

# HUBUNGAN ANTARA KONFORMITAS TEMAN SEBAYA BODY IMAGE PADA SISWA/I SMA ISLAM 1 SLEMAN

*by Nurul Fitri Azzaudah*

---

**Submission date:** 16-Jul-2025 01:07PM (UTC+0700)

**Submission ID:** 2715776620

**File name:** AN\_BODY\_IMAGE\_PADA\_SISWA-SISWI\_SMA\_ISLAM\_1\_SLEMAN\_212303084.docx (457.33K)

**Word count:** 10757

**Character count:** 69316

<sup>2</sup>  
**HUBUNGAN ANTARA KONFORMITAS TEMAN SEBAYA**

**BODY IMAGE PADA SISWA/I SMA ISLAM 1<sup>5</sup> SLEMAN**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Program Studi Psikologi (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

**Nurul Fitri Azzaudah**

212303084

<sup>11</sup>  
**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL**

**UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA**

2025

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Penelitian

<sup>14</sup> Masa remaja adalah periode peralihan penting dalam hidup individu ditandai berbagai perubahan besar. Di fase ini, remaja mulai mencari identitas diri dan kebebasan, dapat mengubah interaksi keluarga dan teman (Desmita, 2019). <sup>89</sup> Perubahan fisik dan psikologis terjadi selama periode ini mempengaruhi berbagai sisi kehidupan, terutama dalam meningkatkan kesadaran dan fokus pada diri sendiri. Saat pubertas, remaja cenderung lebih memperhatikan perubahan bentuk tubuh dan penampilan (Santrock, 2003). Pubertas adalah proses percepatan pematangan fisik, termasuk perubahan dalam perbandingan ukuran tubuh, berat badan, tinggi badan, serta perkembangan fungsi seksual.

Yuliasari (2020) menjelaskan bahwa perubahan fisik, pemikiran, dan sosial dialami remaja ikut berperan dalam menciptakan pola perilaku sesuai tahap kehidupan sedang dijalani. Berbagai perubahan ini seringkali menimbulkan kesulitan, baik dari sisi fisik atau psikologis. Masa remaja dapat di kategorikan menjadi beberapa tingkatan perkembangan diakui secara legal. Hurlock (1999) menyatakan remaja mengalami dua tahap utama: <sup>13</sup> fase remaja awal (usia 13-15 tahun) dan fase remaja akhir (usia 16-18 tahun). Di fase-fase ini, individu mulai mencari identitas diri melalui berbagai pengalaman, menghadapi kesulitan, merasakan kegagalan, hingga akhirnya menemukan hal paling cocok kepribadian individu tersebut.

Sejalan pertumbuhan fisik dan psikologis, remaja mulai membangun pandangan pribadi mengenai tubuh dikenal sebagai citra tubuh atau *body image* (Cash & Smolak, 2011). Sederhananya, citra tubuh menunjukkan bagaimana individu menilai dan menggambarkan dirinya. Santrock (2003) menekankan bahwa *body image* adalah salah satu aspek psikologis muncul akibat perubahan fisik selama pubertas. Di masa ini, remaja mulai lebih memperhatikan tubuh, membandingkannya patokan sosial, dan menciptakan identitas diri berdasarkan apa dipikirkan tentang penampilan fisik. Berbagai hal, seperti pengaruh teman, media sosial, dan nilai-nilai budaya, ikut andil dalam pembentukan citra tubuh remaja, pada akhirnya bisa berdampak pada tingkat keyakinan diri dan kondisi emosi.

Pandangan remaja terkait *body image* seringkali dibentuk oleh standar ideal disebarkan melalui media sosial, televisi, iklan, serta pengaruh teman dan lingkungan sekitar. Gambaran tubuh ideal sering muncul, seperti tinggi dan berat badan tertentu, kulit bersih, atau tubuh berotot, dianggap sebagai patokan kecantikan atau ketampanan harus dicapai. Hal ini bisa membuat remaja merasa tertekan untuk mengikuti harapan masyarakat tersebut. Menurut Puspasari (2019), tubuh ideal diartikan sebagai tubuh perbandingan pas antara tinggi dan berat badan, atau umumnya tidak terlalu kurus atau gemuk. Pandangan remaja terhadap tubuh tetap sangat dipengaruhi oleh standar sosial. Dorongan untuk memiliki tubuh ideal ini dapat mempengaruhi rasa percaya diri, cara makan, serta kesehatan mental remaja, terutama jika merasa tidak memenuhi standar.

Menurut data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 (Kemenkes, 2023), status gizi remaja usia 16-18 tahun diukur Indeks Massa Tubuh (IMT) memperlihatkan bahwa 77% remaja laki-laki kekurangan gizi, sementara 3,5% mengalami obesitas. Sementara itu, 82% remaja perempuan juga kekurangan gizi, dan 3,1% mengalami obesitas. Maka, sebagian besar remaja belum memiliki perbandingan tubuh ideal menurut standar kesehatan. Ketidakseimbangan gizi ini tidak hanya mempengaruhi kondisi fisik, tetapi juga bagaimana remaja melihat tubuhnya sendiri. Remaja merasa tubuhnya tidak ideal seringkali merasa tidak puas penampilannya, bisa menurunkan rasa percaya diri dan meningkatkan tekanan mental.

Selain itu data survey dilakukan oleh *good housekeeping* (Teich, 2022) mengenai perempuan dan *body imagenya*, survey dilakukan melalui media sosial terhadap 4.250 responden, sebanyak 87% responden telah melakukan berbagai hal untuk mengubah, ukuran atau bentuk tubuh responden. Mayoritas sebanyak 48% responden kurang percaya diri penampilan fisiknya, 60% lainnya merasakan bahwa kurang merasakan aman dan bersemangat dipengaruhi oleh bentuk atau ukuran tubuhnya. Maka, berat, tinggi badan, bentuk tubuh, warna dan tipe kulit serta rambut menjadi permasalahan mengenai *body image* munculnya citra tubuh negatif mana individu tidak puas terhadap permasalahan dihadapi mengenai tubuhnya hingga menimbulkan keinginan untuk mengubah konsep

memiliki tubuh idela seharusnya dimiliki (Panjaitan, Tarikan, Pakpahan, Situmorang, & Siagian, 2024)

Temuan ini didukung oleh wawancara peneliti dua remaja, seorang siswa dan seorang siswi kelas X SMA Islam 1 Sleman pada tanggal 25 Februari 2025. Kedua remaja tersebut menyatakan adanya perasaan tidak puas citra diri. Subjek A merasa kurang yakin karena tinggi badannya tidak setinggi teman-temannya, meskipun di keluarganya tergolong anak paling tinggi, selain itu juga subjek A merasa terlalu kurus, menambah rasa tidak puasnya terhadap penampilannya. Sementara itu, Subjek B merasakan hal sama, merasa badannya terlalu kurus dan memiliki kulit sensitif membuatnya mudah berjerawat, terutama sebelum menstruasi. Hal ini membuatnya kurang percaya diri dan tidak nyaman penampilan fisiknya. Rasa tidak puas terhadap tubuh dapat memicu *body image* negatif, yaitu perasaan tidak nyaman atau kurang menerima kondisi fisik diri sendiri. Perasaan ini bisa menimbulkan tekanan mental, mengurangi rasa percaya diri, dan berisiko memicu berbagai masalah, seperti rasa cemas saat berinteraksi sosial dan gangguan makan (Ayodya & Jayanti, 2023).

*Body image* dapat di kategorikan menjadi dua jenis, yaitu *body image positif dan body image negatif* (Cash & Smolak, 2011). *Individu body image positif* cenderung menerima keadaan tubuhnya baik dan tidak terlalu terpengaruh oleh standar kecantikan ideal ditetapkan masyarakat. Remaja dapat beradaptasi perubahan fisik terjadi dan lebih mengutamakan kesehatan serta kenyamanan diri sendiri daripada hanya memenuhi harapan

sosial. Sebaliknya, orang <sup>92</sup> *body image* negatif sering merasa tidak puas tubuhnya karena merasa tidak sesuai standar ditampilkan di media atau diharapkan oleh lingkungan sekitar. Masalah ini biasanya berkaitan <sup>27</sup> berat badan, bentuk tubuh, tinggi badan, warna kulit, serta kondisi wajah dan rambut. Rasa tidak puas terhadap penampilan dapat mempengaruhi tingkat kepercayaan diri dan kesehatan mental remaja, terutama jika terus membandingkan diri standar kecantikan atau ketampanan berlaku di lingkungan sosial (Panjaitan dkk., 2024). *Body image* negatif juga bisa membuat individu lebih sering membandingkan diri orang lain dan merasa tidak cukup baik, <sup>95</sup> pada akhirnya mempengaruhi kesehatan mental. Oleh karena itu, penting untuk membangun pemahaman lebih sehat tentang tubuh menerima berbagai macam bentuk fisik serta mengutamakan kesehatan dan kebahagiaan daripada mengejar standar kecantikan tidak nyata.

Cash dan Smolak (2011) berpendapat bahwa *body image* dibentuk oleh banyak faktor, termasuk keluarga, media, dan relasi orang lain. Hubungan teman sebaya menjadi berperan dalam menentukan kepuasan terhadap tubuh. Interaksi sosial dapat memicu perbandingan fisik, akhirnya mempengaruhi penilaian remaja terhadap tubuh sendiri (Ramanda, Akbar, & Wirasti, 2019). Tekanan dari lingkungan sosial, seperti komentar tentang bentuk badan atau harapan dari teman, dapat memperkuat perasaan tidak puas terhadap penampilan. Oleh karena itu, dukungan sosial positif dari keluarga dan teman, serta pendidikan tentang menerima diri sendiri, sangat

dibutuhkan untuk membantu remaja membangun *body image* lebih sehat dan sesuai kenyataan.

Bagi remaja, interaksi sosial sangat dipengaruhi oleh kelompok teman sebaya. Kemampuan beradaptasi menjadi hal penting dalam membangun hubungan sosial baik. Remaja cenderung menghindari pertengkaran dan lebih memilih untuk tetap merasa aman saat berinteraksi (Meilani & Tobing, 2023). Konformitas adalah perubahan tingkah laku atau kepercayaan individu disebabkan oleh tekanan dari kelompok, baik secara langsung atau tidak langsung. Myers (2012) membagi konformitas menjadi dua jenis, yaitu kepatuhan dan penerimaan. Kepatuhan terjadi ketika individu menyesuaikan diri karena terpaksa agar diterima dalam kelompok, meskipun hal itu bertentangan nilai-nilai pribadinya. Sementara itu, penerimaan adalah bentuk konformitas dilakukan sukarela karena individu percaya bahwa aturan kelompok sesuai nilai atau kebutuhannya.

Baik kepatuhan atau penerimaan memiliki pengaruh tersendiri bagi individu dan perkembangan sosial remaja. Jika dilakukan sadar dan di lingkungan positif, konformitas dapat membantu individu belajar beradaptasi dan bekerja sama orang lain. Namun, jika tekanan kelompok bersifat negatif, seperti mendorong perilaku bertentangan prinsip individu, konformitas justru bisa menjadi penyebab stres dan rasa tidak puas pada diri sendiri. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk memiliki pemahaman baik tentang batasan dalam menyesuaikan diri lingkungan sosial, sehingga remaja bisa tetap mempertahankan nilai-nilai pribadi tanpa kehilangan

identitas diri. Nuralfiah, Selviana, Maryatmi, dan Sovitriana (2024) menyatakan bahwa konformitas bisa membuat individu mengubah keyakinan dan tindakannya agar sesuai standar berlaku di kelompoknya. Fenomena ini bisa membawa dampak baik atau buruk, tergantung pada nilai dan aturan dianut dalam lingkungan sosial remaja.

<sup>41</sup> Baron dan Byrne (2004) menyatakan konformitas teman sebaya adalah bentuk pengaruh sosial mendorong individu untuk menyesuaikan keyakinan dan perilaku agar selaras norma-norma berlaku dalam kelompoknya. kata lain, individu akan cenderung mengubah pandangan dan tindakannya agar diterima dan diakui oleh teman-teman sebayanya. Penyesuaian ini sering terjadi sebagai tanggapan terhadap apa diharapkan <sup>12</sup> masyarakat atau kelompok mengenai bagaimana individu seharusnya bertingkah dalam berbagai keadaan, meskipun mungkin berbeda apa diyakini. Konformitas teman sebaya dapat terjadi karena adanya tekanan sosial, baik dirasakan secara langsung atau tidak langsung. Lingkungan sekitar, terutama kelompok teman sebaya, memiliki pengaruh kuat dalam menciptakan perilaku dan keyakinan individu. Tekanan dari kelompok ini mendorong individu untuk menyesuaikan diri norma-norma berlaku, sehingga mereka cenderung bertindak dan berpikir seperti anggota kelompok lainnya.

Tutiana, Sulistiana, dan Isti'adah, (2023) menyatakan bahwa tekanan kelompok memainkan peran penting dalam memicu konformitas teman sebaya. Konformitas teman sebaya memiliki peran besar dalam

menciptakan keseragaman, memberikan dukungan perasaan, serta menciptakan rasa diterima dalam lingkungan sosial. Lingkungan baik dapat mendorong perkembangan emosi dan sosial, sementara tekanan buruk, seperti standar kecantikan tidak masuk akal atau perilaku negatif, dapat berdampak buruk pada keyakinan diri dan kesehatan mental (Bukowski, Lauren, & Rubin, 2018). Remaja berada di lingkungan sosial positif cenderung mendapatkan semangat untuk berkembang secara emosi dan sosial. Sebaliknya, jika lingkungan pergaulan memberikan tekanan negatif, seperti tuntutan untuk memenuhi standar kecantikan tertentu atau terlibat dalam perilaku salah, hal ini dapat mempengaruhi tingkat keyakinan diri dan kesehatan mental. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk sadar dalam memilih teman bergaul mendukung perkembangan diri secara sehat dan positif.

Konformitas teman sebaya sangat berpengaruh dalam menciptakan gaya hidup remaja. Salah satu cara utama adalah membangun pemahaman kuat tentang prinsip dan nilai diri, sehingga remaja bisa mempertahankan integritas meskipun ada tekanan sosial. Selain itu, rasa percaya diri baik membantu remaja menolak pengaruh buruk tidak sesuai diri. Berbicara terbuka orang tua, guru, atau orang dihormati juga penting untuk mendapatkan dukungan dan arahan dalam menghadapi tekanan sosial (Rahmayanty, Triani, Ananta, & Andreani, 2023). memiliki kesadaran dan kemampuan dalam memilih pengaruh sosial terima, remaja dapat menjalani hidup sambil tetap mempertahankan jati diri dan nilai-nilai positif. Oleh

karena itu, penting bagi remaja untuk memiliki pemahaman baik tentang batasan dalam menyesuaikan diri lingkungan sosial, sehingga remaja bisa tetap mempertahankan nilai-nilai pribadi tanpa kehilangan identitas diri.

<sup>79</sup> Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa tekanan sosial dari teman sebaya bisa mempengaruhi bagaimana remaja memandang tubuh melalui konsep *body image*. Konformitas teman sebaya dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti dorongan eksplisit untuk mengikuti gaya berpakaian, pola makan, hingga standar kecantikan tertentu. Remaja berada dalam kelompok menekankan pentingnya penampilan fisik tertentu akan terdorong untuk menyesuaikan diri agar tidak terasing atau dikucilkan. Hal ini secara langsung mempengaruhi bagaimana remaja menciptakan persepsi terhadap tubuh sendiri, baik secara positif atau negatif.

Jika remaja merasa tidak sesuai standar kecantikan atau bentuk tubuh ideal berlaku di kelompoknya, remaja berisiko mengembangkan *body image* negatif. Sebaliknya, lingkungan pertemanan memberikan dukungan positif dapat membantu remaja membangun *body image* lebih sehat dan <sup>2</sup> meningkatkan rasa percaya diri terhadap penampilan. Berdasarkan hal ini, peneliti mengajukan rumusan masalah sebagai berikut: <sup>6</sup> "Adakah hubungan antara konformitas teman sebaya *body image* pada siswa/siswi SMA Islam 1 Sleman?".

## B. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penjelasan telah diuraikan, penelitian ini dilakukan untuk memahami apakah ada hubungan antara konformitas teman sebaya *body image* siswa/i SMA Islam 1 Sleman.

## C. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan, psikologi perkembangan, dan psikologi sosial, memberikan pemahaman baru tentang dinamika psikologis remaja terkait pengaruh sosial dan *body image*. Fokus utama penelitian ini adalah memahami bagaimana konformitas teman sebaya mempengaruhi remaja serta bagaimana remaja mempersepsikan tubuh melalui konsep *body image*.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan kesadaran remaja tentang bagaimana remaja berinteraksi positif konformitas teman sebaya dan bagaimana remaja memandang tubuh melalui konsep *body image*.

#### b. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk mengembangkan program pendidikan bagi sekolah tentang

pentingnya membangun konformitas sehat dan *body image* positif bagi siswa/i.

1  
c. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan kesempatan terhadap peneliti untuk mengembangkan sumber referensi bermanfaat dalam memahami hubungan antara konformitas teman sebaya dan persepsi remaja terhadap tubuh melalui *body image*.

58  
d. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan atau dasar bagi penelitian selanjutnya akan mengkaji topik serupa variabel penelitian ini ambil.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang konformitas teman sebaya dan *body image* telah banyak dilakukan sebelumnya, namun sejauh peneliti menelusuri berbagai sumber, belum ditemukan penelitian judul sama penelitian ini. Beberapa penelitian terkait pernah dilakukan antara lain penelitian oleh Narotin dan Satwika (2024) variabel tergantung *psychological well-being* dan variabel bebas *body image*. Subjek penelitian ini adalah 100 perempuan dewasa awal berusia 18-25 tahun tinggal di Surabaya. Penelitian ini menggunakan skala *body image* berdasarkan teori Cash & Pruzinsky dan skala PWB. Penelitian lain dilakukan oleh Kamilah dan Ardi (2024) variabel tergantung perilaku disiplin belajar dan variabel bebas konformitas teman sebaya. Subjek penelitian ini adalah 353 siswa SMPN 1 2X11 Enam Lingkung berlatar

belakang budaya Minangkabau. Penelitian ini menggunakan skala konformitas teman sebaya dimodifikasi berdasarkan teori Baron dan Byrne.

Penelitian dilakukan oleh Ayodya dan Jayanti (2023) mengangkat variabel tergantung *body image* dan variabel bebas *self-esteem*. Subjek penelitian ini terdiri dari 117 ibu primigravida usia kehamilan minimal trimester ketiga. Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa skala *body image* dimodifikasi berdasarkan teori Cash dan skala *self-esteem* berdasarkan teori Rosenberg. Penelitian lain dilakukan oleh Shanti dan Az Zahra (2022) variabel tergantung *body image* serta variabel bebas *self-esteem* dan *gratitude*. Subjek penelitian ini adalah 314 remaja laki-laki berusia 12-21 tahun berdomisili di Kota Malang. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala *body image* berdasarkan teori Cash & Pruzinsky, skala *self-esteem* berdasarkan teori Minchinton, dan skala *gratitude* berdasarkan teori Watkins, Woodward, Stone, dan Kolts.

Selanjutnya penelitian dilakukan oleh Seba, Yusuf dan Priyatama, (2011) variabel tergantung perilaku konsumtif, variabel bebas *body image* dan konformitas. Subjek digunakan sebanyak 166 siswi kelas XI SMA Negeri 7 Surakarta. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala perilaku konsumtif berdasarkan teori Sumartono, Skala *body image* berdasarkan teori Cash & Pruzinsky dan skala konformitas berdasarkan teori Myers. Penelitian dilakukan oleh Kurniawan, Noviekayati, dan Rina, (2023) variabel tergantung kepercayaan diri dan variabel bebas *body image*. Subjek digunakan sebanyak 134 remaja hingga dewasa rentang usia 18-25 tahun

mengalami tindakan *body shaming*. Menggunakan skala kepercayaan diri berdasarkan teori Lauster dan skala *body image* berdasarkan teori Cash.

Selain itu, penelitian dilakukan oleh Bulan dan Rohmadani (2022) menggunakan variabel tergantung intensi penggunaan media sosial dan variabel bebas konformitas teman sebaya. Subjek penelitian ini terdiri dari 70 remaja pengguna media sosial TikTok di Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan skala konformitas teman sebaya dan skala intensi. Penelitian lain dilakukan oleh Safitri, Munir, dan Hasanuddin (2022) variabel tergantung perilaku *bullying* serta variabel bebas kontrol diri dan konformitas teman sebaya. Subjek penelitian ini adalah 100 remaja akhir berusia 15-18 tahun masih aktif bersekolah. Penelitian ini menggunakan skala *verbal bullying, physical bullying, relational bullying, dan cyber bullying* berdasarkan teori Coloroso untuk variabel perilaku *bullying*, skala kontrol diri berdasarkan teori Averill untuk variabel kontrol diri, serta skala konformitas teman sebaya berdasarkan teori David O'Sears untuk variabel konformitas teman sebaya.

#### 1. Keaslian Topik

Topik penelitian ini mengangkat hubungan antara konformitas teman sebaya dan *body image* pada remaja. Topik ini memiliki satu variabel sama penelitian sebelumnya. Seperti penelitian Narotin dan Satwika (2024) menggunakan variabel *psychological well-being* dan *body image*, sementara Kamilah dan Ardi (2024) menggunakan variabel disiplin belajar dan konformitas teman sebaya, sedangkan

Safitri dkk. (2022) menggunakan variabel <sup>2</sup> perilaku *bullying*, kontrol diri, dan konformitas teman sebaya.

## <sup>49</sup> 2. Keaslian Teori

Teori digunakan dalam penelitian ini adalah teori konformitas teman sebaya dari Baron dan Byrne (2020) dan teori *body image* dari Cash dan Smolak (2011). Penelitian Seba dkk. (2011) menggunakan teori konformitas dari Myers dan teori *body image* dari Cash dan Pruzinsky. Sementara itu, penelitian Kurniawan dkk. (2023) menggunakan teori *body image* dari Cash. demikian, terdapat perbedaan dalam teori konformitas digunakan oleh peneliti penelitian Seba dkk. (2011).

## <sup>3</sup> 3. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur dalam penelitian ini dimodifikasi dari skala penelitian sudah ada, menyesuaikan aspek dan indikator sesuai tujuan penelitian. <sup>2</sup> Skala konformitas teman sebaya dimodifikasi dari teori Baron dan Byrne (2020) dikembangkan oleh Kamilah dan Ardi (2024). Sementara itu, skala *body image* dimodifikasi dari teori Cash (2011) dikembangkan oleh Narotin dan Satwika (2024).

## 4. Keaslian Subjek

<sup>14</sup> Subjek dalam penelitian ini adalah remaja akhir berusia 16-18 tahun sedang menempuh pendidikan di SMA Islam 1 Sleman. Subjek ini berbeda penelitian sebelumnya, seperti penelitian Bulan dan Rohmadani (2022) menggunakan remaja pengguna media sosial

TikTok di Yogyakarta, atau penelitian Ayodya dan Jayanti (2023) menggunakan ibu hamil usia kehamilan minimal trimester tiga sebagai subjek.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## TINJAUAN PUSTAKA

## A. Landasan Teori

## 1. Body Image

## a. Definisi Body Image

*Body image* merujuk pada cara individu memandang, memikirkan, dan merasakan tubuhnya sendiri. Istilah ini menggambarkan bagaimana individu mempersepsikan penampilan fisiknya, dipengaruhi oleh faktor psikologis dan sosial (Cash & Smolak, 2011). Selain itu, *body image* mencakup pengalaman, persepsi, dan penilaian individu terhadap bentuk, ukuran, serta berat badan, menciptakan pandangan tentang penampilan fisik berdasarkan pikiran dan keyakinan individu terhadap diri sendiri (Mappatunru, Musawwir & Gismin, 2023).

Ramba, Hendrik, dan Fajriah (2024) mendefinisikan *body image* sebagai perasaan, pandangan, dan persepsi individu terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya. Menurut Grogan (2022), *body image* mencakup persepsi, pikiran, dan perasaan individu mengenai kepuasan atau ketidakpuasan terhadap tubuhnya. Aspek-aspek menjadi fokus dalam *body image* meliputi kepuasan terhadap berat badan, ketepatan dalam menilai ukuran tubuh, kepuasan terhadap penampilan secara keseluruhan, penilaian dan fokus pada penampilan, perhatian terhadap tubuh, harga diri,

gambaran mental tentang tubuh, penghargaan terhadap tubuh, serta penerimaan terhadap tubuh.

Ketidakpuasan terhadap penampilan dapat memicu gangguan emosional, obsesi terhadap penampilan, depresi, rendahnya harga diri, dan pola makan tidak sehat. <sup>85</sup> Jika tidak ditangani, kondisi ini dapat berkembang menjadi gangguan makan seperti anoreksia atau bulimia, menunjukkan ketidakpuasan terhadap citra tubuh (Janiwarty & Pieter, 2013). <sup>66</sup> *Body image* adalah istilah luas menggambarkan persepsi, pikiran, dan perasaan individu tentang penampilannya. Konsep ini mencakup bagaimana individu melihat tubuhnya, apa dirasakan mengenai kondisi fisik, serta pikiran dan keyakinan mengenai tubuh tersebut. Lebih lanjut, *body image* juga berhubungan tindakan diambil individu sebagai reaksi terhadap rasa tidak puas tubuhnya (Ricciardelli & Yager, 2016).

<sup>3</sup> Berdasarkan berbagai pendapat ahli, dapat disimpulkan bahwa *Body image* mencakup bagaimana individu mempersepsikan, memandang, dan bersikap terhadap penampilan fisiknya, termasuk bentuk, ukuran, dan ciri-ciri tubuh. Ini mencerminkan pandangan subjektif individu terhadap diri <sup>90</sup> sendiri dan keyakinan tentang bagaimana orang lain menilainya. Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk mengembangkan pola pikir sehat dan sikap positif terhadap keragaman bentuk tubuh. <sup>70</sup>

b. Aspek Body Image

1) Evaluasi Penampilan (*appearance evaluation*)

Evaluasi terhadap tubuh meliputi bagaimana perasaan individu tentang daya tarik dirinya dan seberapa nyaman penampilan secara keseluruhan.

2) Orientasi Penampilan (*appearance orientation*)

Orientasi penampilan mengukur seberapa besar perhatian individu terhadap penampilannya dan usaha dilakukan untuk memperbaiki atau meningkatkan tampilan fisiknya.

3) Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh (*body area satisfaction*)

Individu bisa merasakan puas atau tidak puas, nyaman, serta menerima kondisi fisik tubuhnya, terutama pada bagian-bagian seperti wajah, rambut, paha, pinggul, kaki, pinggang, perut, tampilan otot, berat badan, tinggi badan, atau penampilan secara keseluruhan. Rasa puas ini merupakan bagian dari bagaimana individu melihat, mempercayai, dan bersikap terhadap tubuhnya sendiri.

4) Kecemasan Menjadi Gemuk (*overweight preoccupation*)

Rasa takut atau cemas berlebihan terhadap kegemukan ditandai perhatian sangat besar terhadap berat badan terlihat pada penampilan fisik. Kondisi ini dipicu oleh tekanan dari

masyarakat untuk memenuhi standar tertentu terkait penampilan, citra diri, serta pandangan tentang tubuh ideal.

<sup>13</sup>  
5) Pengkategorian Tubuh (*self-classified weight*)

Pemahaman individu memahami tubuh sendiri menunjukkan bagaimana individu dapat melihat ukuran atau bentuk fisiknya. Keyakinan ini penting dalam menciptakan tingkah laku dan mempengaruhi cara berpenampilan dalam kehidupan sehari-hari.

Ricciardelli dan Yager, (2016) menyatakan terdapat 7 aspek-aspek mengenai *body image*, diantaranya yaitu:

1) Harga Diri (*self esteem*)

Individu bisa menghargai tubuhnya cenderung memiliki pandangan baik terhadap tubuhnya sendiri (*body image* positif). *Body image* positif tidak hanya berarti tidak merasa tidak puas penampilan, tetapi juga menunjukkan penghargaan terhadap tubuh atas kemampuannya dan bagaimana ia berfungsi.

2) Orientasi Penampilan (*appearance orientation*)

Orientasi penampilan adalah bagaimana individu dapat memberikan perhatian dan fokus pada penampilan fisiknya, ditunjukkan melalui usaha untuk memperbaiki atau meningkatkan tampilan diri.

3) Evaluasi Penampilan (*appearance evaluation*)

Evaluasi penampilan adalah proses individu menilai keseluruhan tampilan fisiknya. Penilaian ini bersifat subjektif, artinya sangat tergantung pada individu menilai. Berbagai faktor dapat mempengaruhi penilaian ini, baik berasal dari dalam diri individu itu sendiri atau dari lingkungan di sekitarnya. demikian, apa dianggap menarik atau ideal bisa sangat bervariasi antar individu.

4) Preferensi Tipe Tubuh (*body type preference*)

Preferensi tipe tubuh adalah bagaimana individu memandang atau cenderung menyukai bentuk atau tipe tubuh tertentu, baik pada dirinya sendiri atau orang lain, dianggap menarik, ideal, atau diinginkan berdasarkan standar pribadi atau sosial.

5) Pengawasan Tubuh (*body surveillance*)

Pengawasan tubuh adalah ketika individu terus-menerus memperhatikan dan menilai penampilan fisiknya. Akibatnya, sering membandingkan tubuhnya standar ideal dipengaruhi oleh budaya, media, atau lingkungan sosial. Individu cenderung melihat tubuhnya sebagai sesuatu dinilai berdasarkan patokan dari luar, seperti kecantikan, daya tarik, atau kesesuaian aturan sosial.

6) Rasa Malu Terhadap Tubuh (*body shame*)

*Body shame* adalah perasaan negatif kuat, seperti malu, merasa rendah diri, atau tidak nyaman, dirasakan individu terhadap penampilan atau bentuk tubuhnya. Perasaan ini sering muncul ketika individu merasa bahwa tubuhnya tidak memenuhi standar kecantikan, aturan sosial, atau harapan ideal ditetapkan oleh diri sendiri atau orang lain.

7) Kecemasan Terhadap Penampilan (*appearance anxiety*)

Kecemasan terhadap penampilan merupakan kondisi psikologis ditandai kekhawatiran berlebihan dan terus-menerus terhadap aspek fisik tertentu dianggap kurang atau cacat. Kekhawatiran ini seringkali tidak sebanding kenyataan dan dapat menimbulkan tekanan emosional signifikan, hingga mengganggu aktivitas sehari-hari individu.

Berdasarkan penjelasan mengenai aspek-aspek *body image* dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari *body image* terdiri dari evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, dan kecemasan menjadi gemuk.

c. Faktor-Faktor *Body Image*

1) Media Massa

Konten ditampilkan oleh media massa memiliki pengaruh kuat terhadap *body image* individu. Hal ini disebabkan karena media seringkali menyajikan standar tubuh ideal tertentu. Paparan terhadap standar ideal ini dapat

menciptakan persepsi individu mengenai citra tubuh seharusnya dimiliki. Akibatnya, media memainkan peran penting dalam *body image*.

2) <sup>2</sup> Keluarga

Orang tua adalah contoh utama dalam proses sosialisasi, sehingga sangat mempengaruhi bagaimana anak memandang tubuhnya. Pengaruh ini bisa terjadi melalui cara orang tua menunjukkan sikap, memberikan komentar, serta mengajarkan anak tentang penampilan dan citra tubuh.

3) Hubungan Interpersonal

Interaksi orang lain mendorong individu untuk membandingkan dirinya individu lain, dan tanggapan diterima dalam interaksi tersebut dapat mempengaruhi bagaimana individu melihat dirinya, termasuk pandangan terhadap penampilan fisik. Dalam berinteraksi, penting untuk memahami tujuan bersama, cara berkomunikasi, apa diharapkan, serta peran masing-masing individu.

Di usia remaja, interaksi teman sebaya sangat mempengaruhi hubungan interpersonal, dan kelompok teman ini menjadi tempat penting bagi remaja untuk belajar keterampilan sosial. Menurut Bukowski dkk. (2018) hubungan teman sebaya adalah hal sangat penting dalam kehidupan remaja dan mempengaruhi seberapa besar remaja mengikuti

orang lain. Dukungan emosional, penerimaan, serta pengaruh dari teman sebaya bisa berdampak baik atau buruk, tergantung pada bagaimana hubungan tersebut berjalan. Oleh karena itu, penting untuk memperkuat hubungan sehat teman dan memberikan pemahaman tentang bahaya mengikuti hal-hal negatif, agar remaja bisa berkembang baik.

Alfian, Abdullah, dan Nurjannah (2021) <sup>29</sup> menyatakan bahwa terdapat 3 faktor dapat mempengaruhi *body image*, diantaranya yaitu:

1) <sup>20</sup> Jenis Kelamin

Perbedaan jenis kelamin memiliki pengaruh besar dalam pembentukan *body image*. Hal ini disebabkan oleh adanya standar kecantikan berbeda, ekspektasi masyarakat berbagai, serta pengalaman hidup unik antara laki-laki dan perempuan. Norma sosial, harapan budaya, tekanan media, dan perbedaan psikologis dapat mempengaruhi *body image*. Baik pria atau wanita berpotensi mengalami ketidakpuasan tubuh dan masalah *body image* akibat tekanan sosial dan budaya.

2) Perilaku Konsumsi Makanan

Perilaku konsumsi makanan adalah tentang kebiasaan, pola makan, dan bagaimana individu bersikap terhadap

makanan, semuanya dapat mempengaruhi pandangannya terhadap tubuhnya sendiri.

### 3) Hubungan Interpersonal

Interaksi orang lain bisa membuat individu membandingkan dirinya individu lain. Saat masih anak-anak, pandangan individu tentang tubuhnya lebih dipengaruhi oleh orang tua. Namun, saat remaja, pandangan ini lebih banyak dipengaruhi oleh interaksi teman-temannya. Dalam hal ini, tanggapan tentang penampilan serta pengaruh dari keluarga dan teman sebaya berperan dalam menciptakan bagaimana individu melihat dan merasakan tentang tubuhnya.

Berdasarkan penjelasan mengenai faktor mempengaruhi *body image* dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor dapat mempengaruhi *body image* terdiri dari media massa, keluarga, dan hubungan interpersonal.

37

## 2. Konformitas Teman Sebaya

### a. Definisi Konformitas Teman Sebaya

Menurut Baron dan Byrne (2004) konformitas adalah bentuk pengaruh sosial mendorong individu untuk menyesuaikan pandangan dan perilaku norma-norma sosial berlaku. Myers (2012) mendefinisikan konformitas sebagai perubahan perilaku atau keyakinan individu akibat tekanan kelompok, tujuan untuk

menyesuaikan diri dan memiliki perspektif sama anggota kelompok lainnya. Kedua pendapat ini menyoroti bahwa konformitas merupakan upaya individu untuk menyesuaikan diri lingkungan sosial di sekitarnya.

Konformitas teman sebaya merupakan salah satu cara remaja mengubah perilakunya agar selaras aturan kelompok atau lingkungan pertemanannya. Penyesuaian ini, bisa dipicu oleh tekanan langsung atau tidak langsung, memiliki potensi untuk mempengaruhi individu hingga memunculkan perilaku tertentu (Wade & Tavis, 2009). Fenomena konformitas teman sebaya, menurut Ningrum, Matulesy, dan Rini (2019), timbul sebagai upaya <sup>84</sup> individu untuk menyesuaikan diri agar dapat diterima oleh kelompoknya. Maka, keinginan untuk menjadi bagian dari kelompok pertemanan mendorong remaja untuk mengadopsi norma dan perilaku berlaku di lingkungan tersebut. Proses ini menunjukkan betapa pentingnya penerimaan sosial bagi remaja dan bagaimana hal itu dapat mempengaruhi tindakannya.

Meilani dan Tobing (2023) menerangkan bahwa konformitas merupakan upaya individu untuk menjaga diri dan meraih penerimaan di dalam kelompok. Ketika individu memiliki tingkat konformitas tinggi, hal ini dapat memicu perbandingan diri orang lain dan bahkan mengubah persepsi diri demi mendapatkan pengakuan dari teman-temannya. Secara umum, konformitas dapat

diartikan sebagai perubahan dalam perilaku atau keyakinan individu agar lebih sesuai kelompok sebayanya. Proses ini bisa muncul akibat adanya tekanan sosial teras langsung atau tidak langsung dari lingkungan sekitar (Tutiana dkk., 2023).

Berdasarkan berbagai definisi dikemukakan para ahli, konformitas dapat dipahami sebagai perubahan perilaku atau keyakinan individu untuk menyesuaikan diri kelompok teman sebaya, baik secara sadar atau tidak sadar. Perubahan ini dipicu oleh tekanan sosial, baik bersifat eksplisit seperti aturan kelompok, atau implisit seperti harapan sosial dan keinginan untuk diterima dalam kelompok tersebut.

**55**  
b. Aspek Konformitas Teman Sebaya

1) Pengaruh Sosial Normatif

Pengaruh sosial normatif adalah ketika individu mengubah perilakunya tujuan untuk mendapatkan dukungan, mengikuti aturan kelompok agar diterima, menghindari penolakan, dan mematuhi norma berlaku.

**14**  
2) Pengaruh sosial Informasional

Pengaruh sosial informasional terjadi ketika individu menunjukkan kesamaan perilaku dan keyakinan kelompoknya

karena menerima informasi diberikan orang lain sebagai bukti dan kenyataan valid.

Sears, dkk (Vatmawati, 2019) mengemukakan bahwa terdapat beberapa aspek-aspek konformitas teman sebaya, diantaranya:

1) Kekompakan

Perasaan dekat anggota kelompok dan kepedulian terhadap anggota sering muncul karena adanya keinginan untuk diakui dan menghindari penolakan. Dorongan ini mendasari konformitas normatif, di mana individu menyesuaikan diri agar diterima. Kebutuhan untuk berafiliasi dan ketakutan akan penolakan sosial menjadi motivasi utama di balik perilaku ini.

2) Kesepakatan

Tingkat kepercayaan dan kesamaan pandangan berkembang di antara anggota kelompok disebut kohesivitas kelompok. Hal ini muncul sebagai akibat dari ketergantungan individu terhadap kelompok tersebut.

3) Ketaatan

Tindakan dilakukan individu, meskipun sebenarnya tidak diinginkan, terjadi karena dorongan dari orang lain dan keinginan untuk memenuhi harapan diberikan. kata lain,

individu mungkin melakukan sesuatu bertentangan keinginan pribadinya karena merasa tertekan atau ingin memenuhi ekspektasi dari orang-orang di sekitarnya

Berdasarkan penjelasan mengenai <sup>6</sup> aspek-aspek konformitas teman sebaya dapat disimpulkan bahwa <sup>8</sup> aspek-aspek dari konformitas teman sebaya terdiri dari pengaruh sosial normatif dan pengaruh informasional.

c. Faktor-Faktor Konformitas Teman Sebaya

1) Kohesivitas

Kohesivitas kelompok mencerminkan seberapa kuat rasa keterikatan individu terhadap suatu kelompok. Semakin kuat rasa keterikatan tersebut, <sup>4</sup> semakin besar pula kecenderungan individu untuk mengikuti norma dan perilaku berlaku di antara anggota kelompoknya. kata lain, kohesivitas tinggi mendorong individu untuk menyesuaikan diri teman sebayanya.

2) Ukuran Kelompok

Ukuran kelompok memainkan peran penting dalam menciptakan seberapa besar individu cenderung meniru atau mengikuti perilaku teman sebaya. Semakin banyak orang tergabung dalam suatu kelompok, semakin kuat dorongan bagi setiap individu untuk menyesuaikan diri norma dan perilaku berlaku dalam kelompok tersebut.

3) <sup>100</sup> Jenis Norma Berlaku

Norma sosial berlaku dapat di kategorikan ke dalam dua jenis, yaitu norma deskriptif dan norma injungtif. Norma deskriptif menjelaskan perilaku umum dilakukan oleh kebanyakan orang dalam situasi tertentu, sementara norma injungtif menentukan perilaku dianggap pantas atau tidak pantas dalam situasi tersebut.

Aronson, Wilson, Akert, dan Sommers, (2016) mengemukakan beberapa faktor dapat mempengaruhi konformitas teman sebaya, diantaranya:

1) Kesesuaian (*conformity*)

<sup>97</sup> Perubahan perilaku individu akibat pengaruh orang lain, baik bersifat langsung atau hanya berupa persepsi atau dugaan, dikenal sebagai konformitas. Konformitas terjadi ketika individu menyesuaikan sikap, tindakan, atau keyakinannya agar selaras norma atau harapan sosial ada di sekitarnya.

2) Penerimaan Pribadi (*private acceptance*)

Menyesuaikan diri perilaku orang lain karena keyakinan tulus bahwa apa dilakukan atau katakan adalah benar disebut konformitas informasional. Konformitas ini terjadi ketika individu menerima pandangan atau tindakan orang lain sebagai sumber informasi valid, terutama dalam

situasi ambigu atau ketika individu merasa orang lain lebih mengetahui hal tersebut.

3) Kepatuhan Publik (*public compliance*)

Menyesuaikan diri perilaku orang lain di depan umum tanpa harus benar-benar mempercayai apa dilakukan atau dikatakan disebut konformitas normatif. Konformitas ini terjadi karena individu ingin diterima, dihargai, atau menghindari penolakan dari kelompok sosial, meskipun sebenarnya tidak sepenuhnya setuju perilaku atau pandangan tersebut.

Berdasarkan penjelasan mengenai faktor mempengaruhi konformitas teman sebaya dapat disimpulkan <sup>47</sup> bahwa faktor-faktor dapat mempengaruhi konformitas teman sebaya terdiri dari kohesivitas, ukuran kelompok, dan jenis norma berlaku.

B. Dinamika Psikologi

Masa remaja merupakan tahap kehidupan ditandai oleh berbagai perubahan, termasuk perubahan hormon, fisik, psikologis, dan sosial. Perubahan fisik terjadi dapat mempengaruhi kondisi psikologis, seringkali menimbulkan perasaan tidak nyaman. Banyak remaja lebih fokus pada penampilan fisik remaja dibandingkan aspek lainnya, dan sebagian merasa kurang puas tampilan diri remaja di cermin. Kehadiran standar kecantikan ideal menekankan bentuk tubuh proporsional di kalangan remaja menyebabkan kehilangan kepercayaan diri. Penilaian terhadap diri sendiri

seringkali dipengaruhi oleh pandangan orang lain, terutama teman sebaya (Denich & Ifdil, 2015).

<sup>6</sup> Dimulai dari penampilan fisik, remaja mulai membangun persepsi tentang tubuh diri sendiri membandingkannya orang lain dan menetapkan standar tubuh ideal menurut pandangan remaja. Persepsi dan pandangan terhadap penampilan fisik ini dikenal sebagai *body image*. *Body image* seringkali <sup>6</sup> dipengaruhi oleh faktor sosial, salah satunya adalah konformitas teman sebaya. Konformitas teman sebaya mengacu pada kecenderungan individu <sup>4</sup> untuk menyesuaikan diri norma, perilaku, atau pandangan kelompok teman sebaya agar diterima dan dihargai dalam lingkungan sosial (Ammar & Nurmala, 2020).

<sup>1</sup> Konformitas teman sebaya memiliki pengaruh signifikan terhadap *body image* remaja. Pengaruh ini terjadi melalui keterkaitan antara berbagai aspek *body image* konformitas teman sebaya. Menurut Cash & Smolak (2011), aspek-aspek *body image* <sup>26</sup> meliputi Evaluasi Penampilan (*Appearance Evaluation*), Orientasi Penampilan (*Appearance Orientation*), Kepuasan terhadap Bagian Tubuh (*Body Area Satisfaction*), Kecemasan terhadap Kegemukan (*Overweight Preoccupation*), dan Pengkategorian Ukuran Tubuh (*Self-Classified Weight*). Aspek-aspek tersebut memiliki hubungan erat dimensi konformitas teman sebaya dijelaskan oleh Baron dan Byrne (2004) <sup>44</sup> yaitu konformitas normatif dan konformitas informasional. Konformitas normatif terjadi ketika remaja menyesuaikan diri standar sosial untuk diterima oleh kelompok sebaya, sementara

konformitas informasional terjadi ketika remaja mengandalkan informasi dari lingkungan sosial untuk menilai dan menciptakan persepsi terhadap tubuh sendiri.

Pengaruh sosial normatif (Baron & Byrne, 2004) Pengaruh sosial normatif berperan dalam mendorong individu menyesuaikan perilaku dan penampilannya agar selaras norma diterima dalam masyarakat. Penyesuaian ini dilakukan tujuan untuk menghindari penolakan sosial, menunjukkan kepatuhan terhadap aturan berlaku, serta membangun hubungan harmonis kelompok. Melalui proses ini, individu berupaya mendapatkan dukungan, rasa diterima, dan pengakuan dari lingkungan sosialnya. Maka hal tersebut berkaitan erat aspek orientasi penampilan (Cash & Smolak, 2011), individu dapat mengukur, menilai terhadap penampilannya individu cenderung menyesuaikan diri standar kecantikan atau maskulinitas demi penerimaan sosial, seringkali melalui perbandingan dan penguatan sosial seperti pujian atau kritik.

Selain itu, aspek pengaruh sosial (Baron & Byrne, 2004) membuat individu dapat melakukan penyesuaian perubahan terhadap perilaku serta penampilan individu, menghindari penolakan serta mengikuti aturan ada untuk mendapatkan dukungan dan dapat diterima oleh kelompok, dapat meningkatkan aspek kecemasan menjadi gemuk (Cash & Smolak, 2011), tak jarang membuat individu cenderung membandingkan bentuk tubuhnya individu lain, stereotype mengenai standar tubuh ideal mendorong individu untuk bisa menyesuaikan dirinya agar dapat diterima. Akibatnya,

kecemasan terhadap berat badan semakin meningkat karena adanya dorongan untuk memenuhi ekspektasi sosial.

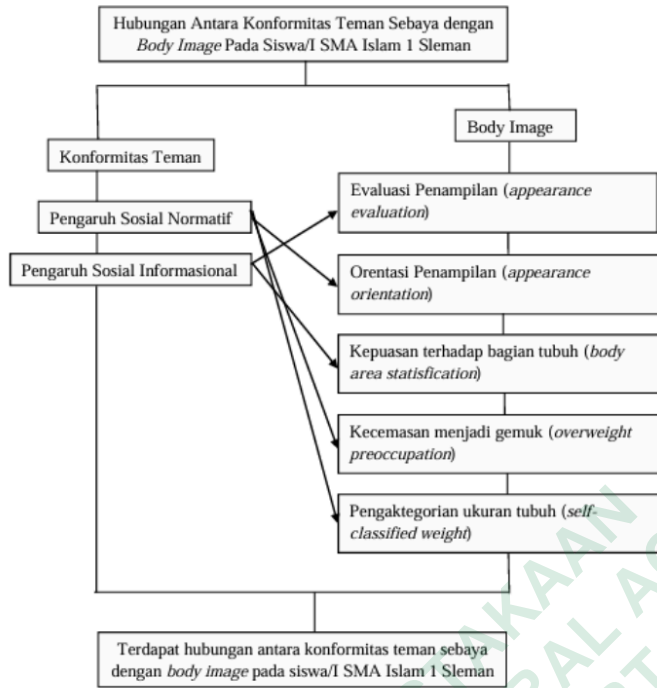
Disisi lain, aspek pengaruh sosial (Baron & Byrne, 2004) mendorong individu untuk menyesuaikan diri lingkungan, baik dalam perilaku atau penampilan, guna menghindari penolakan, mematuhi aturan, serta mendapatkan dukungan dan penerimaan dari kelompok. Pengaruh sosial normatif berperan dalam menciptakan persepsi individu dalam pengkategorian tubuh (Cash & Smolak, 2011) Individu cenderung menyesuaikan diri standar tubuh ideal demi penerimaan sosial, baik melalui imitasi kebiasaan, komentar, atau eksklusi. Tekanan sosial untuk memenuhi standar tubuh ideal mendorong individu menyesuaikan pola makan, aktivitas fisik, atau gaya hidup agar diterima dalam lingkungan pergaulan.

Adapun pengaruh sosial informasional (Baron & Byrne, 2004) terjadi ketika individu dapat menerima informasi dari orang lain sebagai dasar untuk menciptakan pemahaman individu itu sendiri, terutama dalam situasi ambigu atau ketika remaja merasa tidak memiliki cukup pengetahuan. Pengaruh sosial informasional dapat menciptakan cara individu dalam evaluasi penampilan (Cash & Smolak, 2011) Standar ideal berkembang dalam kelompok sosial sering menjadi acuan, mendorong perbandingan sosial dan penyesuaian perilaku agar diterima. Tak jarang hal ini membuat individu lebih mudah terpengaruh oleh opini teman mengenai cara berpakaian, berdandan, atau menjaga bentuk tubuh.

Pengaruh sosial informasional (Baron & Byrne, 2004) menciptakan kesamaan perilaku dan keyakinan individu kelompoknya melalui penerimaan informasi dianggap sebagai bukti nyata dari orang lain. Pengaruh ini berperan penting dalam menciptakan kepuasan individu terhadap bagian tubuhnya (Cash & Smolak, 2011) melalui internalisasi standar ideal diterima dalam kelompok sosialnya. Ketika individu menerima informasi mengenai bentuk tubuh ideal dari teman sebaya, ia cenderung menyesuaikan pandangan dan penilaiannya terhadap tubuhnya sendiri agar sesuai norma berlaku.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## C. Kerangka Berpikir



#### D. Hipotesis

Berdasarkan pernyataan tersebut, hipotesis diajukan dalam penelitian ini adalah:

**H<sub>a</sub>:** Adanya hubungan antara konformitas teman sebaya *body image* pada siswa/i SMA Islam 1 Sleman.

**H<sub>0</sub>:** Tidak adanya hubungan antara konformitas teman sebaya *body image* pada siswa/i SMA Islam 1 Sleman.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel**

Ada dua variabel digunakan dalam penelitian, yaitu:

1. Variabel Tergantung : *Body Image*
2. Variabel Bebas : Konformitas Teman Sebaya

#### **B. Definisi Operasional**

##### **1. Body Image**

*Body image* adalah persepsi, pemikiran, dan perasaan individu terhadap tubuhnya, dipengaruhi oleh faktor psikologis dan sosial. Bagi remaja, *body image* berperan penting dalam perkembangan fisik, mental, dan sosial, karena mencerminkan rasa percaya diri dan kenyamanan terhadap tubuh remaja. Oleh karena itu, *body image* bukan sekadar tentang penampilan, tetapi juga tentang bagaimana remaja belajar menerima dan menghargai diri sendiri. *Body image* terdiri dari lima aspek utama, yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian-bagian tubuh, kecemasan terhadap kenaikan berat badan, dan pengkategorian tubuh. Dalam penelitian ini, pengukuran *body image* dilakukan menggunakan skala *body image* didasarkan pada teori dikemukakan oleh Cash & Smolak (2011).

## 2. Konformitas Teman Sebaya

Konformitas mengacu pada penyesuaian perilaku atau keyakinan individu akibat tekanan kelompok untuk menyesuaikan diri orang lain. Bagi remaja, konformitas terhadap teman sebaya memainkan peran penting dalam menciptakan sikap, perilaku, dan pengambilan keputusan, karena masa remaja merupakan tahap krusial dalam pembentukan identitas. Meskipun konformitas dapat mendukung hubungan sosial, jika dilakukan secara berlebihan, hal ini dapat menimbulkan dampak negatif. Oleh karena itu, remaja perlu menyeimbangkan konformitas kemampuan berpikir kritis. Konformitas teman sebaya mencakup dua aspek, yaitu pengaruh sosial normatif dan pengaruh sosial informasional, diukur menggunakan skala berdasarkan teori Baron & Byrne (2004).

### C. Subjek Penelitian

Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* untuk menentukan sampel. Menurut Sugiyono (2022), *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel didasarkan pada pertimbangan-pertimbangan khusus. Sampel dalam penelitian ini dipilih berdasarkan kriteria-kriteria tertentu, antara lain:

1. Perempuan dan Laki-laki
2. Berusia 16-18 tahun
3. Siswa/I Kelas X dan XI
4. Siswa/I SMA Islam 1 Sleman

#### D. Metode Penelitian <sup>62</sup>

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif korelasional, bertujuan untuk menganalisis hubungan antara variabel-variabel menjadi fokus penelitian. Data dikumpulkan melalui pengisian skala dirancang untuk memperoleh informasi relevan tujuan penelitian, meskipun tidak secara langsung mengukur hal ingin diteliti (Azwar, 2019). <sup>20</sup> Penelitian ini menggunakan skala Likert terdiri dari pernyataan positif (*favorable*) dan negatif (*unfavorable*). Pernyataan *favorable* menggambarkan kesesuaian objek atau sikap diukur, pernyataan *unfavourable* menunjukkan ketidaksesuaian atau pertentangan. Setiap pernyataan diberi nilai tertentu berdasarkan kategori jawaban dipilih oleh responden (Azwar, 2019).

Responden diminta memilih satu dari lima opsi jawaban menunjukkan tingkat persetujuan, yakni sangat setuju (SS), setuju (S), netral (N), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Untuk pernyataan *favorable*, skor tertinggi (5) diberikan pada jawaban "sangat setuju" dan skor terendah (1) <sup>83</sup> pada jawaban "sangat tidak setuju". Sebaliknya, pernyataan *unfavorable*, skor dibalik, yaitu 1 untuk "sangat setuju" dan 5 untuk "sangat tidak setuju". <sup>64</sup>

<sup>22</sup> Tabel 3.1 Blueprint Skala Likert

Kategori Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

## 1. Skala Body Image <sup>19</sup>

Penelitian ini menggunakan skala *body image* dimodifikasi dari skala dikembangkan oleh Narotin dan Satwika (2024). Aitem dalam skala ini disusun berdasarkan indikator-indikator berasal dari komponen aspek-aspek *body image*, merujuk pada teori oleh Cash dan Smolak (2011).

<sup>45</sup>  
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Body Image

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Evaluasi Penampilan ( <i>Appearance Evaluation</i> )	Perasaan menarik dan tidak menarik diri sendiri	1, 2, 3, 4	5, 6,	6
		Perasaan puas dan tidak puas terhadap diri sendiri	7	8, 9, 10	4
2.	Orientasi Penampilan ( <i>Appearance Orientation</i> )	Usaha untuk meingkatkan penampilan	11, 12	13, 14	4
		Perilaku untuk menjaga penampilan	15, 16	17, 18, 19	5
3.	Kepuasan pada Bagian Tubuh ( <i>Body Areas Satisfaction</i> )	Kepuasan terhadap bagian-bagian tubuh	20, 21, 22, 23, 24, 25, 26	27, 28, 29	10
4.	Kecemasan akan Kelebihan Berat Badan ( <i>Overweight Preoccupation</i> )	Pemikiran berulang terkait berat badan berlebih	30, 31, 32	33, 34, 35	6
5.	Pengkategorian Ukuran Tubuh ( <i>Self-Classified Weight</i> )	Penilaian diri sendiri terkait berat badan	36, 37, 38, 39	40, 41, 42, 43	8
Jumlah			23	20	43

## 2. Skala Konformitas Teman Sebaya

Penelitian ini menggunakan skala konformitas teman sebaya telah ada, merujuk pada teori Baron dan Byrne (2004), melakukan modifikasi dari skala dikembangkan oleh Kamilah dan Ardi (2024). Aitem dalam skala ini disusun berdasarkan indikator-indikator berasal dari komponen aspek-aspek konformitas teman sebaya, sesuai teori diusulkan oleh Baron dan Byrne (2004).

Tabel 3.3 *Blueprint* Skala Konformitas Teman Sebaya

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Pengaruh Sosial Normatif	Perilaku agar disukai oleh teman sebaya	1, 2, 3, 4, 5, 6	7, 8, 9, 10, 11	11
			12, 13, 14, 15, 16, 17, 18	19, 20, 21, 22, 23, 24	13
2.	Pengaruh Sosial Informasional	Menerima pendapat orang lain	25, 26, 27, 28	29, 30, 31, 32, 33	9
			34, 35, 36, 37	38, 39, 40	7
Jumlah			21	19	40

### E. Metode Analisis Data

Data dikumpulkan melalui skala dianalisis memanfaatkan perangkat lunak SPSS versi 20 untuk analisis data statistik. Mengingat penelitian ini bersifat kuantitatif, analisis statistik diterapkan untuk mengolah data. Sebelum melakukan pengujian hipotesis, uji asumsi terlebih dahulu dilakukan untuk memastikan bahwa data memenuhi persyaratan diperlukan untuk analisis statistik lebih lanjut.

## 1. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan untuk menguji korelasi antar variabel, uji asumsi peneliti lakukan diantaranya:

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk memeriksa apakah data dari 2 variabel digunakan dapat terdistribusi normal (Widana & Muliani, 2020). Data dikatakan normal jika frekuensi observasi tidak menunjukkan perbedaan signifikan frekuensi kurva teoritis, uji normalitas ini menggunakan metode *Kolmogorov-smirnov*;

Nilai  $P > 0,05$  = maka data terdistribusi normal.

Nilai  $P < 0,05$ , = data tidak terdistribusi secara normal.

### b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk memastikan apakah terdapat hubungan linear antara 2 variabel digunakan (Widana & Muliani, 2020). Pengujian ini menggunakan metode *deviation from linearity*, di mana nilai p pada nilai F dibandingkan 0,05.

Nilai  $P > 0,05$  = hubungan dianggap linear.

Nilai  $P < 0,05$  = hubungan dianggap tidak linear.

## 2. Uji Hipotesis

Usai memastikan bahwa uji asumsi normalitas dan linearitas telah terpenuhi, uji hipotesis dilakukan untuk menjawab pertanyaan penelitian. Analisis ini menggunakan teknik analisis statistik korelasi *Product Moment* (Sugiyono, 2022). Analisis ini menggunakan bantuan

perangkat lunak SPSS 20 for Windows. Tujuan utama analisis ini untuk mengamati hubungan antara konformitas teman sebaya dan body image pada siswa SMA Islam 1 Sleman.

## F. Kredibilitas

### 1. Uji Validitas

Agar skala dapat memperoleh data akurat dan relevan sakategn pengukurannya, diperlukan proses pengujian validitas tepat (Azwar, 2019). Penelitian ini, jenis validitas digunakan adalah validitas isi (*content validity*). Validitas isi dilakukan meminta penilaian (*judgement*) dari seorang profesional di bidang psikologi untuk mengevaluasi kesesuaian butir-butir aitem konstruksi teori diterapkan.

Untuk menilai apakah suatu pengukuran valid atau tidak, diperlukan standar koefisien validitas minimal sebesar 0,50, Namun, jika jumlah butir memenuhi standar ini masih belum mencukupi, batasan tersebut dapat diturunkan secara bertahap hingga mencapai  $\geq 0,25$ , hingga jumlah butir diharapkan terpenuhi (Azwar, 2019).

$$V = \frac{\sum s}{n(c-1)}$$

S = r-Io

Io = Angka rating terendah (1)

c = Angka rating tertinggi (5)

r = Angka rating diberikan oleh seorang penilai

## 2. Uji Reliabilitas

Pengujian reliabilitas merujuk pada tingkat kepercayaan atau konsistensi hasil pengukuran, menunjukkan seberapa akurat suatu pengukuran dilakukan (Azwar, 2019). Kata lain, jika kesalahan dalam pengukuran, pengukuran tersebut dianggap tidak reliabel. Koefisien reliabilitas 0,80. Pengujian pada penelitian ini reliabilitas dilakukan menerapkan formula *Alpha Cronbach*, dianalisis menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS 20 for Windows.

## G. Rancangan Penelitian

Penelitian ini dirancang melalui berbagai tahapan terarah dan sistematis agar dapat memperoleh hasil diharapkan. Setiap tahapan dilalui cermat, tahapan-tahapan tersebut diantaranya:

### 1. Tahap Awal Penelitian

Pada tahap ini, peneliti memulai mengidentifikasi permasalahan dianggap menarik dan layak untuk diteliti. Sebelum pelaksanaan, peneliti mengurus dan memperoleh izin resmi dari pihak terkait untuk melakukan penelitian di tempat tersebut. Selanjutnya, peneliti melakukan pencarian referensi, studi pendahuluan awal, serta konsultasi dosen pembimbing untuk memperoleh masukan dan arahan. permasalahan teridentifikasi jelas, peneliti merumuskan judul penelitian sesuai.

Selanjutnya, peneliti melakukan studi literatur untuk mengumpulkan teori-teori dan konsep-konsep relevan guna

memperkuat latar belakang penelitian. Berdasarkan pemahaman teoritis tersebut, peneliti merumuskan rumusan masalah, tujuan penelitian, serta menentukan subjek penelitian. Pada tahap ini juga disusun instrumen penelitian berupa kuesioner sebagai alat ukur akan digunakan dalam pengumpulan data.

## 2. Tahap Penelitian

Tahap ini merupakan proses pengumpulan data *online* atau daring melalui perantara guru BK akan memberikan kuesioner telah dibuat peneliti kepada siswa/I. Pengumpulan data dilakukan membagikan skala berbasis kertas (*paper-based*) kepada para responden. Skala ini diisi secara manual oleh subjek penelitian di bawah pengawasan peneliti guna memastikan pengisian dilakukan benar dan sesuai petunjuk.

## 3. Tahap Akhir Penelitian

seluruh data terkumpul peneliti melanjutkan ke tahap pengolahan dan analisis data. Proses ini dilakukan bantuan perangkat lunak aplikasi statistik SPSS versi 20. Hasil analisis kemudian diinterpretasikan dan disusun dalam bentuk laporan penelitian sistematis, mencakup hasil temuan, pembahasan, kesimpulan, serta saran relevan tujuan penelitian

## BAB IV

### PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

#### A. Orientasi Kancan dan Persiapan

##### 1. Orientasi Kancan

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Islam 1 Sleman, berlokasi di Jl. Wates Km.4, Banyuraden, Gamping, Sleman, DIY. Sekolah ini berada di bawah naungan yayasan dipimpin oleh Drs. Moehadi Sofyan, kepala sekolah Dra. Riana Hidayati. visi menciptakan generasi berakhlak mulia dan berprestasi berlandaskan Al-Qur'an, sekolah ini menerapkan nilai-nilai keislaman dalam keseharian siswa. Subjek penelitian adalah siswa/i kelas X dan XI berada pada masa remaja akhir dan rentan terhadap pengaruh teman sebaya, terutama dalam hal citra tubuh (body image). Pemilihan lokasi ini didasarkan pada konteks religius kuat, keterbukaan pihak sekolah terhadap kerja sama akademik, serta relevansi isu body image dalam kehidupan remaja muslim tengah menyeimbangkan nilai agama pengaruh sosial dan media.

##### 2. Persiapan

Langkah dilakukan sebelum peneliti memulai pengumpulan data, diantaranya:

###### a. Persiapan Administrasi

Sebagai bagian dari tahap persiapan administrasi, peneliti terlebih dahulu menyusun dan mengajukan Surat Permohonan Izin

Penelitian nomor B/056/FES/II/2025, ditujukan kepada pihak SMA Islam 1 Sleman. Surat tersebut berisi permohonan izin untuk melaksanakan penelitian melibatkan Siswa/I kelas X dan XI sebagai subjek. <sup>63</sup> Pengambilan data dilakukan secara daring / online menggunakan media *Google Form* disebarakan melalui WhatsApp grup kelas bantuan guru Bimbingan Konseling (BK) sebagai perantara. Oleh karena itu, langkah perizinan kepada pihak sekolah menjadi tahapan awal penting agar proses pengumpulan data dapat dilakukan lancar, terstruktur, dan sesuai prosedur etika penelitian berlaku.

b. Persiapan Alat Ukur

Peneliti menggunakan 2 <sup>8</sup> skala yaitu, skala *body image* dan skala konformitas teman sebaya

1) Skala *Body Image*

<sup>1</sup> Skala *body image* menggunakan skala *body image* telah dimodifikasi dari Narotin dan Satwika (2024) dari teori Cash. Terdapat 26 aitem pernyataan skala *body image* <sup>17</sup> terdiri dari aitem *favorable* dan *unfavorable* menggunakan 5 pilihan jawaban yakni, sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), netral (N), sesuai (S), sangat sesuai (SS).

2) Skala Konformitas Teman Sebaya

Skala konformitas teman sebaya menggunakan skala konformitas teman sebaya telah dimodifikasi dari Kamilah dan Ardi (2024) dari teori Baron dan Bryne. Terdapat 14 pernyataan skala konformitas teman sebaya terdiri dari aitem *favourable* dan *unfavourable* menggunakan 5 pilihan jawaban yakni, sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), netral (N), setuju (S), sangat setuju (SS).

c. Penilaian Expert Judgement

Sebelum skala digunakan dalam pengumpulan data, langkah awal penting dilakukan adalah menguji kelayakan alat ukur melalui *expert judgement*. Tahapan ini bertujuan untuk menilai sejauh mana setiap aitem dalam skala mampu merepresentasikan ingin diukur, serta untuk menjamin validitas dan reliabilitas instrumen.

Proses penilaian dilakukan oleh para ahli memiliki latar belakang keilmuan psikologi. Penilaian terhadap kesesuaian aitem dilaksanakan pada tanggal 19 Mei 2025 - 23 Mei 2025 melibatkan tujuh penilai, terdiri dari empat lulusan sarjana psikologi, dua mahasiswa magister psikologi dari Universitas Islam Indonesia (UII), dan satu mahasiswa magister psikologi dari Universitas Gadjah Mada (UGM).

Hasil penilaian kemudian dianalisis menggunakan rumus Aiken's V untuk menguji validitas isi. Aitem di kategorikan valid

apabila nilai Aiken's  $V > 0,75$ . Dari hasil perhitungan skala *body image*, diperoleh rentang nilai Aiken's  $V$  antara 0,75 - 0,89. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat beberapa aitem tidak memenuhi kriteria validitas. Pada skala *body image*, aitem dinyatakan tidak valid yaitu nomor 2, 6, 17, 20, 21, 32, 37, dan 38.

Pada skala konformitas teman sebaya, diperoleh rentang nilai Aiken's  $V$  antara 0,75 - 0,85. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat beberapa aitem tidak memenuhi kriteria validitas. Pada skala konformitas teman sebaya, aitem tidak valid meliputi nomor 1, 3, 12, 20, 21, dan 31.

d. Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Uji coba skala dilaksanakan pada tanggal 26 Mei 2025 - 30 Mei 2025 melibatkan 34 responden. Instrumen telah melalui proses uji coba dan menunjukkan hasil sesuai, selanjutnya diuji reliabilitasnya menggunakan aplikasi SPSS versi 20.

e. Hasil Analisis Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Hasil dari pengujian dan analisis uji coba alat ukur diantaranya:

1) Skala *Body Image*

Berdasarkan hasil uji coba terhadap skala *body image*, sebanyak 26 aitem dinyatakan valid dan reliabel, sementara 9

aitem lainnya tidak memenuhi kriteria dan dinyatakan gugur, yaitu aitem nomor 1, 3, 5, 18, 19, 26, 28, 31 dan 39. Nilai koefisien reliabilitas menggunakan Cronbach's alpha menunjukkan angka sebesar 0,964 dan korelasi item total berada di rentang 0,311 - 0,911. Skala *body image* melalui proses uji coba ditampilkan dalam tabel berikut.

Tabel 4. 1 *Blueprint* Skala *Body Image*

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Evaluasi Penampilan ( <i>Appearance Evaluation</i> )	Perasaan menarik dan tidak menarik diri sendiri	4	-	1
		Perasaan puas dan tidak puas terhadap diri sendiri	7	8, 9, 10	4
2.	Orientasi Penampilan ( <i>Appearance Orientation</i> )	Usaha untuk meingkatkan penampilan	11, 12	13, 14	4
		Perilaku untuk menjaga penampilan	15, 16	-	2
3.	Kepuasan pada Bagian Tubuh ( <i>Body Areas Satisfaction</i> )	Kepuasan terhadap bagian-bagian tubuh	22, 23, 24, 25	27, 29	6
4.	Kecemasan akan Kelebihan Berat Badan ( <i>Overweight Occupation</i> )	Pemikiran berulang terkait berat badan berlebih	30	33, 34, 35	4
5.	Pengkategorian Ukuran Tubuh ( <i>Self-Classified Weight</i> )	Penilaian diri sendiri terkait berat badan	36	40, 41, 42, 43	5
Jumlah			12	14	26

## 2) Skala Konformitas Teman Sebaya

Hasil uji coba skala konformitas teman sebaya terdapat 14 aitem dinyatakan valid serta reliabel, sedangkan 20 aitem

lainnya dinyatakan gugur diantaranya, aitem nomor 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 15, 17, 19, 22, 23, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 35, dan 40. Koefisien reliabilitas *Cronbach alpha* sebesar 0,941 dan hasil korelasi item total berada di rentang 0,462 - 0,887. Skala konformitas teman sebaya uji coba disajikan dalam table berikut.

Tabel 4. 2 *Blueprint* Skala Konformitas Teman Sebaya

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Pengaruh Sosial Normatif	Perilaku agar disukai oleh teman sebaya	2	7	2
		Rasa takut akan penolakan	13, 14, 16, 18	24	5
2.	Pengaruh Sosial Informasional	Menerima pendapat orang lain	-	32, 33	2
		Membenarkan orang lain	34, 36, 37	38, 39	5
Jumlah			8	6	14

#### B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dimulai dari tanggal 2 Juni 2025 - 5 Juni 2025, peneliti memulai menyebarkan kuesioner *google form* berisi *informed consent*, identitas diri, kuesioner *body image* dan konformitas teman sebaya serta penutup. Peneliti menyebarkan link tautan *google form* perantaran melalui guru Bimbingan Konseling (BK) terhadap kelas X dan XI siswa/I SMA Islam 1 Sleman. Saat pengisian peneliti memantau jumlah siswa sudah mengisi perhari nya, lalu mengkonfirmasi kepada guru Bimbingan Konseling (BK) untuk mengingatkan siswa/I untuk mengisi kuesioner

melalui link *google form* telah disediakan dan data telah di isi oleh siswa/ langsung masuk kedalam *google form* dikelola oleh peneliti.

### 3 C. Hasil Penelitian

#### 1. Deskripsi Responden Penelitian

Total responden sejumlah 116 diperoleh dari kuesioner menggunakan *google form*. Gambaran dari responden berpartisipasi dalam penelitian ini tersaji dalam table di bawah ini.

3 Tabel 4. 3 Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Persentase
Perempuan	57	49 %
Laki-laki	59	51 %
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan data jenis kelamin disebutkan di atas, terdapat 59 orang responden laki-laki mendapatkan persentase sebanyak 51%, namun demikian, persentase ini relatif tinggi jika dibandingkan 57 orang responden perempuan persentase sebanyak 49,13%.

5 Tabel 4. 4 Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	N	Persentase
16	54	46 %
17	31	27 %
18	31	27 %
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100 %</b>

Data responden berdasarkan usia disebutkan diatas, bahwa sebanyak 54 responden berada di usia 16 tahun persentase sebanyak 46%. Responden berada di usia 17 tahun sebanyak 31 orang persentase sebanyak 27 % dan 31 responden lainnya berada di kategori usia 18 tahun persentase sebanyak 27%.

Tabel 4. 5 Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Kelas

Kelas	N	Persentase
X	67	58%
XI	49	42%
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data berada di tabel di atas, dapat diketahui bahwa sebanyak 67 responden berada di kelas X nilai persentase sebanyak 58%, sedangkan 49 responden berada di kelas XI persentase sebanyak 42%.

## 2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian untuk memberikan gambaran umum mengenai hasil penelitian akan memudahkan dalam menginterpretasi data.

Tabel 4. 6 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Hipotetik		Empirik	
	Mean	SD	Mean	SD
Body Image	78	17	76	6
Konformitas Teman Sebaya	42	9	42	4

Keterangan

Hipotetik : Didapatkan berdasarkan skala

Empirik : Didapatkan berdasarkan hasil penelitian

Berdasarkan tabel di atas, peneliti dapat menentukan kategorisasi skor hasil pada setiap responden pada variabel penelitian. Tujuan pemberian kategorisasi ini untuk mengelompokkan setiap responden sesuai tingkatan ukuran atribut (Azwar, 2019). Berikut ini terdapat kategorisasi berdasarkan rumus norma.

Tabel 4. 7 Rumus Norma Kategorisasi

Rumus Kategorisasi	
Sangat Rendah	$X \leq M - 1,8SD$
Rendah	$M - 1,8SD < X \leq M - 0,6SD$
Sedang	$M - 0,6SD < X \leq M + 0,6SD$
Tinggi	$M + 0,6SD < X \leq M + 1,8SD$
Sangat Tinggi	$X > M + 1,8SD$

Keterangan

X : Total skor  
M : rata-rata  
SD : Standar Deviasi

Peneliti membagi responden ke dalam lima kategori berdasarkan rumus norma kategorisasi, sehingga menghasilkan temuan sebagai berikut:

Tabel 4. 8 Persentil Untuk Kategorisasi Tiap Variabel

Kategorisasi	Body Image	Konformitas Teman Sebayu
	Sangat Rendah	$X \leq 47$
Rendah	$47 < X \leq 68$	$26 < X \leq 37$
Sedang	$68 < X \leq 88$	$37 < X \leq 47$
Tinggi	$88 < X \leq 109$	$47 < X \leq 58$
Sangat Tinggi	$X > 109$	$X > 58$

Tabel 4. 9 Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel

Kategorisasi	Body Image		Konformitas Teman Sebayu	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	2	1,72%	28	24,13%
Rendah	24	20,68%	17	14,65%
Sedang	63	54,31%	43	37,06%
Tinggi	22	18,96%	39	33,62%
Sangat Tinggi	5	4,31%	3	2,58%
<b>Total</b>	<b>116</b>	<b>100%</b>	<b>116</b>	<b>100%</b>

Menurut tabel kategorisasi di atas, responden memiliki skor tertinggi pada variabel *body image* sedang. Berdasarkan data kategorisasi *body image*, 63 orang atau berkisar 54,31% termasuk kategori sedang. Kategori tinggi sebanyak 22 orang atau berkisar 18,96% , sedangkan 5 orang masuk dalam kategori sangat tinggi atau berkisar 4,31%. Selain itu, sebanyak 24 orang berada di kategori rendah atau berkisar 20,68% dan 2 orang lainnya masuk dalam kategori sangat rendah atau berkisar 1,72 %.

Pada variabe konformitas teman sebaya responden memiliki skor tertinggi terdapat pada kategori sedang. Berdasarkan data kategorisasi konformitas teman sebaya, sebanyak 43 orang atau berkisar 37,06% <sup>88</sup> berada di kategori sedang. 39 orang berada di kategori tinggi atau berkisar 33,62%, dan sebanyak 3 orang berada di kategori sangat tinggi atau berkisar 2,58%. Selain itu, 17 orang atau berkisar 14,65% berada di kategori rendah, selebihnya sebanyak 28 orang atau berkisar 24,13% berada di <sup>3</sup> kategori sangat rendah.

### 3. Uji Asumsi

Uji asumsi menjadi salah satu ketentuan dasar harus dipenuhi peneliti sebelum menguji hipotesis. Uji asumsi ini berupa pengujian normalitas dan linearitas menggunakan bantuan SPSS versi 20.

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk melihat data terdistribusi normal atau tidak. Tes *Kolmogorov-smirnov* digunakan untuk

menentukan normalitas data. Data dapat dinyatakan terdistribusi normal apabila nilai  $P > 0,05$  (Widana & Muliani, 2020).

Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig	interpretasi
<i>Body Image</i>	0,100	Normal
Konformitas Teman Sebaya	0,200	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas telah dilakukan, diperoleh nilai sig variabel *body image* sebesar 0,100 dan konformitas teman sebaya sebesar 0,200, sehingga sebaran data dapat dikatakan terdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan linear antara variabel *body image* dan variabel konformitas teman sebaya. Metode *deviation form* linearity digunakan untuk mengetahui variabel penelitian dapat dikatakan linear jika nilai  $P > 0,05$  (Widana & Muliani, 2020).

Tabel 4. 11 Hasil Uji Linearitas

Variabel	P	interpretasi
Konformitas Teman Sebaya* <i>Body Image</i>	0,796	Linear

Terdapat hubungan linear antara *body image* konformitas teman sebaya, hal tersebut dibuktikan nilai p sebesar 0,760 menunjukkan bahwa  $p > 0,05$ .

#### 4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan mengetahui hasil dari uji asumsi, peneliti melakukan uji hipotesis menggunakan teknik korelasi *product moment* untuk menguji hubungan antara variabel *body image* dan variabel konformitas teman sebaya. Hipotesis dapat diterima apabila nilai  $p < 0,05$  (Sugiyono, 2022).

Tabel 4. 12 Hasil Uji Hipotesis

Variabel	R	P	interpretasi
Konformitas Teman Sebaya* <i>Body Image</i>	-0,548	0,000	Ada Hubungan

Berdasarkan hasil uji hipotesis telah dilakukan, di peroleh nilai  $p$  sebesar 0,000 maka dari itu H1 penelitian ini diterima mengartikan bahwasannya terdapat hubungan antara konformitas teman sebaya dan *body image* pada Siswa/I SMA Islam I Sleman.

Diperoleh nilai korelasi *pearson r* sebesar -0.548, hal tersebut menunjukkan bahwasanya terdapat korelasi negatif antara konformitas teman sebaya *body image*. Menurut Sugiyono, (2022) koefisien korelasi bergerak dari 0,000 sampai +1,000 atau antara 0,000 sampai -1,000 tergantung arah korelasi data hasil. Besarnya koefisien korelasi menunjukkan kekuatan serta arah hubungan antar variabel di uji dalam hipotesis. Nilai koefisien ini berada dalam rentang tertentu, yaitu:

Maka dari itu dapat dikatakan adanya hubungan negatif sedang antara konformitas teman sebaya *body image*. Semakin rendah konformitas teman sebaya terjadi oleh siswa/I, maka akan semakin tinggi *body image* dimiliki oleh siswa/I, begitupun sebaliknya semakin

tinggi konformitas teman sebaya terjadi oleh siswa/I, maka semakin rendah *body image* dimiliki oleh siswa/I.

## 5. Analisis Tambahan

### a. Koefisien Determinasi

Hasil koefisien determinasi dari variabel diteliti untuk menunjukkan bahwa seberapa persen pengaruh diberikan variabel konformitas teman sebaya secara simultan terhadap variabel *body image*.

Tabel 4. 13 Hasil Koefisien Determinasi

Variabel	R	R Squared
Konformitas Teman Sebaya* <i>Body Image</i>	-0,548	0,300

Berdasarkan determinasi di atas, diperoleh hasil bahwa R Square sebesar 0,300 mengartikan bahwa pengaruh *body image* secara stimultas terhadap konformitas teman sebaya sebesar 30%. Selain itu sebesar 70% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain berada diluar penelitian.

### b. Independent T-Test

Uji independent t-test dilakukan untuk mengetahui perbedaan hubungan konformitas teman sebaya dan *body image* antara jenis kelamin dan kelas.

Tabel 4. 14 Hasil Independent T-Test Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Laki-laki	Perempuan	Sig
Konformitas Teman Sebaya	43.34	40.91	0,006
<i>Body Image</i>	75.42	76.74	0,209

Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa konformitas teman sebaya pada laki-laki memiliki rata-rata 75,42 dan perempuan 76,74. Kemudian nilai mean *body image* pada laki-laki 43,34 dan perempuan 40,91. Nilai sig pada variabel konformitas teman sebaya 0,006 (Sig. < 0,05) dan variabel *body image* 0,209 maka menunjukkan bahwa adanya perbedaan antara variabel konformitas teman sebaya pada siswa laki-laki dan siswi perempuan, sedangkan dalam variabel *body image* tidak ada perbedaan berdasarkan jenis kelamin laki-laki dan perempuan.

Tabel 4. 15 Hasil Independent T-Test Berdasarkan Kelas

Variabel	Kelas X	Kelas XI	Sig
Konformitas Teman Sebaya	42,33	41,90	0,633
Body Image	76,49	75,49	0,344

Berdasarkan data tersebut, menunjukkan bahwa konformitas teman sebaya pada siswa/I kelas X memiliki rata-rata nilai 42,33 dan siswa/I kelas XI memiliki nilai rata-rata 41,90. Variabel *body image* pada siswa/I kelas X memiliki nilai mean sebesar 76,49 dan kelas XI memiliki nilai sebesar 75,49. Hasil independent t-test berdasarkan kelas pada variabel konformitas teman sebaya memperoleh nilai sig. 0,633 dan variabel *body image* memperoleh nilai sig. 0,344. Maka tidak ada perbedaan antara konformitas teman sebaya dan *body image* berdasarkan kelas.

#### D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konformitas teman sebaya *body image* pada Siswa/I SMA Islam 1 Sleman. Kualifikasi responden digunakan dalam penelitian ini adalah Siswa/I SMA Islam 1 Sleman kelas X dan XI berada di tahap fase remaja akhir di usia 16-18 tahun bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Berdasarkan data diperoleh membuktikan bahwa hipotesis diajukan oleh peneliti diterima. Hal ini berarti adanya hubungan antara konformitas teman sebaya *body image* pada Siswa/I SMA Islam 1 Sleman. Hal tersebut ditunjukkan dari nilai p sebesar 0,000.

Nilai korelasi *pearson r* sebesar -0,548, hal tersebut menunjukkan bahwasanya terdapat korelasi negatif antara konformitas teman sebaya *body image*. Semakin rendah konformitas teman sebaya terjadi oleh siswa/I, maka akan semakin tinggi *body image* dimiliki oleh siswa/I, begitupun sebaliknya semakin tinggi konformitas teman sebaya terjadi oleh siswa/I, maka semakin rendah *body image* dimiliki oleh siswa/I.

Analisis deskriptif kategorisasi dari 116 responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori sedang untuk kedua variabel, yaitu *body image* (54,31%) dan konformitas teman sebaya (37,06%). Hal ini mencerminkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat persepsi tubuh dan konformitas berada pada tingkatan menengah, namun ada juga proporsi signifikan responden konformitas tinggi (33,62%) dan sangat tinggi (2,58%) berpotensi memiliki *body image* rendah hingga

sangat rendah. Hal ini mendukung gagasan bahwa tekanan dari teman sebaya bukan hanya berbentuk eksplisit seperti komentar negatif atau juga implisit melalui perbandingan sosial atau model perilaku tubuh ideal. demikian, semakin tinggi tekanan konformitas dirasakan, semakin besar kemungkinan individu menilai tubuhnya secara negatif.

Selain itu dilakukannya analisis tambahan untuk mengetahui perbedaan berdasarkan jenis kelamin dan kelas terhadap variabel konformitas teman sebaya dan *body image*, menunjukkan nilai rata-rata terhadap konformitas teman sebaya pada siswa laki-laki sebesar 43,34 dan pada perempuan 40,91 selain itu konformitas teman sebaya pada siswa/I berada di kelas X memiliki nilai mean sebesar 42,33 dan kelas XI 41,90. Disisi lain nilai mean didapatkan terhadap variabel *body image* pada siswa laki-laki sebesar 75,42 dan siswi perempuan 76,74, pada siswa berada di kelas X memiliki nilai rata-rata *body image* sebesar 76,49 dan siswa/I berada di kelas XI sebesar 75,49. Pada konformitas teman sebaya memperoleh nilai sig 0,006 (sig. < 0,05) dan *body image* berdasarkan jenis kelamin memperoleh nilai sig. 0,209 (sig. < 0,05), maka terdapat perbedaan terhadap konformitas teman sebaya berdasarkan jenis kelamin antara laki-laki perempuan, sedangkan terhadap *body image* tidak ada perbedaan terjadi berdasarkan jenis kelamin. Berdasarkan kelas pada konformitas teman sebaya memperoleh nilai sig. 0,633 dan *body image* 0,344 (sig. < 0,05), maka tidak ada perbedaan antara konformitas teman sebaya dan *body image* berdasarkan kelas.

Temuan ini sesuai teori konformitas sosial dikemukakan oleh Baron dan Byrne (2004),<sup>24</sup> menjelaskan bahwa konformitas adalah perubahan sikap atau perilaku individu sebagai hasil dari tekanan nyata dari orang lain, terutama kelompok sebaya. Dalam konteks remaja, tekanan ini sering muncul dalam bentuk standar sosial mengidealkan bentuk tubuh tertentu sebagai "normal" atau "ideal". Ketika individu merasa perlu menyesuaikan diri standar kelompok, mereka cenderung mengadopsi persepsi tubuh sesuai harapan tersebut, dalam banyak kasus justru mengarah pada ketidakpuasan terhadap citra tubuh mereka sendiri.

Hal ini sejalan penelitian<sup>6</sup> dilakukan oleh Partosudiro & Indriana, (2018) menunjukkan bahwa adanya hubungan signifikan antara konformitas teman sebaya *body image* pada remaja perempuan.<sup>16</sup> Kebanyakan remaja putri dalam penelitian ini memiliki konformitas tinggi. Faktor menyebabkan konformitas di SMK Ibu Kartini tergolong tinggi karena ketika individu memasuki fase usia remaja ia membutuhkan dukungan sosial teman sebaya.

Cash dan Smolak (2011) menegaskan bahwa *body image* sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial, termasuk komentar teman sebaya, perbandingan sosial, dan norma kelompok tentang tubuh ideal. Dalam fase remaja, di mana pencarian identitas dan penerimaan sosial menjadi penting, individu cenderung lebih rentan terhadap pengaruh sosial, khususnya dari teman sebaya. Ketika konformitas tinggi, individu bisa merasa terpaksa

untuk menilai tubuh mereka melalui penilaian diberikan oleh kelompoknya, bisa berdampak negatif terhadap persepsi diri mereka sendiri.

Analisis data penelitian dilakukan oleh (Seba et al., 2011) menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara *body image* dan konformitas perilaku konsumtif. Nilai korelasi  $r$  sebesar 0,450 berarti terdapat korelasi sedang dan signifikan antara *body image* dan konformitas teman sebaya perilaku konsumtif pada remaja putri, khususnya siswi sekolah menengah atas. Selain itu penelitian dilakukan oleh Pratiwi dan Murdiana, (2024) memperoleh nilai  $p = 0,004$  ( $<0,05$ ) nilai korelasi  $r$  sebesar 0,274 menunjukkan terdapat arah hubungan positif antara konformitas teman sebaya perilaku agresif pada siswa SMA X Sungguminasa

Secara psikologis, citra tubuh negatif dapat menyebabkan ketidakpuasan terhadap diri, rendahnya harga diri, hingga gangguan makan (Cash & Smolak, 2011). Dari aspek sosial, tekanan untuk memiliki tubuh ideal bisa datang dari berbagai bentuk: seperti standar kecantikan disebarkan oleh media, kebiasaan kelompok menghargai penampilan tertentu, atau bahkan ejekan ringan dari teman sebaya. Ketika individu berusaha menyesuaikan diri tekanan tersebut, mereka seringkali menginternalisasi standar tidak realistis, akhirnya memperburuk citra diri mereka (Baron & Byrne, 2004). Konformitas dapat memunculkan perilaku tertentu pada remaja, perilaku dapat berupa positif atau negatif. Permasalahan sosial dan kurangnya dukungan sosial rentan memicu

permasalahan pada remaja, terutama ketika tidak adanya penerimaan diri dan lingkungan (Yuliasari & Pusvitasari, 2023).

Selaras pernyataan diatas, bahwa siswa/i di SMA Islam 1 Sleman tidak hanya mengalami konformitas sosial dalam bentuk perilaku dan sikap, tetapi juga berdampak secara psikologis melalui pembentukan *body image* negatif, berkaitan standar kelompok sebaya. Intervensi berbasis pendidikan dan psikososial sangat dibutuhkan untuk membantu remaja membangun citra tubuh sehat dan menolak standar tubuh tidak realistis ditekan oleh lingkungan sosial mereka. Selain itu tidak ada perbedaan berdasarkan jenis kelamin dan kelas terhadap konformitas teman sebaya dan *body image* pada Siswa/I SMA Islam 1 Sleman.

Penelitian ini berkontribusi dalam memahami hubungan konformitas teman sebaya *body image*, adapun limitasi dari penelitian ini, pengumpulan data secara daring dapat menimbulkan bias respons akibat kurangnya pengawasan langsung dan tidak tergambarinya ekspresi non-verbal responden. Selain itu, alat ukur konformitas teman sebaya dan *body image* digunakan merupakan adaptasi dari skala sebelumnya, sehingga mungkin belum sepenuhnya sesuai konteks budaya remaja Indonesia. Pendekatan kuantitatif juga cenderung mengabaikan aspek psikologis dan sosial lebih kompleks, seperti motivasi internal, konflik batin, serta konteks hubungan antar teman sebaya dan pengaruh budaya, dapat memengaruhi konformitas dan *body image* secara kompleks. Oleh karena itu, interpretasi

terhadap hasil temuan perlu dilakukan secara hati-hati, dan diperlukan penelitian lanjutan untuk memastikan validitas temuan ini.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
PERPUSTAKAAN  
YOGYAKARTA

14  
BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian telah dilakukan, disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara konformitas teman sebaya *body image* pada Siswa/I SMA Islam 1 Sleman. Semakin rendah konformitas teman sebaya terjadi oleh siswa/I, maka akan semakin tinggi *body image* dimiliki oleh siswa/I, begitupun sebaliknya semakin tinggi konformitas teman sebaya terjadi oleh siswa/I, maka semakin rendah *body image* dimiliki oleh siswa/I.

B. Saran

76  
1. Bagi Siswa

Penelitian telah dilakukan ini diharapkan dapat membantu remaja, khususnya siswa SMA penting untuk mengenali dan menghargai diri sendiri. Setiap individu memiliki bentuk tubuh unik dan indah caranya masing-masing. Membangun rasa percaya diri sehat dapat dilakukan melalui berbagai aktivitas positif, seperti olahraga, seni, atau hobi lain disukai. Selain itu, penting untuk memilih teman saling mendukung dan menghargai tanpa mengkritik penampilan satu sama lain. Penting pula untuk melatih kemampuan menolak secara tegas ketika menghadapi tekanan dari teman bertentangan nilai-nilai pribadi. Selain itu, siswa juga disarankan untuk membatasi paparan terhadap media sosial menyajikan standar kecantikan atau tubuh tidak

realistis. Membandingkan diri orang lain di media sosial dapat memperburuk persepsi terhadap diri sendiri. Oleh karena itu, penting untuk menggunakan media secara bijak dan kritis, serta lebih fokus pada pencapaian dan potensi diri daripada penampilan fisik semata. begitu, siswa dapat membangun identitas diri kuat dan positif di tengah berbagai tekanan sosial.

## 2. Bagi Orang Tua

Penting bagi orang tua menyadari pengaruh signifikan dari teman sebaya dalam menciptakan persepsi tubuh remaja. Diharapkan orang tua dapat menciptakan lingkungan keluarga suportif dan terbuka, di mana anak merasa dihargai dan diterima apa adanya. Orang tua juga perlu memberikan contoh baik tidak memberikan komentar negatif tentang penampilan, baik kepada anak atau orang lain. Selain itu, penting bagi orang tua untuk membangun komunikasi hangat dan mendengarkan perasaan anak, terutama saat anak menghadapi tekanan dari lingkungan sosial. Dukungan emosional dari orang tua akan sangat membantu anak dalam mengembangkan penerimaan diri dan ketahanan terhadap pengaruh negatif teman sebaya.

## 3. Bagi Sekolah

Penting bagi sekolah menyadari pengaruh signifikan dari teman sebaya dalam menciptakan persepsi tubuh remaja. Maka diharapkan pihak sekolah dapat memberikan edukasi tentang keberbagaian bentuk tubuh, serta promosi penerimaan diri dan

kesehatan mental, bisa menjadi langkah preventif terhadap dampak negatif dari konformitas sosial.

4. Bagi <sup>46</sup>Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyadari bahwa masih ada beberapa kekurangan dalam penelitian ini, sehingga diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih dalam lagi terkait tema sama. Kemudian dapat disarankan untuk menggunakan variabel lain berkaitan variabel konformitas dan *body image*. Selain itu, disarankan agar peneliti selanjutnya menggunakan karakteristik subjek berbeda metode berbeda, agar dapat memperluas variabel penelitian.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

# HUBUNGAN ANTARA KONFORMITAS TEMAN SEBAYA BODY IMAGE PADA SISWA/I SMA ISLAM 1 SLEMAN

## ORIGINALITY REPORT

24%

SIMILARITY INDEX

23%

INTERNET SOURCES

10%

PUBLICATIONS

9%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1	<a href="http://eprints.walisongo.ac.id">eprints.walisongo.ac.id</a> Internet Source	2%
2	<a href="http://repository.uin-suska.ac.id">repository.uin-suska.ac.id</a> Internet Source	1%
3	<a href="http://dspace.uii.ac.id">dspace.uii.ac.id</a> Internet Source	1%
4	<a href="http://core.ac.uk">core.ac.uk</a> Internet Source	1%
5	<a href="http://repository.unjaya.ac.id">repository.unjaya.ac.id</a> Internet Source	1%
6	<a href="http://etheses.uin-malang.ac.id">etheses.uin-malang.ac.id</a> Internet Source	1%
7	<a href="http://docplayer.info">docplayer.info</a> Internet Source	1%
8	<a href="http://repository.unika.ac.id">repository.unika.ac.id</a> Internet Source	1%
9	<a href="http://docobook.com">docobook.com</a> Internet Source	1%
10	<a href="http://eprints.uny.ac.id">eprints.uny.ac.id</a> Internet Source	1%
11	Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II Student Paper	1%

12	<a href="http://adoc.pub">adoc.pub</a> Internet Source	1 %
13	<a href="http://repository.radenintan.ac.id">repository.radenintan.ac.id</a> Internet Source	1 %
14	<a href="http://repository.usd.ac.id">repository.usd.ac.id</a> Internet Source	1 %
15	<a href="http://123dok.com">123dok.com</a> Internet Source	<1 %
16	<a href="http://mahasiswa.yai.ac.id">mahasiswa.yai.ac.id</a> Internet Source	<1 %
17	<a href="http://text-id.123dok.com">text-id.123dok.com</a> Internet Source	<1 %
18	"TUNTUTAN PEKERJAAN DAN INTENSI Pensiun Dini", 'Soegijapranata Catholic University' Internet Source	<1 %
19	<a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
20	<a href="http://repository.ub.ac.id">repository.ub.ac.id</a> Internet Source	<1 %
21	<a href="http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id">eprints.mercubuana-yogya.ac.id</a> Internet Source	<1 %
22	Submitted to UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Student Paper	<1 %
23	<a href="http://www.researchgate.net">www.researchgate.net</a> Internet Source	<1 %
24	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	<1 %

25 Priscelia Ika Wardhani. "HUBUNGAN BODY IMAGE DAN POLA MAKAN DENGAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 6 BOGOR TAHUN 2019", Journal of Public Health Research and Community Health Development, 2020  
Publication <1 %

---

26 journals.upi-yai.ac.id  
Internet Source <1 %

---

27 repository.unja.ac.id  
Internet Source <1 %

---

28 eprints.undip.ac.id  
Internet Source <1 %

---

29 repository.ar-raniry.ac.id  
Internet Source <1 %

---

30 id.123dok.com  
Internet Source <1 %

---

31 Submitted to Universitas Hang Tuah Surabaya  
Student Paper <1 %

---

32 Submitted to Universitas Negeri Jakarta  
Student Paper <1 %

---

33 digilib.uinsby.ac.id  
Internet Source <1 %

---

34 digilib.uinkhas.ac.id  
Internet Source <1 %

---

35 Submitted to Sriwijaya University  
Student Paper <1 %

---

36 Submitted to Universitas Pertamina  
Student Paper <1 %

---

Submitted to Universitas Negeri Semarang

37

Student Paper

&lt;1 %

38

Submitted to Universitas Negeri Surabaya The State University of Surabaya

Student Paper

&lt;1 %

39

Agus Kurniawan, IGAA Noviekayati, Amherstia Pasca Rina. "Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Korban Body Shaming Pengguna Instagram", PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi), 2023

Publication

&lt;1 %

40

Desilia Anadita. "Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa yang Mengikuti Pembelajaran Daring", Borobudur Psychology Review, 2021

Publication

&lt;1 %

41

Submitted to UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

Student Paper

&lt;1 %

42

[repository.uhn.ac.id](https://repository.uhn.ac.id)

Internet Source

&lt;1 %

43

Siska Tutiana, Dewang Sulistiana, Feida Noorlaila Istiâ€™adah. "ANALISIS KONFORMITAS NEGATIF KELOMPOK TEMAN SEBAYA PADA SISWA", FOKUS (Kajian Bimbingan &amp; Konseling dalam Pendidikan), 2023

Publication

&lt;1 %

44

Submitted to Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura

Student Paper

&lt;1 %

45

Submitted to Universitas Negeri Surabaya

Student Paper

&lt;1 %

46	<a href="https://repository.stikesmukla.ac.id">repository.stikesmukla.ac.id</a> Internet Source	<1 %
47	<a href="https://repository.unp.ac.id">repository.unp.ac.id</a> Internet Source	<1 %
48	Dwi Saputra, Dian Juliarti Bantam. "Hubungan kepuasan kerja dengan work engagement pada karyawan PT. KI Daerah Istimewa Yogyakarta", <i>INDONESIAN JOURNAL OF ECONOMIC AND SOCIAL SCIENCE</i> , 2023 Publication	<1 %
49	Submitted to Universitas Islam Indonesia Student Paper	<1 %
50	Submitted to Universitas Muria Kudus Student Paper	<1 %
51	<a href="https://adoc.tips">adoc.tips</a> Internet Source	<1 %
52	<a href="https://repository.unsri.ac.id">repository.unsri.ac.id</a> Internet Source	<1 %
53	Submitted to UIN Walisongo Student Paper	<1 %
54	Submitted to Universitas Diponegoro Student Paper	<1 %
55	Submitted to Universitas Muhammadiyah Sidoarjo Student Paper	<1 %
56	Submitted to Universitas Negeri Malang Student Paper	<1 %
57	<a href="https://ejournal.undiksha.ac.id">ejournal.undiksha.ac.id</a> Internet Source	<1 %

58	Internet Source	<1 %
59	repository.usahidsolo.ac.id Internet Source	<1 %
60	Submitted to Bellevue Public School Student Paper	<1 %
61	Submitted to Christian University of Maranatha Student Paper	<1 %
62	Jasmani Jasmani, Nani Restati Siregar, Eva Herik. "Konformitas Teman Sebaya dengan Perilaku Bullying pada Peserta Didik SMP", Jurnal Sublimapsi, 2024 Publication	<1 %
63	Rinda Kumala Wati, Indrayanti .. "Dampak Kepribadian Narsistik terhadap quality of work life dalam Era Hybrid Working", Psychopolytan : Jurnal Psikologi, 2024 Publication	<1 %
64	ejournals.umn.ac.id Internet Source	<1 %
65	media.neliti.com Internet Source	<1 %
66	Alifatuz Zahrah, Lailatul Muniroh. "BODY IMAGE MAHASISWA GIZI SERTA KAITANNYA DENGAN ASUPAN ENERGI DAN STATUS GIZI <i>Body Image of Nutrition College Students and its Association with Energy Intake and Nutritional Status</i> ", Media Gizi Indonesia, 2020 Publication	<1 %

Submitted to UIN Raden Intan Lampung

67	Student Paper	<1 %
68	<a href="http://eprints.unm.ac.id">eprints.unm.ac.id</a> Internet Source	<1 %
69	<a href="http://es.scribd.com">es.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
70	<a href="http://geograf.id">geograf.id</a> Internet Source	<1 %
71	<a href="http://stay-control.xyz">stay-control.xyz</a> Internet Source	<1 %
72	<a href="http://www.iowhockey.co.uk">www.iowhockey.co.uk</a> Internet Source	<1 %
73	Putri Karunia Nursyahban, Muhammad Abas, Sitti Mikarna Kaimuddin. "Body Image dengan Perilaku Diet pada Remaja Perempuan", Jurnal Sublimapsi, 2023 Publication	<1 %
74	Sita Permatasari, Nina Zulida Situmorang, Triantoro Safaria. "Hubungan Regulasi Emosi dan Konformitas Teman Sebaya dengan Perilaku Agresi di Pontianak", EDUKATIF : JURNAL ILMU PENDIDIKAN, 2021 Publication	<1 %
75	<a href="http://online-journal.unja.ac.id">online-journal.unja.ac.id</a> Internet Source	<1 %
76	<a href="http://repo.undiksha.ac.id">repo.undiksha.ac.id</a> Internet Source	<1 %
77	<a href="http://repositori.uma.ac.id">repositori.uma.ac.id</a> Internet Source	<1 %
78	<a href="http://repository.untag-sby.ac.id">repository.untag-sby.ac.id</a> Internet Source	<1 %

79	<a href="http://www.slideshare.net">www.slideshare.net</a> Internet Source	<1 %
80	Submitted to IAIN Salatiga Student Paper	<1 %
81	Submitted to Sultan Agung Islamic University Student Paper	<1 %
82	Submitted to UM Surabaya Student Paper	<1 %
83	Submitted to Unika Soegijapranata Student Paper	<1 %
84	<a href="http://digilib.uns.ac.id">digilib.uns.ac.id</a> Internet Source	<1 %
85	<a href="http://doku.pub">doku.pub</a> Internet Source	<1 %
86	<a href="http://ejournal.uin-suka.ac.id">ejournal.uin-suka.ac.id</a> Internet Source	<1 %
87	<a href="http://ejournal.umm.ac.id">ejournal.umm.ac.id</a> Internet Source	<1 %
88	<a href="http://eprints.upj.ac.id">eprints.upj.ac.id</a> Internet Source	<1 %
89	<a href="http://garuda.kemdikbud.go.id">garuda.kemdikbud.go.id</a> Internet Source	<1 %
90	<a href="http://jurnal.utu.ac.id">jurnal.utu.ac.id</a> Internet Source	<1 %
91	<a href="http://jvi.ui.ac.id">jvi.ui.ac.id</a> Internet Source	<1 %
92	<a href="http://repository.iainpare.ac.id">repository.iainpare.ac.id</a> Internet Source	<1 %

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

93	Internet Source	<1 %
94	repository.uksw.edu Internet Source	<1 %
95	repository.unj.ac.id Internet Source	<1 %
96	repository.unmuha.ac.id Internet Source	<1 %
97	tambahpinter.com Internet Source	<1 %
98	Adinda Lisa Sofia Marasut, Dewita Karema Sarajar. "Hubungan Konsep Diri Dengan Konformitas Pada Siswa SMA Yang Mengonsumsi Minuman Alkohol di Sulawesi Utara", G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2024 Publication	<1 %
99	Ayu Endang Purwati. "Dampak Media Sosial Terhadap Body Image Remaja Putri", Preventif : Jurnal Kesehatan Masyarakat, 2023 Publication	<1 %
100	Dwi Fani. "KONFORMITAS DAN DEVIASI SOSIAL DI PERKOTAAN", Open Science Framework, 2022 Publication	<1 %
101	Rizki Noviananda, Eko Hardi Ansyah. "Pengaruh Kontrol Diri Dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Kepatuhan Tata Tertib Pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK)", G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2024 Publication	<1 %

102 Tugimin Supriyadi, Zahra Afifah Rahman,  
Tiara Anggita Perdini. "Variabel Forgiveness  
Ditinjau Dari Religiusitas Pada Remaja", Jurnal  
Kajian Ilmiah, 2021 <1 %  
Publication

---

103 repository.upstegal.ac.id <1 %  
Internet Source

---

104 digilib.uinsgd.ac.id <1 %  
Internet Source

---

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA