

## **HUBUNGAN ANTARA KONFORMITAS TEMAN SEBAYA DENGAN BODY IMAGE REMAJA PEREMPUAN PADA SISWI KELAS X SMK IBU KARTINI SEMARANG**

**Vega Junita Pratiwi Partosudiro, Yeniar Indriana**

*Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Soedarto, SH, Tembalang, Semarang, Indonesia 50275*

vgajunitapp@yahoo.com

### **Abstrak**

Tubuh yang ideal merupakan mimpi setiap individu terutama perempuan. Pada fase remaja individu mengalami banyak permasalahan salah satunya adalah mengenai *body image*. *Body image* merupakan sikap individu terhadap tubuh yang meliputi evaluasi citra tubuh (*body image evaluation*) dan investasi citra tubuh (*body image investment*). Konformitas adalah perubahan dalam perilaku atau *belief* sebagai hasil dari tekanan kelompok yang nyata atau hanya berdasarkan imajinasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konformitas dengan teman sebaya dan *body image* pada remaja perempuan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas X SMK Ibu Kartini. Teknik pengambilan sampel adalah *cluster random sampling* dengan jumlah 125 siswi. Instrumen penelitian terdiri dari dua skala yaitu skala *body image* (27 aitem,  $\alpha$ ; 0,912) dan skala konformitas (36 aitem,  $\alpha$ ; 0,946). Analisis data menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara konformitas pada teman sebaya dengan *body image* pada remaja perempuan ( $r_{xy}$ : 0,693), konformitas memberikan sumbangan efektif sebesar 48%.

**Kata Kunci:** konformitas, teman sebaya, *body image*, remaja perempuan

### **Abstract**

The ideal body is the dream of every individual especially women. In the adolescent phase, individuals experiencing many problems one of them is about the body image. Body image is an individual attitude to the body that includes body image evaluation (body image evaluation) and investment body image (body image investment). Conformity is a change in behavior or belief as a result of real group pressure or simply by imagination. This study aims to determine the relationship between conformity with peers and body image in adolescent girls. Population in this research is all student of class X SMK Ibu Kartini. The sampling technique is cluster random sampling with the amount of 125 female students. The research instrument consisted of two scales: body image scale (27 items,  $\alpha$ ; 0,912) and conformity scale (36 items,  $\alpha$ ; 0,946). Data analysis used simple regression analysis technique. The results showed that there was a positive relationship between conformity in peers with body image in adolescent girls ( $r_{xy}$ : 0.693), conformity gave effective contribution of 48%.

**Keywords:** conformity, peer groups, body image, adolescents girl

### **PENDAHULUAN**

Tubuh yang ideal merupakan mimpi yang dimiliki banyak orang baik dari kalangan perempuan maupun pria. Proses membentuk badan ideal tidak jarang menjadi bumerang bagi diri individu karena seringkali hal yang dilakukan justru membahayakan diri sendiri seperti tidak makan seharian, meminum obat pelangsing atau bahkan olahraga berlebihan. Usaha-usaha untuk mendapatkan berat badan ideal tidak hanya dilakukan oleh orang dewasa, bahkan remaja pun sudah mulai berlomba-lomba untuk mendapatkan badan diimpikan.

Santrock mengatakan bahwa fase remaja adalah suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Seseorang yang menginjak masa remaja akan dihadapkan pada tugas dan tanggung jawab yang baru.

Banyak permasalahan-permasalahan yang dapat timbul selama masa remaja seperti kenakalan remaja, konflik dengan orang tua, gangguan makan dan permasalahan mengenai *body image* (Santrock, 2012). Remaja akan sangat memerhatikan tubuhnya dan mengembangkan citra mengenai tubuhnya itu (Mueller, dalam Santrock, 2012). Terdapat perbedaan gender sehubungan dengan persepsi remaja mengenai tubuhnya. Secara umum, jika dibandingkan anak laki-laki, anak perempuan kurang puas dengan tubuhnya dan memiliki citra tubuh yang lebih negatif (Bearman, dalam Santrock, 2012).

Banfield dan McCabe (2002) memaknai *Body Image* sebagai evaluasi individu yang mencakup perasaan tentang penampilan fisik. Selain itu, *Body image* menurut Rice (Melliana S, 2006) menyatakan bahwa *body image* adalah pengalaman individual tentang tubuhnya, suatu gambaran mental seseorang yang mencakup pikiran, persepsi, perasaan, emosi, imajinasi, penilaian, sensasi fisik, kesadaran dan perilaku mengenai penampilan dan bentuk tubuhnya.

Cash & Smolak (2011) memberikan pengertian mengenai *body image* yaitu sikap individu terhadap tubuh yang meliputi evaluasi citra tubuh (*body image evaluation*) dan investasi citra tubuh (*body image investment*). *Body image* menurut Cornwell & Schmitt (dalam Mahlubaues & Chrisler, 2007) adalah penilaian dan perasaan individu mengenai tubuh dan fungsi tubuh. *Body image* menurut Davison & McCabe (2005) adalah persepsi dan sikap individu terhadap tubuh sendiri.

Konformitas yang dikemukakan oleh Cialdini dan Goldstein (dalam Taylor, 2009) adalah tendensi untuk mengubah keyakinan atau perilaku individu agar sesuai dengan perilaku orang lain. Sears (2002) mengungkapkan bahwa konformitas terjadi ketika individu menampilkan perilaku tertentu yang dipengaruhi oleh individu lain. Sears juga mengungkapkan bahwa sebab-sebab individu melakukan konformitas adalah karena perilaku individu lain memberikan manfaat yang baik dan ingin diterima di dalam kelompok.

Myers (2014) mengungkapkan bahwa konformitas adalah perubahan dalam perilaku atau *belief* sebagai hasil dari tekanan kelompok yang nyata atau hanya berdasarkan imajinasi.

Wade & Travis (2007) berpendapat bahwa ketika seseorang berada di tengah-tengah suatu kelompok maka individu tersebut akan melakukan konformitas, yaitu melakukan tindakan atau mengadopsi sikap sebagai hasil dari yang nyata maupun yang dipersepsualkan.

Baron dan Byrne (2005), konformitas remaja adalah penyesuaian perilaku remaja untuk menganut norma kelompok acuan, menerima ide atau aturan-aturan kelompok yang mengatuh cara remaja berperilaku. Semakin tinggi perilaku atau kepercayaan yang dianut sebuah kelompok, semakin besar kecenderungan untuk memunculkan konformitas.

Kartono & Gulo (2000), menyatakan bahwa konformitas adalah kecenderungan untuk dipengaruhi tekanan kelompok dan tidak menentang norma-norma yang telah digariskan oleh kelompok.

Hasil dari penelitian Adams (2017) di Amerika yang menyatakan bahwa konformitas memiliki pengaruh yang signifikan sehingga dapat meningkatkan tingkat *body consciousness*,

persepsi mengenai *body image* dan individu akan menerima saran lebih banyak mengenai penampilan fisik. Selain penelitian yang dilakukan oleh Adams, penelitian yang dilakukan oleh Kenny (2016) di Irlandia yang melibatkan 111 subjek mengemukakan bahwa kelompok teman sebaya memiliki pengaruh pada perkembangan *body image* seorang remaja.

Bagi remaja, teman sebaya memiliki pengaruh sehingga remaja akan bertindak dan meyakini agar perilaku remaja sesuai dengan harapan sosial. Hal tersebut dilakukan remaja untuk mendapatkan pengakuan serta dukungan dari teman sebaya. Kelompok sebaya memberikan sebuah dunia bagi kawula muda untuk melakukan sosialisasi dalam suasana dan nilai-nilai yang berlaku bukanlah nilai-nilai yang ditetapkan oleh orang dewasa melainkan oleh teman-teman seusianya (Hurlock, 2011). Melalui berkumpul dengan teman sebaya yang memiliki kesamaan dalam berbagai hal tertentu, remaja dapat mengubah kebiasaan-kebiasaan hidupnya dan dapat mencoba berbagai hal yang baru serta saling mendukung satu sama lain (Cairns & Neckerman, 1988).

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara konformitas teman sebaya dengan *body image* remaja perempuan pada siswi kelas X SMK Ibu Kartini Semarang”.

## **METODE**

Populasi penelitian ini adalah para siswi kelas X SMK Ibu Kartini Semarang. Sampel dalam penelitian ini sejumlah 124 siswi. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*.

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah dua skala psikologi, yaitu 1) Skala *Bpdy Image* (27 aitem;  $\alpha = 0,912$ ) . Skala *Body Image* terdiri dari aitem-aitem yang disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Bandfield & McCabe (2002) yaitu *perceptual, affective, cognitive*, dan *behavioral*; 2) Skala Konformitas (36 aitem;  $\alpha = 0,946$ ) yang bertujuan untuk mengukur tingkat kelekatan siswi pada kelompok teman sebaya terdiri dari aitem-aitem berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Taylor (2009) terdiri dari peniruan, penyesuaian, kepercayaan, kesepakatan dan ketaatan. Kedua skala tersebut telah disusun dan diujicobakan khusus untuk penelitian ini. Uji coba penelitian dilakukan pada tanggal 12-13 Februari 2018 dengan melibatkan 58 siswi dan penelitian dilaksanakan pada tanggal 5-6 Maret 2018. Metode analisis yang digunakan pada penelitian adalah uji analisis regresi sederhana dengan menggunakan SPSS 17.0.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konformitas teman sebaya dengan *body image* remaja perempuan pada siswi kelas X SMK IBU Kartini Semarang. Berdasarkan hasil uji analisis regresi sederhana dapat disimpulkan adanya hubungan positif yang signifikan antara konformitas teman sebaya dengan *body image* remaja perempuan ( $r_{xy} = 0,693$ ;  $p < 0,001$ )

Data deskriptif pada penelitian ini menunjukkan bahwa kategorisasi *Body Image* pada remaja perempuan di SMK Ibu Kartini pada kategorisasi sangat rendah sebanyak 0 siswi (0%), kategorisasi rendah sebanyak 2 siswi (1,6%), kategorisasi tinggi sebanyak 64 siswi (51,2%) dan kategorisasi sangat tinggi sebanyak 59 siswi (47,2%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa *body image* pada siswi kelas X SMK Ibu Kartini Semarang berada pada kategorisasi positif.

*Body image* remaja perempuan dapat dipengaruhi oleh konformitas pada teman sebaya. Pada penelitian ini diperoleh data tingkat konformitas pada teman sebaya di SMK Ibu Kartini berada dalam kategori sangat rendah sebanyak 0 siswi (0%), kategorisasi rendah sebanyak 10 siswi (8%), kategorisasi tinggi sebanyak 115 siswi (92%) dan kategorisasi sangat tinggi sebanyak 0 siswi (0%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kebanyakan remaja putri dalam penelitian ini memiliki konformitas yang tinggi. Faktor yang dapat menyebabkan konformitas di SMK Ibu Kartini tergolong tinggi adalah karena ketika individu memasuki fase usia remaja ia membutuhkan dukungan sosial dari teman sebaya.

Masa remaja merupakan masa yang identik dengan pubertas dimana kematangan fisik berlangsung dengan cepat yang melibatkan perubahan hormonal dan tubuh (Santrock, 2012). Permasalahan yang dapat timbul pada masa remaja antara lain adalah kenakalan remaja, konflik dengan orang tua, gangguan makan dan permasalahan mengenai *body image*. Remaja akan sangat memerhatikan tubuhnya dan mengembangkan citra mengenai tubuhnya (Mueller, dalam Santrock, 2012). Penelitian ini mendukung pernyataan dari Papalia & Olds (2003) yang menyatakan bahwa ketidakpuasan remaja putri pada tubuhnya meningkat pada awal hingga pertengahan usia remaja.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data disimpulkan adanya hubungan positif yang signifikan antara konformitas teman sebaya dengan *body image* pada remaja perempuan pada siswi kelas X SMK Ibu Kartini Semarang ( $r_{xy} = 0,693$  ;  $p < 0,001$ ). Semakin tinggi tingkat konformitas remaja dengan kelompok teman sebaya maka semakin positif nilai *body image* yang dimiliki remaja dan semakin rendah tingkat konformitas remaja maka semakin negatif nilai *body image* yang dimiliki remaja.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adam, D. F., dkk. (2017). Genderconformity, self-objectification, and body image for sorority and non sorority women: A closer look. *Journal of American College Health*. 65(2), 139-147. Doi: 10.1080/07448481.2016.1264406
- Bandfield, S. S., & McCabe, M. P. (2002). An evaluation of the construct of body image. *Adolescence*. 37, 146. San Diego: Libra Publisher
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial. Edisi kedua. Jilid 10*. Jakarta: Erlangga.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body image: A handbook of science, practice and prevention, 2nd edition*. New York: The Guilford Press.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kartono, K., & Gulo, D. (2000). *Kamus psikologi*. Bandung: Pionir Jaya.

- Kenny, U., dkk. (2016). Peer influences on adolescent body image: Friends or foes. *Journal of Adolescent Research*. 32(6).
- Melliana, S. A. (2006). *Menjelajah tubuh: Perempuan dan mitos kecantikan*. Yogyakarta: LkiS.
- Muhlbauer, V., & Christer, J. C. (2007). *Women over 50: Psychological perspective*. New York: Springer.
- Papalia, D. E., & olds, S. W. (2011). *Human Development*. USA: McGraw-Hill, Inc.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development: Perkembangan sepanjang rentang hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009), *Psikologi sosial. Edisi kesembilan*. Jakarta: Kencana.