

PENGARUH BODY IMAGE TERHADAP ALIENASI PADA REMAJA PEREMPUAN

Nurhalisa Kandep¹, Imammul Insan²

^{1, 2}Universitas Teknologi Sumbawa, Jl. Raya Olat Maras Batu Alang, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Email: imammul.insan@uts.ac.id

Article History

Received: 26-05-2024

Revision: 07-06-2024

Accepted: 18-06-2024

Published: 02-07-2024

Abstract. This research aims to find out how body image influences alienation among adolescent girls in Sumbawa Besar district. This research uses a descriptive quantitative approach. The sampling technique used purposive sampling of 269 samples. The research instrument consists of two scales, namely the body image scale and the alienation scale. Based on the findings of research conducted in Sumbawa Besar Regency, it can be said that the body image variable has a small influence on alienation with a coefficient of determination (R square) value of 0.456. and the two variables have a strong relationship based on the correlation coefficient (R) value, which is 0.676. There is an influence of body image on alienation among female teenagers in Sumbawa Besar district. The result is a significant n of 0.000 (<0.05).

Keywords: Body Image, Alienation

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh *body image* terhadap *alienasi* pada remaja perempuan di kabupaten sumbawa besar, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling sebanyak 269 sampel. Instrumen penelitian terdiri dari dua skala yaitu skala *body image* dan skala *alienasi* menggunakan analisa data regresi linier. Berdasarkan hasil temuan penelitian yang dilakukan di Kabupaten Sumbawa Besar, dapat dikatakan bahwa variabel *body image* memberikan pengaruh yang kecil terhadap *alienasi* dengan nilai koefisien determinasi (R square) yaitu sebesar 0.456. serta kedua variabel memiliki hubungan yang kuat berdasarkan nilai koefisien korelasi (R) yaitu sejumlah 0.676. adanya pengaruh *body image* terhadap *alienasi* pada remaja perempuan di kabupaten sumbawa besar hasil n signifikan sebesar 0,000 (<0.05).

Kata Kunci: Body Image, Alienasi

How to Cite: Kandep, N & Insan, I. (2024). Pengaruh *Body Image* Terhadap Alienasi pada Remaja Perempuan. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5 (3), 3455-3466. <https://doi.org/10.54373/imeij.v5i3.1131>

PENDAHULUAN

Beauty privilege merupakan fenomena yang tanpa disadari telah beredar di kalangan masyarakat. Dikutip dari sebuah referensi media berita *online* dari Nabila bahwa orang yang mudah mendapatkan *privilege* di dunia kerja adalah mereka yang memiliki paras menarik. Hal ini sesuai dengan pendapat Judhita (2017) yang mengatakan bahwa *beauty privilege* adalah hak istimewa manusia yang diperoleh karena kecantikan/ketampanannya sejak lahir hingga dewasa yang cukup mempengaruhi karier dan pandangan orang lain terhadap mereka (Ginting & Sunarto, 2018). Fenomena *beauty privilege* telah memunculkan stigma di kalangan

masyarakat bahwa adanya sebuah standar kecantikan di kalangan perempuan terutama pada lingkungan sosial maupun pendidikannya (Mutharahah, 2023). Dengan adanya standar tersebut membuat seorang individu akan selalu memperhatikan kondisi tubuh mereka, bahkan sampai membanding-bandingkan bentuk tubuh mereka dengan bentuk tubuh orang lain, dan juga tidak jarang dari mereka berusaha agar melakukan perawatan untuk mencapai standar kecantikan tersebut.

Pada tahun 2019, data badan statistik menunjukkan bahwa produk perawatan menguasai 40% dari keseluruhan pangsa pasar kosmetik global. Pada tahun yang sama, industri kosmetik di Amerika diperkirakan menghasilkan pendapatan sebesar 49,2 milyar dolar. Pada tahun 2023 industri kecantikan menghasilkan pendapatan lebih dari \$100 miliar di seluruh dunia. Besarnya angka *market Share* produk perawatan dan pendapatan industri kosmetik dapat menjadi gambaran besarnya kesadaran masyarakat untuk memiliki citra tubuh serta penampilan yang menarik, dikarenakan penampilan yang menarik merupakan salah satu dari adanya fenomena *beauty privilege* (Fitrah, 2019).

Body image yang dimiliki oleh remaja putri banyak dipengaruhi oleh gambaran tentang standar kecantikan tubuh yang sedang *trend* di kalangan remaja saat ini. Kemudian remaja mulai berlomba-lomba untuk menyesuaikan bentuk tubuhnya dengan *trend* itu tanpa memepertimbangkan baik atau buruk bagi tubuhnya sendiri. Gambaran serta persepsi tentang penampilan fisik inilah yang biasa disebut sebagai *body image* (Indah, 2020). *Body image* yang negatif pada remaja ditandai dengan adanya kesulitan dalam berkomunikasi dengan orang lain, bahkan tak jarang dari mereka untuk mendapatkan perlakuan berbeda dari seorang yang berpenampilan lebih menarik, terintimidasi, mengalami diskriminasi serta *body shaming* dan *bullying*. Menurut Tadabbur (2008) *body image* yang negatif akan mempengaruhi tugas perkembangan mereka terutama dalam peran sosial. Hal ini dapat dilihat secara langsung pada ketidaknyamanan diri individu seperti merasa cemas, rendah diri serta menarik diri dari sosialnya karena merasa minder. Keadaan remaja yang menjauh dari lingkungan sosial, serta menutup diri ini biasa disebut sebagai *alienasi*.

Alienasi merupakan keadaan dimana seorang individu terisolasi atau menarik diri dari orang lain maupun lingkungannya (Syahidah, 2020). Menurut Chaplin *Alienasi* adalah keadaan keterasingan, terpisah, rasa terlepas, serta tidak adanya rasa hangat atau hubungan persahabatan dengan orang lain (Sianturi et al., 2019). *Alienasi* juga meruakan sebuah gambaran tentang perasaan individu yang memiliki rasa asing terhadap dirinya sendiri, serta lingkungannya. Menurut Fromm, keterasingan yang dialami oleh setiap individu akan menyebabkan individu tersebut merasa terpisah dari lingkungannya.

Berdasarkan fenomena diatas kita bisa melihat bahwa kalangan manusia yang sering mempunyai masalah terhadap citra tubuh mereka adalah remaja perempuan. Hal ini sesuai dengan pendapat Suntrock yang menyatakan bahwa yang lebih banyak mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya adalah remaja perempuan dibandingkan dengan remaja laki-laki (Wati & Sumarmi, 2017). Menurut Gunarsa (2006) remaja adalah mereka yang mengalami masa perubahan (transisi) dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, yaitu usia 12-21 tahun bagi wanita dan usia 12-22 tahun bagi pria. Adapun perubahan yang terjadi secara drastis pada aspek perkembangan diantaranya yaitu kepribadian, kognitif, fisif serta sosial (Saputri, 2021). Perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja adalah kepuasan tersendiri yang sangat penting bagi diri individu. Adanya perubahan fisik menyebabkan munculnya perhatian khusus serta kekhawatiran pada bentuk tubuh dan penampilan fisik mereka sehingga mulai memberikan sebuah gambaran atau persepsi tentang *body image* yang dimilikinya, kemudian beranjak pada penampilan fisik yang dimiliki orang lain (Salsabila, 2020).

Hal tersebut didukung dengan hasil pra-penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dengan mewawancarai 5 orang remaja sebagai subjek mengenai fenomena *Beauty privilege* memperoleh hasil bahwa kelima subjek tersebut pernah mengalami *beauty privilege* dan merasa tidak memiliki *beauty privilege* dalam dirinya, mereka mengatakan pendapat yang hampir sama yaitu bahwa *beauty privilege* itu nyata adanya dengan adanya *Beauty privilege* mereka selalu dituntut untuk menjadi sempurna. Rasanya dunia ini tidak adil karena dalam kehidupan sehari-hari selalu saja orang cantik yang diutamakan dalam hal apapun. Hal inilah yang membuat mereka akhirnya memperhatikan bentuk tubuh mereka dan membandingkan tubuh mereka dengan tubuh orang lain yang dirasa cantik, ketika sudah menyadari bahwa memang terdapat perbedaan bentuk tubuh membuat dari mereka melakukan perawatan untuk memperbaiki tubuh mereka agar mendapatkan *beauty privilege* biar lebih bisa dihargai.

Berdasarkan penelitian terdahulu lainnya yang telah dilakukan oleh Septianingsih (2021) mendapatkan hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa *social comparison* mempunyai pengaruh terhadap *body image* seorang wanita. semakin tinggi *social comparison* yang dialami oleh seorang wanita maka semakin tinggi pula *body image* mereka. Pengaruh yang diberikan oleh variabel *Social comparison* yaitu sebesar 26,6%, sedangkan 73,4% lainnya dipengaruhi oleh variabel lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Selanjutnya Syahidah (2020) hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa *bullying* berpengaruh terhadap *alienasi*, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *bullying* yang dialami oleh pelajar maka akan semakin tinggi juga *alienasi* mereka. *Bullying* memberikan pengaruh sebesar 53.4% dan 46.6% dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian.

Berdasarkan pembahasan yang telah dijabarkan diatas, perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada teknik penentuan sampel, responden atau subjek penelitian, lokasi penelitian dan pada variabel yang digunakan. Dapat diketahui bahwa *body image* dapat mempengaruhi *alienasi* seorang remaja. *Body image* negatif yang dirasakan oleh seorang remaja akan menyebabkan mereka mengalami *bullying*, deskriminasi, *body shaming*, hal inilah yang membuat seorang remaja mengalami *alienasi* atau mengasingkan diri bahkan menarik diri dari lingkungannya. Sejauh ini belum ada penelitian yang mengukur secara spesifik tentang pengaruh *body image* terhadap *alienasi* pada remaja perempuan.

METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Menurut Azwar 2011 Metode kuantitatif adalah penelitian yang menggunakan metode analisis statistik yang dikumpulkan melalui proses pengukuran serta menekankan hasil dan analisis data- data yang berupa angka (Alamsyah, 2021). Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu jenis penelitian deskriptif. Azwar (2011) mengatakan bahwa penelitian deksriptif adalah penelitian yang melakukan analisis hanya sampai pada taraf deskripsi yaitu terbatas pada gambaran data secara faktual, data diolah dan disajikan secara singkat dan sistematis sehingga mudah dibaca dan dipahami serta disimpulkan (Alamsyah, 2021).

Jumlah populasi remaja Kabupaten Sumbawa sebanyak 17.327 dengan kesalahan sebesar 10% pada tingkat kepercayaan 90% mendapatkan hasil dengan jumlah sampel sebanyak 269 remaja perempuan Kabupaten Sumbawa. Adapun pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling*. Menurut Sugiyono teknik *non-probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel (Ardiansyah, 2021). Adapun jenis teknik *non-probability sampling* yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Menurut Machali *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu yang dilakukan oleh peneliti sendiri yang didasarkan pada ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Septianingsih, 2021).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dimaksudkan untuk menghasilkan data yang akurat yaitu dengan menggunakan skala *likert*. Sugiono 2016 menyatakan bahwa skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang suatu fenomena tertentu. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala, skala tersebut memuat pernyataan yang bersifat *favorable* dan *unfavorable*. *Favorable* adalah pernyataan yang mendukung, sedangkan *Unfavorable* adalah pernyataan yang tidak

mendukung (Alamsyah, 2021). Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan dua skala penelitian Psikologi yang disusun oleh peneliti sendiri sebagai instrumen pengumpulan data. Skala yang digunakan yaitu skala *body image* dan alienasi

Tabel 1. Skor skala *Likert*

No	Respon	<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>
1	Sangat Sesuai	5	1
2	Sesuai	4	2
3	Kadang-Kadang	3	3
4	Tidak Sesuai	2	4
5	Sangat Tidak Sesuai	1	5

Teknik analisis data menggunakan uji validitas dan reliabilitas . Uji Validitas berasal dari kata *validity* yang memiliki makna kebenaran atau keabsahan. Arikunto (dalam Adekantari, 2021) mengatakan bahwa validitas adalah ukuran yang menunjukkan keandalan atau kesahihan suatu alat ukur uji validitas dalam penelitian ini menggunakan *product moment* dengan aplikasi computer SPSS seri 25 *for windows*. Uji validitas dapat dilakukan dengan uji signifikansi yang membandingkan nilai *r* hitung dan nilai *r* tabel pada *degree of freedom* (*df*) = *N*-2, dengan tingkat kesalahan 5 % (0,05). Selanjutnya untuk uji reliabilitas Menurut Machali 2017 reliabilitas berasal dari kata *reliable* yang berarti dapat dipercaya. Reliabilitas diartikan sebagai konsistensi, keajegan, ketepatan, kestabilan dan keandalan. Sebuah instrumen penelitian memiliki tingkat atau nilai reliabilitas tinggi jika hasil tes dari instrumen tersebut memiliki hasil yang konsisten atau memiliki keajegan terhadap sesuatu yang hendak diukur. Nilai *koefisien cronbach's alpha* $\geq 0,8$ maka instrumen dapat dinyatakan reliabel (Adekantari, 2021).

Norma atau kriteria pembanding yang digunakan peneliti dalam mengkategorikan tingkat *body image* dan *alienasi* dibagi menjadi 5 (lima) kategorisasi, yaitu Sangat Tinggi (ST), Tinggi (T), Sedang (S), Rendah (R), Dan Sangat Rendah).

Tabel 2. Norma kategorisasi tingkat skala

Interval Skor	Kategori
$M + 1,5 SD < X$	Sangat Tinggi
$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Rendah
$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

Uji Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *regresi linier* sederhana. Azwar (dalam Adekantari, 2021) menyatakan bahwa *regresi linier* sederhana digunakan untuk mengukur pengaruh satu variabel independen (X) terhadap satu variabel dependen (Y). Adapun analisis regresi linier sederhana digunakan untuk menentukan ada atau tidaknya pengaruh *body*

image terhadap *alienasi* pada remaja perempuan dengan menggunakan aplikasi komputer SPSS versi 25 *for windows*. Adapun standar signifikasi (Sig) sebesar $<0,05$ dinyatakan memiliki pengaruh.

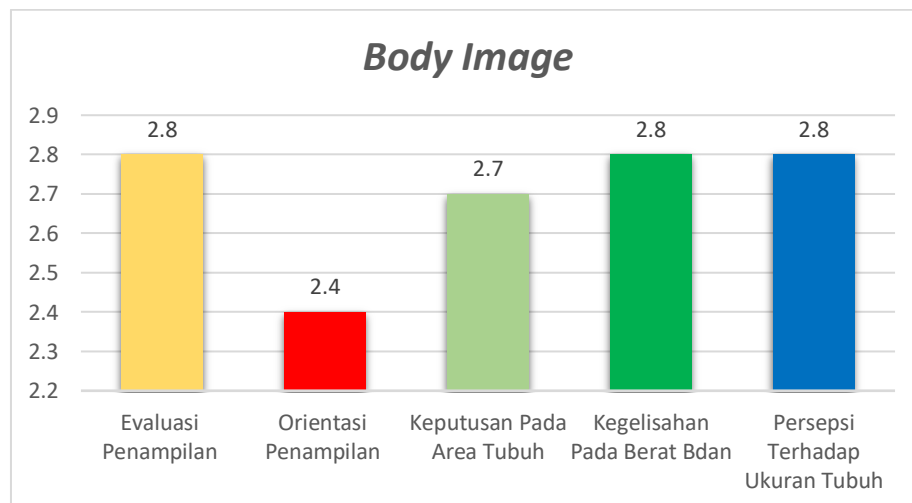
HASIL

Body image

Tabel 3. Distribusi frekuensi kategorisasi *body image*

Kategorisasi				
Valid	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Sangat Tinggi	9	3.3	3.3	3.3
Tinggi	87	32.3	32.3	35.7
Sedang	120	44.6	44.6	80.3
Rendah	34	12.6	12.6	92.9
Sangat Rendah	19	7.1	7.1	100.0
Total	269	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil diatas dari 269 subjek sebagai sampel diketahui bahwa 263 9 (3.3%) subjek menjawab di tingkatan sangat tinggi, 87 (32.3%) subjek menjawab di tingkatan tinggi, 120 (44.6%) subjek menjawab ditingkatan sedang, 34 (12.6%) menjawab di tingkatan rendah, 19 (7.1%) subjek menjawab ditingkatan sangat rendah



Gambar 1. Rerata aspek *body image*

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa kelima aspek *body image* yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan pada area tubuh, kegelisahan pada berat badan, dan persepsi terhadap ukuran tubuh berada pada kategori rerata aspek sedang dengan nilai rata-rata sebesar (2,7). dari aspek-aspek berikut didapatkan hasil *body image* tinggi dalam aspek evaluasi penampilan, kegelisahan pada berat badan, persepsi terhadap ukuran tubuh (2,8)

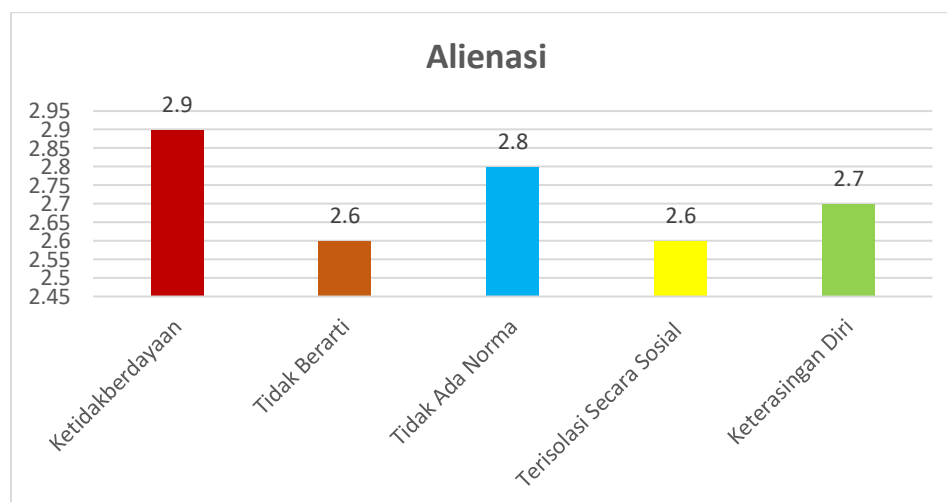
dan aspek paling rendah berada pada orientasi penampilan (2,4). hal ini menunjukkan seorang remaja perempuan di Kabupaten Sumbawa Besar terkadang selalu memberikan penilaian terhadap penampilan dan bentuk tubuh mereka apakah bentuk tubuh dan penampilan mereka sudah menarik ataupun belum.

Alienasi

Tabel 4. Distribusi frekuensi kategorisasi *alienasi*

Valid	Kategorisasi			
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Sangat Tinggi	15	5.6	5.6	5.6
Tinggi	93	34.6	34.6	40.1
Sedang	102	37.9	37.9	78.1
Rendah	36	13.4	13.4	91.4
Sangat Rendah	23	8.6	8.6	100.0
Total	269	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil diatas dari 269 subjek sebagai sampel diketahui bahwa 15 (5.6%) subjek menjawab di tingkatan sangat tinggi, 93 (34.6%) subjek menjawab ditingkatan tinggi, 102 (37.9%) subjek menjawab ditingkatan sedang, 36 (13.4%) subjek menjawab ditingkatan rendah, 23 (8.6%) subjek menjawab ditingkatan sangat rendah.



Gambar 2. Rerata aspek *alineaasi*

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa kelima aspek alienasi yaitu ketidakberdayaan, tidak berarti, tidak ada norma, terisolasi secara sosial, dan keterasingan diri berada pada kategori rerata aspek sedang dengan nilai rata-rata (2,7). Dari aspek-aspek tersebut didapatkan hasil *alienasi* tinggi dalam aspek ketidakberdayaan (2,9) dan aspek paling rendah berada pada aspek tidak berarti, terisolasi secara sosial (2,6). Hal ini menunjukkan bahwa kebanyakan remaja kabupaten sumbawa besar tidak mudah terpengaruh oleh inpus atau

stimulus dari luar. Dengan arti lain bahwa kejadian yang menimpa diri mereka merupakan kejadian yang ditentukan dan dikontrol oleh kekuasaan eksternal yang bukan berasal dari diri mereka sendiri. Adanya kontrol dari luar membuat seorang individu tidak dapat memahami setiap kejadian yang menimpa dirinya bahwa susah untuk menebak sesuatu yang akan terjadi nantinya. Adanya penolakan dari suatu kelompok sosial serta perasaan sendiri akan membuat individu remaja kabupaten sumbawa menarik diri mereka agar menjauh dari lingkungan sekitar.

Hasil Uji Hipotesis

Tabel 5. Output SPSS Anova

	Model	Sum of Squares	df	Mean square	F	Sig.
1	Regression	47828.089	1	47829.089	244.151	.000 ^b
	Residual	56972.049	267	213.378		
	Total	104801.138	268			

a. Dependent Variabel: alienasi
b. Predictors: (Constant), Bodyimage

Berdasarkan hasil diatas, ditemukan nilai (sig) 0.000 (< 0.05) sehingga hasilnya H_a diterima, berarti “Terdapat Pengaruh *Body Image* Terhadap *Alienasi* Pada Remaja Perempuan”

Tabel 6. Output Spss (Coefficients)

Model	Unstandardized Coefficients		Standard Coefficients		t	Sig.
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)					
	Bodyimage	34.156	5.900		5.789	0.000
		0.705	0.047	0.676	14.972	0.000

a Dependent Variabel:alienasi

Jika *Body Image* (X) tidak ada konsistensi maka nilai koefisien *Alienasi* (Y) adalah sebesar 34.156. adapun koefisien regresi atau nilai β sebesar 0.705 yang menyatakan bahwa setiap penambahan nilai *Body Image* (X), maka dapat dikatakan bahwa jika *Body Image* tinggi maka tinggi pula *Alienasi*. Nilai signifikansi (sig) sebesar 0.000 ($< 0,05$) memiliki makna bahwa Terdapat Pengaruh *Body Image* Terhadap *Alienasi* Pada Remaja Perempuan.

Tabel 7. Output SPSS (Model Summary)

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.676 ^a	0.456	0.454	14.607

a.Predictors: (Constant), Bodyimage
b.Dependent variable: alienasi

Korelasi (R) sebesar 0.676 yang berarti hubungan variabel bebas *body image* (X) terhadap *alienasi* pada remaja perempuan positif dan termasuk kategori yang kuat. diketahui koefisien determinasi (R square) yaitu sebesar 0.456 yang berarti bahwa pengaruh *body image* terhadap *alienasi* adalah sebesar 45,6% sedangkan 54,4% lainnya disebabkan oleh faktor-faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *body image* terhadap *alienasi* pada remaja perempuan di Kabupaten Sumbawa Besar. Berdasarkan uji regresi linear sederhana didapatkan hasil pengaruh *body image* terhadap *alienasi* mendapatkan nilai (sig) sebesar 0,000 (<0.05). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis tersebut diterima, artinya bahwa jika *body image negative* maka *alienasi* juga akan negatif begitu juga sebaliknya. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa hubungan *body image* (Variabel X) dengan *alienasi* (Variabel Y) mempunyai kekuatan korelasi yang kuat. Berdasarkan nilai koefisien korelasi (R) yaitu sejumlah 0.676. Artinya remaja perempuan Kabupaten Sumbawa Besar memiliki kecemasan yang besar terhadap bentuk tubuh mereka, kecemasan inilah yang menyebabkan mereka mengalami *alienasi*. Hal ini sejalan dengan pendapat Tadabbur 2008 yang mengatakan bahwa Kesulitan menerima perubahan bentuk tubuh yang tidak sesuai dengan tipe ideal atau merasa tidak puas pada bentuk tubuhnya atau mengalami *body image negative* artinya remaja tersebut memiliki pandangan atau gambaran *negative* pada tubuh yang dimilikinya serta akan mempengaruhi tugas perkembangan lainnya terutama dalam peran sosial.

Individu dalam periodenya masih belum memiliki peran yang baik dalam menerima perubahan bentuk tubuhnya sehingga dianggap tidak dapat menjalankan tahapan tugasnya dengan benar, karena mengalami kepuasan hidup yang rendah dan akan sulit menjalankan fase perkembangan lainnya terutama pada hubungan sosial yang dijalani (Imaroturohimah, 2021). Tadabbur (2008) menyatakan bahwa dampak negatif dari *body image negative* yang dimiliki seseorang pada sosialnya, dapat terlihat secara langsung dari ketidaknyamanannya seperti cemas, rendah diri, menarik diri dari sosial atau mengalami *alienasi* karena minder dan malas untuk melakukan aktivitas-aktivitas yang menunjukkan bentuk tubuhnya dan lain-lain.

Berdasarkan hasil penelitian *body image* pada remaja perempuan Kabupaten Sumbawa Besar didominasi ditingkatan sedang dengan persentasi 44.6%. kemudian *alienasi* juga didominasi pada tingkatan sedang dengan persentase 37.9%. analisis rerata aspek pada skala *body image* menggunakan teori yang diungkap oleh Cash (dalam Sakti, 2021) yang memiliki 5 aspek. Aspek-aspek tersebut meliputi evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan

pada area tubuh, kegelisahan pada berat badan, dan persepsi terhadap ukuran tubuh berada pada kategori rerata aspek sedang dengan nilai rata-rata sebesar (2,7). Dari aspek-aspek berikut didapatkan hasil *body image* tinggi dalam aspek evaluasi penampilan, kegelisahan pada berat badan, persepsi terhadap ukuran tubuh (2,8) dan aspek paling rendah berada pada orientasi penampilan (2,4). Hal ini menunjukkan seorang remaja perempuan di Kabupaten Sumbawa Besar terkadang selalu memberikan penilaian terhadap penampilan dan bentuk tubuh mereka apakah bentuk tubuh dan penampilan mereka sudah menarik ataupun belum. Kekhawatiran kelebihan berat badan yang dialami oleh remaja Kabupaten Sumbawa Besar akan membuat mereka cemas dan takut menjadi gemuk sehingga tak jarang dari mereka yang akan berusaha melakukan diet agar mendapatkan berat badan yang ideal. Setelah melakukan usaha tersebut mereka akan berpikir bahwa berat badan mereka sudah mencapai berat badan yang ideal atau belum.

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Cash dan Pruzinky (dalam Septianingsih, 2021) yang menyatakan bahwa aspek evaluasi penampilan merupakan bentuk penilaian individu mengenai keseluruhan tubuh dan penampilan dirinya berupa perasaan suka, puas atau positif, yang ditunjukkan dengan penerimaan terhadap bentuk tubuh yang dimiliki atau juga bisa berupa perasaan tidak suka, tidak puas, atau negatif terhadap bentuk fisik seperti ukuran tubuh, berat badan, dan bentuk tubuh. Selanjutnya, kegelisahan kelebihan pada berat badan menurut Cash merupakan kecemasan menjadi gemuk, kewaspadaan individu terhadap berat badan, melakukan diet ketat, dan membatasi pola makan. Yang terakhir persepsi terhadap ukuran tubuh merupakan bentuk persepsi dan penilaian individu terhadap berat badannya, mulai dari kekurangan berat badan sampai kelebihan berat badan. Hal ini menunjukkan bahwa remaja perempuan Kabupaten Sumbawa Besar selalu mengevaluasi penampilan bahkan memperhatikan berat badan mereka.

Kemudian analisis rerata aspek pada skala *alienasi*, yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari teori Seeman (dalam Sianturi et al., 2019) yang terdiri dari 5 aspek yaitu ketidakberdayaan, tidak berarti, tidak ada norma, terisolasi secara sosial, dan keterasingan diri berada pada kategori rerata aspek sedang dengan nilai rata-rata (2,7). Dari aspek-aspek tersebut didapatkan hasil *alienasi* tinggi dalam aspek ketidakberdayaan (2,9) dan aspek paling rendah berada pada aspek tidak berarti, terisolasi secara sosial (2,6). Hal ini menunjukkan bahwa kebanyakan remaja kabupaten sumbawa besar tidak mampu mengontrol diri mereka sendiri. Dengan arti lain bahwa kejadian yang menimpa diri mereka merupakan kejadian yang ditentukan dan dikontrol oleh kekuasaan eksternal yang bukan berasal dari diri mereka sendiri. Adanya kontrol dari luar membuat seorang individu tidak dapat memahami setiap kejadian

yang menimpa dirinya bahkan susah untuk menebak sesuatu yang akan terjadi nantinya. Adanya penolakan dari suatu kelompok sosial serta perasaan sendiri akan membuat individu remaja kabupaten sumbawa menarik diri mereka agar menjauh dari lingkungan sekitar.

Hal ini sesuai dengan pendapat Seeman (dalam Sianturi.et.al, 2019) yang mengatakan bahwa ketidakberdayaan merupakan sebuah perasaan bahwa akibat dari kejadian yang menimpa seorang individu dikontrol dan ditentukan oleh kekuasaan yang berasal dari eksternal luar dirinya, bukan berasal dari kekuatan individu itu sendiri, ataupun dikendalikan oleh orang lain. Tidak berarti adalah perasaan bahwa kejadian yang terjadi tidak dapat dipahami, yang mengakibatkan munculnya sebuah anggapan bahwa sesuatu yang akan terjadi dimasa mendatang akan sangat susah untuk ditebak. Kemudian yang membuat seorang individu mengasingkan diri dari lingkungan sosial karena adanya sebuah penolakan dan rasa terpisah dari bagian-bagian nilai kelompok. *Body image* pada penelitian ini memberikan pengaruh yang kecil kepada variabel *alienasi* hal ini sesuai dengan hasil dari koefisien yang jauh dari angka 1 yaitu dengan nilai proporsi yang diberikan sebesar 0.456 atau 45,6%. Adapun yang membuat pengaruh *body image* masuk dalam kategori kecil dikarenakan dari hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa variabel *body image* dan *alienasi* yang dialami oleh remaja perempuan kabupaten sumbawa besar masih berada dalam kategori sedang. Kemudian untuk 54,% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian yang telah dilakukan di Kabupaten Sumbawa besar didapatkan hasil bahwa adanya pengaruh *body image* terhadap *alienasi* pada remaja perempuan dengan nilai signifikansi (Sig) $0,001 < 0,05$. Variabel *Body Image* memberikan pengaruh yang kecil terhadap *Alienasi* dengan nilai Koefisien determinasi *R square* sebesar 0.456 atau memberikan pengaruh sebesar 45.6% sedangkan 54.4% lainnya disebabkan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Selanjutnya kedua variabel memiliki hubungan yang kuat berdasarkan koefisien korelasi (R) sebesar 0.676.

REKOMENDASI

Adapun rekomendasi yang dapat peneliti buat berdasarkan temuan penelitian yaitu : Bagi subjek diharapkan berhenti memaksakan diri untuk mengikuti standar cantik yang tidak adil. Perempuan cantik adalah perempuan yang bisa mencintai dirinya sendiri tanpa membandingkan dengan orang lain. Kemudian Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk memperluas bahan kajian atau riset menggunakan teori dan variabel yang berbeda dengan

melihat faktor seperti penerimaan diri, kepercayaan diri, lingkungan/sosial, dan faktor keluarga sebagai pertimbangan lain yang dapat mempengaruhi *alienasi* seseorang. Sehingga dapat menambah wawasan kepada masyarakat luas serta mampu memberikan sumbangsih dalam keilmuan psikologi.

REFERENSI

- Alamsyah (2021) “ Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Kecemasan Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Teknologi Sumbawa
- Ari Ardiansyah (2021) “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Tenaga Kesehatan (Perawat) Dimasa Pandemi Covid-19
- Fadwa Imaraturohimah (2021) “Gambaran Body Image Pada Remaja Putri Aktivis”
- INDAH, M. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Body Image Pada Pengguna Aktif Instagram Di Sma Negeri 1 Kutacane.
- Latifah Retno Sari. (2023). *Alienasi* Di Kalangan Mahasiswi Rumahan Dan Kos-Kosan Di Purwokerto.
- Mutharahah, A. (2023). *Self-Esteem* Pada Remaja Perempuan Akhir Yang Tidak Memiliki *Beauty Privilege* Skripsi. 232.
- Nova Adekantari (2021) “Pengaruh Overprotektive Orang Tua Terhadap Sikap Kemandirian Remaja Awal Di SMPN “X” Labuhan Badas
- Rojaa Zahratul Fitrah (Ilmu Ekonomi 2019) Staf Departemen Kajian Dan Penelitian HIMIESPA UGM “The Other Side Of Beauty Privilege: Why It Affects Labor Income?”
- Sakti, R. S. Dan P. (2021). Pengaruh Social Comparison Terhadap Body Image Pada Wanita Di Harmony Fitness Center Sumbawa Besar. *Jurnal Psimawa*, 4(1).
- Sakti, R. S. Dan P. (2021). Pengaruh Social Comparison Terhadap Body Image Pada Wanita Di Harmony Fitness Center Sumbawa Besar. *Jurnal Psimawa*, 4(1).
- Salsabila, A. (2020). Hubungan Body Image Dan Self Esteem Dengan Self Confidence Pada Remaja Putri Di Sma Hang Tuah 1 Surabaya Dan Sma Wachid Hasyim 1 Surabaya.
- Saputri, N. (2021). Hubungan Antara Self Compassion Dengan Alienasi Pada Remaja Di Pondok Pesantren Islam Terpadu Bangkinang. *Skripsi Fakultas Psikologi , Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*, 6.
- Sholihah Putri Syahidah (2020) “Pengaruh Perilaku Perundungan (Bullying) Terhadap Alienasi Pelajar Kota Yogyakarta”
- Sianturi, P. D., Nuzulia, F., & Hadiyati, R. (2019). Hubungan Antara Self-Disclosure Dengan Alienasi Pada. *Empati*, 8, 277–283.
- Stefany Ginting, Sunarto, L. R. R. (2018). *Representasi Standardisasi Kecantikan Wanita Dalam Film “ I Feel Pretty (2018) . ”*
- Tadabbur (2008). Body Image Diakses dari <http://digilib.mercubuana.ac.id/pada> tanggal 8 september 2017
- Wati, D. K., & Sumarmi, S. (2017). Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan Gemuk Dan Tidak Gemuk: Studi Cross Sectional. *Amerta Nutrition*, 1(4), 398. <https://doi.org/10.20473/Amnt.V1i4.7130>