

Hubungan Jenis Kelamin Dengan *Body Image* Siswa Sekolah Menengah Atas Di Kota Pekanbaru

Annaya Qamara Tasman^{1*}, Riri Novayelinda², Ari Rahmat Aziz³

^{1,2,3}Fakultas Keperawatan, Universitas Riau, Jalan Pattimura No. 9, Kelurahan Cinta Raja, Kecamatan Sail, Kota Pekanbaru

Email: annayaqamaratasman@gmail.com ^{1*}

Abstrak

Perubahan fisik seperti bentuk tubuh, tinggi badan, berat badan, perubahan suara serta perkembangan mammae akan menjadi bagian dari body image remaja. Pencapaian body image yang positif merupakan salah satu tugas perkembangan psikososial yang berperan penting pada masa remaja. Salah satu faktor yang memengaruhi body image remaja adalah jenis kelamin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan jenis kelamin dengan body image remaja. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan cross-sectional. Sampel pada penelitian ini berjumlah 340 remaja yang berusia 14-18 tahun. Teknik pengambilan sampel menggunakan stratified random sampling. Analisis bivariat menggunakan uji chi-square. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar usia responden berusia 16 tahun (42,9%), berjenis kelamin perempuan (58,5%), dan memiliki body image positif (51,5%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin (p value $(0,119) > \alpha$) dengan body image remaja. Kesimpulan: Tidak ada hubungan jenis kelamin dengan body image remaja. Remaja diharapkan mampu membangun body image yang positif dalam kondisi apapun dan mampu menerima diri sendiri.

Keywords: Body image, Jenis kelamin, Pekanbaru, Remaja, SMA

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menjadi dewasa dimana individu akan mengalami pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial yang pesat. Saat masa remaja, fokus individu terhadap fisik lebih menonjol dari masa kehidupan yang lain. Bentuk tubuh, tinggi badan, berat badan, perubahan suara serta perkembangan mammae akan menjadi bagian dari *body image* (Yulianti & Ningsih, 2022).

Pencapaian *body image* yang positif merupakan salah satu tugas perkembangan psikososial yang berperan penting pada masa remaja, karena pada masa ini perkembangan fisik berlangsung secara cepat dan terus menerus (Virgandiri,

Lestari, & Zwagery, 2020). Berdasarkan teori perkembangan psikososial yang dikemukakan oleh Erikson dimana remaja berada pada tahap perkembangan “sense of identity vs role confusion” (Buanasari, 2021). Dalam hal *body image*, jika pertumbuhan dan perkembangan fisik remaja berjalan sewajarnya, dan remaja menerima perubahan pada fisiknya, maka remaja akan dapat menghargai, menghormati, dan menjaga kondisi fisiknya (Octavia, 2020).

Body image adalah penilaian seseorang terhadap penampilan tubuhnya sendiri (Abdurrachim, Meladista, & Yanti, 2018). Berdasarkan hasil survei majalah BLISS tahun 2016, menunjukkan bahwa 90% dari 5053 remaja tidak bahagia dengan

bentuk tubuh yang dimiliki dimana terdapat 19% remaja yang mengalami berat badan berlebih (Damanik, 2018 dalam Ammar & Nurmala, 2020).

Salah satu faktor yang dapat memengaruhi *body image* remaja adalah jenis kelamin (Cash & Pruzinsky, 2002). Hasil-hasil riset terkait *body image* lebih banyak dilakukan pada remaja perempuan. Remaja perempuan menghasilkan lebih banyak tekanan sosial untuk menjadi kurus dan ketidakpuasan tubuh yang lebih besar (Cash, 2012). Remaja perempuan cenderung lebih memperhatikan tentang *body imagnya*, dimana mereka akan merasa terganggu jika memiliki *body image* yang tidak sesuai dengan orang yang diidolakan (Ramonda, Yudanari, & Choiriyah, 2019). Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ovita, Hatmanti, dan Amin, (2019) menunjukkan hasil bahwa dari 78 siswi sebanyak 49 responden (62,8%) memiliki *body image* negatif dan hanya 29 responden (37,2%) yang memiliki *body image* positif.

Permasalahan *body image* tidak hanya dialami remaja perempuan saja, namun juga dialami oleh remaja laki-laki. Permasalahan *body image* pada remaja laki-laki lebih mengarah pada proporsi tubuh, massa otot, bentuk badan, dan tinggi badan (Azzahra & Shanti, 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Shanti dan Azzahra (2022) pada remaja laki-laki di Kota Malang didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden memiliki *body image* cukup positif yaitu 225 orang

(71,7%), sebanyak 45 orang memiliki *body image* negatif (14,3%), dan hanya 44 orang yang memiliki *body image* positif (14%).

Dampak yang ditimbulkan jika remaja memiliki *body image* positif adalah ia akan merawat, menjaga, dan menghargai apapun yang ada di tubuhnya (Shanti & Azzahra, 2022). Sedangkan remaja yang memiliki *body image* negatif akan merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya sehingga melakukan berbagai cara demi mencapai berat badan yang diinginkan, seperti diet ekstrem, menggunakan obat pencahar, latihan fisik bahkan mengkonsumsi pil diet (Marlina & Ermalia, 2020). Remaja yang memiliki *body image* negatif juga dapat menimbulkan dampak psikologis, salah satunya dapat memicu gangguan makan seperti *anorexia nervosa* dan *bulimia nervosa* (Wati, Lidiawati, & Bintoro, 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti tanggal 9 Januari 2023 dengan 10 orang remaja, lima siswa dari kelas X dan lima siswa dari kelas XI di SMA Negeri 8 Pekanbaru tentang gambaran *body image* didapatkan hasilnya yaitu lima dari 10 orang menyatakan sering cemas menjadi gemuk dimana semuanya berjenis kelamin perempuan. Dalam aspek kepuasan pada bagian tubuh, dari 10 orang sebanyak dua orang kurang puas dengan bagian atas tubuh mereka, empat orang merasa kurang puas dengan bagian tengah tubuh mereka, dan dua orang merasa kurang puas serta 1 orang merasa sangat tidak puas terhadap bagian bawah

tubuhnya. Selanjutnya, dari 10 orang sebanyak dua orang merasa kurang puas dengan berat badannya, dimana salah satunya memiliki IMT normal. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis tertarik untuk meneliti “Hubungan Jenis Kelamin dengan *Body Image* Siswa SMA di Kota Pekanbaru”.

METODE

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif korelasi menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 340 remaja di tiga SMA Kota Pekanbaru yang berbeda. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *stratified random sampling*.

Alat pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kuesioner karakteristik responden dan kuesioner *body image*. Kuesioner karakteristik responden terdiri dari inisial, usia, jenis kelamin, kelas, dan asal sekolah. Kuesioner *body image* menggunakan *Multidimensional Body Self-Relations Questionnaire-Appearance Scale* (MBSRQ-AS) (Cash & Pruzinsky, 2002).

Uji validitas kuesioner MBSRQ-AS dilakukan dua kali kepada 30 remaja yang sama. Hasil uji validitas kuesioner MBSRQ-AS terdapat 24 item yang valid dengan nilai antara 0,406 sampai 0,596 dan nilai reliabilitas *cronbach alpha* adalah (0,895).

Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan analisa bivariat. Analisa univariat meliputi karakteristik responden (usia dan jenis kelamin) dan

gambaran distribusi *body image*. Analisa bivariat yaitu uji *chi-square* dengan batas derajat kepercayaan 5% untuk melihat hubungan jenis kelamin dengan *body image*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang didapatkan adalah sebagai berikut:

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden

Karakteristik	n	%
Usia		
14 tahun	4	1,2
15 tahun	50	14,7
16 tahun	146	42,9
17 tahun	121	35,6
18 tahun	19	5,6
Total	340	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	141	41,5
Perempuan	199	58,5
Total	340	100

a. Usia

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 16 tahun yaitu sebanyak 146 orang (42,9%). Umumnya, usia 16 tahun merupakan usia siswa kelas X atau XI. Penelitian Juliastuti *et al* (2022) pada kelas X dan XI di SMAN 12 Banten menunjukkan bahwa paling banyak remaja berusia 16 tahun (45,7%). Usia ini berada pada tahap perkembangan remaja pertengahan, dimana individu akan menyesuaikan diri dengan perubahan *body image*, mencoba beberapa peran berbeda dan memerlukan penerimaan di dalam kelompok sebaya, dan mulai tertarik dengan lawan jenis (Kyle & Carman, 2019).

b. Jenis Kelamin

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 199 orang (58,5%). Penelitian Johan (2020) menunjukkan bahwa jumlah remaja SMA di Pekanbaru lebih banyak perempuan dari pada remaja laki-laki, dimana terdapat 188 remaja perempuan (75,2%) dan 62 remaja laki-laki (24,8%). Hal ini menunjukkan perbandingan jumlah remaja SMA di Pekanbaru lebih banyak berjenis kelamin perempuan dibandingkan laki-laki.

Remaja perempuan menghasilkan lebih banyak tekanan sosial untuk menjadi kurus dan ketidakpuasan tubuh yang lebih besar (Cash, 2012). Kondisi ini disebabkan karena perubahan fisik yang dialami remaja perempuan, seperti pertumbuhan tinggi dan berat badan, pertumbuhan payudara, jerawat, tumbuhnya rambut ketiak, produksi kelenjar keringat, dan menstruasi, sehingga remaja perempuan sangat sensitif terhadap penampilan dirinya. (Senja, Abdillah, & Santoso, 2020).

Gambaran *Body Image*

Tabel 2. Distribusi frekuensi *body image* responden

<i>Body Image</i>	N	%
Positif	175	51,5
Negatif	165	48,5
Total	340	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 340 responden, sebagian besar remaja memiliki *body image* yang positif yaitu 175 orang (51,5%). Hal ini dapat disebabkan karena remaja merasa puas terhadap penampilannya dan menerima perubahan

tubuhnya apa adanya. *Body image* positif akan membuat remaja memiliki persepsi yang baik terhadap tubuhnya sehingga remaja mampu beradaptasi dan menerima keadaan fisiknya sebagai hasil perubahan pertumbuhan dan perkembangannya (Agustiningsih, Rohmi, & Rahayu., 2020).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari, Dewi, dan Karim (2022) menunjukkan bahwa sebanyak 112 remaja (56,3%) memiliki *body image* positif dan terdapat 87 remaja (43,7%) yang memiliki *body image* negatif. Hal ini disebabkan karena penilaian positif remaja terhadap penampilannya dan remaja merasa puas dengan bentuk dan ukuran tubuhnya.

Seseorang dengan *body image* positif memiliki persepsi sebenarnya terhadap tubuhnya, atau melihat bentuk anggota tubuh apa adanya sehingga cenderung memiliki perasaan bangga terhadap bentuk tubuh yang sesungguhnya dan merasa nyaman karenanya. Sebaliknya, seseorang yang memiliki *body image* negatif pada umumnya sering membanding-bandtingkan bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh orang lain yang dianggap lebih menarik (Marlina & Ernalia, 2020)

Pentingnya *body image* positif akan berdampak pada keberhasilan remaja dalam mencapai kepercayaan dirinya, selain itu *body image* juga memengaruhi remaja dalam menyelesaikan persoalan yang dihadapinya. *Body image* juga penting dalam meningkatkan persepsi positif terhadap apa yang ia miliki (Saepudin, Hidayat, & Supriatna., 2022). Berdasarkan

asumsi dari peneliti, *body image* positif pada remaja terbentuk dari kepuasan remaja terhadap evaluasi tubuh dan penilaian positif terhadap perubahan tubuhnya.

Hubungan Jenis Kelamin dengan *Body Image* Remaja

Tabel 3. Hubungan jenis kelamin dengan *body image* remaja

Jenis Kelamin	Body Image				Total	p value
	Negatif	Positif	N	%		
Perempuan	89	44,7	110	55,3	199	100
Laki-laki	76	53,9	65	46,1	141	100
Total	165	48,5	175	51,5	340	100

Hasil analisa bivariat tentang hubungan jenis kelamin dengan *body image* pada remaja menggunakan uji *chi square* diperoleh bahwa nilai $p=0,119$ ($p \text{ value} > \alpha$) artinya H_0 gagal ditolak, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan *body image* siswa SMA di Kota Pekanbaru. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sefrina, Elvandari, dan Risma (2018) menunjukkan hasil bahwa tidak ada hubungan jenis kelamin dengan *body image* pada remaja di Karawang dengan $p \text{ value}$ (1,000) $> \alpha$ (0,05). Hal ini dapat disebabkan karena ada faktor lain yang memengaruhi *body image*, yaitu media sosial.

Media sosial menampilkan suatu informasi yang menjadi panutan remaja terhadap apa yang diidolakannya. Setiap gambaran bentuk tubuh yang ditampilkan melalui media dianggap sebagai nilai-nilai umum yang diyakini remaja sebagai standar umum yang harus dipenuhi (Fitriyah & Rokhmawan, 2019). Media sosial menggambarkan karakteristik *body image* yang ideal pada perempuan seperti langsing

dan tinggi, sedangkan *body image* ideal pada laki-laki adalah kuat dan berotot (Cash, 2012).

Berdasarkan asumsi dari peneliti, remaja perempuan suka memperhatikan perubahan tubuh yang sedang dialaminya, lebih suka berdandan dan berhias untuk menarik lawan jenisnya, dan akan merasa terganggu jika memiliki tubuh yang tidak sesuai keinginannya. Sedangkan remaja laki-laki cenderung lebih berfokus pada kekuatan dan massa ototnya yang merupakan gambaran ideal laki-laki dari media sosial. Selain itu, laju pertumbuhan tubuh remaja perempuan melebihi kecepatan pertumbuhan tubuh remaja laki-laki, dimana perempuan telah mencapai bentuk akhir tubuhnya pada usia 16 tahun, sedangkan remaja laki-laki masih terus berkembang sampai usia 18 tahun.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 340 responden siswa SMA di Kota Pekanbaru, maka dapat disimpulkan bahwa gambaran siswa SMA di Kota Pekanbaru sebagian besar berusia 16 tahun (42,9%), sebagian besar berjenis kelamin perempuan (58,5%), dan sebagian besar memiliki *body image* positif (51,5%).

Hasil analisa bivariat menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin ($p \text{ value}=0,119$) dengan *body image* remaja.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-

tingginya kepada Bapak dan Ibu Dosen beserta Staf Fakultas Keperawatan Universitas Riau yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama mengikuti perkuliahan dan membantu administrasi di FKp UNRI. Peneliti juga menyampaikan terima kasih kepada Kepala Sekolah beserta jajaran yang memberikan kesempatan untuk peneliti melakukan penelitian sehingga laporan ini dapat selesai, serta responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahim, R., Meladista, E., & Yanti, R. (2018). Hubungan body image dan sikap terhadap makanan dengan pola makan mahasiswa jurusan gizi politeknik. *Gizi Indonesia*, 41(2), 117–124.
- Agustiningsih, N., Rohmi, F., & Rahayu, Y. E. (2020). Hubungan body image dengan harga diri pada remaja putri usia 16-18 tahun. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 109–115.
- Ammar, E. N., & Nurmala, I. (2020). Analisis faktor sosio-kultural terhadap dimensi body image pada remaja. *Journal of Health Science and Prevention*, 4(1), 23–31.
- Azzahra, A. C., & Shanti, P. (2021). Body image pada remaja laki-laki: Sebuah studi literatur. Seminar Nasional Psikologi UM, 1(1), 8–21.
- Buanasari, A. (2021). Asuhan keperawatan sehat jiwa pada kelompok usia remaja. Gowa: Tohar Media.
- Cash, T. (2012). Encyclopedia of body image and human appearance. USA: Elsevier.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice. New York: The Guilford Press.
- Fitriyah, L., & Rokhmawan, T. (2019). ‘You’re fat and not normal!’ From body image to decision of suicide. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*, 1(2), 102–118.
- Johan, F. A. (2020). Hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada siswa sma di kota Pekanbaru. Skripsi. Universitas Islam Riau.
- Juliastuti, D., et al. (2022). Faktor risiko internal citra tubuh negatif pada remaja putri dimasa pandemi covid-19. *Jurnal Kesehatan*, 13.
- Kyle, T., & Carman, S. (2019). Keperawatan pediatri (2nd ed.). Jakarta: EGC.
- Marlina, Y., & Ernalia, Y. (2020). Hubungan persepsi body image dengan status gizi remaja pada siswa smp di pekanbaru. *Journal of Community Health*, 6(2), 183–187.
- Octavia, S. A. (2020). Motivasi belajar dalam perkembangan remaja. Yogyakarta: Deepublish.
- Ovita, A. N., Hatmanti, N. M., & Amin, N. (2019). Hubungan body image dan aktivitas fisik dengan status gizi remaja putri kelas VIII SMPN 20 Surabaya. *Sport and Nutrition Journal*, 1(1), 27–32.
- Ramonda, D. A., Yudanari, Y. G., & Choiriyah, Z. (2019). Hubungan antara body image dan jenis kelamin terhadap pola makan pada remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(2), 109–114.
- Saepudin, A., Hidayat, W., & Supriatna, E. (2022). Gambaran body image pada siswa kelas xi SMAN 1 Margasahih, 5(4), 304–309.
- Sari, Y. H., Dewi, A. P., & Karim, D. (2022). Hubungan antara self-compassion dengan body image pada remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(2).
- Sefrina, L. R., Elvandari, M., & Risma, R. (2018). Faktor-faktor yang

- berhubungan dengan body image pada remaja di karawang. Nutrire Diaita, 10(2), 35–40.
- Senja, A., Abdillah, I. L., & Santoso, E. B. (2020). Keperawatan pediatri. Jakarta: Bumi Medika.
- Sentana, R. A. C. S. (2019). Analisis faktor-faktor yang berpengaruh terhadap body image satisfaction dan dampaknya terhadap niat beli produk fashion perempuan milenial. Jurnal Bisnis Dan Kewirausahaan, 15(1), 1–12.
- Shanti, P., & Azzahra, A. C. (2022). Self esteem dan gratitude sebagai prediktor body image: Studi pada remaja laki-laki di Kota Malang. Jurnal Sains Psikologi, 11(1), 71–85.
- Virgandiri, S., Lestari, D. R., & Zwagery, R. V. (2020). Relationship of body image with eating disorder in female adolescent. Jurnal Ilmu Keperawatan: Journal of Nursing Science, 8(1), 53–59.
- Wati, C. R., Lidiawati, M., & Bintoro, Y. (2019). Hubungan indeks massa tubuh dengan body image pada remaja putri kelas i dan kelas ii SMAN 4 Banda Aceh. In Prosiding Seminar Nasional Multi Disiplin Ilmu UNAYA (pp. 849–857).
- Yulianti, T. S., & Ningsih, E. D. (2022). Hubungan pengetahuan dan pengalaman body shaming dengan citra diri mahasiswa. KOSALA : Jurnal Ilmu Kesehatan, 10(1), 1–11.