

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Penelitian

Ungkapan remaja pertama kali diperkenalkan oleh G. Stanley Hall pada akhir abad ke-19 dalam bukunya yang berjudul "*Adolescence*" dengan ia menggambarkan remaja sebagai masa *storm and stress* yang berarti kehidupan penuh dengan konflik dan ketegangan sebagai bagian dari proses pencarian identitas dan transisi menuju tahap kedewasaan (Buchanan, Romer, Lake, & Barnes, 2023). Menurut Erikson (1994), perkembangan pada masa remaja umumnya berlangsung dalam rentang usia 12–18 tahun, artinya remaja telah mencapai tahap kelima dari delapan tahap perkembangan psikososial, yaitu fase pencarian identitas atau bahkan kebingungan dalam menentukan identitas diri.

Erikson (1994) dalam buku "*Identity: Youth and Crisis*", juga mengemukakan bahwa masa remaja merupakan fase penting dalam perkembangan manusia, dimana mereka harus membentuk identitas diri dan menghindari kebingungan peran. Pada tahap ini, remaja mulai mengevaluasi potensi serta keterbatasan mereka sekaligus menentukan arah hidup yang ingin ditempuh. Sebagaimana Soesanto dan Eka (2025) menyatakan proses pencarian identitas ini penting, karena di tahap ini mereka mulai membangun pemahaman tentang diri sendiri, peran mereka dalam masyarakat, serta berkontribusi pada pembentukan karakter dan kepribadian yang lebih matang.

Rusuli (2022) mengatakan remaja yang sedang berada pada tahap kebingungan identitas disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya perubahan fisik yang berdampak pada penerimaan remaja terhadap tubuhnya. Perubahan fisiologis pada remaja terjadi sebagai bagian dari proses pematangan organ reproduksi ditandai dengan perkembangan tanda seks primer dan sekunder. Pada remaja laki-laki perubahan ini mencakup pertumbuhan tulang-tulang dan otot, suara yang lebih berat, tumbuhnya jakun, pembesaran alat reproduksi, serta munculnya rambut di beberapa bagian tubuh. Sementara itu, remaja perempuan mengalami perubahan seperti berkembangnya payudara, pertumbuhan tulang yang menyebabkan tubuh menjadi lebih tinggi dan anggota badan memanjang, panggul yang besar, tumbuh bulu di area ketiak dan sekitar kemaluan, serta haid (Sarwono, 2019). Selain itu, Hanriyani dan Suazini (2022) mengungkapkan bahwa sebanyak 83,33 persen remaja menyadari perubahan fisiknya.

Gambaran umum mengenai tubuh ideal biasanya mengacu pada individu dengan bentuk tubuh yang seimbang, tidak terlalu kurus, pendek, dan gemuk (Puspasari, 2019). Namun, ketika mereka merasakan tubuhnya tidak sesuai dengan standar ideal, mereka lebih rentan untuk menyalahkan diri sendiri hingga berujung pada kesulitan dalam membangun *self-acceptance* yang baik akibat bentuk tubuh maupun berat badan yang tidak sesuai (Flaudias, Iceta, Zerhouni, Rodgers, Billieux, Llorca, Boudesseul, Chazeron, Romo, Maurage, Samalin, Begue, Naassila, Brousse, & Guillaume, 2020). Selaras dengan pendapat Dalimunte dan Sihombing

(2020) menunjukkan bahwa kecenderungan remaja yang tidak memiliki penampilan fisik sempurna akan berakibat pada rendahnya *self-acceptance*.

Remaja dengan tingkat *self-acceptance* yang rendah juga ditemukan di Yogyakarta, sebuah daerah yang dikenal sebagai Kota Pelajar karena tingginya populasi remaja dan pelajar. Berdasarkan data BPS DIY tahun 2024, populasi remaja dengan kelompok usia 10–19 tahun di Yogyakarta mencapai 537.950 jiwa. Kondisi ini menjadikan kesehatan mental dan kesejahteraan remaja sebagai aspek penting dalam proses perkembangan mereka (Sikharini, 2024). Salah satu aspek yang krusial dalam hal ini adalah *self-acceptance* yang mengacu pada kemampuan individu untuk menerima kelebihan dan kekurangan dirinya secara utuh dan realistis.

Meskipun Yogyakarta dikenal dengan identitas budayanya yang kuat, terutama nilai-nilai luhur dalam budaya Jawa, realitas menunjukkan bahwa sebagian remaja di wilayah ini masih menghadapi tantangan dalam hal *self-acceptance*. Hal tersebut ditunjukkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Payangan dan Arswimba (2024) menemukan sebagian besar siswa dan siswi SMPN 1 Yogyakarta memiliki tingkat *self-acceptance* yang rendah dengan 65,5 persen berada di kategori rendah, dan 13,8 persen kategori sangat rendah. Sementara pada siswi, sebanyak 22,6 persen di kategori rendah, dan 6,5 persen kategori sangat rendah. Lebih lanjut, penelitian ini mengungkap bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi rendahnya *self-acceptance* mereka adalah tekanan dari harapan sosial, baik

yang berasal dari teman sebaya, keluarga, maupun ekspektasi dan norma sosial.

Padahal, dalam konteks budaya Jawa yang menjadi identitas masyarakat Yogyakarta, terdapat nilai *nrimo ing pandum* yakni sikap menerima dengan tulus dan tanpa protes terhadap segala sesuatu yang telah menjadi bagian dari diri yang dapat berperan penting dalam memperkuat *self-acceptance* individu (Putri, 2018). Lebih lanjut, Putri menjelaskan nilai ini mengajarkan individu termasuk remaja untuk memahami dan menghargai kelebihan serta kekurangan yang dimilikinya, tanpa merasa rendah diri atau berlebihan dalam menilai dirinya sendiri. Internalisasi nilai ini mendorong individu untuk bersikap sabar, bijaksana, serta menilai potensi diri secara realistis. Heryadi (2015) menambahkan *nrimo* sebagai falsafah Jawa yang mencerminkan sikap ketenangan dan penerimaan terhadap segala keadaan diri, termasuk keterbatasan yang dimiliki, serta dipahami sebagai bentuk ketangguhan psikologis untuk tetap tenang, bersyukur, dan mampu melakukan introspeksi diri atas segala aspek yang ada dalam diri.

Hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti pada 12 Januari 2025 kepada 2 remaja usia 14 dan 17 tahun di Yogyakarta juga menguatkan bahwa tingkat *self-acceptance* remaja yang masih rendah, terutama pandangannya terhadap penampilan fisik. Kedua remaja yang telah di wawancara mengungkapkan bahwa memiliki penampilan fisik yang ideal membuat mereka lebih percaya diri terutama saat melihat teman-teman yang

memiliki penampilan menarik. Mereka mengatakan perasaan atas ketidakpuasan terhadap tubuh muncul karena merasa malu, minder, kurang percaya diri, hingga enggan untuk terlibat dalam interaksi sosial. Mereka juga mengakui bahwa timbulnya perasaan rendah diri disebabkan oleh kurangnya keterbukaan dan penerimaan terhadap diri sendiri yang akhirnya membuat mereka menutup diri dari lingkungan sekitar. Hal inilah yang menyebabkan mereka kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya maupun menyesuaikan diri dengan norma yang ada, karena adanya ketakutan akan penolakan akibat keterbatasan fisik yang dimiliki.

Temuan dari wawancara ini sejalan dengan hasil survei yang dilakukan Hutapea dan Siahaan (2023) kepada siswa SMK Negeri 1 Kisaran yang berusia 14-18 tahun dimana menunjukkan bahwa sebanyak 65 persen siswa mengaku membedakan dirinya dari orang lain berdasarkan penampilan fisik. Selain itu, 47,5 persen siswa mengalami kesulitan dalam menerima kekurangan dirinya, serta 50 persen siswa merasa malu dan kurang percaya diri mengenai tubuh mereka. Berdasarkan hal tersebut, data ini semakin menguatkan bahwa rendahnya *self-acceptance* menjadi salah satu tantangan utama yang dihadapi remaja selama masa perkembangan.

Menurut Powell (1992) *self-acceptance* merupakan proses penerimaan diri secara utuh yang mencakup segala kelebihan dan kekurangan individu. Powell juga menyoroti mayoritas individu merasa takut untuk mengungkapkan identitas diri mereka yang sebenarnya karena khawatir akan penolakan dan ketidakterimaan dari orang lain. Ketakutan

terhadap perbedaan, terutama dalam hal penampilan fisik dapat menjadi sumber kecemasan bagi remaja sehingga dapat menghambat pencapaian *self-acceptance* yang optimal (Anisykurli, Ariyanto, & Muslikah, 2022). Dijelaskan pula bahwa terjadinya perubahan fisik selama masa remaja membuat *self-acceptance* lebih terfokus pada aspek penampilan fisik.

Mencapai *self-acceptance* terhadap tubuh bukanlah hal mudah untuk dilakukan. Seperti yang dikatakan Cash, Santos, dan Williams (2005) dimana terdapat berbagai ancaman terhadap *self-acceptance* terkait penampilan fisik, seperti ejekan tentang berat badan, paparan iklan diet, promosi bentuk tubuh ideal di media sosial, serta tekanan eksternal untuk menjaga bentuk tubuh. Ancaman-ancaman ini semakin berpengaruh ketika *self-acceptance* yang dimiliki rendah. Bersamaan dengan temuan Bernard (2013) yang mengungkapkan remaja dengan tingkat *self-acceptance* rendah kerap kali memiliki pandangan negatif terhadap kondisi fisiknya dan sering merendahkan diri, yang akhirnya dapat mengganggu fungsi kognitif secara normal, serta berdampak buruk pada kesehatan psikologis. Sebagaimana yang dikatakan oleh Salsabila dan Laili (2024) bahwa remaja dengan *self-acceptance* rendah juga lebih rentan terhadap tekanan diri sendiri yang dapat memicu stres akibat tekanan tersebut.

Sekali dan Tohir (2020) mengatakan ketidakmampuan remaja dalam menerima dirinya dapat memperkuat persepsi tubuh negatif yang semakin memperburuk *self-acceptance*. Hal ini tercermin dalam perilaku, seperti bersikap pendiam, mengisolasi diri, memiliki pikiran negatif tentang

dirinya, serta kurang percaya diri atas tubuh yang dimiliki. Pada penelitian Agustina dan Naqiyah (2020) juga menemukan perilaku serupa pada 3 responden Siswa SMPN 1 Sukodono yang tidak memiliki keinginan berpartisipasi dalam kegiatan, menghindari tempat tertentu, serta memakai pakaian untuk menyembunyikan bentuk tubuhnya. Lebih lanjut lagi, Agustina dan Naqiyah menjelaskan bahwa rendahnya *self-acceptance* dipengaruhi oleh faktor dari dalam individu dan lingkungan sekitar. Faktor dari dalam diri berhubungan dengan kurangnya rasa percaya diri akibat persepsi negatif terhadap tubuh, sedangkan faktor luar diri berasal dari ejekan teman sebaya dan kritik sosial yang semakin memperburuk *self-acceptance* remaja.

Berdasarkan pemaparan di atas, diketahui bahwa rendahnya *self-acceptance* tidak hanya berdampak pada individu secara personal, tetapi juga dapat memperburuk masalah sosial. Terutama terlihat dengan teman sebaya yang mengakibatkan mereka kesulitan dalam berinteraksi, merasa canggung dalam pergaulan, hingga menarik diri dari interaksi sosial yang akhirnya menghambat terbentuknya hubungan sosial yang sehat (Pratiwi & Wilani, 2023). Selain itu, mereka juga mengatakan remaja yang mengalami kesulitan dalam *self-acceptance* lebih rentan terhadap tekanan sosial, dan mengalami kecemasan sosial berkelanjutan.

*Self-acceptance* yang tinggi pada remaja menjadi dasar bagi mereka untuk mencintai dan memahami diri sendiri yang prosesnya lebih sulit dibandingkan memahami orang lain (Darmaningtyas, Setyawati, & Ratnawati, 2023). Sejalan dengan itu, Putri dan Pratiwi (2023) menyampaikan bahwa remaja dengan tingkat *self-acceptance* tinggi mampu menerima dan menghargai dirinya sendiri tanpa memberikan penilaian negatif, termasuk dalam hal citra tubuhnya. Cash dan Pruzinsky (2002) menyatakan *self-acceptance* memiliki peran yang sangat signifikan dalam pembentukan *body image*. Menurut Cash (2000) *body image* merupakan pandangan pribadi seseorang terhadap proporsi dan ukuran tubuhnya yang tercermin melalui persepsi serta perilaku dalam menilai penampilan fisiknya. Dengan demikian, remaja yang memiliki rasa puas dan nyaman terhadap kondisi fisiknya secara menyeluruh cenderung mengembangkan persepsi yang positif terhadap *body image* mereka.

Berbeda dengan kenyataan hasil wawancara yang menunjukkan bahwa masih ada remaja yang mengalami kesulitan dalam menerima dirinya secara penuh yang kemudian berdampak pada cara memandang tubuhnya sendiri. Kesulitan dalam *self-acceptance* ini menyebabkan mereka membentuk persepsi tubuh yang tidak selalu sesuai dengan kenyataan. Responden 1 mengatakan penampilan fisik pada perempuan dianggap ideal jika memiliki tubuh kurus atau langsing, kulit cerah, wajah tirus dan mulus. Sementara, responden 2 mengatakan maskulinitas pada laki-laki dikaitkan dengan tubuh atletis, berotot, tinggi, rambut lurus, dan fitur wajah yang

tegas. Oleh karena itu, ketika penampilan mereka dirasa berbeda dari teman sebaya maupun standar tubuh ideal yang diyakini, mereka cenderung melakukan berbagai upaya untuk mengubah bentuk tubuh agar tampak lebih ideal, seperti menjalani diet, berolahraga, serta mengonsumsi suplemen guna meningkatkan penampilan fisik. Persepsi ini menunjukkan bahwa cara individu menilai tubuhnya seringkali dipengaruhi oleh standar yang mereka yakini daripada kondisi tubuh mereka yang sebenarnya.

Sejalan dengan hasil penelitian Lawler dan Nixon (2011) sebanyak 80,8 persen remaja perempuan dan 54,8 persen remaja laki-laki berusia 12 hingga 18 tahun menyatakan keinginan untuk mengubah bentuk tubuh mereka. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa ketidakpuasan terhadap tubuh merupakan fenomena umum pada remaja, baik perempuan maupun laki-laki yang dipengaruhi oleh standar penampilan ideal dari lingkungan sosial. Namun, standar ini tidak hanya menimbulkan tekanan eksternal, tetapi juga mempengaruhi persepsi individu terhadap tubuhnya yang seringkali tidak sesuai dengan kondisi fisik sebenarnya, sehingga bisa berdampak pada pembentukan *body image* remaja.

Selaras dengan hal tersebut, Pusparini, Refdanita, Maigoda, dan Briawan (2013) mengungkapkan bahwa remaja yang memandang dan mempersepsikan bentuk tubuhnya secara berbeda dari kondisi yang sebenarnya rentan untuk memiliki *body image* negatif. Penelitian mereka juga menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap *body image* bersifat beragam, hal ini mencerminkan adanya pengaruh faktor subjektif dan sosial

dalam proses penerimaan terhadap tubuh mereka sendiri. Menurut Cash (2004) *body image* merupakan pengalaman psikologis yang kompleks terkait dengan tubuh seseorang terutama penampilan fisiknya, dimana tidak hanya mencerminkan *body image* yang terlihat dari luar, tetapi individu memandang, merasakan, serta bersikap terhadap tubuhnya sendiri. Di sisi lain, Cash juga menekankan bahwa sifat positif atau negatif *body image* yang ada dalam diri individu tergantung pada cara mereka memandang dan menerima tubuhnya.

Pada masa remaja, *body image* memiliki peran signifikan karena perubahan fisik yang terjadi selama pubertas (Nurrahim & Pranata, 2024). *Body image* pada remaja mengacu pada persepsi mereka terhadap tubuhnya, termasuk cara melihat, menilai, dan merasakan penampilan fisik yang mencakup bentuk tubuh, ukuran, berat dan tinggi badan, serta keseluruhan anggota tubuh. Uyun, Matulesy, dan Rina (2023) turut menyoroti *body image* sebagai persepsi individu terhadap tubuhnya yang bersifat subjektif dan dipengaruhi oleh penilaian eksternal. Hal ini berkontribusi pada berbagai aspek kehidupan remaja, terutama dalam kesehatan mental, interaksi sosial, dan *self-acceptance*. Lebih lanjut, *self-acceptance* yang tinggi membantu remaja untuk tidak melihat kekurangan fisik sebagai hambatan, melainkan sebagai bagian dari diri yang dapat diterima dan dihargai (Uyun dkk., 2023).

Erdiantami (2022) mengungkapkan bahwa *body image* terbagi menjadi dua kategori, yaitu *body image* positif dan *body image* negatif. Hutapea dan Siahaan (2023) mengatakan *body image* positif ditandai dengan keahlian dalam menerima dirinya sendiri karena merasa puas dengan bentuk tubuhnya yang sesuai dengan persepsi idealnya. Selaras dengan itu, Tiunova (2015) berpendapat bahwa persepsi seseorang terhadap tubuhnya dipengaruhi oleh pengalaman pribadi dan interaksi sosialnya didukung oleh kemampuan individu untuk mengenali, memahami, dan menerima diri sendiri sebagai bagian dari proses pembentukan persepsi. Oleh karena itu, remaja yang memiliki penerimaan baik terhadap penampilan fisiknya cenderung membentuk *body image* positif. Begitupun, Apriliana dan Kurniati (2025) yang juga menyoroti bahwa remaja dengan *body image* positif memiliki kecenderungan untuk menerima tubuhnya secara utuh tanpa terpengaruh standar ideal yang tidak realistis.

Berbeda dengan pendapat Maryam dan Ifdil (2019) yang menekankan *body image* negatif dimana hal itu muncul ketika seseorang memiliki pandangan yang kurang baik terhadap tubuhnya, seperti merasa tidak menarik, terlalu kurus atau gemuk, serta tidak memenuhi standar ideal yang di percaya. Mereka juga menyoroti bahwa kondisi ini dapat mendorong individu untuk melakukan berbagai tindakan tanpa mempertimbangkan risiko, seperti pada diet ekstrem, gangguan makan, hingga depresi akibat keinginan untuk menyesuaikan diri dengan popularitas yang ada. Chairani (2018) juga menegaskan *body image* negatif

disebabkan karena ketidakpuasan terhadap penampilan fisik yang berdampak pada penurunan *self-acceptance*. Kondisi ini memperkuat *body image* negatif dengan individu semakin tidak puas pada bentuk tubuhnya, sehingga mengalami kesulitan dalam menerima dirinya secara utuh. Sebaliknya, individu yang memiliki *self-acceptance* tinggi cenderung membentuk *body image* positif, sehingga mereka dapat menerima dan mengapresiasi tubuh mereka dengan lebih baik (Tiunova, 2015).

Remaja yang mampu membentuk *body image* positif diharapkan bisa menerima maupun menghargai tubuh mereka tanpa terpengaruh oleh pandangan negatif, baik dari dalam diri maupun dari orang sekitar. Melihat dari penelitian sebelumnya oleh Hutapea dan Siahaan (2023) pada siswasiswi SMK Negeri 1 Kisaran dengan temuan penelitian mengungkapkan bahwa *body image* memegang peran krusial dalam membangun *self-acceptance*. Dalam hal ini, *body image* positif mencerminkan tingkat *self-acceptance* yang tinggi pada siswa. Temuan tersebut selaras dengan penelitian dari Febriani dan Rahmasari (2022) yang mana mengungkapkan adanya korelasi positif antara *body image* dan *self-acceptance* di kalangan remaja perempuan pengguna Tiktok. Dengan demikian, semakin positif *body image* yang dimiliki remaja, semakin tinggi tingkat *self-acceptance* mereka.

Berdasarkan paparan di atas, perubahan fisik pada remaja merupakan sesuatu yang secara pasti akan terjadi dan akan dialami oleh individu, sehingga memerlukan proses adaptasi agar tidak memberikan dampak negatif yang menghambat perkembangan diri remaja. *Self-acceptance* yang tinggi diperlukan untuk mendukung proses pembelajaran yang optimal, serta memperlancar perkembangan pribadi remaja, terutama dalam kaitannya dengan *body image*. Menanamkan *body image* positif pada remaja merupakan aspek penting dalam membantu membentuk tingkat *self-acceptance* yang tinggi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *body image* dengan *self-acceptance* pada kalangan remaja di Yogyakarta.

## **B. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara empiris sebagai upaya untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan *self-acceptance* pada remaja di Yogyakarta.

## **C. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi sebagai sumber referensi tambahan, serta bahan kajian dalam bidang psikologi. Dengan begitu, temuan dari penelitian ini dapat berkontribusi terhadap pengembangan studi yang kaitannya dengan topik *body image* dan *self-acceptance*.

## 2. Manfaat Praktis

### a) Bagi Remaja

Penelitian yang dilakukan bermanfaat bagi remaja dengan mendukung mereka dalam menerima perubahan fisik, membentuk *body image* positif, serta meningkatkan *self-acceptance*. Hal ini berkontribusi pada pengembangan identitas diri yang sehat tanpa terpengaruh standar kecantikan atau tekanan sosial sehingga mereka dapat beradaptasi dengan perubahan yang dialami selama masa perkembangan.

### b) Bagi Peneliti

Melalui penelitian ini, diharapkan mampu memperkaya pemahaman maupun wawasan baru bagi penulis, serta memberikan pengalaman berharga terkait pengembangan keterampilan dalam melaksanakan penelitian. Selain itu, penelitian ini turut membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi sebagai syarat akhir untuk memperoleh gelar sarjana.

### c) Bagi Penelitian Selanjutnya

Temuan dalam penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi dalam pengembangan dasar teoritis yang lebih mendalam terkait dengan hubungan antara *body image* dan *self-acceptance* pada kalangan remaja, serta memungkinkan eksplorasi faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap keduanya. Sebagai tambahan, penelitian

ini juga bisa dijadikan acuan bagi studi dengan rentang usia yang lebih luas.

#### **D. Keaslian Penelitian**

Penelitian tentang *body image* dan *self-acceptance* telah banyak dilakukan oleh peneliti lain. Namun tidak banyak yang menggunakan dua variabel yang sama dimana beberapa penelitian dengan variabel yang sama tetapi metode, waktu, tempat, dan subjek penelitian tampak nyata ada perbedaannya. Sementara itu, pada penelitian ini peneliti memfokuskan pembahasan kedua variabel yaitu *Body Image* dan *Self-acceptance* pada remaja di Yogyakarta.

Penelitian oleh Utari, Retnoningtias dan Septiarly (2024) yang membahas tentang *self-acceptance* dan *body image* dengan subjek penelitian pada perempuan usia 22–40 tahun yang telah melahirkan untuk usia kelahiran anak 0–36 bulan. Studi ini menerapkan metode korelasional dalam pendekatan kuantitatif guna mengkaji hubungan antara dua variabel yang diteliti. Selain itu, alat ukur penelitian ini menggunakan skala *self-acceptance* oleh Bernard (2013), dan skala *body image* dari Thawafa (2020). Penelitian ini mendapatkan hasil mengungkap adanya korelasi positif antara *self-acceptance* dan *body image* pada perempuan yang telah melahirkan.

Aristantya dan Helmi (2019) melakukan penelitian dengan fokus pada topik *body image* yang mana subjek penelitian yang digunakan ialah remaja berusia 15 hingga 18 tahun yang tinggal di kawasan Yogyakarta, Jakarta, Bandung, dan Surabaya yang menggunakan *instagram*. Metode

penelitian menggunakan kuantitatif melalui survey untuk mengetahui hubungan variabel citra tubuh dengan dukungan sosial *online*. Alat ukur penelitian merupakan skala citra tubuh dari Kurniawan yang diadaptasi dari Cash, kemudian skala Dukungan Sosial dalam jejaring sosial yang dikembangkan oleh Fitriani merupakan adaptasi dari Suryani. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa dukungan sosial daring memberikan kontribusi efektif sebesar 6,8 persen terhadap citra tubuh remaja.

Pada penelitian Hijrianti dan Taqiyah (2024) yang membahas topik *self-acceptance*, *body image* dan *self-confidence* dengan subjek penelitian pada mahasiswa usia 18-25 tahun. Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif yang menggunakan metode asosiatif kausal yang bertujuan untuk menganalisis pengaruh variabel *self-acceptance* terhadap variabel *body image* dan *self-confidence*. Lalu, alat ukur *self-acceptance* yaitu *Unconditional Self-acceptance Questionnaire (USAQ)*, skala *body image* yaitu *Body Shape Questionnaire (BSQ)*, dan skala kepercayaan diri dari Hastuti. Temuan penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 23,3 persen *self-acceptance* dan *body image* berpengaruh terhadap *self-confidence*.

Penelitian Ayodya dan Jayanti (2023) yang menyoroiti variabel *self-esteem* dan variabel *body image* pada ibu primigravida usia 20-45 tahun dengan usia kehamilan memasuki trimester ketiga. Studi ini menerapkan metode korelasional dalam pendekatan kuantitatif guna mengkaji hubungan antara dua variabel. Instrumen pengukuran yang diterapkan pada penelitian merupakan modifikasi skala Rosenberg *self-esteem scale*, dan skala Cash

*body image*. Lalu, temuan hasil menyatakan bahwa pentingnya bagi ibu primigravida dalam membangun *self-esteem* yang kuat serta *body image* yang positif. Kemampuan ini memiliki peran dalam membantu mereka beradaptasi dengan perubahan fisik dan psikologis yang terjadi.

**Tabel 1. 1** Keaslian Penelitian

Judul	Persamaan	Perbedaan
Keterkaitan <i>Self-acceptance</i> dan <i>Body Image</i> Perempuan Telah Melahirkan. Vol. 8 No.1	<b>Topik:</b> Variabel yang sama yaitu <i>self-acceptance</i> dan <i>body image</i> <b>Teori:</b> Peneliti menggunakan teori <i>body image</i> dari Cash sehingga teori dinyatakan sama dengan penelitian ini	<b>Alat Ukur:</b> Skala <i>self-acceptance</i> dari Bernard, sedangkan peneliti dari Fatonah dan Husna mengacu dari teori Powell. <b>Subjek:</b> Subjek perempuan yang telah melahirkan usia 22-40 tahun. Sedangkan peneliti remaja usia 12-18 tahun
Citra Tubuh Remaja Pengguna Instagram Vol. 5 No. 2	<b>Topik:</b> Satu topik yang sama yaitu <i>body image</i> . <b>Teori:</b> Peneliti menggunakan teori <i>body image</i> yang sama dengan penelitian ini yaitu dari Cash	<b>Alat Ukur:</b> Skala <i>body image</i> dari Kurniawan, berbeda peneliti dari Khairani dkk. <b>Subjek:</b> Subjek remaja usia 15-18 tahun di 4 domisili berbeda yaitu Yogyakarta, Jakarta, Bandung, dan Surabaya. Sedangkan, peneliti remaja usia 12-18 tahun.
<i>A Self-acceptance and Body Image on Student Self-Confidence</i>	<b>Topik:</b> Dua variabel yang yaitu <i>self-acceptance</i> dan <i>body image</i> <b>Teori:</b> Penggunaan teori <i>body image</i> dari Cash	<b>Topik:</b> Penggunaan tiga variabel dengan satu variabel berbeda yaitu <i>self-confidence</i> <b>Teori:</b> Ada perbedaan dalam teori <i>self-acceptance</i> dengan

---

		penelitian ini dari Carl Rogers, sedangkan peneliti dari Powell.
		<b>Subjek:</b> Subjek penelitian mahasiswa usia 18-22 tahun. Sedangkan peneliti subjek remaja usia 12-18 tahun
Hubungan antara <i>Self-esteem</i> dan <i>Body Image</i> : Studi Korelasional pada Ibu Primigravida Vol. 5 No. 3	<b>Topik:</b> salah satu topik yang sama yaitu <i>body image</i> dari Cash	<b>Subjek:</b> Subjek ibu primigravida usia 20-40 tahun dengan usia kehamilan memasuki trimester ketiga. Sedangkan peneliti remaja laki-laki dan perempuan usia 12-18 tahun
	<b>Teori:</b> Menggunakan teori <i>body image</i>	<b>Lokasi:</b> Lokasi penelitian ini di Indonesia. Sedangkan peneliti hanya di Yogyakarta

---

### 1. Keaslian Topik

Penelitian yang dilakukan mengangkat topik yang berbeda dari beberapa penelitian terdahulu yakni *body image* dan *self-acceptance* pada remaja di Yogyakarta. Salah satu perbedaan yang ditemukan dalam penelitian Ayodya dan Jayanti (2023) adalah variabel bebas *self-esteem* dengan variabel tergantung *body image*. Sementara itu, penelitian ini menempatkan *body image* sebagai variabel bebas dengan *self-acceptance* sebagai variabel tergantung.

## 2. Keaslian Teori

Penerapan teori dalam penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian sebelumnya, seperti yang ditunjukkan oleh Hijrianti dan Taqiyah (2024), dimana variabel *self-acceptance* sama-sama merujuk pada konsep penerimaan diri dalam konteks psikologi remaja. Namun demikian, terdapat perbedaan pendekatan teoritis yang mana penelitian Hijrianti dan Taqiyah menggunakan teori Carl Rogers, sementara penelitian ini menggunakan kerangka teori Powell (1992) dalam menjelaskan aspek-aspek *self-acceptance*.

## 3. Keaslian Alat Ukur

Instrumen pengukuran pada penelitian terdahulu berbeda dari penelitian ini, seperti penelitian oleh Utari dkk. (2020) yang menggunakan skala *self-acceptance* dari Bernard, serta skala *body image* dari Cash dan Smolak. Sementara penelitian ini, skala *self-acceptance* memodifikasi skala dari Fatonah dan Husna (2020) yang merujuk pada aspek-aspek oleh Powell (1992), dan skala *body image* juga hasil modifikasi dari pengembangan alat ukur oleh Khairani, Hanann, dan Amalia (2019) yang mengacu pada aspek-aspek Cash (2000).

## 4. Keaslian Subjek Penelitian

Partisipan dalam penelitian berbeda dari studi sebelumnya, seperti yang dilakukan Hijrianti dan Taqiyah (2024) yang berfokus pada mahasiswa usia 18-25 tahun. Sementara itu, penelitian berfokus pada remaja berusia 12 hingga 18 tahun yang tinggal di Yogyakarta.

Berdasarkan perbandingan dengan beberapa penelitian terdahulu menunjukkan adanya perbedaan dalam beberapa aspek yang menjadi dasar dalam penarikan kesimpulan pada penelitian ini. Perbedaan-perbedaan tersebut terlihat dari kriteria subjek yang melibatkan remaja berusia 12-18 tahun, penggunaan teori *self-acceptance* dari Powell (1992), serta skala *body image* hasil modifikasi dari pengembangan alat ukur oleh Khairani dkk. (2019), dan *self-acceptance* juga hasil modifikasi dari penelitian Fatonah dan Husna (2020). Selain itu, lokasi penelitian yang dipilih juga berbeda, yaitu Yogyakarta.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANU  
YOGYAKARTA