

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Masa remaja adalah titik penting dalam kehidupan banyak orang, waktu ketika banyak kebiasaan kesehatan (baik atau buruk) dibentuk dan berpengaruh. Pada masa remaja terjadi perubahan-perubahan yang sangat berarti dalam segi fisiologis, emosional, sosial dan intelektual. Stanley Hall menyebut masa remaja sebagai masa *new birth* dan *storm and stress*. Pada masa remaja akan ditemukan seorang yang seolah-olah baru terlahir karena banyaknya perubahan terutama pada segi fisik. Selanjutnya dikemukakan bahwa remaja dihadapkan pada tantangan-tantangan, kekangan-kekangan yang dapat membuat remaja merasa bingung. Lebih jauh lagi remaja digambarkan seperti orang yang tidak menentu, emosional, tidak stabil dan sukar diramalkan (Nurihsan & Agustin, 2013).

Terdapat keragaman dalam menetapkan batasan dan ukuran tentang kapan mulainya dan kapan berakhirnya masa remaja. Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2004, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Jumlah kelompok usia 10-19 tahun di Indonesia menurut Sensus Penduduk 2010 sebanyak 43,5 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk. Di dunia diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 miliar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (Kemenkes, 2015).

Menurut Santrock (2007), masa remaja adalah periode peralihan perkembangan dari kanak-kanak ke masa dewasa awal, memasuki masa ini sekitar usia 10 hingga 12 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 22 tahun. Masa remaja dimulai dengan perubahan fisik yang cepat, pertambahan tinggi

dan berat badan yang dramatis; perubahan dalam kontur tubuh; dan perkembangan karakteristik seksual.

Menurut UU Perlindungan Anak remaja adalah seseorang yang berusia antara 10-18 tahun dan merupakan kelompok penduduk Indonesia dengan jumlah yang cukup besar (hampir 20% dari jumlah penduduk). Remaja merupakan calon pemimpin dan penggerak pembangunan di masa depan. Menkes menerangkan bahwa di dalam masa remaja terjadi apa yang dinamakan *growth spurt* atau pertumbuhan cepat, juga pubertas. Pada fase tersebut, terjadi pertumbuhan fisik disertai perkembangan mental-kognitif, psikis, juga terjadi proses tumbuh kembang reproduksi yang mengatur fungsi seksualitas. Menkes mengatakan bahwa masa remaja seringkali dianggap sebagai periode hidup yang paling sehat. Padahal, pertumbuhan fisik pada remaja tidak selalu disertai dengan kematangan kemampuan berpikir dan emosional. Selain itu, di masa remaja juga terjadi proses pengenalan jati diri, dan kegagalan dalam proses pengenalan diri ini bisa menimbulkan berbagai masalah (Menkes, 2018).

Banyaknya jumlah remaja di Indonesia menimbulkan berbagai permasalahan yang dialami oleh remaja. Kementerian kesehatan mengatakan bahwa permasalahan yang dialami remaja cukup kompleks, mulai dari masalah prestasi di sekolah, pergaulan, penampilan, menyukai lawan jenis dan lain sebagainya. Berbagai hal tersebut bisa membawa pengaruh terhadap perilaku dan status kesehatan remaja itu sendiri. Menkes juga menyatakan bahwa remaja mudah dipengaruhi oleh teman sebaya dan media sosial sehingga rawan terpengaruh oleh perilaku yang tidak sehat atau mendapatkan informasi kesehatan dan gizi yang tidak benar. Misalnya, mengikuti pola diet selebritis, mengonsumsi jajanan yang sedang hits namun tidak bergizi atau kurang beraktifitas fisik (Menkes, 2018).

Salah satu masalah yang dialami remaja yaitu keinginan melakukan diet yang berlebihan. Para remaja melakukan berbagai macam cara supaya memiliki tubuh yang ideal menurut dirinya. Penilaian remaja akan bentuk tubuh yang ideal seringkali berdampak terhadap citra tubuh yang dimilikinya.

Menurut Cash (dalam Mulasi-Pokhriyal & Smith, 2010), citra tubuh itu sendiri adalah konstruksi multidimensi yang mencakup kognisi, persepsi, dan sikap terhadap tubuh seseorang. kekhawatiran citra tubuh meliputi penilaian berlebihan terhadap penampilan, ketidakpuasan tubuh, dan/atau pandangan tubuh kita yang terdistorsi.

Permasalahan mengenai citra tubuh sering dialami oleh beberapa remaja perempuan. Anak perempuan sangat rentan terhadap citra tubuh negatif dan diet selama masa remaja, masa yang ditandai dengan meningkatnya keasyikan dengan gambar dan perhatian dengan penerimaan sosial. Penelitian menunjukkan bahwa persahabatan dan lingkungan teman menyediakan subkultur yang menekankan ketipisan melalui diet teman, tekanan teman sebaya untuk diet dan menjadi kurus, dan menggoda teman-teman tentang berat dan bentuk tubuh (Gerner & Wilson, 2005).

Sementara penelitian lain menunjukkan bahwa laki-laki merasakan ketidakpuasan citra tubuh ketika tubuhnya lebih ringan dari bentuk tubuh ideal. Sedangkan perempuan merasakan ketidakpuasan citra tubuh ketika tubuhnya lebih berat dari bentuk tubuh ideal (Silva, Nahas, de Sousa, Del Duca, & Peres, 2011).

Uniknya, penelitian lain yang serupa menunjukkan bahwa untuk mempelajari perbedaan antara remaja pria dan wanita berhubungan dengan ketidakpuasan tubuh, beberapa faktor risiko untuk gangguan makan dan paparan pengaruh sosial yang menciptakan angka tubuh ideal di antara populasi ini.

Perbedaan terlihat antara remaja pria dan wanita. Pada remaja perempuan secara signifikan lebih tinggi dalam bidang berikut: diet dan olahraga agar kurus, perasaan cemas saat melihat atau menunjukkan tubuh di depan umum, kecenderungan untuk fokus pada tubuh orang lain dan pada jumlah makanan yang mereka makan, keyakinan bahwa orang kurus lebih populer. Selain itu, remaja wanita secara signifikan lebih rentan terhadap pengaruh sosial yang berpotensi bahaya. Sedangkan untuk sebagian besar, pria mencari tubuh yang lebih berat, lebih berotot. Meskipun sebagian kecil

pria juga takut kelebihan berat badan. Perbedaan ini mencerminkan risiko yang lebih besar dari gangguan makan pada anak perempuan, yang juga lebih terpapar pada situasi sosial yang menyebabkan ketidakpuasan tubuh dan membentuk sikap dan perilaku berisiko (Toro, Gila, Castro, Pombo, & Guete, 2005).

Penelitian juga dilakukan oleh anak Hmong (etnis Asia Amerika) di Amerika, sekitar 70% anak perempuan dan 53% anak laki-laki memilih cita-cita tubuh yang lebih kecil daripada ukuran tubuh yang dipersepsikan. Anak-anak meremehkan bobot mereka dan melebih-lebihkan ketinggian mereka. Selama kelompok fokus, anak-anak melaporkan bahwa orang tua, teman, sebaya dan media memengaruhi persepsi citra tubuh mereka. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas anak-anak Hmong tidak puas dengan tubuh mereka dan cenderung mendukung cita-cita Amerika tentang kecantikan dan daya tarik daripada cita-cita tubuh Hmong yang lebih berat dan tradisional yang didukung oleh orang tua mereka (Mulasi-Pokhriyal & Smith, 2010).

Penelitian selanjutnya dilakukan di dua negara Eropa yaitu Inggris dan Denmark untuk menguji perbedaan persepsi citra tubuh. Proporsi siswa yang menganggap diri mereka “terlalu kurus” sebanyak 8,6%, “tepat” sebanyak 37,7%, “terlalu gemuk” sebanyak 53,7%. Dalam penelitian ini dikatakan bahwa laki-laki cenderung memiliki persepsi citra tubuh yang lebih positif dibandingkan perempuan. Dibandingkan dengan laki-laki, perempuan cenderung memiliki sikap yang lebih negatif terhadap tubuh mereka, dan keinginan untuk menjadi kurus adalah faktor penting dalam pandangan perempuan terhadap tubuh mereka dan persepsi citra tubuh. Laki-laki menemukan variasi bentuk tubuh yang lebih besar agar dapat diterima secara sosial daripada perempuan, sedangkan perempuan miliki rentang lebih sempit dari apa yang dianggap sebagai citra tubuh ideal. Akibatnya, perempuan lebih sering daripada laki-laki menganggap diri mereka kelebihan berat badan. Oleh karena itu, ketidakpuasan dengan berat badan seseorang, dan upaya untuk mencapai bentuk tubuh ideal seseorang dipandang sebagai faktor risiko

gangguan makan dan perilaku yang membahayakan kesehatan (Ansari, Clausen, Mabhal, & Stock, 2010).

Kemudian penelitian yang dilakukan di negara Asia tepatnya di sekolah menengah Malaysia yang terdiri dari siswa Melayu, Cina, India. Perempuan Cina lebih tidak puas dengan tubuh mereka daripada anak laki-laki, tetapi tidak ada perbedaan gender yang ditemukan untuk siswa Melayu dan India. Anak perempuan lebih cenderung terlibat dalam perilaku menurunkan berat badan, dan anak laki-laki lebih cenderung terlibat dalam perilaku untuk meningkatkan otot. Pengaruh faktor sosial budaya terhadap ketidakpuasan tubuh dan perilaku perubahan tubuh terbatas dan bervariasi antar jenis kelamin dan etnis (Mellor, McCabe, Ricciardelli, Yeow, Daliza, & Hapidzal, 2008).

Lalu ada penelitian lain yang menunjukkan bahwa citra tubuh mahasiswi salah satu universitas di Surabaya masih bersifat negatif, karena tidak ada mahasiswi yang menyatakan sudah puas dengan bentuk dan ukuran tubuhnya. Citra tubuh yang bersifat negatif memengaruhi sikap, perilaku dan psikologis mahasiswi, ketidakpuasan atas bentuk tubuh disebabkan oleh kelebihan atau kekurangan berat badan dan proporsi lemak pada bagian-bagian tubuh tertentu (Bestiana, 2012).

Kekhawatiran terhadap bentuk tubunya timbul karena keinginan seseorang untuk tampil sempurna di depan banyak orang. Kekhawatiran ini yang membuat seseorang akan melakukan segala hal untuk membuat penampilan fisiknya menarik sesuai keinginannya. Standar kecantikan yang ada di masyarakat menuebabkan seseorang merasa tidak puas dengan berat dan bentuk badannya saat ini. Oleh sebab itu banyak yang terdorong melakukan segala usaha untuk meraih standar ideal tersebut (Hasmalawati, 2017).

Dari beberapa penelitian di atas banyak di antaranya yang mengatakan kalau persepsi citra tubuh dipengaruhi oleh sosiokultural. Teori sosiokultural tentang gangguan citra tubuh menguji pengaruh cita-cita sosial umum atau budaya, harapan, dan pengalaman tentang etiologi dan pemeliharaan

gangguan citra tubuh. Meskipun mayoritas penelitian pengaruh sosiokultural telah berfokus pada dampak media, penting untuk dicatat bahwa pesan yang digambarkan di dalamnya bukanlah satu-satunya penyumbang gangguan citra tubuh dan gangguan makan di kalangan remaja. Semua remaja terpapar ke media, tetapi tidak semua mengembangkan citra tubuh yang buruk dan pola makan yang tidak teratur (Ata, Rojas, Ludden, & Thompson, 2011).

Perbedaan individu dapat diperhitungkan oleh pengaruh yang lebih proksimal. Pesan yang digambarkan oleh media menjadi sangat problematis ketika mereka diperkuat oleh agen sosiokultural yang lebih langsung seperti orang tua dan teman sebaya. Peran media dalam mentransmisikan pesan kepada remaja mengenai gambaran daya tarik yang terdefinisi secara budaya dan mendorong yang menunjukkan bahwa perempuan memiliki tubuh kurus dan laki-laki memiliki tubuh kurus dan berotot. Peran orang tua dan teman sebaya juga memberikan pengaruh langsung dan tidak langsung, termasuk godaan dan kritik terkait penampilan dan pemodelan perilaku makan dan berat badan, yang dapat memperkuat pesan yang ditransmisikan melalui media (Ata, Rojas, Ludden, & Thompson, 2011).

Pengaruh teman sebaya dan media sosial tersebut membuat remaja memandang tubuhnya apakah sudah ideal atau belum. Hal tersebut dapat mempengaruhi perilaku makan remaja. Saat ini perilaku makan yang dikaitkan dengan citra tubuh yang ideal telah menjadi gejala baru sekaligus menjadi wacana publik dalam masyarakat global (Isra, 2016).

Jejaring sosial atau media sosial menjadi salah satu media yang sudah menjadi bagian hidup remaja di era globalisasi. Media sosial memberikan pengaruh terhadap perilaku yang tidak sehat atau mendapatkan informasi kesehatan dan gizi yang tidak sehat. Foto yang diunggah seakan menjadi citra diri dan parameter kehidupan, termasuk berat badan ideal. Akibatnya remaja berusaha keras untuk mencapai berat badan ideal sesuai media sosial. Salah satunya adalah dengan menjalani diet dengan pola makan yang salah. Seperti dilansir *The Independent*, pada periode 2010-2011, data menunjukkan sebanyak 959 remaja usia 13-19 tahun dirawat di rumah sakit karena kelainan

pola makan. Angka ini meroket hingga 1.815 pada periode 2013-2014. Anak muda yang melihat foto-foto sering kali kecewa dengan tubuh mereka, tidak percaya diri karena mereka selalu membandingkan diri mereka dengan gambar-gambar bentuk badan yang sempurna (Samosir, 2015).

Sejumlah studi membuktikan bahwa remaja perempuan memiliki keinginan yang kuat untuk menurunkan berat badan. Anak perempuan yang termotivasi untuk terlihat seperti anak perempuan dan wanita yang mereka lihat di media sangat mungkin menjadi terlalu peduli dengan berat badan mereka. Penelitian dalam gangguan makan remaja mengungkapkan bahwa Anak perempuan yang merasa negatif terhadap tubuh mereka sendiri di masa remaja awal lebih mungkin menderita gangguan makan saat mereka diteliti dua tahun kemudian daripada anak perempuan yang tidak merasa negatif mengenai tubuh mereka dan Anak perempuan baik yang aktif secara seksual dengan teman laki-laki mereka maupun yang berada dalam transisi masa puber lebih mungkin melakukan diet atau melakukan pola makan yang tidak teratur (Santrock, 2007).

Paparan media terkait dengan ketidakpuasan umum wanita terhadap tubuh mereka, peningkatan investasi dalam penampilan, dan peningkatan dukungan perilaku makan yang tidak teratur. Dengan demikian dapat dilihat bahwa paparan media tampaknya terkait dengan citra tubuh perempuan secara negatif terlepas dari teknik penilaian, variabel perbedaan individu, jenis media, usia, atau karakteristik studi istimewa lainnya (Grabe, Ward, & Hyde, 2008).

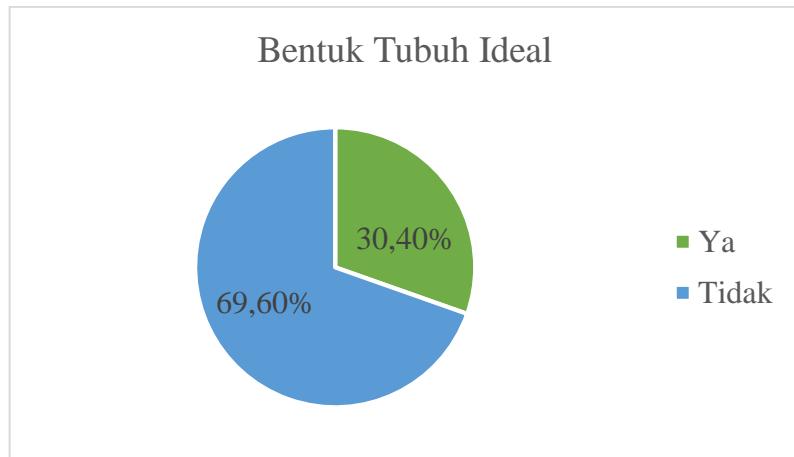
Alhasil, dari penelitian tersebut diperkuat bahwa remaja perempuan dengan berat badan normal dan remaja perempuan dengan kelebihan berat badan menunjukkan perilaku pengendalian berat badan yang ekstrem. Pada remaja dengan berat badan normal, keterlibatan mereka dalam perilaku pengendalian berat badan yang ekstrim dikaitkan dengan tingkat gejala somatik yang tinggi, dorongan untuk menjadi kurus dan mengendalikan makan. Pada remaja dengan kelebihan berat badan, dorongan tingkat tinggi untuk kurus dan kecemasan dikaitkan dengan perilaku pengendalian berat

badan yang ekstrim. Hal tersebut berkaitan dengan peningkatan indeks massa tubuh, bersama dengan tekanan sosial mengenai penampilan fisik, kepercayaan diri negatif dan penerimaan diri (Cruz-Saez, Pascual, Salaberria, & Echeburua, 2015).

Berkaca dari penelitian tersebut, peneliti tertarik dengan penerimaan diri yang dapat menyebabkan remaja mengambil perilaku kontrol berat badan yang tidak sehat. Penerimaan diri adalah sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri, dan pengakuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri (Chaplin, 2015). Pada remaja yang kelebihan berat badan, berat dan bentuk lebih penting dalam penerimaan diri dan penerimaan orang lain (Cruz-Saez, Pascual, Salaberria, & Echeburua, 2015).

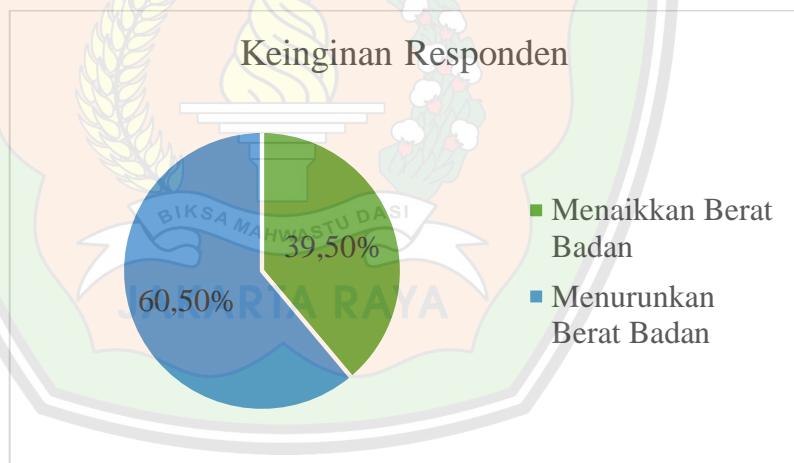
Penerimaan diri berat dapat mengakibatkan berkurangnya stigma dan persepsi masalah psikologis yang lebih rendah yang dikaitkan dengan mereka yang menerima berat badan mereka. Hasil dari penelitian ini dapat menunjukkan bahwa relatif terhadap wanita yang tidak menerima berat badannya, wanita yang berlatih menerima berat badan mungkin kurang di stigmatisasi dan dianggap memiliki harga diri yang lebih baik dan lebih sedikit psikopatologi. Berlawanan dengan spekulasi bahwa penerimaan diri terhadap berat badan oleh orang gemuk dapat menyebabkan mereka menjadi lebih stigmatisasi, penelitian ini menemukan bahwa penerimaan diri terhadap berat badan sebenarnya memperbaiki stigma, persepsi kesehatan mental, dan persepsi harga diri. Penerimaan diri terhadap berat badan meningkatkan persepsi tentang wanita pada tingkat obesitas dan berat badan normal (Murakami & Latner, 2015).

Peneliti telah melakukan survei yang disebarluaskan menggunakan *google form* kepada mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Bekasi. Responden berusia antara 18 hingga 25 tahun. Sebanyak 69,6% dari mereka yang memiliki bentuk tubuh ideal dan 30,4% memiliki bentuk tubuh tidak ideal seperti digambarkan pada *chart* berikut:



Sumber: Data Olah Hasil Survei

Kebanyakan responden yang telah mengisi survei, pernah melakukan sesuatu untuk memiliki bentuk tubuh yang ideal. Sebanyak 60,5% dari responden yang ingin menurunkan berat badan dan 39,5% dari responden yang ingin menaikkan berat badan. Berikut *chart* yang menggambarkan keadaan responden.



Sumber: Data Olah Hasil Survei

Sebagian dari mereka melakukan diet bahkan ada responden yang melakukan diet ketat dengan tidak makan nasi, makan dengan porsi yang sangat sedikit, olahraga berlebihan. Namun ada juga responden yang melakukan diet dengan mengatur pola makan, mengkonsumsi teh hijau, olahraga secukupnya.

Jawaban responden ketika ditanya pendapatnya mengenai bentuk tubuh yang ideal yaitu memiliki tubuh yang semampai, enak dilihat, pakai model baju apa saja cocok, antara tinggi dan berat badan proporsional, bertubuh kurus dan langsing. Patokan mereka dalam menilai bentuk tubuh ideal yaitu dari melihat bentuk tubuh artis yang mereka jadikan idola, dari model majalah, dari atlet yang ia kagumi, ada juga melihat artis Korea. Ada juga yang memiliki patokan dari dokter di puskesmas dan hitungan pakar kesehatan.

Perasaan responden ketika memiliki tubuh ideal yaitu senang, bahagia, lebih percaya diri, bersyukur, dan berasa nyaman untuk menyesuaikan ukuran baju. Sedangkan perasaan responden ketika memiliki tubuh yang tidak ideal yaitu kurang percaya diri, minder, *insecure* karena ketika ingin pakai baju harus memilih model yang cocok, pusing, kesal, stress, sedih karena suka jadi bahan *body shaming*. Namun ada juga responden yang mensyukuri keadaan tubuhnya, merasa biasa saja. jadi, penerimaan diri setiap responden berbeda-beda tergantung bagaimana individu tersebut menyikapinya.

Hasil survei di atas menunjukkan bahwa fenomena di lapangan yaitu adanya sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri dan pengakuan keterbatasan sendiri atau penerimaan diri terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya. Penerimaan diri adalah ide tunggal yang dapat membuat Anda sangat berbeda dalam banyak hal dan bahwa Anda dapat memilih untuk memilikinya atau tidak. Jika mereka secara serius merendahkan diri mereka sendiri atau memiliki citra tubuh yang buruk, mereka akan merusak fungsi normal mereka dan membuat diri mereka sengsara dalam banyak cara yang signifikan (Bernard, 2013). Oleh karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian untuk melihat apakah ada hubungan antara penerimaan diri dan citra tubuh pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis dapat merumuskan pokok permasalahan sebagai berikut “Apakah ada hubungan antara penerimaan diri dengan citra tubuh pada mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya?”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara penerimaan diri dengan citra tubuh pada mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan manfaat kepada pembaca maupun berbagai pihak, antara lain:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi mengenai penerimaan diri dan citra tubuh dalam pengembangan ilmu psikologi. Khususnya psikologi klinis dan psikologi sosial.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam menambah wawasan serta sebagai salah satu rujukan peneliti selanjutnya untuk meneliti lebih lanjut dari masalah penelitian yang sama dalam konteks yang berbeda kedepannya.

2. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi dan gambaran mengenai citra tubuh dan penerimaan diri.

1.5 Uraian Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini berdasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang mempunyai karakteristik relatif sama dalam hal tema kajian, meskipun berbeda dalam hal kriteria subjek, jumlah dan posisi variabel penelitian atau metode analisis yang digunakan. Adapun beberapa penelitian terdahulu yaitu:

1. Bibi Gerner, Peter H. Wilson (2005) : *“The Relationship between Friendship Factors and Adolescent Girls’ Body Image Concern, Body Dissatisfaction, and Restrained Eating”*. Dalam penelitian ini metode yang digunakan yaitu menggunakan kuisioner untuk menilai hubungan antara penerimaan oleh teman, persepsi dukungan sosial, keakraban persahabatan, dan persepsi dampak kekurusan pada persahabatan laki-laki dan perempuan pada satu sisi, dan citra tubuh menyangkut ketidakpuasan tubuh dan menahan makan di sisi lain terhadap 131 siswa kelas 9 dan 10. Hasil penelitian ini adalah variabel persahabatan berkontribusi signifikan terhadap prediksi citra tubuh, ketidakpuasan tubuh, dan makan yang terkendali. Kontribusi unik dari persahabatan laki-laki terjadi penerimaan yang buruk oleh teman-teman secara signifikan, sedangkan dari persahabatan perempuan bahwa perempuan yang lebih berat cenderung percaya bahwa kurus akan meningkatkan persahabatan mereka.
2. Urvashi Mulasi-Pokhriyal, Chery Smith (2010) : *“Assesing Body Image Issues and Body satisfaction/Dissatisfaction Among Hmong American Children 9-18 Years of Age Using Mixed Methodology”*. Penelitian ini menggunakan metodologi campuran, 12 kelompok fokus dilakukan dan instrumen gambar siluet dan 6 pertanyaan yang berkaitan dengan citra tubuh dan subjeknya yaitu anak-anak Hmong di Amerika usia 9-18 tahun. Hasil yang di dapatkan yaitu anak-anak meremehkan bobot mereka dan melebih-lebihkan ketinggian mereka. Selama kelompok fokus, anak-anak melaporkan bahwa orang tua, teman sebaya, dan media memengaruhi persepsi citra tubuh mereka. Hasilnya menunjukkan bahwa mayoritas

anak-anak Hmong tidak puas dengan tubuh mereka dan cenderung mendukung cita-cita Amerika tentang kecantikan dan daya tarik daripada cita-cita tubuh Hmong yang lebih besar dan tradisional yang didukung oleh orang tua mereka.

3. Walid El Ansari, Susanne Vodder Clausen, Andi Mabhala, Cristiane Stock (2010) : *“How Do I Look? Body Image Perceptions among University Students from England and Denmark”*. Metode yang digunakan yaitu kuesioner yang menilai informasi sosial-demografis, persepsi citra tubuh (“terlalu kurus”, “tepat”, atau “terlalu gemuk”) dan hubungan faktor-faktor terkait dengan persepsi citra tubuh (perilaku gizi, dukungan sosial, persepsi stressor dan kualitas hidup). Subjeknya yaitu mahasiswa di dua negara Eropa yaitu 816 mahasiswa Inggris dan 548 mahasiswa Denmark. Hasil menunjukkan bahwa siswa yang menganggap diri mereka “terlalu gemuk” lebih mungkin berasal dari universitas Inggris, stres karena situasi keuangan mereka dan cenderung memiliki kualitas hidup yang tinggi.
4. Jessica M. Murakami, Janet D. Latner (2015) : *“Weight Acceptance Versus Body Dissatisfaction: Effect on Stigma, Perceived Self-Esteem, and Perceived Psychopathology”*. Penelitian ini Menggunakan sketsa yang menggambarkan target obesitas atau berat badan normal, pengukuran stigma (Skala *Fat Phobia*, Skala Anti Lemak yang dimodifikasi), persepsi harga diri dan psikopatologi yang dirasakan. Subjeknya mahasiswa tingkat sarjana ($M=394$, 70% wanita, usia rata rata 20,8 tahun, rata-rata $BIM = 23,61\text{kg/m}^2$). Hasil yang didapatkan yaitu analisis mengungkapkan efek utama yang signifikan untuk penerimaan. Khususnya, target yang menerima berat badan mereka kurang stigma dan mereka dianggap memiliki harga diri yang lebih baik dan lebih sedikit masalah psikologis daripada mereka yang tidak menerima berat badan mereka.
5. Nur Hasmalawati (2017) : *“Pengaruh Citra Tubuh dan Perilaku Makan terhadap Penerimaan Diri Pada Wanita”*. Penelitian ini menggunakan

analisis regresi linear ganda dengan metode pengambilan data menggunakan skala *likert* dan subjeknya mahasiswi yang usianya berkisar antara 17-43 tahun. Hasil dari penelitian ini yaitu citra tubuh mempengaruhi penerimaan diri sebesar 21,7%. Sedangkan dengan perilaku makan menunjukkan bahwa perilaku makan tidak berpengaruh terhadap penerimaan diri.

Jika dibandingkan dengan ke lima penelitian yang telah dijabarkan di atas maka perbedaannya yaitu tidak ada satupun penelitian yang memiliki judul, subjek serta penggunaan variabel yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Sehingga keaslian penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah digunakannya penerimaan diri sebagai variabel bebas dan citra tubuh sebagai variabel terikat.

