

Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Remaja Di Kota Makassar

The Effect of Social Support Peers on Body Dissatisfaction in Teenagers in Makassar

Mustika Hi Yusuf K. *, Musawwir, Nurhikmah
Fakultas Psikologi Universitas Bosowa
Email: sandrandilolo@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap body dissatisfaction pada remaja di Kota Makassar. Penelitian ini dilakukan pada 421 remaja di kota makassar. Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala siap pakai dari adaptasi Nas (2019) berdasarkan skala body dissatisfaction berdasarkan teori Cash (2000) dengan nilai reliabilitas 0,792 dan skala modifikasi dukungan sosial teman sebaya yang telah di konstruk oleh Aرسالita (2018) berdasarkan teori Cohen&Hoberman (1983) dengan nilai reliabilitas 0,993. Data dianalisis dengan teknik regresi sederhana. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap body dissatisfaction pada remaja di Kota Makassar dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Adapun sumbangsi pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap body dissatisfaction yaitu sebesar 4,2% dengan koefisien pengaruh negatif. Sehingga dapat dikatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah body dissatisfaction pada remaja di Kota Makassar, begitupun sebaliknya.

Kata Kunci: Dukungan Sosial Teman Sebaya, *Body Dissatisfaction*, Remaja.

Abstract

This study aimed to know the effect of social support from peers on body dissatisfaction in teenagers in Makassar City. The study was conducted on 421 teenagers in Makassar City. The data collection instrument of this study used a ready-to-use scale from adaptation of Nas (2019) based on body dissatisfaction scale based on Cash (2000) theory with reliability value of 0,792 and modification scale of social support from peers that has been constructed by Aرسالita (2018) based on Cohen & Hoberman (1983) theory with reliability value of 0,993. The data was analyzed with simple regression technique. The analysis result showed that there is an effect of social support from peers on body dissatisfaction in teenagers in Makassar City with significance value of 0,000 ($p < 0,05$). The contribution of social support from peers on body dissatisfaction is 4,2% with coefficient of negative effect. Therefore it can be said that the higher the social support from peers, the lower the body dissatisfaction in teenagers in Makassar City, and vice versa.

Keywords: Social Support From Peers, *Body Dissatisfaction*, Teenagers.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang dimulai dengan usia sekitar 10 tahun hingga 12 tahun dan akan berakhir pada usia 18 hingga 22 tahun. Selama masa kanak-kanak, remaja menghabiskan waktu untuk berinteraksi dengan orang tua, kawan-kawan, dan guru, kini waktunya mereka menghadapi perubahan-perubahan seperti perubahan biologis yang dramatis dan pengalaman-pengalaman baru. Relasi dengan orang tua dapat terwujud di suatu bentuk yang berbeda dari sebelumnya, interaksi dengan teman-teman dapat menjadi lebih akrab (Santrock, 2012).

Pada fase ini individu akan mengalami masa pubertas yang merupakan sebuah periode dimana kematangan fisik berlangsung cepat dengan melibatkan perubahan hormonal dan tubuh. Pada masa pubertas remaja perempuan mengalami pertumbuhan yang sangat drastis yaitu tinggi, berat badan, pertumbuhan buah dada, kematangan ovarium serta akan mengalami pertama kali menstruasi.

Sedangkan laki-laki akan mengalami pertumbuhan tinggi badan, berat badan, kematangan testis, bentuk penis, dan tumbuh rambut pada kemaluan (Santrock, 2012).

Remaja juga akan mengalami perkembangan otak dimana proses perkembangan kognitif dapat melibatkan perubahan pemikiran dan intelegensi seseorang. Sedangkan pada perkembangan sosioemosional yang akan dialami oleh remaja seperti kemandirian, keinginan untuk sering menghabiskan waktu dengan teman sebaya, dan akan muncul konflik dengan orang tua (Santrock, 2012). Permasalahan emosional pada remaja disebabkan oleh dampak permasalahan dalam keluarga atau lingkungan sekitar remaja, diantaranya ketidakharmonisan dalam keluarga dan permasalahan dengan teman sebaya perilaku-perilaku yang muncul dalam permasalahan emosional pada remaja yaitu perilaku-perilaku agresif, impulsif, mengalami gangguan perhatian seperti kurang konsentrasi, kecemasan, kehilangan harapan-harapan, dan hal-hal lainnya (Azmi, 2015).

Pada masa remaja juga mengalami pacaran maupun eksplorasi seksual, cara berpikir remaja menjadi abstrak dan idealistic. Pada masa remaja juga mengalami perubahan secara fisik, perubahan fisik ini memicu minat remaja terhadap citra tubuh yang dimiliki. Citra tubuh merupakan sebuah aspek psikologis dimana pasti akan terjadi dan berkaitan dengan perubahan fisik. Mueller (dalam Santrock, 2012) berpendapat bahwa remaja sangat memperhatikan tubuhnya dan mengembangkan citra mengenai tubuhnya itu. Hal ini sejalan dengan ungkapan Nomate, Nur & Toy (2017) yang mengatakan bahwa remaja dengan rentang usia 10-19 tahun banyak mengalami perubahan fisik maupun psikologis. Remaja sangat sering memperhatikan bentuk tubuhnya dan sering membangun citra tubuh sendiri.

Banyak remaja merasa bentuk tubuhnya terlalu gemuk atau terlalu kurus dan tidak mencapai standar ideal masyarakat sehingga membuat remaja merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Pada kenyataannya tubuh yang dimiliki oleh remaja sudah termasuk tubuh yang ideal dan orang lain yang melihatnya belum tentu akan memandang secara negatif bentuk tubuhnya dan remaja seharusnya sudah mampu menerima keadaan fisiknya (Hurlock, 1991). Remaja juga selalu mempersepsikan bentuk tubuhnya secara negatif, seharusnya individu memiliki persepsi yang positif mengenai apapun yang ada di hidupnya, termasuk bentuk tubuh yang dimiliki (Robbins, 2003). Persepsi yang negatif mengenai bentuk tubuh akan menyebabkan body dissatisfaction.

Rosen et al., (1995) mengemukakan body dissatisfaction yaitu sebuah penilaian terhadap seseorang mengenai bentuk tubuhnya dengan membandingkan tubuhnya dengan tubuh orang lain melalui penilaian orang lain terhadap bentuk tubuhnya, mempunyai perasaan rendah diri terhadap bentuk tubuh, menghindari interaksi sosial dan interaksi secara fisik. Cash & Pruzinsky (1995) menyatakan bahwa body dissatisfaction adalah sebuah penilaian negatif terhadap ukuran tubuh, bentuk tubuh, bentuk otot dan berat badan yang dimiliki oleh individu.

Body dissatisfaction lazimnya disertai adanya kesesuaian bentuk tubuh yang dimiliki dengan bentuk tubuh ideal menurut pandangan orang lain. Hal ini sejalan dengan apa yang diungkapkan oleh Thompson (dalam Sivert & Sinannovic, 2008) yang menyatakan bahwa body dissatisfaction adalah bagian dari body image yang menampilkan perbedaan persepsi antara tubuh yang ideal dengan tubuh yang dimiliki.

Body dissatisfaction yang terjadi pada kalangan remaja sebagian besar disebabkan oleh penggambaran kecantikan yang tidak realistis melalui media sosial (Ho et al., 2016). Penelitian korelasional mengatakan bahwa penggambaran tubuh yang ideal melalui media secara positif meningkatkan body dissatisfaction (Heather & Ninoska, 2010). Seseorang termotivasi untuk membentuk tubuhnya sesuai dengan standar lingkungan sosial (Bestiana, 2012).

Berdasarkan hasil riset Kesehatan dasar (Riskesda) 2013 di Indonesia terdapat prevalensi gemuk pada remaja usia 13-15 tahun sebesar 10,8% yang terdiri 8,3% gemuk dan 2,5% sangat gemuk (obesitas). Remaja sering merasa tidak puas dengan tubuhnya sehingga berkeinginan untuk mengubah tubuh mereka terutama menurunkan berat badan. Dari hasil data yang diungkapkan oleh Yahoo health, diketahui bahwa 94% remaja malu dengan fisiknya dikarenakan mereka cenderung menganggap tubuhnya aneh atau tidak sesuai dengan keinginannya (liputan6.com, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Julianda (2018) terhadap siswa SMKN 1 Painan jurusan administrasi perkantoran menunjukkan 63% atau sebanyak 50 orang dari 79 subjek merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Penelitian yang serupa dilakukan Herawati (Kartikasari, 2013) menyatakan bahwa terdapat 40% perempuan berusia 18-25 tahun mengalami body dissatisfaction dalam kategori tinggi dan 38% dalam kategori sedang.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Meliana, Valentina & Retnaningsih (2018) yang mengatakan responden laki-laki dan perempuan mengalami body dissatisfaction sebesar 76,56% dan 82,87%.

Berdasarkan data awal yang dilakukan terhadap 20 remaja usia 14-17 tahun, bahwa terdapat 17 dari 20 responden mengatakan tidak puas dengan bentuk tubuhnya sendiri dan 3 responden yang mengatakan puas dengan bentuk tubuhnya. Hal ini sesuai dengan aspek body dissatisfaction, yaitu evaluasi penampilan yang merupakan seseorang mengevaluasi penampilan dirinya secara menyeluruh apakah mereka puas atau tidak dengan penampilannya. Selain itu peneliti juga menemukan 15 dari 20 responden yang tidak percaya diri dengan bentuk tubuhnya dan berusaha untuk memiliki badan yang ideal dan 5 responden yang mengatakan percaya diri dengan bentuk tubuhnya. Hal ini berkaitan dengan aspek orientasi penampilan yakni seseorang yang begitu memperhatikan penampilannya dan melakukan usaha untuk memperbaiki penampilannya.

Hasil data awal juga menunjukkan bahwa terdapat 12 dari 20 responden yang menjaga berat badan dan merasa takut akan kegemukan dan 8 responden yang mengatakan mereka tidak menjaga makan. Hal ini sejalan pada aspek kecemasan akan kegemukan yaitu individu cemas dan mewaspadai berat tubuh, melakukan diet, serta membatasi pola makan. Terdapat 16 responden dari 20 responden yang mendapatkan komentar negatif dari orang lain sehingga membuat mereka tidak puas dengan bentuk tubuhnya dan 4 responden yang mengatakan biasa saja atau tidak terlalu memperdulikan apa yang orang lain katakan. Hal ini sejalan pada aspek klasifikasi berat tubuh yaitu individu yang memiliki persepsi tersendiri mengenai bagaimana sudut pandang orang lain menilai ukuran tubuhnya. Peneliti juga menemukan 10 responden yang menyukai bagian tubuhnya seperti hidung, mata alis, tangan, wajah dan rambut dan 12 responden yang tidak menyukai bagian tubuh seperti hidung, bahu, perut, pinggul, dagu, paha dan wajah. Hal ini sejalan dengan aspek kepuasan terhadap bagian tubuh yaitu penilaian individu mengenai kepuasan dan ketidakpuasan terhadap bagian tubuh tertentu yang dimilikinya.

Berdasarkan hasil data awal yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa ada kebhervarian body dissatisfaction remaja di Kota Makassar. Beberapa Penelitian menemukan bahwa body dissatisfaction dapat menyebabkan masalah psikologis seperti suasana hati yang depresi, kecemasan, kecemasan sosial akibat kondisi fisik dan fobia sosial (Tariq & Ijaz, 2015). Hal ini juga diungkapkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Verplanken (dalam Herabadi, 2007) yang mengungkapkan bahwa kebiasaan seseorang yang selalu menilai dirinya secara negatif akan mengakibatkan dampak negatif seperti, depresi dan gangguan kecemasan, jika hal ini tersebut dibiarkan secara terus menerus maka akan mengarah pada gangguan makan.

Body Dissatisfaction

Cash dan Szymanski (2002) mengatakan bahwa body dissatisfaction merupakan evaluasi negatif terhadap bentuk tubuh seseorang yang mengacu pada perbedaan persepsi antara penilaian seseorang terhadap bentuk tubuh yang ideal. Cooper, Taylor, dan Fairburn (1987) mengatakan bahwa body dissatisfaction disebabkan oleh seseorang yang membandingkan persepsi citra tubuhnya dengan tubuh orang lain, pandangan terhadap bentuk tubuh, dan perubahan yang drastis terhadap persepsi tubuhnya.

Cheng (2006) mengatakan bahwa body dissatisfaction merupakan bagian dari body image negatif yang merupakan pandangan negatif mengenai tubuh. Sehingga disimpulkan bahwa penilaian negatif seseorang terhadap bentuk tubuhnya dalam konsep body image yang dapat menyebabkan ketidakpuasan terhadap tubuh atau body dissatisfaction. Hall (2009) mengatakan bahwa body dissatisfaction merupakan evaluasi negatif seseorang terhadap bentuk tubuhnya. Seseorang menilai dan mempersepsikan hal-hal yang negatif terhadap tubuhnya, seperti merasa bahwa mereka tidak memiliki bentuk tubuh yang ideal.

Grogan (2006) mengatakan bahwa body dissatisfaction dapat diartikan sebagai sebuah pengalaman yang disebabkan oleh pikiran negatif dan persepsi individu mengenai bentuk tubuhnya. Body dissatisfaction seringkali muncul pada remaja karena di masa remaja adalah masa peralihan. Ogden (2005) mengatakan bahwa body dissatisfaction yaitu konsep sebagai perbedaan antara persepsi seseorang terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya dengan ukuran dan bentuk tubuh yang ideal atau hanya sebagai perasaan ketidakpuasan tubuh seseorang.

Dukungan Sosial Teman Sebaya

Cohen dan Hoberman (1983) mengatakan bahwa dukungan sosial mengarah pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang tersedia bagi individu dari orang lain atau kelompok lain, dengan adanya sumber daya yang disediakan oleh hubungan interpersonal seseorang yang dirinya sendiri juga memiliki pengaruh positif. Zimet, et al., (1988) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan pertukaran informasi dua orang atau lebih yang ditemukan saling membantu.

Sarafino (2006) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan suatu kesenangan yang dirasakan sebagai bentuk perhatian, penghargaan, atau pertolongan yang diterima dari orang lain. Dukungan sosial akan muncul dengan adanya persepsi individu bahwa akan ada orang-orang yang membantu jika terjadi suatu masalah atau kesulitan. Bantuan tersebut akan dirasakan dapat meningkatkan perasaan positif dalam diri masing-masing individu (Maslihah, 2011). Sejalan dengan hal tersebut penelitian yang dilakukan oleh Neff & McGahee (2010) menyebutkan bahwa individu yang memiliki atau menerima dukungan dengan baik dan berlimpah akan lebih memiliki kebaikan serta lebih menyayangi dirinya sendiri

Sarafino dan Timothy (2011) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan perasaan aman, perhatian, penghargaan atau dukungan dari orang lain atau kelompok. Mereka menambahkan bahwa pada saat orang menerima dukungan sosial, mereka akan memiliki keyakinan bahwa mereka dicintai, dihargai dan merupakan bagian dari kelompok yang dapat membantu mereka ketika mereka membutuhkan sebuah bantuan.

Remaja

Masa remaja merupakan periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang dimulai dengan usia sekitar 10 tahun hingga 12 tahun dan akan berakhir pada usia 18 hingga 22 tahun. Selama masa kanak-kanak, remaja menghabiskan waktu untuk berinteraksi dengan orang tua, kawan-kawan, dan guru, kini waktunya mereka menghadapi perubahan-perubahan seperti perubahan biologis yang dramatis dan pengalaman-pengalaman baru. Relasi dengan orang tua dapat terwujud di suatu bentuk yang berbeda dari sebelumnya, interaksi dengan teman-teman dapat menjadi lebih akrab (Santrock, 2012).

METODE PENELITIAN

Responden

Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja berusia 12-18 tahun berdomisili di kota Makassar dengan jumlah sampel 421 orang. Penelitian ini menggunakan pendekatan non probability sampling, pendekatan ini digunakan mengingat peneliti tidak mengetahui jumlah pasti dari populasi yang ada. Teknik pengambilan sampelnya adalah purposive yaitu sebuah teknik menentukan sampel penelitian dengan menggunakan ketentuan yang sudah ditetapkan peneliti (Sugiyono, 2013). Peneliti menggunakan teknik purposive sampling mengingat tidak semua sampelnya mempunyai kriteria yang sesuai dengan fenomena yang akan diteliti.

Instrumen penelitian

Dalam pengumpulan data ini peneliti menggunakan skala siap pakai yang telah diadaptasi oleh Nas (2021) berdasarkan skala body dissatisfaction yang telah dibuat oleh Cash, et al (2000) terdapat beberapa sub komponen dalam skala ini, yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kecemasan akan kegemukan, klasifikasi berat tubuh dan bagian tubuh tertentu. Skala ini memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,829.

Skala Dukungan sosial teman sebaya dilakukan dengan cara memodifikasi skala yang telah dikonstruksi oleh Aرسالita (2018) berdasarkan dari skala dukungan sosial yang telah dibuat oleh Cohen dan Hoberman (1983). Pada alat ukur ini terdiri dari 4 subkomponen yakni, Appraisal support, Tangible support, Self esteem support, dan Belongging support dengan nilai reliabilitas 0,947.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Teknik analisis regresi sederhana bertujuan untuk melihat pengaruh dari variabel sosial teman sebaya yaitu variabel bebas terhadap variabel terikat yaitu *body dissatisfaction*. Penelitian ini menggunakan uji asumsi normalitas dan linearitas serta melakukan uji hipotesis dengan bantu SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data

Tabel 1. Hasil Analisis Regresi Sederhana

Variabel	R Square	Kontribusi	F*	Sig.F*	Keterangan
Dukungan sosial teman sebaya terhadap <i>body dissatisfaction</i>	0,042	4,2%	18,363	0,000	Signifikan

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai *R Square* sebesar 0,042. Hasil menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial teman sebaya terhadap *body dissatisfaction* pada remaja di Kota Makassar dengan memberikan kontribusi sebesar 4,2%. Adapun nilai F sebesar 18,363 dan nilai signifikan sebesar 0,000, yang menunjukkan bahwa nilai signifikan lebih kecil dari 0,05. Hal tersebut dapat menunjukkan bahwa H_0 yang menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh negatif dukungan sosial teman sebaya terhadap *body dissatisfaction* pada remaja di Kota Makassar ditolak. Sehingga dapat dikatakan bahwa H_a yang mengatakan bahwa terdapat pengaruh negatif dukungan sosial teman sebaya terhadap *body dissatisfaction* pada remaja di Kota Makassar diterima.

Tabel 2. Koefisien Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *Body Dissatisfaction*

Variabel	Constant*	B**	Nilai t	Sig.t***	Keterangan
Dukungan sosial teman sebaya terhadap <i>body dissatisfaction</i>	67,027	-0,205	-4,285	0,000	Signifikan

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa nilai konstanta sebesar 67,027 dan koefisien regresi sebesar -0,205 dengan nilai t sebesar -4,285 yang nilai signifikan 0,000, nilai tersebut lebih kecil dari kriteria signifikan 0,005 yang berarti dapat dikatakan signifikan. Koefisien juga bernilai negatif. Artinya semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah *body dissatisfaction* pada remaja di Kota Makassar, begitupun sebaliknya jika semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi *body dissatisfaction*.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa nilai signifikan sebesar 0,000 artinya H_a diterima dan H_0 ditolak, yang berarti terdapat pengaruh negatif dukungan sosial teman sebaya terhadap *body dissatisfaction* pada remaja di Kota Makassar. Sehingga semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah *body dissatisfaction* remaja di Kota Makassar begitupun sebaliknya semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi *body dissatisfaction* remaja di Kota Makassar.

Dalam penelitian ini didapatkan R Square sebesar 0,042 (4,2%). Nilai ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya terhadap *body dissatisfaction* remaja di Kota Makassar memiliki kontribusi sebesar 4,2% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Individu yang memiliki dukungan sosial tinggi dapat memberikan pandangan positif pada individu yang merasa belum puas dengan bentuk tubuhnya dan dapat membantu seseorang dalam mengurangi pikiran negatif terhadap bentuk tubuhnya. Hal ini di dukung oleh Stice & Whitenton (2002) yang mengungkapkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dapat membantu remaja berpikir positif dalam memandang bentuk tubuhnya dan membuat remaja lebih tangguh terhadap tekanan sosial budaya dalam memiliki tubuh yang kurus.

Hal ini sejalan dengan penelitian Nindita (2018) yang menemukan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka semakin rendah *body dissatisfaction* pada remaja. Penelitian Yayan & Celebioglu (2017) yang mengatakan bahwa adanya dukungan dari ayah, ibu, guru, teman kelas, dan teman dekat dapat memengaruhi kepuasan pada bentuk tubuh sehingga mereka cenderung akan merasa puas dengan bentuk tubuhnya. Stice, Presnell & Spangler (2002) mengatakan dukungan teman sebaya berkaitan dengan rendahnya ketidakpuasan tubuh pada remaja.

Jika dilihat dari segi demografi dapat diketahui bahwa rata-rata responden memiliki tingkat skor *body dissatisfaction* yang rata-rata skornya IMTnya yaitu normal. Massa insecs tubuh (IMT) adalah suatu hal yang dijadikan indikator untuk menentukan status gizi seseorang. Individu yang memiliki IMT normal menunjukkan bahwa bentuk tubuhnya termasuk dalam bentuk tubuh yang ideal.

Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rakhman dan Prastiani (2022) yang berdasarkan hasil wawancaranya terhadap beberapa remaja. Didapatkan hasil bahwa remaja menyampaikan memiliki perasaan tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimiliki. Ketika dilakukan pengukuran indeks massa tubuh (IMT) pada remaja didapatkan bahwa remaja yang memiliki berat badan *underweight* dan berat badan normal mereka mengaku kurang puas dengan bentuk tubuhnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Dieny (2007) yang mengatakan bahwa penyebab individu yang memiliki massa indeks tubuh yang normal tetapi masih mengalami *body dissatisfaction*. Hal ini dikarenakan individu cenderung menginginkan tubuh yang kurus serta langsing. sejalan dengan dikatakan oleh Gibney (2009) yang menyatakan bahwa individu takut akan kegemukan disebabkan karena tren mode dan gaya berpakaian yang didominasi oleh individu yang memiliki tubuh yang kurus, sehingga kegemukan dianggap sebagai salah satu alasan untuk seseorang tidak memiliki penampilan yang menarik.

Kemudian jika dilihat dari segi usia responden dalam penelitian ini berusia 12-18 tahun, dimana menurut Santrock (2012) merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak dan masa dewasa. Remaja akan mengalami perubahan secara fisik, perubahan inilah yang memicu minat remaja terhadap citra tubuh yang dimiliki dan akan memperhatikan mengenai bentuk tubuhnya. Remaja pada umumnya mempunyai keinginan untuk tampil percaya diri dihadapan orang lain, untuk dapat tampil percaya diri remaja pasti akan membutuhkan dukungan dari teman sebayanya agar dapat bercerita tentang kesulitan yang dialami sehingga membuat remaja merasa tidak percaya diri.

Permasalahan *body dissatisfaction* tidak bisa dianggap sepele karena dapat menyebabkan dampak negatif. Menurut Griffiths (2016) mengatakan bahwa gangguan makan dan penurunan kualitas hidup merupakan dampak negatif dari *body dissatisfaction*. Shaw & Ivens (2002) juga mengatakan bahwa *body dissatisfaction* dapat menyebabkan dampak negatif seperti, tekanan emosional, perenungan penampilan serta dapat melaukan operasi plastik. Paxton (2006) juga mengatakan bahwa *body dissatisfaction* berdampak pada harga diri yang rendah serta mengalami depresi.

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Crow, dkk. (2008) didapatkan bahwa *body dissatisfaction* dapat meningkatkan keinginan untuk bunuh diri. Selain itu Ditmar (2010) menyatakan *body dissatisfaction* dapat menyebabkan ketidaksehatan fisik seperti melakukan diet ketat, penyalahgunaan obat dan pembedahan kosmetik. *Body dissatisfaction* juga akan berdampak pada mental, gangguan makan, depresi dan *dysmorphic disorder*.

Pada penjelasan diatas dapat diketahui bahwa dukungan sosial sangat berperan penting untuk remaja di Kota Makassar yang mengalami *body dissatisfaction*. Hal ini diakrenakan remaja akan lebih sering menghabiskan waktu dengan teman sebayanya. Mendapatkan dukungan teman sebaya dapat mengurangi remaja akan berpikir negatif mengenai bentuk tubuhnya. Cash & Szymanski (2002) mengatakan bahwa adanya saran atau feedback dari teman sebaya dapat memengaruhi konsep diri, termasuk perasaan terhadap citra tubuh.

Selain itu media sosial juga berperan penting, media sosial menjadi alat yang dapat memengaruhi seseorang dalam memperhatikan bagian tubuhnya. Peter & Baker (1994) mengatakan bahwa media sering kali menunjukkan dan memusatkan pada model yang langsing sebagai iklan penurunan berat badan maupun peninggi badan. Iklan dapat mengakibatkan individu berpikir bahwa bentuk tubuh ideal sangat dihargai oleh masyarakat. Media juga menciptakan pemikiran pada individu mengenai *body dissatisfaction*.

Masa pubertas juga menjadi salah satu faktor dari *body dissatisfaction* Selama masa pubertas remaja perempuan mengalami kematangan fisik. Pubertas dapat mengakibatkan remaja harus menyesuaikan diri dengan perubahan tubuh. Bagi remaja yang mengalamipubertas lebih dulu akan membandingkan dengan teman sebayanya dan mengakibatkan *body dissatisfaction* akibat perbedaan bentuk tubuh (Grogan,1999).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh negatif dukungan sosial teman sebaya terhadap *body dissatisfaction* pada remaja di Kota Makassar.

Artinya semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah *body dissatisfaction* remaja di Kota Makassar, begitupun sebaliknya semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi *body dissatisfaction* remaja di Kota Makassar.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsalita, R. (2018). Perbedaan dukungan sosial keluarga dan rehabilitas pada remaja penyalahgunaan narkoba yang direhabilitasi. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang
- Azmi, N. (2016). Potensi emosi remaja dan pengembangannya. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 2(1), 36-46.
- Bestiana, D. (2012). Citra Tubuh dan Konsep Tubuh Ideal Mahasiswi FISIP Universitas Airlangga Surabaya. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 1-11
- Cash, T.F. (2000). Multidementional Body-self Relation Questionnaire. MBSRQ USERS' MANUAL (Third Revision, January).
- Cash, T, F, & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A Handbook of Theory, Reseach, and Clinical Practice*. New York: Guilford Press.
- Cheng, H.-L. (2006). Body image dissatisfaction of college women: Potential risk and protective factors Ph. D., University of Missouri Columbia. doi: 10.32469/10355/4493
- Cohen, S., & Hoberman, H. (1983). Positive Events and Social Supports as Buffers of Life Change Stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 13, 99-125.
- Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., & Fairbum, C. G. (1987). The development and validation of the body shape questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485–494. doi: 10.1002/1098-108
- Crow, S., Eisenberg, M. E., Story, M., & Neumark-Sztainer, D. (2008). Suicidal behavior in adolescents: Relationship to weight status, weight control behaviors, and body dissatisfaction. *International Journal of Eating Disorders*, 41(1), 82–87. <https://doi.org/10.1002/eat.20466>
- Dieny, P. (2007). Hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada SMA Negeri 1 Semarang. *Jurnal Kesehatan UNDIP, 1*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Ditmar. (2010). Emotional respons evoked by dental odors: an evaluation from autonomic parameters. *Jurnal of dental research*.
- Gibney, M. (2009). *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Griffiths, L.J. (2016). Selfesteem and quality of life in obese children and adolescents. *International Journal of Pediatric Obesity*. 2010;10:1-23.
- Grogan, S. (2006). Body Image and Health: Contemporary Perspectives. *Journal of Health Psychology*, 11(4), 523–530. doi: 10.1177/1359105306065013
- Grogan, S. (1999). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women, and children*. New York: Routledge
- Hall, M. (2009). Predictors of Body Dissatisfaction among Adolescent Females. paper based on a program presented at the america counseling Association Annual Conference And Expositon, Charlotte: North Carolina
- Herabadi, A. G. (2007). Hubungan antara kebiasaan berpikir negatif tentang tubuh dengan body esteem dan harga diri. *Jurnal Sosial Humaniora*, 11(1). doi: 10.7454/mssh.v11i1.42
- Hurlock, Elizabeth. B. (1991). *Perkembangan Anak Jilid 1 Edisi ke-6*. Jakarta: Erlangga.
- Ho, S. S., Lee, E. W. J., & Liao, Y. (2016). Social Network Sites, Friends, and Celebrities: The Roles of Social Comparison and Celebrity Involvement in Adolescents' Body Image Dissatisfaction. *Social Media Society*, 2(3), 2056305116664216. <https://doi.org/10.1177/2056305116664216>
- Julianda, Y. (2018). Pengaruh kontrol diri terhadap body dissatisfaction. pandang: UIN Imam Bonjol.
- Kartikasari, N. Y. (2013). Body dissatisfaction terhadap psychological well being pada karyawati. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(2), 304-323.
- Maslihah, S. (2011). Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial Di Lingkungan Sekolah Dan Prestasi Akademik Siswa SMPIT Assyifa Boarding School Subang Jawa Barat. *Journal Psikologi Undip*, 10 (2), 103- 114.
- Nas. (2019). Pengaruh social comparison terhadap body dissatisfaction pada wanita dewasa awal di kota makassar. Makassar: Universitas Bosowa Makassar

- Nas. (2021). Pengaruh social comparison terhadap body dissatisfaction pada wanita dewasa awal di kota makassar. Makassar: Universitas Bosowa Makassar
- Nindita, M. (2018). Hubungan Dukungan Sosial dengan Body Dissatisfaction pada Remaja awal putri. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and Psychological Resilience Among Adolescents and Young Adults. *Self and Identity*, 9(3), 225–240. doi: 10.1080/15298860902979307
- Nomate, E. S., Nur, M. L., & Toy, S. M. (2017). Hubungan teman sebaya, citra tubuh dan pola konsumsi dengan status gizi remaja putri. *Unnes Journal of Public Health*, 6(3), 141-147.
- Ogden, J., & Taylor, C. (2000) Social comparison within couples. *Journal of Health Psychology*, 5(1). doi: 10.1177/135910530000500107
- Paxton, S. J., Neumark-Sztainer, D., & Hannan, P. J. (2006). Body Dissatisfaction Prospectively Predicts Depressive Mood and Low Self-Esteem in Adolescent Girls. 12.
- Peter, B. (1994). Metodologi Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi dan Pendidikan. Yogyakarta.
- Rakhman, A., & Prastiani, D. B. (2022). Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Body Image Pada Remaja Putri. 9(2), 10.
- Robbins, S.P. (2003). Perilaku organisasi. Jakarta: Gramedia.
- Rosen, J. C., Reiter, J., & Orosan, P. (1995). Cognitive-behavioural body image therapy for Body Dysmorphic Disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63, 269.
- Santrock, J. (2012). Life-span Development: Perkembangan masa hidup edisi ketigabelas jilid 2. Jakarta: Erlangga
- Sarafino, E. P., Timothy W. Smith. (2011). Health Psychology: Biopsychosocial Interactions, 7th edition. Amerika Serikat: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarafino, E.P. (2006). Health psychology: Biopsychosocial interactions. Fifth edition. USA: John Wiley & Sons.
- Shaw, C., & Ivens, J. (2002). Building Great Customer Experiences. Palgrave Macmillan UK. <https://doi.org/10.1057/9780230554719>
- Stice, E., & Whitenton, K. (2002). Risk factors for body dissatisfaction in adolescent girls: a longitudinal investigation. *Developmental psychology*, 38(5), 669.
- Stice, E., Presnell, K., & Spangler, D. (2002). Risk Factors for binge eating onset: A prospective investigation. *Health Psychol.* 21, 131-138
- Sivert, S., & Sinanovic, O. (2008). Body dissatisfaction: Is age a factor?. *Facta universitatis-series: Philosophy, Sociology, Psychology and History*, 7(1), 55-61.
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B. Bandung: Alfabeta.
- Szymanski, M. L., & Cash, T. F. (1995). Body-image disturbances and self-discrepancy theory: Expansion of the Body-Image Ideals Questionnaire. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 14(2), 134-146.
- Tariq, M., & Ijaz, T. (2015). Development of Body Dissatisfaction Scale for university students. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 305-322.
- Valentina, & Retraningsi. (2018). Metode penelitian Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Yayan, E. H., & Celebioglu, A. (2018). Effect of an obesogenic environment and health behaviour-related social support on body mass index and body image of adolescents. *Global Health Promotion*, 25(3), 33–42. <https://doi.org/10.1177/1757975916675125>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52 (1), 30-41.