



## Analisis Faktor Sosio-Kultural terhadap Dimensi *Body Image* pada Remaja

### *Analysis Of Socio-Cultural Factors On Dimensions Of Body Image As Bulimia Nervosa Prevention In Adolescents*

Evana Nisa'ul Ammar, Ira Nurmala

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

[evana.nisaul.ammar-2015@fkm.unair.ac.id](mailto:evana.nisaul.ammar-2015@fkm.unair.ac.id)

DOI: <http://doi.org/10.29080/jhsp.v4i1.255>

Received: October 2019, Accepted: October 2019, Published: April 2020

---

#### Kata Kunci

Sosio-kultural  
*Body Image*  
Remaja

---

#### Abstrak

Gangguan makan merupakan salah satu masalah kesehatan yang harus diperhatikan. Salah satu alasan banyaknya prevalensi gangguan makan terjadi pada remaja yaitu karena remaja merupakan masa dimana terjadi banyaknya perubahan fisik pada tubuhnya. Perubahan fisik pada remaja dapat memicu timbulnya persepsi atau pandangan pada tubuhnya, persepsi tersebut yaitu *body image* negatif. *Body image* dapat dipengaruhi oleh sosial dan budaya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor sosio-kultural terhadap dimensi *body image* pada remaja. Metode penelitian yaitu penelitian kuantitatif dengan desain penelitian observasional. Berdasarkan waktu penelitian menggunakan metode *Cross sectional study*. Sampel penelitian sejumlah 420 mahasiswa. *Independent variable* yaitu faktor sosio kultural. *Dependent variable* yaitu *Appearance evaluation*, *Appearance orientation*, *Body area satisfaction*, *Overweight preoccupation*, dan *Self-classified weight*. Instrumen penelitian yaitu kuesioner faktor sosio-kultural serta kuesioner *Body image* (MBSRQ). Teknik analisis data univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara faktor sosio-kultural terhadap *appearance evaluation*, *appearance orientation*, *body area satisfaction*, *overweight preoccupation*, dan *self-classified*. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara faktor psikologis terhadap dimensi *Body image*.

---

#### Keywords

Sociocultural  
*Body Image*  
Adolescents

---

#### Abstract

*Eating disorders are one of the health problems that must be considered. One reason for the prevalence of eating disorders occurs in adolescents since adolescence is a period where there are numerous physical changes in the body. Physical changes in adolescents can trigger the presence of perceptions or views on the body; the perception is a negative body image. Body image can be affected by social and culture. The purpose of the study was to analyze psychological factors on the dimensions of body image in adolescents. The method used in this study was quantitative research with observational research design, this study used the cross-sectional study method. The research sample was 420 students. Independent variables in the study were socio-cultural factors. Dependent variables in this study were appearance evaluation, appearance orientation, body area satisfaction, overweight preoccupation, and self-classified weight. The research instrument used was a socio-cultural questionnaire and Multidimensional Body Self Relation Questionnaire (MBSRQ). The results show that there is a relationship between socio-cultural factors on appearance evaluation, appearance orientation, body area satisfaction, overweight preoccupation, and self-classified weight. The conclusion of this study is a relationship between socio-cultural factors on the dimensions of the body image.*

---

## Pendahuluan

Gangguan makan merupakan salah satu masalah kesehatan yang harus diperhatikan. Menurut psikolog Tara Adhisti de Thouars saat media gathering lightHOUSE Indonesia di Wyl's Kitchen di Jakarta

pada Jumat 24 Februari 2017, gangguan makan mempunyai dampak yang sangat serius yaitu kematian, gangguan makan itu sendiri merupakan suatu masalah kesehatan penyumbang angka kematian tinggi pada kasus klinis gangguan jiwa. Adanya kondisi psikologis dan medis yang serius merupakan pemicu suatu kondisi psikiatrik seseorang yaitu gangguan makan (1). Gangguan makan yang sering terjadi pada remaja yaitu *Binge Eating Disorder* (BED), *Anorexia Nervosa*, serta *Bulimia Nervosa*. Berdasarkan penelitian di Jakarta terdapat 34,8% remaja mengalami kecenderungan penyimpangan perilaku makan, 11,6% kecenderungan *Anorexia* dan 27% kecenderungan *Bulimia* (2). Salah satu penelitian pada tahun 2012 menyebutkan bahwa adanya kecenderungan *Anorexia* pada remaja sebesar 79,2% (3).

Salah satu pemicu terjadinya gangguan makan pada remaja yaitu adanya persepsi negatif atau *body image negative* (4). *Body image* negatif merupakan suatu persepsi terhadap bentuk tubuh sendiri dimana adanya keyakinan bahwa bentuk tubuh yang dimiliki tidak sesuai dengan bentuk tubuh yang diinginkan atau tidak lebih menarik dari tubuh orang lain (5). Adanya persepsi mengenai bentuk tubuh pada remaja dapat disebabkan karena masa remaja merupakan masa dimana terjadinya percepatan pertumbuhan yang mengakibatkan adanya perubahan fisik, psikologis dan kognitif. Berdasarkan Potter & Perry (2005), pada usia remaja terjadi peningkatan tinggi badan mencapai 5-20 cm serta berat badan mencapai 7-27,5 kg (6). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2013, prevalensi remaja usia 13-15 tahun dengan tubuh kurus sebesar 11,1% dan tubuh gemuk sebesar 10,8%. Sedangkan pada remaja usia 16-18 tahun, prevalensi remaja tubuh kurus sebesar 9,4% dan tubuh gemuk sebesar 7,3%.

*Body image* merupakan suatu persepsi terhadap tubuh. Pada usia remaja, *body image* dapat dipicu oleh adanya perubahan fisik pada tubuh, apabila perubahan fisik pada remaja tersebut tidak sesuai dengan bentuk tubuh yang diinginkan oleh remaja makan dapat memicu *body image* negatif. *Body image* negatif dapat menyebabkan suatu kondisi dimana seseorang merasa tidak puas terhadap bentuk dan ukuran tubuh mereka yang disebut *body dissatisfaction*. Berdasarkan hasil survey majalah BLISS tahun 2016 yang dimuat dalam “90% teens unhappy”, menunjukkan bahwa 90% remaja dari 5053 remaja tidak bahagia dengan bentuk tubuh yang dimiliki (7). Sedangkan dari 5053 remaja tersebut hanya 19% remaja yang mengalami berat badan berlebih, sedangkan presentase remaja yang sedang menjalani diet berjumlah 64% serta remaja yang berpikir perlu menurunkan berat badannya mencapai 67% (7). Penelitian pada remaja pada tahun 2015 menunjukkan sebesar 80% remaja mempunyai persepsi negatif mengenai tubuhnya yaitu adanya perasaan bahwa penampilan dan keseluruhan tubuhnya tidak menarik dan tidak memuaskan (8). Salah satu penelitian pada remaja di Surabaya menyatakan bahwa terdapat 55,6% remaja mempunyai *body image* negatif (9).

*Body image* dapat mengalami perubahan terus-menerus sebagai tanggapan terhadap lingkungan sosial dan budaya (9). Saat ini adanya peran lingkungan sosial dapat memengaruhi remaja dalam mempersepsikan tubuhnya, hal tersebut dapat dilihat dari adanya pengaruh media sosial yang mempengaruhi remaja dalam menghadapi perubahan yang terjadi pada tubuhnya serta keputusan dalam menghadapinya. Hal tersebut sesuai dengan adanya *trend* mengenai citra ideal yang dapat memengaruhi seseorang dalam mempersepsikan tubuhnya, hal tersebut membuat seseorang mempunyai kecenderungan dalam membandingkan persepsi tubuh dan penampilannya sendiri dengan persepsi tubuh dan penampilan yang dibayangkan, apabila terjadi kesenjangan yang besar terhadap persepsi tubuh dan penampilan diri sendiri dengan yang dibayangkan maka dapat menyebabkan seseorang tersebut merasa kecewa, frustrasi, sedih, dan perasaan tidak bisa memenuhi salah satu kebutuhannya (10). Menurut penelitian pada mahasiswi FISIP Universitas Airlangga, adanya citra tubuh dan konsep tubuh ideal sangat dipengaruhi oleh peran lingkungan sosial salah satunya yaitu media massa dimana media massa membangun mitos kecantikan masa kini seperti penggambaran tubuh yang langsing, tinggi dan sintal pada berbagai program, artikel, dan iklan (11). Adanya mitos kecantikan yang ditimbulkan oleh media tersebut dapat menimbulkan masalah psikologis, sosial dan kesehatan seperti kasus *bullying* dan pelecehan seksual yang dialami oleh wanita dimana hal tersebut sering dialami jika tubuhnya dinilai jauh dari standar ideal (11). Pengaruh media saat ini dapat dijumpai dalam beberapa iklan seperti slogan produk yang berbunyi “Tumbuh tuh ke atas, ggak ke samping” (12), “Plus langsingnya, plus kencangnya” (13). *Tagline* iklan tersebut secara tidak langsung dapat menggiring masyarakat bahwa standar tubuh ideal adalah yang mempunyai tubuh yang tinggi dan langsing. Berdasarkan pernyataan *British Medical Association*, citra wanita kurus dan ramping yang digambarkan oleh media massa mendorong remaja menjalani pola makan yang tidak benar (14).

Selain lingkungan sosial, adanya lingkungan budaya di dalam masyarakat dapat memengaruhi remaja dalam mempersepsikan tubuhnya. Peran budaya juga dapat terikan dengan peran sosial yaitu media massa, media menjadi faktor yang penting dalam membentk nilai-nilai yang dianut di masyarakat (10). Adanya malu dalam diri seseorang terkait tubuh merupakan suatu pengalaman afektif yang berasal dari adanya persepsi akan kegagalan mencapai ukuran tubuh yang sesuai dengan standar budaya (15). Budaya mempengaruhi seseorang dalam mempersepsikan bentuk tubuh dengan adanya norma-norma tentang penampilan fisik dan ukuran tubuh yang menarik yang dihasilkan dari pengaruh lingkungan sekitar (10).

Berdasarkan paparan tersebut dapat diketahui bahwa *body image* merupakan persepsi seseorang terhadap tubuhnya yang dapat mempengaruhi status kesehatan. Remaja merupakan masa dimana terjadi perubahan bentuk tubuh yang dapat mempengaruhi persepsi pada tubuhnya. *Body image* dapat dipengaruhi oleh sosial dan budaya. Mahasiswa merupakan kelompok usia remaja akhir dan dewasa awal (16). Berdasarkan suatu penelitian pada mahasiswa menyatakan bahwa mahasiswa yang mempunyai ketidakpuasan terhadap tubuh cenderung mengalami kesulitan dalam bersosialisasi serta kecenderungan dalam menentukan keputusannya secara mandiri termasuk dalam pemilihan metode diet yang dijalankan (17). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor sosio-kultural terhadap dimensi *body image* pada remaja sebagai upaya pencegahan gangguan makan pada remaja.

## Metode Penelitian

Metode penelitian yaitu penelitian kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian observasional, yaitu dengan melihat adanya hubungan dari dua atau lebih variabel tanpa adanya perlakuan. Berdasarkan waktu, penelitian menggunakan metode *Cross sectional study* yaitu penelitian dilaksanakan pada satu waktu yang sama.

Populasi penelitian yaitu mahasiswa aktif angkatan 2015 sampai dengan 2018 jenjang S1 Universitas Airlangga, Surabaya, sebanyak 24.297 mahasiswa. Sampel dari penelitian sejumlah 420 mahasiswa. Penentuan sampel menggunakan simple random sampling yaitu setiap unit dari populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk menjadi sampel (18). Pengambilan sampel menggunakan cara *lottery technique*, yaitu pengambilan secara acak dari populasi. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni-Juli 2019 di Universitas Airlangga Surabaya.

Penelitian menggunakan dua jenis variabel yaitu *independent variable* dan *dependent variable*. *Independent variable* meliputi faktor sosio kultural. *Dependent variable* meliputi lima dimensi *body image* yaitu *Appearance evaluation*, *Appearance orientation*, *Body area satisfaction*, *Overweight preoccupation*, dan *Self-classified weight*.

Instrument penelitian yang digunakan adalah kuesioner faktor sosio-kultural dan kuesioner *body image* menggunakan *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire* dari Thomas F. Cash (1987). Instrument penelitian yang digunakan pada penelitian ini sudah melalui uji validitas dan reabilitas serta *ethical clearance*.

Teknik analisis data pada penelitian ini adalah analisis data univariat dan bivariat. Analisis univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi pada setiap variabel. Analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen, analisis bivariat menggunakan uji *spearman correlation coefficients*.

## Hasil Penelitian

Distribusi frekuensi faktor sosiokultural yang diterima oleh remaja yang menjadi responden penelitian dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 1.** Distribusi Faktor Sosio-Kultural

| Faktor Sosio-Kultural | Jumlah     | Persentase (%) |
|-----------------------|------------|----------------|
| Negatif               | 230        | 54,8           |
| Positif               | 190        | 45,2           |
| <b>Total</b>          | <b>420</b> | <b>100</b>     |

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja mendapatkan faktor sosio-kultural negatif terhadap standar tubuh ideal. Sebanyak 230 (54,8%) remaja mendapatkan faktor sosio-kultural negatif dan sebanyak 190 (45,2%) remaja mendapatkan faktor sosio-kultural positif. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja merasakan adanya tekanan berlebih terhadap dirinya untuk mencapai standar kurus yang tidak realistis.

Hasil penelitian mengenai gambaran dimensi *body image* yaitu *appearance evaluation* (evaluasi penampilan) dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 2.** Distribusi Appearance Evaluation (Evaluasi Penampilan)

| Kategori <i>Appearance evaluation</i><br>(evaluasi penampilan) | Jumlah     | Persentase (%) |
|--|------------|----------------|
| Negatif  | 420        | 100            |
| Positif  | 0          | 0              |
| <b>Total</b>   | <b>420</b> | <b>100</b>     |

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa seluruh remaja mempunyai *appearance evaluation* (evaluasi penampilan) yang negatif, hal tersebut dapat dilihat dari besarnya presentase remaja yang mempunyai *appearance evaluation* (evaluasi penampilan) negatif sebesar 100%.

Hasil penelitian mengenai gambaran dimensi *body image* yaitu *appearance orientation* (orientasi penampilan) dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 3.** Distribusi Appearance Orientation (Orientasi Penampilan)

| <i>Appearance orientation</i><br>(orientasi penampilan) | Jumlah     | Persentase (%) |
|---|------------|----------------|
| Negatif   | 74         | 17,6           |
| Positif   | 346        | 82,4           |
| <b>Total</b>  | <b>420</b> | <b>100</b>     |

Berdasarkan hasil tabel di atas dapat diketahui bahwa remaja yang memiliki *appearance orientation* (orientasi penampilan) yang positif lebih banyak dari pada negatif. Remaja yang mempunyai *appearance orientation* (orientasi penampilan) negatif sebanyak 74 (17,6%) remaja, sedangkan remaja yang mempunyai *appearance orientation* (orientasi penampilan) positif sebanyak 346 (82,4%) remaja.

Hasil penelitian mengenai gambaran dimensi *body image* yaitu *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 4.** Distribusi Body Area Satisfaction (Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh)

| <i>Body area satisfaction</i><br>(kepuasan terhadap bagian tubuh) | Jumlah     | Persentase (%) |
|---|------------|----------------|
| Negatif   | 138        | 32,9           |
| Positif   | 282        | 67,1           |
| <b>Total</b>  | <b>420</b> | <b>100</b>     |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel diatas dapat diketahui bahwa lebih banyak remaja mempunyai *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) yang positif dari pada negatif. Jumlah remaja yang mempunyai *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) negatif sebesar 138 (32,9%) remaja, serta jumlah remaja yang mempunyai *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) positif sebesar 282 (67,1%) remaja.

Hasil penelitian mengenai gambaran dimensi *body image* yaitu *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 5.** Distribusi Overweight Preoccupation (Kecemasan Menjadi Gemuk)

| <i>Overweight preoccupation</i> (kecemasan menjadi gemuk) | Jumlah     | Persentase (%) |
|---|------------|----------------|
| Negatif   | 240        | 57,1           |
| Positif   | 180        | 42,9           |
| <b>Total</b>  | <b>420</b> | <b>100</b>     |

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel di atas dapat diketahui bahwa remaja yang mempunyai *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) negatif lebih banyak daripada positif. Remaja yang mempunyai *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) negatif sebanyak 240 (57,1%), sedangkan remaja yang mempunyai *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) positif sebanyak 180 (42,9%) mahasiswa.

Hasil penelitian mengenai gambaran dimensi *body image* yaitu *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh) dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 6.** Distribusi Self-classified weight (pengkategorian ukura tubuh)

| <i>Self-classified weight</i><br>(pengkategorian ukuran tubuh) | Jumlah     | Persentase (%) |
|--|------------|----------------|
| Negatif  | 337        | 80,2           |
| Positif  | 83         | 19,8           |
| <b>Total</b>   | <b>420</b> | <b>100</b>     |

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja mempunyai *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh) negatif dibandingkan *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh) positif. Sebanyak 337 (80,2%) remaja mempunyai *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh) negatif, sedangkan sebanyak 83 (19,8%) remaja mempunyai *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh) positif.

Hubungan antara faktor sosio-kultural dengan *appearance evaluation* (evaluasi penampilan) dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

**Tabel 7.** Hubungan Faktor Sosio-Kultural terhadap Appearance Evaluation (Evaluasi Penampilan)

| Faktor Sosio-Kultural | <i>Appearance Evaluation</i><br>(Evaluasi Penampilan) |            |          |          |            |            | Sig.  | Correlation Coefficient |
|-----------------------|---|------------|----------|----------|------------|------------|-------|-------------------------|
|                       | Negatif   |            | Positif  |          | Total      |            |       |                         |
|                       | n   | %          | n        | %        | n          | %          |       |                         |
| Negatif               | 230   | 54,8       | 0        | 0        | 230        | 54,8       | 0,000 | 0,231                   |
| Positif               | 190   | 45,2       | 0        | 0        | 190        | 45,2       |       |                         |
| <b>Total</b>          | <b>420</b>  | <b>100</b> | <b>0</b> | <b>0</b> | <b>420</b> | <b>100</b> |       |                         |

Berdasarkan tabel diatas diketahui nilai signifikansi yaitu 0,000 lebih kecil dari 0,05 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara faktor sosio-kultural dengan *appearance evaluation* (evaluasi penampilan). Tingkat kekuatan hubungan dapat dilihat dari koefisien korelasi sebesar 0,231 yang berarti hubungan faktor sosio-kultural dengan *appearance evaluation* (evaluasi penampilan) mempunyai kekuatan hubungan yang lemah. Koefisien korelasi juga menunjukkan sifat arah hubungan, dimana koefisien korelasi positif menunjukkan adanya hubungan yang searah antara faktor sosio-kultural dengan *appearance evaluation* (evaluasi penampilan).

Hubungan antara faktor sosio-kultural dengan *appearance orientation* (orientasi penampilan) dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 8.** Hubungan Faktor Sosio-Kultural terhadap Appearance Orientation (Orientasi Penampilan)

| Faktor Sosio-Kultural | <i>Appearance Orientation</i><br>(Orientasi Penampilan) |             |            |             |            |            | Sig.  | Correlation Coefficient |
|-----------------------|---|-------------|------------|-------------|------------|------------|-------|-------------------------|
|                       | Negatif   |             | Positif    |             | Total      |            |       |                         |
|                       | n   | %           | n          | %           | n          | %          |       |                         |
| Negatif               | 34  | 8,1         | 196        | 46,7        | 230        | 54,8       | 0,004 | -0,139                  |
| Positif               | 40  | 9,5         | 150        | 35,7        | 190        | 45,2       |       |                         |
| <b>Total</b>          | <b>74</b>   | <b>17,6</b> | <b>346</b> | <b>82,4</b> | <b>420</b> | <b>100</b> |       |                         |

Berdasarkan tabel diatas diketahui nilai signifikansi yaitu 0,004 lebih kecil dari 0,05 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara faktor sosio-kultural dengan *appearance orientation* (orientasi penampilan). Tingkat kekuatan hubungan dapat dilihat dari koefisien korelasi sebesar 0,139 yang berarti hubungan faktor sosio-kultural dengan *appearance orientation* (orientasi penampilan) mempunyai kekuatan hubungan yang sangat lemah. Koefisien korelasi juga menunjukkan sifat arah hubungan, dimana koefisien korelasi negatif menunjukkan adanya hubungan yang berlawanan arah antara faktor sosio-kultural dengan *appearance evaluation* (evaluasi penampilan), berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa semakin negatif faktor sosio-kultural maka semakin positif *appearance orientation* (orientasi penampilan).

Hubungan antara faktor sosio-kultural dengan *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 9.** Hubungan faktor sosio-kultural terhadap body area satisfaction (kepuasan terhadap bagian tubuh)

| Faktor Sosio-Kultural | <i>Body Area Satisfaction</i><br>(Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh) |             |            |             |            |            | Sig.  | Correlation Coefficient |
|-----------------------|---|-------------|------------|-------------|------------|------------|-------|-------------------------|
|                       | Negatif   |             | Positif    |             | Total      |            |       |                         |
|                       | n   | %           | n          | %           | n          | %          |       |                         |
| Negatif               | 93  | 22,1        | 137        | 32,6        | 230        | 54,8       | 0,000 | 0,264                   |
| Positif               | 45  | 10,7        | 145        | 34,5        | 190        | 45,2       |       |                         |
| <b>Total</b>          | <b>138</b>  | <b>32,9</b> | <b>282</b> | <b>67,1</b> | <b>420</b> | <b>100</b> |       |                         |

Berdasarkan tabel diatas diketahui nilai signifikansi yaitu 0,000 lebih kecil dari 0,05 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara faktor sosio-kultural dengan *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh). Tingkat kekuatan hubungan dapat dilihat dari koefisien korelasi sebesar 0,264 yang berarti hubungan faktor sosio-kultural dengan *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) mempunyai kekuatan hubungan yang lemah. Koefisien korelasi juga menunjukkan sifat arah hubungan, dimana koefisien korelasi positif menunjukkan adanya hubungan yang searah antara faktor sosio-kultural dengan *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh).

Hubungan antara faktor sosio-kultural dengan *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

**Tabel 10.** Hubungan faktor sosio-kultural terhadap *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk)

| Faktor Sosio-Kultural | Overweight Preoccupation<br>(Kecemasan Menjadi Gemuk) |             |            |             |            |            | Sig.  | Correlation Coefficient |
|-----------------------|---|-------------|------------|-------------|------------|------------|-------|-------------------------|
|                       | Negatif   |             | Positif    |             | Total      |            |       |                         |
|                       | n   | %           | n          | %           | n          | %          |       |                         |
| Negatif               | 113   | 26,9        | 117        | 27,9        | 230        | 54,8       | 0,000 | -0,307                  |
| Positif               | 127   | 30,2        | 63         | 15,0        | 190        | 45,2       |       |                         |
| <b>Total</b>          | <b>240</b>  | <b>57,1</b> | <b>180</b> | <b>42,9</b> | <b>420</b> | <b>100</b> |       |                         |

Berdasarkan tabel diatas diketahui nilai signifikansi yaitu 0,000 lebih kecil dari 0,05 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara faktor sosio-kultural dengan *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk). Tingkat kekuatan hubungan dapat dilihat dari koefisien korelasi sebesar 0,307 yang berarti hubungan faktor sosio-kultural dengan *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) mempunyai kekuatan hubungan yang lemah. Koefisien korelasi juga menunjukkan sifat arah hubungan, dimana koefisien korelasi negatif menunjukkan adanya hubungan yang berlawanan arah antara faktor sosio-kultural dengan *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk).

Hubungan antara faktor sosio-kultural dengan *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh) dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

**Tabel 11.** Hubungan faktor sosio-kultural terhadap *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh)

| Faktor Sosio-Kultural | Self-Classified Weight<br>(Pengkategorian Ukuran Tubuh) |             |           |             |            |            | Sig.  | Correlation Coefficient |
|-----------------------|---|-------------|-----------|-------------|------------|------------|-------|-------------------------|
|                       | Negatif   |             | Positif   |             | Total      |            |       |                         |
|                       | n   | %           | n         | %           | n          | %          |       |                         |
| Negatif               | 192   | 45,7        | 38        | 9,0         | 230        | 54,8       | 0,000 | 0,220                   |
| Positif               | 145   | 34,5        | 45        | 10,7        | 190        | 45,2       |       |                         |
| <b>Total</b>          | <b>337</b>  | <b>80,2</b> | <b>83</b> | <b>19,8</b> | <b>420</b> | <b>100</b> |       |                         |

Berdasarkan tabel diatas diketahui nilai signifikansi yaitu 0,000 lebih kecil dari 0,05 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara faktor sosio-kultural dengan *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh). Tingkat kekuatan hubungan dapat dilihat dari koefisien korelasi sebesar 0,220 yang berarti hubungan faktor sosio-kultural dengan *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh) mempunyai kekuatan hubungan yang lemah. Koefisien korelasi juga menunjukkan sifat arah hubungan, dimana koefisien korelasi positif menunjukkan adanya hubungan yang searah antara faktor sosio-kultural dengan *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh).

## Pembahasan

Faktor sosio-kultural terdiri dari tekanan dari lingkungan sosial mengenai standar bentuk tubuh dan tekanan dari kelompok ras/suku asal mengenai standar bentuk tubuh. Semakin tinggi tekanan yang diterima maka semakin negatif faktor sosio-kultural yang diterima. Faktor sosio-kultural merupakan adanya tekanan dari lingkungan sosio-kultural pada seseorang mengenai standar tubuh ideal. Pada penelitian ini faktor sosio-kultural dikategorikan menjadi dua yaitu negatif dan positif. Faktor sosio-kultural negatif yaitu adanya tekanan berlebih mengenai standar tubuh ideal, sedangkan faktor sosio-kultural positif yaitu adanya tekanan sosio-kultural yang kecil terhadap standar tubuh ideal yang diterima.

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar remaja mempunyai tekanan faktor sosio-kultural negatif, kecenderungan remaja mempunyai tekanan faktor sosio-kultural negatif dapat disebabkan karena adanya tekanan dari kelompok ras atau suku asal mengenai standar bentuk tubuh serta adanya tekanan dari lingkungan sosial mengenai standar bentuk tubuh. Adanya suatu perilaku yang dilakukan seseorang

tidak terlepas dari adanya tekanan-tekanan untuk berperilaku yang seseuai dengan aturan sosial, dimana tekanan-tekanan tersebut dinyatakan secara implisit maupun eksplisit (19). Perilaku menyimpang pada remaja dipengaruhi oleh adanya tekanan-tekanan lingkungan sosial (19). Tekanan sosial pada remaja dapat dipengaruhi oleh adanya pengaruh dari orang tua, pengaruh teman sebaya, pengaruh sekolah dan guru, serta pengaruh media massa (20).

Berdasarkan hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang lemah dan searah antara faktor sosio-kultural dengan *appearance evaluation* (evaluasi penampilan). Adanya penerimaan sosial atau pengakuan dari orang lain akan mempengaruhi persepsi seseorang terhadap tubuhnya sehingga akan menimbulkan evaluasi terhadap penampilan, terutama pada remaja (8). Hasil analisis bivariat pada penelitian juga menunjukkan bahwa semua remaja yang memperoleh tekanan sosio-kultural positif maupun negatif mempunyai status *appearance evaluation* (evaluasi penampilan) yang negatif. Remaja yang memperoleh faktor sosio-kultural negatif sebanyak 230 (54,8%) dan positif sebanyak 190 (45,2%). Tekanan sosial dapat berupa adanya suatu tekanan berlebih misalnya pada wanita muda untuk mencapai standar kurus yang tidak realistis (1). Berdasarkan hasil penelitian hubungan antara faktor sosio-kultural dengan evaluasi penampilan dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang searah, namun pada penelitian ini seluruh mahasiswa mempunyai evaluasi penampilan yang negatif dan sebagian besar remaja mempunyai faktor sosio-kultural yang negatif sehingga dapat diketahui bahwa remaja yang mempunyai tekanan sosial dan budaya berlebih dapat mempengaruhi evaluasi penampilan pada remaja secara negatif. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang sudah ada yaitu remaja yang merasa tubuhnya tidak sesuai dengan yang diinginkan dan harapan tubuh idealnya di media sosial mempunyai kecenderungan *body image* negatif dan memicu timbulnya gangguan kesehatan seperti stress, diet tidak sehat, gangguan kecemasan, depresi, gangguan makan dan gangguan kesehatan lainnya (21), hal tersebut merupakan salah satu bentuk pengaruh dari hubungan faktor sosio-kultural dan evaluasi penampilan.

Berdasarkan hasil analisis bivariat pada faktor sosio-kultural terhadap *appearance orientation* menunjukkan adanya hubungan yang lemah dan berlawanan arah. Berdasarkan hasil penelitian, remaja yang mempunyai faktor sosio-kultural negatif lebih banyak mempunyai orientasi penampilan yang positif yaitu sebanyak 196 (46,7%), sedangkan remaja yang mempunyai faktor sosio-kultural positif, lebih banyak mempunyai *appearance orientation* (orientasi penampilan) positif sebanyak 150 (35,7%). Berdasarkan hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang lemah dan searah antara faktor sosio-kultural dengan *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh). Berdasarkan hasil penelitian, remaja yang mendapatkan faktor sosio-kultural negatif lebih banyak mempunyai *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) positif yaitu sebesar 137 (32,6%) remaja. Sedangkan remaja yang mendapat faktor sosio-kultural positif lebih banyak mempunyai *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) positif yaitu sebanyak 145 (34,5%) remaja.

Berdasarkan hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang lemah dan berlawanan arah antara faktor sosio-kultural dengan *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk). Faktor sosio-kultural merupakan suatu tekanan dari lingkungan sosial dan budaya remaja terhadap standar tubuh ideal. Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa adanya hubungan yang berlawanan arah diartikan dengan apabila terdapat faktor sosio-kultural besar maka kecemasan menjadi gemuk pada remaja akan semakin kecil, sedangkan apabila faktor sosio-kultural kecil maka kecemasan menjadi gemuk pada remaja akan semakin kecil. Adanya nilai-nilai pada masyarakat mengenai standar tubuh ideal menitik beratkan pada tekanan sosial untuk mencapai standar tubuh yang kurus (22). Berdasarkan hasil penelitian, remaja yang mendapatkan faktor sosio-kultural negatif lebih banyak mempunyai *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) positif yaitu sebesar 117 (26,9%) remaja. Sedangkan remaja yang mendapatkan faktor sosio-kultural positif lebih banyak mempunyai *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) negatif yaitu sebanyak 12 (30,2%) remaja. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang berlawanan arah antara faktor sosio-kultural dan kecemasan menjadi gemuk, dalam hal ini berarti semakin positif faktor sosio-kultural maka kecemasan menjadi gemuk akan semakin negatif. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang sudah ada yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara faktor sosial dan *body image* terhadap hal kecemasan menjadi gemuk yaitu remaja yang mempunyai *body image* kurang baik akan mempunyai hambatan dalam kedekatannya dengan lingkungan sosial sehingga hal ini menimbulkan efek seperti remaja akan lebih tertutup dan semakin sibuk dalam mengontrol berat badannya (23).

Berdasarkan hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang lemah dan searah antara faktor sosio-kultural dengan *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh). Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa adanya hubungan yang searah, hubungan tersebut diartikan dengan apabila terdapat faktor sosio-kultural besar maka *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh) remaja akan besar atau positif. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat diketahui apabila remaja memiliki tekanan berlebih dalam lingkungan sosial dan budaya mengenai ukuran tubuh idealnya maka remaja akan semakin mengkategorikan ukuran tubuhnya ke arah negatif. Berdasarkan hasil penelitian, remaja yang mendapatkan faktor sosio-kultural negatif lebih banyak mempunyai *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh) negatif yaitu sebesar 192 (45,7%) remaja. Sedangkan remaja yang mendapat faktor

sosio-kultural positif lebih banyak mempunyai *self-classified weight* (pengkategorian ukuran tubuh) positif yaitu sebanyak 145 (34,5%) remaja.

Berdasarkan hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan antara faktor sosio-kultural terhadap dimensi body image yang dapat dilihat dari adanya hubungan faktor sosio-kultural terhadap setiap dimensi body image. Hal tersebut sejalan dengan penelitian (24), bahwa faktor-faktor sosio-kultural mempunyai peranan terhadap citra tubuh dimana dalam suatu lingkungan sosial tertentu terdapat anggapan masyarakat mengenai bentuk tubuh yang ideal misalnya tubuh yang ramping, kaki yang panjang, dan wajah yang menarik secara subjektif. Kecenderungan seseorang dalam menyadari dan menginternalisasikan norma sosio-kultural mengenai penampilan yang menarik dapat memengaruhi gambaran body image serta kecenderungan gangguan makan (10). Tekanan dari faktor sosio-kultural kerap kali terimplementasi pada media seperti gambaran tubuh ideal secara subjektif pada majalah dan media sosial lain yang cenderung disukai banyak kalangan masyarakat (24). Adanya perbandingan perkembangan fisik dengan orang lain serta bagaimana reaksi orang lain terhadap tubuhnya dapat mempengaruhi status citra tubuh seseorang (24).

## Simpulan dan Saran

Sebagian besar mahasiswa mendapatkan tekanan sosio-kultural yang besar. Seluruh remaja mempunyai evaluasi penampilan yang negatif, sebagian besar remaja yang memiliki orientasi penampilan yang positif, sebagian besar remaja mempunyai kepuasan terhadap bagian tubuh yang positif, sebagian besar remaja yang mempunyai kecemasan menjadi gemuk negatif lebih banyak daripada positif, serta sebagian besar remaja mempunyai pengkategorian ukuran tubuh negatif. Terdapat hubungan antara faktor sosio-kultural terhadap dimensi *body image*.

Diharapkan remaja meningkatkan kontrol terhadap tubuhnya dan berpikiran positif terhadap tubuh yang dimiliki, serta menumbuhkan pemikiran positif bahwa ukuran tubuh yang ideal merupakan tubuh ideal yang sesuai dengan indeks massa tubuh. Diharapkan remaja lebih menjaga kesehatan tubuhnya secara fisik, mental dan sosial serta mengurangi hingga menghentikan perilaku negatif yang dapat menyakiti tubuh dan menurunkan kesehatan.

## Daftar Pustaka

1. Krisnani H, Santoso MB, Putri D. GANGGUAN MAKAN ANOREXIA NERVOSA DAN BULIMIA NERVOSA PADA REMAJA. Pros Penelit dan Pengabdian Kpd Masy. 2017;4(3):390–447.
2. Tantiyani T, Syafiq A. Perilaku Makan Menyimpang pada Remaja di Jakarta. 2008;16424:255–62.
3. Ratnawati V, Sofiah D. Percaya Diri, Body Image dan Kecenderungan Anorexia Nervosa Pada Remaja Putri. Pers J Psikol Indones. 2012;1(2):130–42.
4. Brown JE. Nutrition Through the Life Cycle. USA: Wadsworth; 2013.
5. Sunartio L, Sukanto ME, Dianovinina K. Social Comparison dan Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal. Humanitas (Monterey N L). 2012;IX(2):157–68.
6. Chairiah P. Hubungan Gambaran Body Image dan Pola Makan Remaja Putri. [Depok]: Universitas Indonesia; 2012.
7. Damanik TM. Dinamika Psikologi Perempuan Mengalami Body Shame. [Yogyakarta]: Universitas Sanata Sharma; 2018.
8. Kurniawan MY, Briawan D, Caraka RE. Persepsi Tubuh dan Gangguan Makan Pada Remaja. J Gizi Klin Indones. 2015;11(03):105–14.
9. Wati DK, Sumarmi S. Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan Gemuk Dan Tidak Gemuk: Studi Cross Sectional Body Image Among Overweight and Non Overweight Adolescent Girls: A Cross Sectional Study. Amerta Nutr. 2017;9(9):398–405.
10. Denich AU, Ildil. Konsep Body Image Remaja Putri. J Konseling dan Pendidik [Internet]. 2015;3(2):55–61. Tersedia pada: <http://jurnal.konselingindonesia.com>
11. Bestiana D. Citra Tubuh dan Konsep Tubuh Ideal Mahasiswa FISIP Universitas Airlangga Surabaya. AntroUnairDotNet. 2012;1(1):1–12.
12. HiLo Teen. 2013.
13. Termolyte Plus. 2015.
14. Kadir A Abd. KEBIASAANMAKAN DAN GANGGUAN POLA MAKAN SERTA PENGARUHNYA TERHADAP STATUS GIZI REMAJA. J Publ Pendidik. 2016;VI(1).
15. Chairani L. Body Shame dan Gangguan Makan Kajian Meta-Analisis. Bul Psikol. 2018;26(1):12–27.
16. Meiliana, Valentina V, Retnaningsih C. Hubungan Body Dissatisfaction dan Perilaku Diet pada Mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. J Prax. 2018;1(1):49–62.
17. Yosephin. Hubungan Citra Tubuh Terhadap Perilaku Diet Mahasiswa di Salah Satu Fakultas dan Program Vokasi Rumpun Sosial Humaniora Universitas Indonesia. [Depok]: Universitas Indonesia; 2012.

18. Notoatmodjo S. *Metode Penelitian Kesehatan*. 2012: PT. Rineka Cipta; 2012.
19. Prihardani I. *Hubungan Antara Konformitas Geng Dengan Kenalan Remaja*. [Sukoharjo]: Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2012.
20. Santrock JW. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga; 2017.
21. Nurvita V, Handayani MM. Hubungan Aantara Self-esteem dengan Body Image pada Remaja Awal yang Mengalami Obesitas. *J Psikol dan Kesehat Ment*. 2015;4(1):41-9.
22. Laila NN. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Gangguan Makan Pada Remaja di Madrasah Aliyah Pembangunan*. [Jakarta]: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah; 2013.
23. Abdurrahman F. Faktor-Faktor Pendorong Perilaku Diet Tidak Sehat Pada Wanita Usia Dewasa Awal Studi Kasus Pada Mahasiswi Universitas Mulawarman. *eJurnal Psikol [Internet]*. 2014;2(2):163-70. Tersedia pada: [ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id%0D](http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id%0D)
24. Julianti J. *Hubungan Antara Body Image Dengan Self Esteem Remaja Putri Yang Aktif Dalam Perilaku Gymnastic*. Jakarta; 2015.