3. Peneliti membuat draft surat izin penelitian dan mengirimkannya ke bagian akademik program S1 Keperawatan ITSkes ICMe Jombang.
4. Peneliti diberikan surat izin penelitian yang telah diberi persetujuan oleh Ketua ITSkes ICMe Jombang.
5. Agar mendapatkan perizinan melakukan pengambilan data studi pendahuluan, maka surat permohonan izin penelitian untuk pengumpulan data penelitian pendahuluan dikirimkan ke Sekolah Menengah Kejuruan Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Jurusan Farmasi.
6. Peneliti melakukan pengumpulan data awal dari responden yang akan dijadikan sampel penelitian.
7. Peneliti menggunakan judul “Hubungan *Body Image* (Citra Tubuh) dengan *Self Esteem* (Harga Diri) Pada Remaja SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Jurusan Farmasi”, untuk melakukan ujian proposal.
8. Setelah proposal penelitian disetujui, peneliti membuat surat izin penelitian.
9. Untuk mendapatkan persetujuan dari ketua ITSkes ICMe Jombang maka peneliti mengajukan kembali surat izin penelitian ke kampus.

10. Untuk memperoleh izin pengumpulan data penelitian, peneliti membawa surat izin penelitian dari kampus lalu dikirimkan ke SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Jurusan Farmasi.
11. Dengan menggunakan pendekatan *proportional stratified random sampling* dan teknik *probability sampling*, peneliti mengidentifikasi responden. Setelah dilakukan perhitungan, populasi awal yang berjumlah 48 siswa dikurangi menjadi 43 siswa dan *proportional stratified random sampling* dengan membagi responden menjadi 2.
12. Peneliti memberitahukan kepada calon partisipan tentang tujuan penelitian dan meminta persetujuan mereka untuk mengisi lembar persetujuan (informed consent) jika mereka bersedia untuk berpartisipasi.
13. Peneliti memberikan penjelasan kepada responden tentang cara mengisi kuesioner.
14. Peneliti membagikan kuesioner penelitian untuk dapat di isi oleh responden.
15. Responden mengumpulkan kuesioner yang sudah diisi lengkap.
16. Melakukan pengumpulan data dan analisis data setelah semua kuesioner terkumpul.
17. Peneliti menyusun laporan hasil penelitian.
18. Setelah menyelesaikan laporan hasil penelitian, peneliti melakukan ujian hasil dengan judul “Hubungan *Body Image* (Citra Tubuh) dengan *Self Esteem* (Harga Diri) Pada Remaja SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Jurusan Farmasi”

#### 4.8.3 Pengolahan data

Menurut Sugiyono (2020), pengolahan data penelitian adalah suatu proses sistematis yang dilakukan setelah data terkumpul. dengan tujuan untuk

mengorganisasi. mengelompokkan. dan menganalisis data sehingga dapat diinterpretasikan dan disimpulkan untuk menjawab pertanyaan penelitian atau menguji hipotesis. Selanjutnya, dilakukan *editing data*, *coding*, *scoring*, dan *tabulating data*, proses pengolahan data ini akan dijelaskan lebih lanjut agar mudah dipahami, sebagai berikut:

1. *Editing data* (memeriksa data)

Kuesioner demografi, *body image* dan *self esteem* diperiksa ulang untuk memastikan bahwa informasinya akurat dan komprehensif.

2. *Coding* (memberi tanda/kode)

Pemberian kode atau penandaan untuk membantu pemrosesan data. Dalam studi ini, data umum dikodekan sebagai berikut::

a. Kelas

XI A = K1

XI B = K2

b. Usia

16 tahun = U1

17 tahun = U2

c. Jenis kelamin

Laki-laki = JK1

Perempuan = JK2

d. Berat badan

< 50 kg = BB1

50-60 kg = BB2

61-70 kg = BB3

<sup>55</sup>  
> 70 kg = BB4

e. Tinggi badan

< 150 cm = TB1

150-160 cm = TB2

161-170 cm = TB3

> 170 cm = TB4

f. Bagian tubuh yang paling penting

Wajah = BT1

Tinggi badan = BT2

Berat badan = BT3

Warna kulit = BT4

g. Penggunaan produk perawatan

Tidak menggunakan = P1

*Skincare* dasar = P2

*Skincare* lengkap = P3

*Skincare* lengkap dan make up = P4

h. Sumber referensi penampilan

Keluarga = SR1

Teman = SR2

Selebriti / influencer = SR3

Media social = SR4

<sup>16</sup>  
i. *Body image* (citra tubuh)



*Body image* positif = BI1

*Body image* negatif = BI2

j. *Self esteem* (harga diri)

<sup>19</sup>  
*Self esteem* tinggi = SE1

*Self esteem* sedang = SE2

*Self esteem* rendah = SE3

3. <sup>1</sup> *Scoring* (pemberian skor)

Tahap *scoring* ini dilakukan setelah kode jawaban telah disepakati sehingga skor dapat diberikan kepada setiap jawaban dari responden.

a. *Body image* (citra tubuh)

Skor pertanyaan *favourable*:

<sup>18</sup>  
1) Evaluasi penampilan, orientasi penampilan, evaluasi kebugaran, orientasi kebugaran, evaluasi kesehatan, dan kecemasan kelebihan

berat badan:

<sup>5</sup>  
a) Sangat setuju (SS) = 5

b) Setuju (S) = 4

c) Netral (N) = 3

d) Tidak setuju (TS) = 2

e) Sangat tidak setuju (STS) = 1

2) *Self-classified weight*:

a) Sangat ringan = 5

b) Kurang lebih ringan = 4

c) Normal = 3

<sup>4</sup>  
d) Sedikit banyak kelebihan berat badan = 2

e) Sangat kelebihan berat badan = 1

3) *Body areas satisfaction:*

<sup>44</sup>  
a) Sangat tidak puas (STP) = 5

b) Kurang puas (KP) = 4

c) Netral (N) = 3

d) Puas (P) = 2

e) Sangat puas (SP) = 1

Skor pertanyaan *unfavourable:*

<sup>4</sup>  
4) Evaluasi penampilan, orientasi penampilan, evaluasi kebugaran, orientasi kebugaran, evaluasi kesehatan, dan kecemasan kelebihan

berat badan:

<sup>10</sup>  
Sangat setuju (SS) = 1

Setuju (S) = 2

Netral (N) = 3

Tidak setuju (TS) = 4

Sangat tidak setuju (STS) = 5

1) *Body areas satisfaction:*

<sup>42</sup>  
a) Sangat tidak puas (STP) = 1

b) Kurang puas (KP) = 2

c) Netral (N) = 3

d) Puas (P) = 4

e) Sangat puas (SP) = 5

Kriteria penilaian:

1) *Body image positif* = 93 – 185

2) *Body image* negatif = 37 – 92

b. *Self esteem* (harga diri)

Skor pertanyaan *favourable*:

- |                              |     |
|------------------------------|-----|
| 1) Sangat setuju (SS)        | = 4 |
| 2) Setuju (S)                | = 3 |
| 3) Tidak setuju (TS)         | = 2 |
| 4) Sangat tidak setuju (STS) | = 1 |

Skor pertanyaan *unfavourable*:

- |                              |     |
|------------------------------|-----|
| 1) Sangat setuju (SS)        | = 1 |
| 2) Setuju (S)                | = 2 |
| 3) Tidak setuju (TS)         | = 3 |
| 4) Sangat tidak setuju (STS) | = 4 |

Kriteria penilaian:

- |                              |           |
|------------------------------|-----------|
| 1) <i>Self esteem</i> tinggi | = 30 – 40 |
| 2) <i>Self esteem</i> sedang | = 20 – 29 |
| 3) <i>Self esteem</i> rendah | = 10 – 19 |

4. *Tabulating data* (tabulasi data)

Menurut Sugiyono (2020), karena tabulasi data memudahkan analisis data, berikut ini adalah cara data dikumpulkan dan disusun dalam tabel

kerja:

- |                   |           |
|-------------------|-----------|
| Seluruhnya        | : 100%    |
| Hampir seluruhnya | : 76%-99% |
| Sebagian besar    | : 51%-75% |
| Setengahnya       | : 50%     |

Hampir setengahnya : 26%-49%

Sebagian kecil : 1%-25%

Tidak satupun : 0%

#### 4.8.4 Analisis data

Uji statistik univariat dan bivariat digunakan untuk analisis data. Analisis data adalah tindakan mengubah data menjadi pengetahuan yang dapat diinterpretasikan lebih lanjut. Mengidentifikasi informasi yang relevan, menarik kesimpulan, dan membantu dalam pengambilan keputusan, proses ini melibatkan pengumpulan dan pemodelan (Prasasti *et al.*, 2020). Proses ini bertujuan untuk mengungkap pola, hubungan, atau tren yang bermakna dari data mentah, sehingga dapat menjawab pertanyaan penelitian atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan. Berikut adalah penjelasan tentang uji statistik univariat dan bivariat:

##### 1. Analisis univariat

Satu variabel dianalisis secara independen menggunakan metode analisis univariat. Tujuan utama analisis ini adalah untuk menguraikan karakteristik setiap variabel penelitian. Distribusi frekuensi, ukuran kecenderungan sentral, dan ukuran dispersi biasanya disertakan dalam analisis univariat. *Body image*, *self esteem*, dan data demografi termasuk dalam analisis univariat. Tabel atau grafik distribusi frekuensi biasanya digunakan untuk menampilkan temuan analisis univariat (Prasasti *et al.*, 2020).

##### 2. Analisis bivariat

Salah satu teknik untuk menguji hubungan atau perbedaan antara dua variabel adalah analisis bivariat. Tujuan dari analisis ini adalah menemukan hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.  $H_0$  ditolak dan  $H_1$

diterima dengan tingkat signifikansi  $\alpha$  = jika hasil uji statistik menunjukkan nilai  $p < 0,05$  menunjukkan hubungan yang signifikan, jika nilai  $p > 0,05$  menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan,  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak. Uji peringkat Spearman digunakan, dan SPSS 26 digunakan untuk versi otomatis. Analisis bivariat digunakan dalam penelitian ini untuk menguji hubungan antara *body image* dan *self esteem*.

#### 4.9 Etika penelitian

Setelah memperoleh persetujuan penelitian dari dan surat pengantar dari ITSKes ICMe Jombang, maka peneliti memberikan surat izin penelitian untuk SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung jurusan farmasi. Peneliti melakukan penelitian tentang hubungan antara *body image* (citra tubuh) dan *self esteem* (harga diri) pada remaja. Berikut ini adalah beberapa metode terkait etika penelitian yang digunakan dalam penelitian ini:

##### 4.9.1 *Ethical clearance*

Peneliti akan mengajukan *ethical clearance* atau kaji etik ke Komite Etik Penelitian ITSKes Insan Cendekia Medika Jombang sebelum melakukan penelitian. Hal ini memastikan bahwa penelitian yang akan dilakukan telah memenuhi prinsip etika penelitian dan melindungi hak-hak responden.

##### 4.9.2 *Informed consent*

Sebelum memulai penelitian, peneliti akan memberikan formulir persetujuan kepada partisipan beserta penjelasan tentang tujuan, keuntungan, prosedur, dan hak responden dalam penelitian. Formulir persetujuan ditandatangani oleh mereka yang setuju untuk berpartisipasi.

#### 4.9.3 *Anonimity*

Peneliti tidak menyertakan nama lengkap responden dalam kuesioner, petugas melindungi identitas mereka. Hanya inisial atau kode yang diminta dari responden untuk mengidentifikasi data.

#### 4.9.5 *Confidentiality*

Informasi tersebut hanya akan digunakan untuk penelitian dan dipublikasikan sebagai temuan penelitian, identitas responden tidak akan diungkapkan (dirahasiakan).

### **4.10 Keterbatasan**

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu pada saat menentukan waktu pelaksanaan penelitian pihak sekolah sangat sulit memberikan kepastian, karena penanggung jawab (kepala sekolah) sedang berada diluar kota. Sehingga, pelaksanaan penelitian yang seharusnya dapat dilaksanakan pada bulan November diundur sampai bulan Desember, serta saat melakukan penelitian SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung sedang melaksanakn persiapan untuk ujian akhir semester (UAS).

## **BAB 5**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **5.1 Hasil Penelitian**

Sebanyak 43 siswa/siswi dari SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung berpartisipasi dalam proses pengumpulan data. Kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data dan hasilnya kemudian diperiksa berdasarkan <sup>66</sup> tujuan penelitian.

##### **5.1.1 Gambaran umum tempat penelitian**

Sekolah Menengah Kejuruan Sehat Insan Perjuangan Mojoagung, merupakan SMK dengan akreditasi A dibawah naungan Yayasan Insan Perjuangan. SMK Sehat Insan Perjuangan berdiri pada 01 September 2014, SMK Sehat Insan Perjuangan terletak di Kebonsari-Mojoagung, dari awal berdiri sampai dengan sekarang. Awal berdirinya SMK Sehat Insan Perjuangan ini hanya memiliki 1 jurusan Farmasi Klinis dan Komunis (FKK), namun pada tahun 2021 SMK Sehat Insan Perjuangan memiliki 1 jurusan baru yaitu Nautika Kapal Niaga (NKN). Sekarang keseluruhan siswa pada SMK ini berjumlah 244 siswa/siswi, lalu jurusan farmasi berjumlah 180 siswa/siswi dan jurusan nautika berjumlah 64 siswa/siswi.

##### **5.1.2 Gambaran umum subjek penelitian**

Siswa/siswi jurusan farmasi kelas XI A dan XI B dari SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung menjadi subjek penelitian, dan 43 remaja berpartisipasi dalam survei tersebut. Siswa di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung menyelesaikan survei untuk memberikan informasi demografi. Data demografi dapat dipilih sesuai dengan keadaan atau perasaan yang dialami oleh para

responden, begitu juga data khusus di isi sesuai dengan keadaan atau perasaan yang dimiliki oleh para responden tanpa ada unsur paksaan dari pihak peneliti.

### 2 5.1.3 Data umum hasil penelitian

Informasi umum yang diperoleh dari hasil penelitian ini menggambarkan ciri-ciri remaja yang bersekolah di SMK Sehat Insan Perjuangan, meliputi:

#### 1 1. Karakteristik responden berdasarkan usia

Tabel 5.1 Klasifikasi Usia Siswa/Siswi SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Pada 05 Desember 2024

Usia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
16	25	58,1%
17	18	41,9%
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100,0%</b>

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 5.1 menunjukkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 16 tahun berjumlah 25 siswa/siswi (58,1%).

#### 2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Tabel 5.2 Klasifikasi Jenis Kelamin Siswa/Siswi SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Pada 05 Desember 2024

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Laki-laki	7	16,3%
Perempuan	36	83,7%
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100,0%</b>

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 5.2 menunjukkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden perempuan berjumlah 36 siswi (83,7%).

#### 3 3. Karakteristik responden berdasarkan berat badan

Tabel 5.3 Klasifikasi Berat Badan Siswa/Siswi SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Pada 05 Desember 2024

Berat Badan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
< 40 kg	2	4,7%
40-50 kg	18	41,9%
51-60 kg	19	44,2%
> 60 kg	4	9,3%
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100,0%</b>

Sumber: Data primer, 2024



Tabel 5.3 menunjukkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengahnya dari responden dengan berat badan 51-60 kg berjumlah 19 siswa/siswi (44,2%).

4. Karakteristik responden berdasarkan tinggi badan

Tabel 5.4 Klasifikasi Tinggi Badan Siswa/Siswi SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Pada 05 Desember 2024

Tinggi Badan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
< 150 cm	3	7,0%
150-160 cm	25	58,1%
161-170 cm	13	30,2%
> 170 cm	2	4,7%
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100,0%</b>

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 5.4 menunjukkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan tinggi badan 150-160 cm berjumlah 25 siswa/siswi (58,1%).

5. Karakteristik responden berdasarkan bagian tubuh yang paling penting

Tabel 5.5 Klasifikasi Bagian Tubuh SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Pada 05 Desember 2024

Bagian Tubuh	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Wajah	23	53,5%
Tinggi badan	2	4,7%
Berat badan	9	20,9%
Warna kulit	9	20,9%
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100,0%</b>

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 5.5 menunjukkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan bagian tubuh yang paling penting yaitu wajah berjumlah 23 siswa/siswi (53,5%).

## 6. Karakteristik responden berdasarkan penggunaan produk perawatan

Tabel 5.6 Penggunaan Produk Perawatan Siswa/Siswi SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Pada 05 Desember 2024

Penggunaan Produk Perawatan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak menggunakan	10	23,3%
Skincare dasar	23	53,5%
Skincare lengkap	7	16,3%
Skincare lengkap + make up	3	7,0%
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100,0%</b>

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 5.6 menunjukkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang menggunakan *skincare* dasar berjumlah 23 siswa/siswi (53,5%).

## 7. Karakteristik responden berdasarkan sumber referensi penampilan

Tabel 5.7 Klasifikasi Referensi Penampilan Siswa/Siswi SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Pada 05 Desember 2024

Sumber Referensi Penampilan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Keluarga	8	18,6%
Temannya	8	18,6%
Selebriti/influencer	2	4,7%
Media sosial	25	58,1%
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100,0%</b>

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 5.7 menunjukkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki sumber referensi penampilan dari media sosial berjumlah 25 siswa/siswi (58,1%).

### 5.1.4 Data khusus hasil penelitian

#### 1. Karakteristik pengukuran *body image* (citra tubuh)

Tabel 5.8 Klasifikasi *Body Image* (Citra Tubuh) Siswa/Siswi SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Pada 05 Desember 2024

<i>Body Image</i> (Citra Tubuh)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
---------------------------------	---------------	----------------

Negatif	33	76,7%
Positif	10	23,3%
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100,0%</b>

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 5.8 menunjukkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden dengan *body image* negatif berjumlah 33 siswa/siswi (76,7%).

2. Karakteristik pengukuran *self esteem* (harga diri)

Tabel 5.9 Klasifikasi *Self Esteem* (Harga Diri) Remaja SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Pada 05 Desember 2024

<i>Self Esteem</i> (Harga Diri)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	3	7,0%
Sedang	38	88,4%
Tinggi	2	4,7%
<b>Total</b>	<b>43</b>	<b>100,0%</b>

Sumber: Data primer, 2024

Tabel 5.9 menunjukkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden dengan *self esteem* sedang berjumlah 38 siswa/siswi (88,4%).

3. Hubungan *body image* (citra tubuh) dengan *self esteem* (harga diri) pada remaja di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Pada 05 Desember 2024

Tabel 5.10 Hubungan *Body Image* Dengan *Self Esteem*

<i>Self Esteem</i>	<i>Body Image</i>				<b>Total</b>	
	Negatif		Positif		F	%
	F	%	f	%	F	%
Rendah	3	7,0	0	0,0	3	7,0
Sedang	30	69,8	8	18,6	38	88,4
Tinggi	0	0,0	2	4,7	2	4,7
<b>Total</b>	33	76,7%	10	23,3%	43	100,0%

Nilai uji statistik spearman's rho ( $\rho = 0,009$ ) dan ( $\alpha = 0,01$ )

Tabel 5.10 menunjukkan hasil penelitian memperlihatkan bahwa hubungan *body image* (citra tubuh) dengan *self esteem* (harga diri) pada remaja

di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung<sup>2</sup> didapatkan data bahwa dari 43 responden, hampir seluruhnya siswa/siswi yang memiliki *body image* negatif dengan *self esteem* sedang sebanyak 30 responden (69,8%).

Hasil uji *statistic spearman's rho* dengan menggunakan program komputer SPSS<sup>30</sup> menunjukkan nilai  $\rho = 0,009$  dan nilai  $\alpha < 0,01$  maka H1 diterima yang berarti ada hubungan yang signifikan antara *body image* dengan *self esteem* pada remaja di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung.<sup>89</sup>

## 5.2 Pembahasan

### 5.2.1 *Body image* (citra tubuh)

Tabel 5.8<sup>1</sup> menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden dengan *body image* negatif berjumlah 33 siswa/siswi (76,7%). Menurut peneliti, *body image* pada remaja di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung sebagian besar negatif, karena beberapa faktor seperti usia remaja, jenis kelamin, berat badan, tinggi badan, bagian tubuh yang paling penting, penggunaan skincare, dan sumber referensi penampilan.<sup>97</sup>

Hasil penelitian pada tabel 5.1<sup>27</sup> menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 16 tahun berjumlah 25 siswa/siswi (58,1%). Menurut peneliti, remaja pada usia 16 tahun adalah remaja yang sedang berada pada fase pubertas, yang dimana pada usia ini banyak perubahan fisik yang membuat remaja merasa ada yang berubah pada dirinya dan pada usia ini remaja sedang berusaha untuk mencari jati dirinya. Usia remaja merupakan periode kritis dalam pembentukan *body image* karena remaja mengalami perubahan hormonal dan fisik yang signifikan, mulai membentuk identitas diri dan konsep diri, sangat sensitif terhadap penilaian social, dan cenderung membandingkan diri dengan teman sebaya,

akibatnya remaja lebih rentan mengalami gangguan *body image* (Nurwulan *et al.*, 2023).

<sup>23</sup> Hasil penelitian pada tabel 5.2 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden perempuan berjumlah 36 siswi (83,7%). Semakin banyak remaja perempuan sebaya disekitar, maka kepuasan terhadap diri mereka akan menurun apabila mereka tidak dapat mengikuti standar yang ada, semakin banyak remaja perempuan sebaya disekitar maka *body image* negatif akan semakin tinggi. Menurut Denich & Ifdil (2020), mereka <sup>7</sup> menemukan perbedaan signifikan antara laki-laki dan perempuan. Perempuan lebih fokus pada berat badan dan bentuk tubuh, cenderung menginginkan tubuh lebih kurus, lebih sering melakukan diet, dan lebih terpengaruh standar kecantikan sosial. Sedangkan laki-laki lebih fokus pada massa otot dan tinggi badan, cenderung menginginkan tubuh lebih berotot, lebih sering melakukan latihan beban, dan relatif lebih puas dengan tubuhnya.

<sup>6</sup> Hasil penelitian pada tabel 5.3 menunjukkan bahwa responden dengan berat <sup>25</sup> badan 51-60 kg berjumlah 19 siswa/siswi (44,2%) sedangkan pada <sup>1</sup> tabel 5.4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan tinggi badan 150-160 cm berjumlah 25 siswa/siswi (58,1%). Menurut asumsi peneliti berat badan dan tinggi badan sangat mempengaruhi *body image*, dimana indeks massa tubuh (IMT) dapat digunakan untuk menghitung normal/tidak. Setelah dihitung kita dapat mengetahui apakah kita memiliki badan yang ideal atau tidak, jika hasilnya tidak ideal maka itu dapat mempengaruhi persepsi remaja terhadap *body image* mereka menjadi *body image* negatif. Indeks massa tubuh (IMT) mempengaruhi *body image* karena IMT di atas normal (merasa gemuk) akan menciptakan *body image* negatif, IMT di bawah normal (merasa terlalu kurus) akan menciptakan *body image* negatif juga,

hal ini menjadi salah satu faktor penentu *body image* pada remaja karena adanya standar ideal yang berkembang di masyarakat dan media sosial (Sari. D. R *et al.*, 2024).

<sup>6</sup> Hasil penelitian pada tabel 5.5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memilih bagian tubuh yang paling penting yaitu wajah berjumlah 23 siswa/siswi (53,5%). Menurut peneliti, <sup>46</sup> wajah menjadi salah satu bagian tubuh yang paling penting, karena dimanapun kita berada jika memiliki masalah diwajah maka kita akan menilai diri dengan negatif sedangkan jika kita tidak memiliki masalah wajah maka akan membuat *body image* menjadi positif. Menurut penelitian Malasari & Mukhlis (2022), wajah menjadi fokus utama dalam pembentukan *body image* remaja karena merupakan bagian tubuh yang paling terlihat dan sering menjadi objek penilaian dalam interaksi sosial.

<sup>6</sup> Hasil penelitian pada tabel 5.6 menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang menggunakan *skincare* dasar berjumlah 23 siswa/siswi (53,5%). Menurut peneliti, *skincare* dasar ini sangat penting untuk membantu merawat tubuh, karena jika memiliki tubuh yang terawat maka akan membuat kita memiliki *body image* yang positif. Penggunaan *skincare* mempengaruhi *body image* karena terkait dengan upaya perawatan diri dan keinginan mencapai standar kecantikan tertentu (Pratiwi. S. W & Sukamto. M. E, 2020).

<sup>35</sup> Hasil penelitian pada tabel 5.7 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki sumber referensi penampilan dari media sosial berjumlah 25 siswa/siswi (58,1%). Menurut peneliti, sumber referensi penampilan di media sosial sangat beragam tinggal bagaimana kita memilah dan memilih yang sesuai dengan diri kita, jika sumber referensi yang kita pilih tidak sesuai dengan diri kita maka

akan menimbulkan penilaian negatif dari diri kita sendiri maupun dari orang lain. Penampilan yang sesuai akan *body image* menjadi positif dan penampilan yang tidak sesuai akan membuat *body image* negatif. Media sosial menjadi sumber referensi utama yang mempengaruhi *body image* remaja karena memberikan paparan terus-menerus tentang standar kecantikan ideal (Martanatasha & Primadini, 2020).

Hasil kuesioner menunjukkan bahwa *score* tertinggi terdapat pada kuesioner MBRSQ adalah nomor 1, yang dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi nilai yang didapat dari jawaban responden maka menunjukkan bahwa tingkat *body image* (citra tubuh) semakin positif. Menurut peneliti, kuesioner nomor 1 mendapatkan skor paling tinggi karena memang para responden merasa bahwa memperhatikan penampilan dirinya saat akan keluar rumah adalah satu hal penting yang dapat membuat mereka memiliki *body image* (citra tubuh) yang positif. Menurut Dewi & Sulistyowati (2023), menemukan bahwa mahasiswi yang memiliki kebiasaan memperhatikan penampilan sebelum keluar rumah (perilaku *grooming*) menunjukkan tingkat *body image* yang lebih positif.

### 5.2.2 *Self esteem* (harga diri)

Tabel 5.10 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden dengan *self esteem* sedang berjumlah 38 siswa/siswi (88,4%). Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti usia remaja, jenis kelamin, berat badan, tinggi badan, bagian tubuh yang paling penting, penggunaan skincare, dan sumber referensi penampilan.

Hasil penelitian pada tabel 5.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 16 tahun berjumlah 25 siswa/siswi (58,1%). Menurut peneliti, remaja pada usia 16 tahun adalah remaja yang sedang berada pada fase pubertas,

yang dimana pada usia ini banyak perubahan pada dirinya yang mempengaruhi *self esteem* remaja. Usia remaja merupakan periode kritis dalam pembentukan *self esteem* karena pada masa ini terjadi banyak perubahan fisik dan psikologis (Wibowo, M. E *et al.*, 2021).

Hasil penelitian pada tabel 5.2 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden perempuan berjumlah 36 siswi (83,7%). Menurut peneliti, jika lingkungan lebih banyak perempuan daripada laki-laki itu mempengaruhi bagaimana cara para remaja menilai dirinya dengan orang lain dan jika melihat remaja yang lebih cantik darinya maka dapat membuat mereka merasa minder, tidak percaya diri, serta hal ini dapat mempengaruhi tingkat *self esteem* pada remaja. Menurut Damanik, E. D & Siddik, R. R (2021), perbedaan *gender* mempengaruhi tingkat *self esteem* karena adanya perbedaan ekspektasi sosial dan peran *gender* dalam masyarakat.

Hasil penelitian pada tabel 5.3 menunjukkan bahwa responden dengan berat badan 51-60 kg berjumlah 19 siswa/siswi (44,2%) sedangkan pada tabel 5.4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan tinggi badan 150-160 cm berjumlah 25 siswa/siswi (58,1%). Menurut asumsi peneliti berat badan dan tinggi badan sangat mempengaruhi *self esteem*, jika berat badan dan tinggi badan tidak ideal atau bahkan tidak sesuai dengan standar maka dapat mempengaruhi tingkat *self esteem*. Berat badan mempengaruhi *self esteem* remaja karena terkait dengan penerimaan sosial dan konsep diri, lalu tinggi badan mempengaruhi *self esteem* remaja karena berkaitan dengan persepsi masyarakat tentang standar ideal (Nisa, 2023).



Hasil penelitian pada tabel 5.5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memilih bagian tubuh yang paling penting yaitu wajah berjumlah 23 siswa/siswi (53,5%). Menurut peneliti, wajah menjadi salah satu bagian tubuh yang paling penting, karena pada kenyataannya sekarang wajah menjadi penilaian seseorang terhadap diri kita dan wajah juga yang akan mempengaruhi tingkat *self esteem*. Penampilan wajah berperan penting dalam pembentukan *self esteem* karena merupakan aspek utama dalam interaksi sosial (Rosani *et al.*, 2021).

Hasil penelitian pada tabel 5.6 menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang menggunakan *skincare* dasar berjumlah 23 siswa/siswi (53,5%). Menurut peneliti, *skincare* dasar ini berguna untuk membantu merawat tubuh, karena saat pertama kali bertemu seseorang yang dinilai adalah penampilan tubuh kita. Jika penampilan tubuh kita tidak baik maka penilaian seseorang terhadap kita juga akan buruk begitu juga sebaliknya jika penampilan kita baik maka penilaian seseorang terhadap diri kita juga baik. Hal ini yang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri kita dan juga tingkat *self esteem* yang kita miliki. Penggunaan produk perawatan diri dapat mempengaruhi *self esteem* karena berkaitan dengan upaya perbaikan penampilan dan kepercayaan diri (Nisa, 2023).

Hasil penelitian pada tabel 5.7 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki sumber referensi penampilan dari media sosial berjumlah 25 siswa/siswi (58,1%). Menurut peneliti, sangat banyak sumber referensi penampilan yang dapat diambil pada media sosial, selain itu dari media sosial juga dapat mempengaruhi tingkat *self esteem* pada diri kita. Media sosial menjadi salah satu tempat berkumpulnya beragam manusia dari berbagai dunia dengan ciri khasnya masing-masing, semakin banyak perempuan cantik yang dilihat maka semakin

tinggi tingkat *insecure* yang dimiliki remaja perempuan, begitu pula semakin banyak laki-laki gagah di media sosial maka semakin tinggi tingkat *insecure* yang dimiliki oleh remaja laki-laki. Sumber referensi penampilan, terutama media sosial, mempengaruhi self esteem remaja melalui pembentukan standar ideal dan perbandingan sosial (Yulidar & Dewi, 2020).

Hasil kuesioner menunjukkan bahwa *score* tertinggi terdapat pada kuesioner RSES adalah nomor 10, yang dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi nilai yang didapat dari jawaban responden maka menunjukkan bahwa tingkat *self esteem* (harga diri) semakin tinggi. Menurut peneliti, tingginya skor pada kuesioner nomor 10<sup>74</sup> mengindikasikan bahwa responden memiliki kemampuan yang baik dalam mengevaluasi dan mengapresiasi diri mereka sendiri. Hal ini mencerminkan komponen penting dari *self esteem* yang tinggi. Menurut penelitian Rahman & Wijaya (2023), kemampuan mengambil nilai positif dari diri sendiri terbukti menjadi prediktor kuat dalam pembentukan *self esteem* yang sehat. Peneliti juga mengkonfirmasi bahwa kemampuan mengambil nilai positif dari diri sendiri bukan hanya meningkatkan tingkat *self esteem* secara umum, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan<sup>11</sup> *self esteem* yang lebih stabil dan tinggi.

### 5.2.3<sup>3</sup> Hubungan *body image* (citra tubuh) dengan *self esteem* (harga diri) remaja di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung

Tabel 5.10<sup>2</sup> memperlihatkan bahwa hubungan *body image* (citra tubuh) dengan *self esteem* (harga diri) pada remaja di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung<sup>106</sup> didapatkan data bahwa, sebagian besar 30 responden (69,8%) dari 43 responden memiliki<sup>3</sup> *body image* (citra tubuh) negatif dan *self esteem* (harga diri) sedang.<sup>2</sup> Berdasarkan hasil uji statistik *Spearman's rho* yang dilakukan dengan

perangkat lunak SPSS 26, dengan nilai  $p = 0,009$  dan  $\alpha < 0,01$ , maka H1 diterima yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara *body image* dengan *self esteem* pada remaja di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung.

Peneliti telah menemukan bahwa *self esteem* remaja sangat dipengaruhi oleh *body image* mereka, karena memiliki *body image* positif akan meningkatkan *self esteem* mereka. Namun, remaja yang memiliki *body image* negatif akan memiliki *self esteem* rendah. Merawat tubuh dengan baik dapat membantu merasa lebih baik tentang diri sendiri dan meningkatkan *self esteem* di depan umum. Perasaan percaya diri mengarah pada *self esteem* yang lebih kuat, dan semakin positif *body image*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nia Agustiningsih *et al.* (2023) dengan judul "Hubungan *Body Image* dengan Harga diri pada Remaja Putri Usia 16-18 Tahun". Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 41 responden (51,2%) memiliki *self esteem* yang baik, dan sebanyak 63 responden (79%) memiliki *body image* yang positif. Di SMA Nasional Kota Malang, hasil analisis data *Spearman Rank* menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara *body image* dan *self esteem* pada remaja putri usia 16 hingga 18 tahun, dengan nilai  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa *body image* yang lebih baik akan meningkatkan *self esteem*.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siti Erna Maemunah (2020) dengan judul "Hubungan Antara Tingkat Kepuasan Citra tubuh (*Body Image*) Dengan Harga diri (*Self Esteem*) Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi", menunjukkan 53% mahasiswi sangat puas dengan *body image* nya dan 47% mahasiswi memiliki *self esteem* yang tinggi. *Self esteem* dan kepuasan terhadap *body image* tidak berkorelasi secara signifikan, menurut analisis ( $r_s =$

0,223). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun tidak ada hubungan yang berarti antara *self esteem* dan *body image*. *Self esteem* sendiri dipengaruhi oleh kepuasan *body image*.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alfina Saniyah & Fenty Zahara Nasution (2024) dengan judul "Hubungan *Body image* Dengan *Self esteem* Pada Siswa SMK PAB 1 Helvetia Medan". Hasil penelitian menunjukkan bahwa *body image* dan *self esteem* siswa melemah secara signifikan ( $r_{xy} = 0,541$ ;  $sig < 0,000$ ), dengan *body image* mencakup 29,2% dari total dan faktor lain memengaruhi *self esteem* 70,8% siswa. Hal ini menunjukkan bahwa *body image* merupakan salah satu faktor yang memengaruhi derajat *self esteem* remaja.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Salsa Billa Dwi Fani & Nurfarhannah (2024) dengan judul berjudul "Hubungan *Body Image* dengan *Self Esteem* Pada Siswa SMA dan Implikasinya dalam Pelayanan Konseling". Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan, *body image* siswa masuk dalam kategori sedang (51,52%), sedangkan *self esteem* mereka masuk dalam kategori tinggi (63,72%). Dua layanan yang dapat diberikan untuk meningkatkan *body image* dan *self esteem* adalah konseling dan kelompok informasi. Hal ini menunjukkan bahwa layanan kelompok yang ditawarkan oleh pusat konseling sekolah (BK) dapat membantu orang-orang yang memiliki masalah terkait *body image* dan *self esteem*.

## BAB 6

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. *Body image* (citra tubuh) pada remaja di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung hampir seluruhnya memiliki *body image* negatif.
2. *Self esteem* (harga diri) pada remaja di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung hampir seluruhnya memiliki *self esteem* sedang.
3. Terdapat hubungan *body image* (citra tubuh) dengan *self esteem* (harga diri) pada remaja di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung.

#### 6.2 Saran

1. Bagi remaja  
Menurut temuan peneliti, murid-murid seharusnya memiliki *body image* dan *self esteem* yang lebih baik, yang akan membantu mereka menerima situasi mereka dan memiliki persepsi diri yang lebih positif.
2. Bagi profesi keperawatan  
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman di bidang kesehatan, khususnya bidang kesehatan jiwa remaja, untuk meningkatkan kesadaran keterlibatan dan *self esteem*.
3. Bagi lahan penelitian

Diharapkan penelitian ini akan memberikan layanan konseling serta infrastruktur kepada guru bimbingan konseling agar dapat meningkatkan *self esteem* siswa/siswi.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat menawarkan intervensi yang terkait dengan *peer support* (dukungan sebaya) dengan *self esteem* (harga diri), serta peneliti selanjutnya dapat menggunakan variabel dan pendekatan tambahan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abubakar, & Ngalimun. (2019). Psikologi Perkembangan (Konsep Dasar Pengembangan Kreativitas Remaja). *Jurnal Perkembangan Remaja*, 29(1), 18–26.
- Alfina Saniyah, & Fenty Zahara Nasution. (2024). Hubungan Body Image Dengan Self Esteem Pada Siswa SMK PAB 1 Helvetia Medan. In *Februari* (Vol. 1, Issue 1). <http://kti.potensi-utama.ac.id/index.php/Psikologika>
- Angraini, D., Wibowo, H., & Santoso, M. B. (2023). Hubungan antara Body Image dan Self Esteem pada Remaja di Kota Jombang. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 15(2), 78–92.
- Cash. (1990). The Multidimensional Body Self-Relations Questionnaire. *Unpublished Test Manual*, 2(1), 153–155.
- Damanik, E. D., & Siddik, R. R. (2021). Pengaruh Self-Esteem terhadap Resiliensi pada Remaja. *Psyche: Jurnal Psikologi*, 13(1), 1–10.
- Hidayat, D. R., & Fourianalistyawati, E. (2021). Peran Self-Esteem terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Jurnal Psikologi Teoridan Terapan*, 11(2), 126–136.
- Hidayati, N. O., & Farid, M. (2021). Pengaruh Body Image dengan Self Esteem pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 9(1), 73–85.
- Kwan, S., Lee, J., & Kim, H. (2023). Global Trends in Adolescent Self-Esteem and Body Image. *Internasional Journal of Adolescent Mental Health*, 7(1), 45–60.
- Lailatul Fitriyah. (2017). Instrumen Penelitian. *PJurnal Psikologi Indonesia*, 4(1), 1–38.
- Malasari, F. A., & Mukhlis, M. (2022). Apakah Body Image Berperan Terhadap Self Esteem. *Jurnal Psikologi*, 18(2), 103–119.
- Maroqi, N. (2019). Uji Validitas Konstruk Pada Instrumen Rosenberg Self Esteem Scale Dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 7(2), 92–96. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v7i2.12101>
- Nisa. (2023). Hubungan Antara Perilaku Menggunakan Kosmetik Riasan Wajah Dengan Self Esteem Pada Mahasiswi Usia Emerging Adulthood. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 175–189.
- Nugraha, B. A., & Anastasia, C. (2024). Pengaruh Body Image dan Self Esteem Terhadap Kepercayaan Diri Akademik Remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 13(1), 12–24.
- Nugroho, A. H., & Kustanti, E. R. (2023). Peran Budaya dalam Pembentukan Self-Esteem: Studi Lintas Budaya. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 10(2), 178–193.
- Nurwulan, Listi Nur Wahyuni, Ani Wardah, & Zainal Fauzi. (2023). Korelasi Antara Body Image Dengan Self Esteem Pada Siswa. *Journal UIN IB*, 9(2), 123–137.

- Pratama, A., & Susanto, P. (2024). Perkembangan Terkini Isu Body Image dan Self Esteem pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Mental Indonesia*, 9(1), 1–15.
- Putri, A. K., Prasetya, B. E. A., & Setiawan J. L. (2020). Hubungan antara Self Esteem dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswa Psikologi Universitas 'X' di Jakarta. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 7(1), 1–11.
- Putri, A. W., & Indrawati, E. S. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Harga Diri pada Remaja. *Jurnal Empati*, 8(3), 193–198. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/23102>
- Rahayu, S., Widodo, A., & Sari, N. P. (2024). Efektivitas Program Self Esteem Empowerment dalam Meningkatkan Self Esteem Remaja. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 27(1), 15–28.
- Rahmawati, E., Sulistyowati, E., & Purwanto, A. (2023). Faktor-Faktor Sosial yang Mempengaruhi Self Esteem pada Remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 11(3), 210–225.
- Rosenberg, M. (1965). Society and the adolescent self image. *Princeton University Press*, 1, 61–62.
- Rosyida, F., & Rahayu, E. (2022). Aspek-Aspek Self Esteem dan Pengaruhnya Terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 19(2), 145–160.
- Sari, D. R., Hartini, N., & Widiana, H. S. (2024). Pengaruh Body Image terhadap Self Esteem pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 12(1), 1–15.
- Sari, N., Wijaya, H., & Putri, L. (2023). Prevalensi Self Esteem Rendah pada Remaja Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 17(4), 185–200.
- Siti Erna Maemunah. (2020). Hubungan Antara Tingkat Kepuasan Citra Tubuh (Body Image) Dengan Harga Diri (Self Esteem) Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi. *Jurnal Aksioma Al-Asas: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(1), 27–38.
- Sukmaningrum, E., & Fauziah, N. (2020). Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Resiliensi pada Remaja. *Jurnal Empati*, 9(1), 1–7.
- Utami, R., Santoso, B., & Pratiwi, D. (2023). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Self Esteem Remaja di Jawa Timur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Jawa Timur*, 8(3), 300–315.
- Wati, S., Hidayat, R., & Nugroho, A. (2022). Global Trends in Adolescent Self Esteem: A Comprehensive Analysis. *Jurnal Psikologi Internasional*, 5(2), 75–90.
- Wibowo, M. E., Purwanto, E., & Radjah, C. L. (2021). Komponen Self-Esteem pada Mahasiswa. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 6(1), 24–31.
- Widodo, P. B., & Pratitis, N. T. (2021). Hubungan antara Prestasi Akademik dan Self Esteem pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Terapan*, 9(1), 67–80.
- Wulandari, S., Lestari, R. D., & Sholikhah, A. (2021). Hubungan antara Body Image dengan Self Esteem Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(1), 115–120.





# HUBUNGAN BODY IMAGE (CITRA TUBUH) DENGAN SELF ESTEEM (HARGA DIRI) PADA REMAJA (Studi di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Jurusan Farmasi)

## ORIGINALITY REPORT

23%

SIMILARITY INDEX

22%

INTERNET SOURCES

12%

PUBLICATIONS

7%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1	<a href="http://repo.stikesicme-jbg.ac.id">repo.stikesicme-jbg.ac.id</a> Internet Source	3%
2	<a href="http://repository.stikeshangtuah-sby.ac.id">repository.stikeshangtuah-sby.ac.id</a> Internet Source	2%
3	<a href="http://repository.unja.ac.id">repository.unja.ac.id</a> Internet Source	1%
4	<a href="http://core.ac.uk">core.ac.uk</a> Internet Source	1%
5	<a href="http://id.123dok.com">id.123dok.com</a> Internet Source	1%
6	<a href="http://repository.stikesdrsoebandi.ac.id">repository.stikesdrsoebandi.ac.id</a> Internet Source	1%
7	<a href="http://digilib.uinsby.ac.id">digilib.uinsby.ac.id</a> Internet Source	1%
8	<a href="http://journal.upgris.ac.id">journal.upgris.ac.id</a> Internet Source	<1%

9	Salsa Billa Dwi Fani, Nurfarhanah Nurfarhanah. "Hubungan Body Image dengan Self Esteem pada Siswa SMA dan Implikasinya dalam Pelayanan Konseling", ANWARUL, 2024 Publication	<1 %
10	Submitted to Universitas Negeri Jakarta Student Paper	<1 %
11	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	<1 %
12	docplayer.info Internet Source	<1 %
13	123dok.com Internet Source	<1 %
14	repository.unj.ac.id Internet Source	<1 %
15	kti.potensi-utama.org Internet Source	<1 %
16	repository.radenintan.ac.id Internet Source	<1 %
17	repository.stikesdpgresik.ac.id Internet Source	<1 %
18	ejournal.unesa.ac.id Internet Source	<1 %

19	<a href="http://repository.ub.ac.id">repository.ub.ac.id</a> Internet Source	<1 %
20	<a href="http://repository.unibos.ac.id">repository.unibos.ac.id</a> Internet Source	<1 %
21	<a href="http://proceedings.unisba.ac.id">proceedings.unisba.ac.id</a> Internet Source	<1 %
22	Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Timur Student Paper	<1 %
23	<a href="http://repository.itskesicme.ac.id">repository.itskesicme.ac.id</a> Internet Source	<1 %
24	Submitted to Universitas Islam Syekh-Yusuf Tangerang Student Paper	<1 %
25	<a href="http://digilib.unisayogya.ac.id">digilib.unisayogya.ac.id</a> Internet Source	<1 %
26	<a href="http://eprints.stikesbanyuwangi.ac.id">eprints.stikesbanyuwangi.ac.id</a> Internet Source	<1 %
27	<a href="http://text-id.123dok.com">text-id.123dok.com</a> Internet Source	<1 %
28	<a href="http://ejournal.mandalanursa.org">ejournal.mandalanursa.org</a> Internet Source	<1 %
29	<a href="http://eprints.walisongo.ac.id">eprints.walisongo.ac.id</a> Internet Source	<1 %

30 Cholifah Cholifah, Navyati Asrita Putri. <1 %  
"FAKTOR-FAKTOR YANG BERPENGARUH  
TERHADAP PENCAPAIAN K4 DI DESA  
SUMBEREJO WONOAYU SIDOARJO", Jurnal  
Kebidanan Midwiferia, 2015  
Publication

---

31 Submitted to GIFT University <1 %  
Student Paper

---

32 repository.unika.ac.id <1 %  
Internet Source

---

33 www.scribd.com <1 %  
Internet Source

---

34 Angeline Meisya Mulyanto, Maria Nugraheni <1 %  
Mardi Rahayu. "Hubungan Body Image  
Dengan Self-Esteem Pada Ibu Yang  
Bergabung Dalam Komunitas Beauty  
Influencer", G-Couns: Jurnal Bimbingan dan  
Konseling, 2024  
Publication

---

35 adoc.pub <1 %  
Internet Source

---

36 etheses.uin-malang.ac.id <1 %  
Internet Source

---

37 Submitted to Billy Blue Group <1 %  
Student Paper

---

38

Izni Rachma Nilamsari, Nita Sukamti, Nur Fajariyah. "Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Harga Diri Remaja di SMK Raflesia Depok", Malahayati Nursing Journal, 2024

Publication

&lt;1 %

39

[eprints.iain-surakarta.ac.id](http://eprints.iain-surakarta.ac.id)

Internet Source

&lt;1 %

40

[journal.poltekkes-mks.ac.id](http://journal.poltekkes-mks.ac.id)

Internet Source

&lt;1 %

41

[repository.unair.ac.id](http://repository.unair.ac.id)

Internet Source

&lt;1 %

42

Ferry Rizki Widyantara, Sudjiono Sudjiono, Mohammad Arifin. "PENGARUH KUALITAS PELAYANAN TERHADAP KEPUASAN PASIEN RAWAT INAP PADA RUMAH SAKIT KUSTA KEDIRI", JIMEK : Jurnal Ilmiah Mahasiswa Ekonomi, 2019

Publication

&lt;1 %

43

Submitted to Sriwijaya University

Student Paper

&lt;1 %

44

Submitted to University of Muhammadiyah Malang

Student Paper

&lt;1 %

45

[jurnalilmiah.org](http://jurnalilmiah.org)

Internet Source

&lt;1 %

[minyakhui.com](http://minyakhui.com)

46

Internet Source

<1 %

47

Submitted to Badan PPSDM Kesehatan  
Kementerian Kesehatan

Student Paper

<1 %

48

[eprints.umm.ac.id](http://eprints.umm.ac.id)

Internet Source

<1 %

49

[rhosbiges.blogspot.com](http://rhosbiges.blogspot.com)

Internet Source

<1 %

50

Submitted to Fakultas Psikologi Universitas  
Gadjah Mada

Student Paper

<1 %

51

[repository.stikes-bhm.ac.id](http://repository.stikes-bhm.ac.id)

Internet Source

<1 %

52

[medium.com](http://medium.com)

Internet Source

<1 %

53

Nia Agustiningasih, Faizatur Rohmi, Yulis Eka  
Rahayu. Jurnal Ilmu Kesehatan, 2020

Publication

<1 %

54

[lelajiwa.blogspot.com](http://lelajiwa.blogspot.com)

Internet Source

<1 %

55

Nadhifa Salsabilla, Muji Sulistyowati. "The  
Analisis Faktor Perilaku Konsumsi Remaja  
Terhadap Makanan Cepat Saji (Studi Aplikasi

<1 %

# Social Cognitive Theory)", Preventif : Jurnal Kesehatan Masyarakat, 2021

Publication

---

56	<a href="https://ojs.stmik-im.ac.id">ojs.stmik-im.ac.id</a> Internet Source	<1 %
57	<a href="https://repository.unri.ac.id">repository.unri.ac.id</a> Internet Source	<1 %
58	Randi Mursandi, Asri Mutriara Putri, Vira Sandayanti. "PERAN LINGKUNGAN BELAJAR DAN SELF EFFICACY TERHADAP COLLEGE STUDENT SUBJECTIVE WELL-BEING", Jurnal Psikologi Malahayati, 2022 Publication	<1 %
59	Submitted to UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Student Paper	<1 %
60	<a href="https://adysetiadi.files.wordpress.com">adysetiadi.files.wordpress.com</a> Internet Source	<1 %
61	<a href="https://digilib.unila.ac.id">digilib.unila.ac.id</a> Internet Source	<1 %
62	<a href="https://eprintslib.ummgl.ac.id">eprintslib.ummgl.ac.id</a> Internet Source	<1 %
63	<a href="https://journal.unj.ac.id">journal.unj.ac.id</a> Internet Source	<1 %
64	<a href="https://jurnal.pabki.org">jurnal.pabki.org</a> Internet Source	<1 %

---



65	<a href="http://koreascience.or.kr">koreascience.or.kr</a> Internet Source	<1 %
66	<a href="http://repository.stikeshangtuahsby-library.ac.id">repository.stikeshangtuahsby-library.ac.id</a> Internet Source	<1 %
67	<a href="http://repository.uib.ac.id">repository.uib.ac.id</a> Internet Source	<1 %
68	<a href="http://repository.upi.edu">repository.upi.edu</a> Internet Source	<1 %
69	<a href="http://e-journals.unmul.ac.id">e-journals.unmul.ac.id</a> Internet Source	<1 %
70	<a href="http://ejournal.uinib.ac.id">ejournal.uinib.ac.id</a> Internet Source	<1 %
71	<a href="http://ippm-baiturrohim.blogspot.com">ippm-baiturrohim.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
72	<a href="http://vdocument.in">vdocument.in</a> Internet Source	<1 %
73	<a href="http://www.researchgate.net">www.researchgate.net</a> Internet Source	<1 %
74	<a href="http://1library.net">1library.net</a> Internet Source	<1 %
75	Shinta Restyana Widya, Dien Anshari, Qorry Amanda. "Tinjauan Sistematis: Faktor Psikologis yang Berhubungan dengan Kejadian Social Media Disorder (SMD) pada	<1 %

# Mahasiswa", Malahayati Nursing Journal, 2025

Publication

---

76	<a href="http://digilib.uns.ac.id">digilib.uns.ac.id</a> Internet Source	<1 %
77	<a href="http://eprints.uny.ac.id">eprints.uny.ac.id</a> Internet Source	<1 %
78	<a href="http://etheses.uinmataram.ac.id">etheses.uinmataram.ac.id</a> Internet Source	<1 %
79	<a href="http://jer.or.id">jer.or.id</a> Internet Source	<1 %
80	<a href="http://journal.tapanulijournal.com">journal.tapanulijournal.com</a> Internet Source	<1 %
81	<a href="http://jurnal.stkipkusumanegara.ac.id">jurnal.stkipkusumanegara.ac.id</a> Internet Source	<1 %
82	<a href="http://munsifmatrimony.com">munsifmatrimony.com</a> Internet Source	<1 %
83	<a href="http://psychology-nkartikas.blogspot.com">psychology-nkartikas.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
84	<a href="http://pustaka.unpad.ac.id">pustaka.unpad.ac.id</a> Internet Source	<1 %
85	<a href="http://repo.darmajaya.ac.id">repo.darmajaya.ac.id</a> Internet Source	<1 %
86	<a href="http://repository.thamrin.ac.id">repository.thamrin.ac.id</a> Internet Source	<1 %

---

87	<a href="http://www.lib.ui.ac.id">www.lib.ui.ac.id</a> Internet Source	<1 %
88	<a href="http://www.privaty-eskort.cz">www.privaty-eskort.cz</a> Internet Source	<1 %
89	Submitted to Universitas Pamulang Student Paper	<1 %
90	<a href="http://academicjournal.yarsi.ac.id">academicjournal.yarsi.ac.id</a> Internet Source	<1 %
91	<a href="http://cantik.tempo.co">cantik.tempo.co</a> Internet Source	<1 %
92	<a href="http://fr.scribd.com">fr.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
93	<a href="http://pdfcookie.com">pdfcookie.com</a> Internet Source	<1 %
94	<a href="http://publikasi.unitri.ac.id">publikasi.unitri.ac.id</a> Internet Source	<1 %
95	<a href="http://repository.uin-alauddin.ac.id">repository.uin-alauddin.ac.id</a> Internet Source	<1 %
96	<a href="http://repository.stikesbcm.ac.id">repository.stikesbcm.ac.id</a> Internet Source	<1 %
97	<a href="http://repository.trisakti.ac.id">repository.trisakti.ac.id</a> Internet Source	<1 %
98	<a href="http://repository.ubaya.ac.id">repository.ubaya.ac.id</a> Internet Source	<1 %

---

99	repository.untag-sby.ac.id Internet Source	<1 %
100	repository.usd.ac.id Internet Source	<1 %
101	Fadillah Sandy, Nurfarhanah Nurfarhanah. "Gambaran Self-Esteem Siswa SMA dan Implikasinya dalam Pelayanan Konseling", ANWARUL, 2024 Publication	<1 %
102	Metty Wuisang, Frendy Fernando Pitoy, Priskila Fientje Mareyke. "Body Image dan Pola Makan pada Mahasiswi Keperawatan Universitas Klabat", MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 2023 Publication	<1 %
103	Ayu Endang Purwati. "Dampak Media Sosial Terhadap Body Image Remaja Putri", Preventif : Jurnal Kesehatan Masyarakat, 2023 Publication	<1 %
104	Ditya Indriasari. "BODY IMAGE DAN SELF ESTEEM PADA REMAJA DITINJAU BERDASARKAN PERSPEKTIF GENDER", QUANTA: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan, 2023 Publication	<1 %
105	Khoyrinnisa Ringganis, Kusumasari Kartika Hima Darmayanti. "I am Closer to Friends, I	<1 %

Feel Worthy: Santri's Peer-Attachment and Self-Esteem", Jurnal Psikologi Islam dan Budaya, 2023

Publication

---

106 Nila Anggita Nur Faizah, Amalia Ruhana. <1 %  
"PERSEPSI BODY IMAGE DENGAN KEBIASAAN JAJAN MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA (KAMPUS KETINTANG)", Jurnal Sehat Mandiri, 2021  
Publication

---

107 Rini Sugiarti, Erwin Erlangga, Fendy Suhariadi, <1 %  
Mulya Virgonita I. Winta, Agung S. Pribadi.  
"The Influence of Parenting on Building Character in Adolescents", Heliyon, 2022  
Publication

---

108 Sekar Aulia Winesa, Tjut Rifameutia. <1 %  
"Efektivitas Competence and Worthiness Training (CWT) pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) dengan Low Self-Esteem", G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2024  
Publication

---

109 [ejournal.atmajaya.ac.id](http://ejournal.atmajaya.ac.id) <1 %  
Internet Source

# HUBUNGAN BODY IMAGE (CITRA TUBUH) DENGAN SELF ESTEEM (HARGA DIRI) PADA REMAJA (Studi di SMK Sehat Insan Perjuangan Mojoagung Jurusan Farmasi)

## GRADEMARK REPORT

FINAL GRADE

GENERAL COMMENTS

**/0**

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6

PAGE 7

PAGE 8

PAGE 9

PAGE 10

PAGE 11

PAGE 12

PAGE 13

PAGE 14

PAGE 15

PAGE 16

PAGE 17

PAGE 18

PAGE 19

PAGE 20

---

PAGE 21

---

PAGE 22

---

PAGE 23

---

PAGE 24

---

PAGE 25

---

PAGE 26

---

PAGE 27

---

PAGE 28

---

PAGE 29

---

PAGE 30

---

PAGE 31

---

PAGE 32

---

PAGE 33

---

PAGE 34

---

PAGE 35

---

PAGE 36

---

PAGE 37

---

PAGE 38

---

PAGE 39

---

PAGE 40

---

PAGE 41

---

PAGE 42

---

PAGE 43

---

PAGE 44

---

PAGE 45

---

PAGE 46

---

PAGE 47

---

PAGE 48

---

PAGE 49

---

PAGE 50

---

PAGE 51

---

PAGE 52

---

PAGE 53

---

PAGE 54

---

PAGE 55

---

PAGE 56

---

PAGE 57

---

PAGE 58

---

PAGE 59

---

PAGE 60

---

PAGE 61

---

PAGE 62

---

PAGE 63

---

PAGE 64

---

PAGE 65

---

PAGE 66

---

PAGE 67

---

PAGE 68

---

PAGE 69

---

PAGE 70

---

PAGE 71

---



