

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Gambaran Sampel Penelitian

Sampel penelitian yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 388 responden. Sampel penelitian tersebut dipilih berdasarkan karakteristik sampel penelitian yang telah ditetapkan oleh peneliti, yaitu siswi SMA yang tergolong remaja putri berusia 15 hingga 18 tahun yang bersekolah di wilayah Jakarta Selatan. Berikut ini adalah gambaran karakteristik sampel penelitian:

a. Gambaran Sampel Berdasarkan Usia

Usia 15 hingga 18 tahun merupakan usia remaja tengah menurut Hurlock (1980), yang umumnya berada pada kelas sebelas dan kelas dua belas Sekolah Menengah Atas (SMA). Peneliti memilih remaja putri yang memasuki usia SMA karena pada usia tersebut remaja sudah mulai menuju masa pendewasaan dan mulai terlepas dari masa kanak-kanak. Selain itu, mereka cenderung lebih memerhatikan penampilannya karena perkembangan fisik yang mengakibatkan perubahan pada tubuh. Pada usia SMA, remaja akan memiliki pandangan baru mengenai cara berpenampilan yang sesuai dengan lingkungan pergaulannya dan mulai mengembangkan konsep wanita yang cantik menurut persepsi dirinya. Hal ini akan berpengaruh pada citra tubuh yang dimiliki oleh mereka.

b. Gambaran Sampel Berdasarkan Wilayah

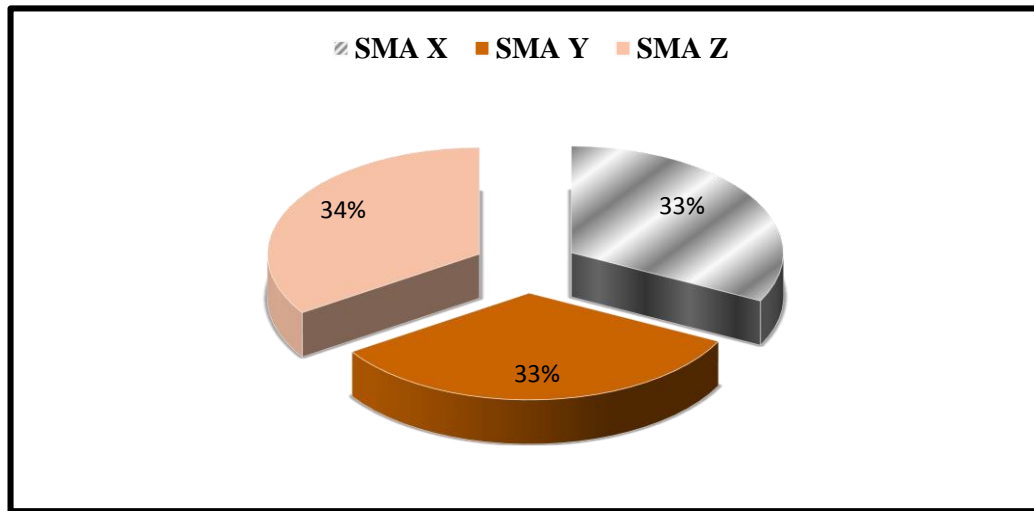
Wilayah Jakarta Selatan terpilih berdasarkan random sampling yang dilakukan oleh peneliti. Kemudian, peneliti kembali menentukan beberapa sekolah sebagai tempat pengambilan sampel penelitian sesuai dengan teknik sampling yang digunakan. Remaja putri yang menjadi sampel pada penelitian ini berasal dari 3 SMA Negeri di

Jakarta Selatan. Sekolah tersebut dipilih berdasarkan random sampling yang dilakukan oleh peneliti. Berikut ini adalah data sampel penelitian:

Tabel 4.1
Jumlah Responden Berdasarkan Sekolah di Jakarta Selatan

No.	Nama Sekolah	Jumlah Responden	Presentase
1	SMAN X	133	34,28%
2	SMAN Y	129	33,25%
3	SMAN Z	126	32,47%
Jumlah		388	100 %

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa jumlah responden di SMA X sebanyak 133 responden (34,28%), di SMA Y sebanyak 129 responden (33,25%), dan di SMA Z sebanyak 126 responden (32,47%). Jika digambarkan melalui grafik, maka hasilnya adalah sebagai berikut:



Grafik 4.1

Presentase Responden Berdasarkan Sekolah di Jakarta Selatan

4.2 Prosedur Penelitian

4.2.1 Persiapan Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu mencari fenomena yang sedang terjadi. Kemudian, peneliti mencari sumber-sumber yang mengungkapkan fenomena tersebut, seperti artikel jurnal, media cetak, berita online, dan media elektronik. Kemudian menentukan variabel penelitian berdasarkan fenomena yang ditemukan. Peneliti terlebih dahulu bertemu dengan dosen pembimbing yang telah dipilih, lalu berdiskusi mengenai variabel penelitian yang akan dilakukan. Dalam proses menentukan variabel penelitian, peneliti mengalami satu kali perubahan. Hingga akhirnya, peneliti dan dosen pembimbing sepakat untuk meneliti *body image* atau citra tubuh sebagai variabel penelitian payung. Kemudian, variabel kedua ditentukan oleh dosen pembimbing yaitu penerimaan diri. Langkah selanjutnya adalah penyusunan bab 1 dan bab 2 dengan bimbingan dari dosen pembimbing. Pada bab 1, peneliti menjelaskan mengenai latar belakang penelitian, menjelaskan fenomena-fenomena terkait topik penelitian, menentukan tujuan penelitian, merumuskan masalah dalam penelitian, serta menjelaskan

manfaat penelitian. Setelah menyusun bab 1, peneliti menyusun bab 2 yang berisi tentang landasan teori terkait dengan kedua variabel penelitian. Dalam proses penyusunan bab 1 dan bab 2, peneliti berdiskusi dengan dosen pembimbing dan mengalami beberapa kali revisi penulisan.

Hal selanjutnya yang dilakukan dalam proses persiapan penelitian adalah penentuan alat ukur penelitian. Peneliti mencari alat ukur dari jurnal-jurnal yang relevan dan juga melalui internet. Pada variabel Citra Tubuh (*body image*), peneliti memutuskan untuk mengadaptasi alat ukur dari Thomas F. Cash yang dikembangkan pada tahun 2000 yaitu instrumen MBSRQ (*The Multidimensional Body-Self Relation Questionnaire*). Alat ukur ini memiliki 10 faktor, yaitu (1) Evaluasi Penampilan (*Appearance Evaluation*), (2) Orientasi Penampilan (*Appearance Orientation*), (3) Evaluasi Hasil Fitness (*Fitness Evaluation*), (4) Orientasi Fitness (*Fitness Orientation*), (5) Evaluasi Kesehatan (*Health Evaluation*), (6) Orientasi Kesehatan (*Health Orientation*), (7) Orientasi Terhadap Sakit (*Illness Orientation*), (8) Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh (*Body Area Satisfaction*), (9) Kecemasan Menjadi Gemuk (*Overweight Preoccupation*), dan (10) Pengkategorian Ukuran Tubuh (*Self-Classified Weight*). Lalu, pada variabel Penerimaan diri (*Self Acceptance*) peneliti mengadaptasi instrumen *Berger's Self-acceptance Scale* dari Berger (1951) yang telah dikembangkan kembali oleh Kenneth L. Denmark pada tahun 1973. Instrumen ini terdiri dari 9 aspek mengenai penerimaan diri, yaitu (1) Mengutamakan nilai-nilai yang diinternalisasi daripada tekanan dari luar, (2) Meyakini bahwa diri memiliki kapasitas untuk menjalani kehidupan, (3) Bertanggungjawab terhadap perbuatan, (4) Menerima pujian dan kritikan secara objektif, (5) Menerima diri apa adanya, (6) Menganggap diri layak dan memiliki kesempatan yang sama dengan orang lain, (7) Menginginkan orang lain menerima dirinya dalam kondisi apapun, (8) Merasa tidak berbeda dari orang lain dan normal dalam beraksi, dan (9) Tidak malu atau memiliki kesadaran diri. Setelah menentukan alat ukur yang digunakan pada masing-masing variabel, peneliti melakukan penerjemahan alat ukur ke dalam

bahasa Indonesia. Lalu peneliti melakukan modifikasi aitem pada instrumen agar lebih sederhana dan disesuaikan dengan budaya setempat. Kemudian peneliti bersama peneliti satu *payung* variabel penelitian melakukan perubahan format kuesioner yang asli kedalam bentuk kuesioner yang lebih sederhana. Setelah itu, peneliti melakukan *expert judgement* kepada dua dosen Psikologi.

Setelah melakukan *expert judgement*, peneliti mengalami satu kali pergantian alat ukur variabel penerimaan diri (*Self-acceptance*) namun dibatalkan atas pertimbangan dari dosen pembimbing dan peneliti kembali menggunakan alat ukur sebelumnya. Tidak hanya itu, peneliti juga mengalami beberapa revisi kalimat pada indikator dan pada aitem instrumen penerimaan diri (*Self-acceptance*). Lalu, peneliti melakukan uji coba untuk menguji validitas dan reliabilitas alat ukur kedua variabel. Uji coba ini dilakukan kepada 50 responden, kemudian peneliti melakukan scoring untuk melihat berapa banyak aitem yang valid dan berapa nilai reliabilitas alat ukur. Setelah itu, peneliti menyusun kembali kuesioner baru yang berisi aitem yang valid untuk diberikan kepada sampel penelitian.

4.2.2 Pelaksanaan Penelitian

Sebelum melakukan pengambilan data penelitian, peneliti terlebih dahulu melakukan uji coba alat ukur kedua variabel kepada 50 responden. Uji coba instrumen ini dilaksanakan pada tanggal 6 Mei 2015. Setelah itu, peneliti melakukan pengambilan data sampel yang dilaksanakan dalam jangka waktu tiga minggu, yaitu dari tanggal 11 Mei sampai dengan tanggal 29 Mei 2015. Penelitian dilakukan dengan cara pemberian kuesioner kepada responden dari 3 sekolah yang telah ditentukan. Di bawah ini terdapat tabel yang menjelaskan waktu pengambilan data penelitian.

Tabel 4.2
Proses Pengambilan Data

Tanggal	Sekolah	Jumlah
11 Mei – 15 Mei 2015	SMAN X	133 responden
18 Mei – 22 Mei 2015	SMAN Y	129 responden
25 Mei – 29 Mei 2015	SMAN Z	126 responden
Total		388 responden

Berdasarkan data pada tabel di atas, maka jumlah keseluruhan responden penelitian adalah 388 responden.

4.3 Hasil Analisis Data Penelitian

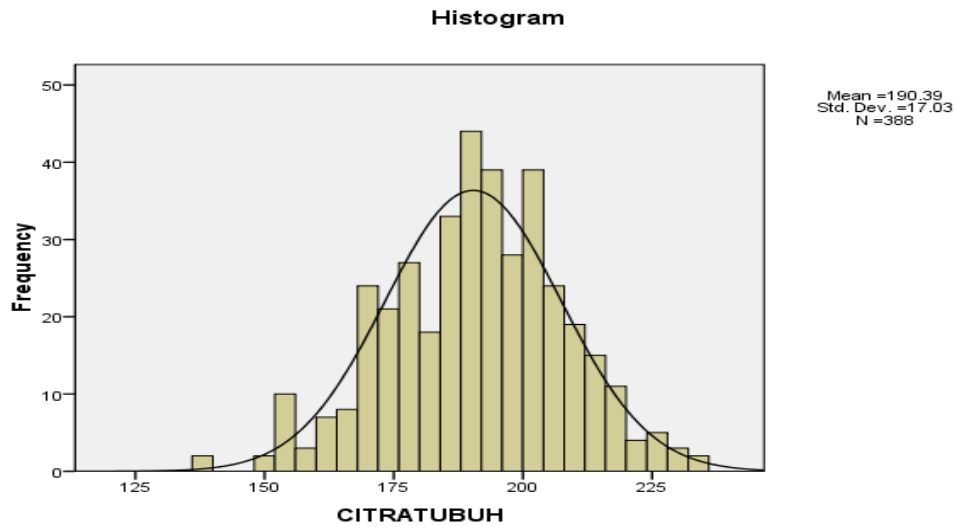
4.3.1 Variabel Citra Tubuh

Pengukuran variabel citra tubuh dilakukan melalui pengisian alat ukur berupa kuesioner oleh 388 responden dengan 57 butir pernyataan. Berdasarkan persebaran data tersebut maka diperoleh Mean 190,39, Median 190,5, Standar Deviasi 17,03 dan SD (Varians) 290,01, serta nilai minimum 136 dan nilai maksimum 233, seperti yang terlihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.3 Sebaran Data Variabel Citra Tubuh

Pengukuran	Nilai
Mean	190,39
Median	190,5
Standar Deviasi	17,03
Varians	290,01
Nilai Minimum	136
Nilai Maksimum	233

Sedangkan bentuk kurva variabel citra tubuh akan ditunjukkan pada gambar berikut ini:



Grafik 4.2
Histogram Variabel Citra Tubuh

4.3.1.1. Kategorisasi Skor

Kategorisasi variabel citra tubuh terbagi menjadi dua kategori yaitu tinggi dan rendah. Seperti yang telah dijelaskan pada bab 2, individu yang puas terhadap citra tubuhnya memiliki skor yang tinggi dan individu yang tidak puas dengan citra tubuhnya memiliki skor yang rendah. Pengkategorian dilakukan menggunakan mean teoritik sebagai kriteria acuan karena asumsi data berdistribusi normal. Berikut ini penjelasan mengenai pembagian kategori skor variabel citra tubuh:

Tabel 4.4
Kategorisasi Skor Citra Tubuh

Keterangan	Skor	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 195$	238	61,3%
Tinggi	$X \geq 195$	150	38,7%
Total		388	100

Berdasarkan data diatas, terlihat bahwa 238 responden memiliki citra tubuh rendah dengan presentase sebesar 61,3% dan 150 responden memiliki citra tubuh tinggi dengan presentase 38,7%. Berikut ini penjabaran hasil perhitungan kategorisasi skor citra tubuh:

Rendah jika : $X < (\text{Mean} + 0,25\text{SD})$

$$X < 190,39 + (0,25 \times 17,03)$$

$$X < 194,65$$

Tinggi jika : $X > (\text{Mean} + 0,25\text{SD})$

$$X > 190,39 + (0,25 \times 17,03)$$

$$X > 194,65$$

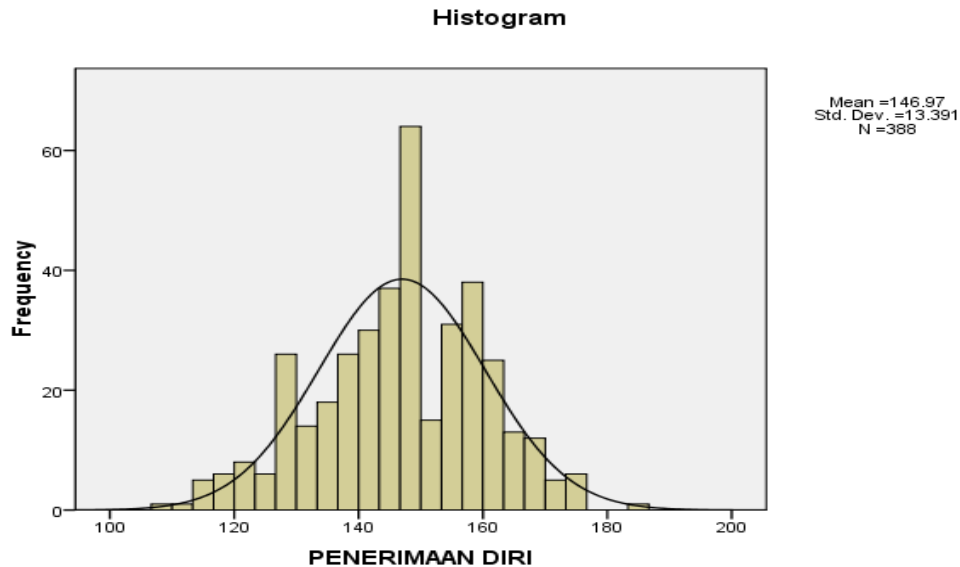
4.3.2 Variabel Penerimaan Diri

Pengukuran variabel penerimaan diri dilakukan melalui pengisian alat ukur berupa kuesioner oleh 388 responden dengan 40 butir pernyataan. Berdasarkan persebaran data tersebut maka diperoleh Mean 146,97, Median 148, Standar Deviasi 13,39 dan SD (Varians) 179,312, serta nilai minimum 108 dan nilai maksimum 184, seperti yang terlihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.5
Sebaran Data Variabel Penerimaan Diri

Pengukuran	Nilai
Mean	146,97
Median	148
Standar Deviasi	13,391
Varians	179,312
Nilai Minimum	108
Nilai Maksimum	184

Lalu, bentuk kurva variabel penerimaan diri akan ditunjukkan pada gambar berikut ini:



Grafik 4.3

Histogram Variabel Penerimaan Diri

4.3.2.1. Kategorisasi Skor

Kategorisasi variabel penerimaan diri terdiri dari dua kategori yaitu positif dan negatif, jika individu mendapatkan skor tinggi maka ia memiliki penerimaan diri positif, namun jika individu mendapatkan skor rendah maka ia memiliki penerimaan diri negatif. Pengkategorian skor ini dilakukan menggunakan mean teoritik sebagai kriteria acuan karena asumsi data berdistribusi normal. Berikut ini penjelasan mengenai pembagian kategori skor variabel penerimaan diri:

Tabel 4.6
Kategorisasi Skor Penerimaan Diri

Keterangan	Skor	Frekuensi	Presentase
Negatif	$X < 150$	242	62,4%
Positif	$X \geq 150$	146	37,6%
Total		388	100%

Berdasarkan data diatas, terlihat bahwa 242 responden memiliki penerimaan diri rendah dengan presentase sebesar 62,4% dan 146 responden memiliki citra tubuh tinggi dengan presentase 37,6%. Berikut ini penjabaran hasil perhitungan kategorisasi skor penerimaan diri:

Rendah jika : $X < (\text{Mean} + 0,25\text{SD})$

$$X < 146,97 + (0,25 \times 13,39)$$

$$X < 150,32$$

Tinggi jika : $X > (\text{Mean} + 0,25\text{SD})$

$$X > 146,97 + (0,25 \times 13,39)$$

$$X > 150,32$$

4.3.3 Pengujian Persyaratan Analisis

4.3.3.1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel penerimaan diri dan variabel citra tubuh berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas ini dilakukan dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*. Data berdistribusi normal apabila nilai sig (*p-value*) lebih besar dari taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$) atau $p > 0.05$. Hasil pengujian normalitas variabel penerimaan diri dan citra tubuh dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.7
Uji Normalitas Variabel

Variabel	P	α	Interpretasi
Citra Tubuh	0,213	0.05	Berdistribusi normal
Penerimaan Diri	0.312	0.05	Berdistribusi normal

Berdasarkan data pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa kedua variabel, yaitu citra tubuh dan penerimaan diri memiliki nilai sig (p-value) lebih besar daripada taraf signifikansi ($\alpha=0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak. Dengan kata lain, variabel citra tubuh dan variabel penerimaan diri berdistribusi normal. Pengujian normalitas ini menggunakan program SPSS versi 16.00.

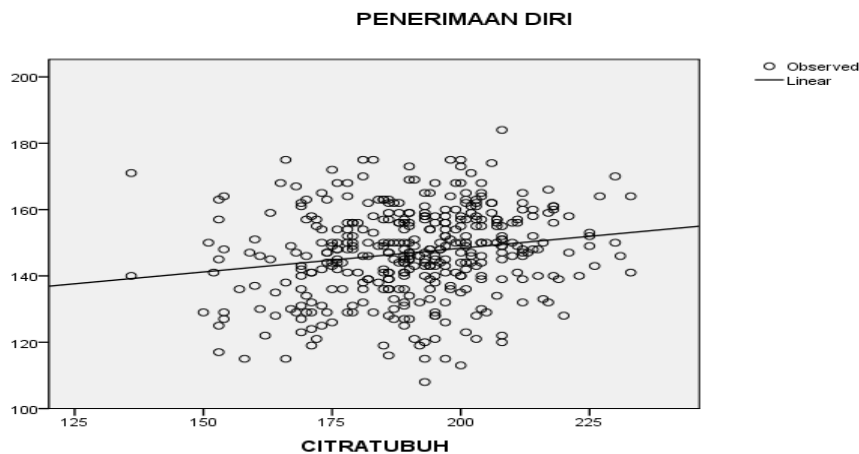
4.3.3.2. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk menguji apakah hubungan antara variabel penerimaan diri dan variabel citra tubuh tergolong linier atau tidak. Asumsi linieritas harus terpenuhi terutama jika analisis data untuk pengujian hipotesis menggunakan teknik analisis regresi linier (Rangkuti, 2012). Kedua variabel dikatakan memiliki hubungan yang linier apabila nilai p lebih kecil daripada nilai $\alpha=0,05$. Pengujian linieritas variabel penerimaan diri dan citra tubuh dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.8
Uji Linieritas Variabel

Variabel	p	α	Interpretasi
Citra Tubuh dengan Penerimaan Diri	0.000	0.05	Linier

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa variabel memiliki nilai p lebih kecil daripada nilai $\alpha=0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa variabel citra tubuh dan variabel penerimaan diri memiliki hubungan yang linier. Pengujian linieritas menggunakan program SPSS versi 16.00. Linieritas kedua variabel tersebut juga dapat dilihat pada Grafik Scatter Plot yang membentuk garis diagonal, yaitu memotong sumbu X dan Y, yang dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



Grafik 4.4
Scatter Plot Linieritas Citra Tubuh dan Penerimaan Diri

4.3.4. Pengujian Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah hipotesis alternatif (H_a) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh antara citra tubuh terhadap penerimaan diri remaja di Jakarta. Untuk melihat pengaruh kedua variabel tersebut, peneliti melakukan perhitungan dengan menggunakan program SPSS versi 16.00 dengan hasil sebagai berikut:

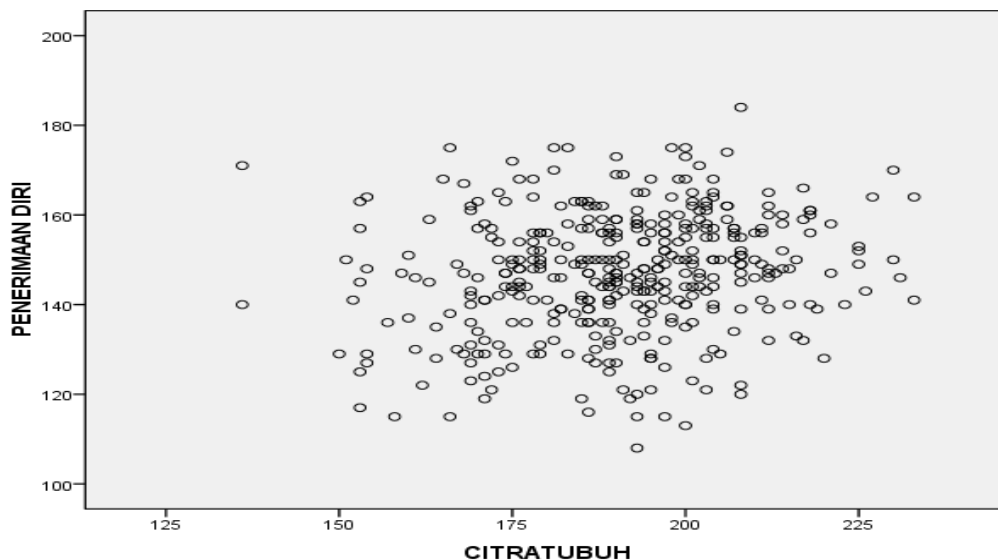
- a. Koefisien korelasi product moment antara variabel citra tubuh dan penerimaan diri menunjukkan angka 0,182 dan nilai $p = 0,000$. Nilai p tersebut lebih kecil daripada nilai $\alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara citra tubuh dan penerimaan

diri. Data yang diperoleh dari hasil perhitungan dengan menggunakan program SPSS dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.9
Hasil Korelasi Product Moment

Variabel	P	α	Interpretasi
Citra Tubuh dengan Penerimaan Diri	0.000	0.05	Terdapat hubungan positif yang signifikan

Korelasi kedua variabel tersebut juga dapat dilihat pada Grafik Scatter Plot yang dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



Grafik 4.5

Scatter Plot Korelasi Citra Tubuh Dengan Penerimaan Diri

- b. Konstanta variabel penerimaan diri sebesar 119,721, sedangkan koefisien regresi variabel citra tubuh sebesar 0,143. Data yang diperoleh dari hasil perhitungan dengan menggunakan program SPSS dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.10
Koefisien Persamaan Regresi

Variabel	Konstanta	Koef.Regresi
Citra Tubuh dengan Penerimaan Diri	119,721	0,143

Berdasarkan data di atas, maka dapat disusun persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 119,721 + 0,143 X$$

$$\text{Penerimaan Diri} = 119,721 + 0,143 \text{ Citra Tubuh}$$

Interpretasi persamaan tersebut yaitu jika skor citra tubuh (X) mengalami kenaikan satu satuan, maka skor penerimaan diri (Y) juga mengalami peningkatan sebesar 0,143 satuan. Dengan demikian, terdapat pengaruh yang positif positif antara citra tubuh terhadap penerimaan diri siswi SMA di Jakarta.

- c. Besar pengaruh (Adjusted R Square) variabel citra tubuh terhadap penerimaan diri adalah 0,031 (3,1%). Hal ini menunjukkan bahwa citra tubuh mempengaruhi penerimaan diri sebanyak 3,1% dan sisanya 96,7 % dipengaruhi oleh faktor lain. Data yang diperoleh dari hasil perhitungan dengan menggunakan program SPSS dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.11
Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square
1	0,182	0,033	0,031

- d. Nilai F regresi yang diperoleh dari hasil perhitungan uji regresi linier sederhana adalah sebesar 13,225 dengan nilai F tabel (df 1; 386) adalah 3,89. Nilai F hitung tersebut lebih besar daripada nilai F tabel. Selain itu, dari hasil perhitungan juga dapat diperoleh nilai p sebesar 0,000 dan nilai p tersebut lebih besar daripada nilai $\alpha=0,05$. Data yang diperoleh dari hasil perhitungan dengan menggunakan program SPSS dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.12
Hasil Analisis Regresi

Variabel	F hitung	F Tabel (df 1;386)	P (Sig)	Interpretasi
Citra Tubuh dengan Penerimaan diri	13,225	3,89	0,000	Terdapat pengaruh yang signifikan

Setelah mengetahui nilai regresi, selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis berdasarkan kriteria nilai signifikansi pada nilai F hitung yang diperoleh. Kriteria pengujian sebagai berikut:

Ho diterima Ha ditolak jika $F \text{ hitung} < F \text{ tabel}$ dan nilai $p > 0,05$

Ho ditolak Ha diterima jika $F \text{ hitung} > F \text{ tabel}$ dan nilai $p < 0,05$

Berdasarkan perhitungan statistik dari hasil analisis regresi linier didapatkan nilai $F \text{ hitung} > F \text{ tabel}$ dan nilai $p < 0,05$, sehingga Ho ditolak dan Ha diterima. Jadi kesimpulannya adalah terdapat pengaruh positif yang signifikan antara citra tubuh terhadap penerimaan diri remaja di Jakarta.

4.4 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dari pengujian hipotesis dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara citra tubuh dengan penerimaan diri siswi SMA di Jakarta. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Ridha (2012) yang menyatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi penerimaan diri adalah citra tubuh. Dalam penelitian ini, citra tubuh hanya mempengaruhi penerimaan diri remaja putri di Jakarta sebesar 3,1% dan 96,7% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain.

Pengaruh yang dihasilkan antara citra tubuh dan penerimaan diri bersifat positif atau searah. Hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah citra tubuh siswi SMA maka semakin rendah penerimaan diri mereka, begitu pun sebaliknya. Secara teoritik dapat dikatakan bahwa remaja putri memerhatikan bagaimana kondisi tubuhnya, jika mereka menerima kondisi tubuhnya dan merasa puas maka mereka memiliki citra tubuh yang positif. Namun, jika mereka tidak menerima kondisi tubuh apa adanya maka mereka akan merasa ketidakpuasan terhadap tubuh mereka. Kepuasan dan ketidakpuasan terhadap kondisi tubuh mempengaruhi penerimaan diri mereka. Penerimaan diri yang rendah mencerminkan bahwa siswi SMA tidak bisa menerima kekurangan atau aspek negatif yang terdapat pada dirinya, tidak mencintai dirinya sendiri, dan tidak mencintai fisiknya dalam batas apapun. Hal tersebut bahkan dapat menimbulkan perasaan malu dan rendah diri (Hurlock, 1980). Penerimaan diri yang tinggi mencerminkan bahwa siswi SMA mampu menerima kekurangan pada dirinya dan memanfaatkan kelebihan dirinya dengan efektif, sehingga mereka merasa bangga.

Ketidakpuasan citra tubuh yang terjadi pada siswi SMA dapat disebabkan oleh ketidaksesuaian antara tubuh ideal yang diharapkan dengan tubuh yang sebenarnya. Media massa seperti media cetak, media elektronik, dan media sosial memberikan pengaruh terhadap pembentukan citra tubuh

ideal melalui tayangan yang penuh rekayasa, sehingga individu dapat membentuk pengharapan yang tidak realistis. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Trisha A. Pruis, Jeri S. Janowsky tentang *Assessment of Body Image in Younger and Older Women*, yang menyatakan bahwa dampak dari media sosial lebih kuat terjadi pada wanita yang berusia muda karena media sosial memberikan gambaran ideal bentuk tubuh.

Selain itu nilai-nilai budaya mengenai persepsi bagaimana wanita cantik, juga memberikan pengaruh terhadap citra tubuh remaja putri. Siswi SMA sebagai remaja putri akan mengembangkan citra tubuh mereka sesuai dengan budaya yang berlaku dan sesuai dengan harapan dari lingkungan sosial. Apabila mereka menganggap bahwa tubuhnya tidak sesuai dengan apa yang diharapkan, maka mereka akan merasa tidak puas dengan citra tubuhnya.

Kota Jakarta yang merupakan pusat industri di Indonesia berpotensi memberikan pengaruh terhadap citra tubuh remaja. Mudahnya sarana untuk mengakses segala informasi di kota tersebut membuat siswi SMA mudah untuk mendapatkan informasi terkini dalam hal apapun, khususnya hal-hal yang mampu menunjang penampilan mereka agar menjadi lebih cantik. Misalnya saja informasi untuk melakukan diet agar terlihat kurus dan melakukan perawatan kecantikan dari yang sederhana hingga yang bersifat ekstrem. Karakteristik remaja yang ingin mencoba segala sesuatu yang baru mendorong mereka untuk melakukan hal-hal tersebut, bahkan hal ekstrem sekalipun.

Nilai dan budaya Jakarta yang sudah terakulturasi oleh budaya barat memberikan pemahaman baru kepada siswi SMA tentang bagaimana definisi cantik. Melalui tayangan-tayangan dan gambar-gambar yang menampilkan figur wanita kurus, tinggi, berkulit mulus, berhidung mancung, berkulit halus, dan berambut panjang, membuat remaja putri ingin berpenampilan sama dengan figur tersebut. Karena menurut lingkungan sosial mereka, wanita cantik adalah wanita yang memiliki karakteristik seperti pada tayangan-

tayangan dan gambar-gambar tersebut. Siswi SMA yang memiliki kriteria jauh seperti figur tersebut akan merasa tidak diterima oleh lingkungan sosialnya dan mengembangkan rasa ketidakpuasan terhadap citra tubuh. Ketidakpuasan citra tubuh ini akan memberikan dampak psikologis terhadap diri mereka. Hal tersebut menunjukkan bahwa mereka tidak menerima diri apa adanya dan kurang bisa memanfaatkan kelebihan yang dimilikinya. Padahal tugas dari perkembangan remaja adalah menerima keadaan diri sebagaimana adanya keadaan diri mereka sendiri, dan dapat memanfaatkannya secara efektif (Hurlock, 1990).

Ketidakpuasan citra tubuh mempengaruhi penilaian diri siswi SMA sebagai remaja putri. Ketika mereka merasa tidak berhasil dalam mewujudkan citra tubuh ideal, maka mereka akan berpikir bahwa mereka mendapatkan penilaian yang buruk dari lingkungan sosial. Penilaian dari lingkungan sosial akan mempengaruhi penilaian diri, sehingga membuat penerimaan diri menjadi rendah atau kurang. Selain itu, konsep diri yang belum stabil pada diri remaja juga mempengaruhi rendahnya penerimaan diri. Konsep diri yang belum stabil akan membuat siswi SMA kesulitan dalam menunjukkan siapa dirinya. Pada suatu waktu mereka akan menyukai tubuhnya, dan pada waktu yang lain mereka akan membeci tubuhnya. Kondisi tersebut menyebabkan konsep diri saling bertentangan (Hurlock, 1974).

Dalam hal ini, orang tua memiliki peran penting bagi perkembangan remaja. Orang tua yang mendukung dan memberikan gambaran positif mengenai diri remaja akan membantu remaja dalam membentuk konsep diri positif, sehingga mereka mampu mengembangkan citra tubuh positif. Namun, bila orang tua mengabaikan dan tidak menerima kekurangan yang terdapat pada diri siswi SMA sebagai remaja, maka mereka akan mengembangkan konsep diri yang negatif.

Menurut penelitian ini, siswi SMA yang memiliki citra tubuh positif atau kepuasan terhadap citra tubuhnya akan memiliki penerimaan diri yang

tinggi. Meskipun mereka menciptakan harapan citra tubuh ideal, namun mereka menerima kondisi tubuh mereka apa adanya dan sadar akan kemampuan dirinya. Selain itu, mereka telah mampu menjalankan tugas perkembangan remaja dalam menerima segala perubahan fisik yang terjadi, sehingga mereka merasa bangga atau memiliki toleransi terhadap kondisi fisiknya, serta dapat menggunakan dan memelihara tubuhnya (dirinya) secara efektif (Hurlock, 1980).

Meskipun citra tubuh hanya memberikan sedikit pengaruh pada penerimaan diri siswi SMA di Jakarta, namun banyaknya remaja putri yang menunjukkan ketidakpuasan citra tubuh dan rendahnya penerimaan diri menunjukkan bahwa citra tubuh merupakan faktor yang mempengaruhi penerimaan diri. Individu yang menerima kekurangan dan kelebihan pada dirinya serta dapat memanfaatkannya secara efektif adalah individu yang menerima kondisi fisiknya dan merasa puas akan hal tersebut.

4.5 Keterbatasan Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti memiliki beberapa keterbatasan, antara lain:

- a. Keterbatasan dalam memperoleh referensi dan hasil penelitian mengenai variabel yang diteliti.
- b. Keterbatasan dalam memperoleh informasi mengenai penelitian internasional terbaru yang menggunakan alat ukur *Berger's Self-Acceptance Scale* .