

## HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN *BODY IMAGE* PADA REMAJA

Febryani Zuvita<sup>1</sup>, Arneliwati<sup>2</sup>, Fathra Annis Nauli<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Fakultas Keperawatan Universitas Riau

Fakultas Keperawatan Universitas Riau Jalan Pattimura No 9

Gedung G Pekanbaru Riau Kode Pos 28131 Indonesia

email febryani.zuvita@gmail.com

### Abstrak

Penelitian ini mengidentifikasi hubungan sosial teman sebaya dengan *body image* pada remaja di SMAN 8 Pekanbaru. Penelitian menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel berjumlah 80 responden siswa kelas XI dengan teknik *random sampling*. Instrumen pada penelitian adalah kuesioner yang sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Hasil penelitian menggambarkan bahwa mayoritas responden berusia 17 tahun sebanyak (47,5%), jenis kelamin perempuan (72,5%), dukungan sosial teman sebaya kategori tinggi (56,2%), dan *body image* pada kategori positif (58,8%). Uji statistik yang digunakan adalah uji *Chi Square*. Hasil uji statistik menghasilkan *p value* (0,000) < *alpha* (0,05) maka disimpulkan ada hubungan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *body image* pada remaja. Hasil penelitian ini menyarankan remaja untuk memberi dukungan sosial teman sebaya kepada remaja-remaja yang memiliki *body image* negatif untuk tetap merasa puas terhadap *body image* mereka.

**Kata kunci:** *Body image*, dukungan sosial teman sebaya, remaja

### Abstract

*The purpose of this research was to determine identify the relationship between peer social support with adolescents body image in SMAN 8 Pekanbaru. This research uses descriptive quantitative using cross sectional. The sample of this study amounted to 80 respondents in class XI students with random sampling techniques and using the chi square test. The measuring instrument used is a questionnaire. The results showed that the majority of respondents were 17 years old (47.5%), female sex (72.5%), peer social support in the high category (56.2%), and body image in the positive category (58.8%). The statistical test used is the chi square test. The results of statistical tests obtained p value (0,000) < alpha (0.05) so that it can be concluded that there is a significant relationship between peer social support and body image in adolescents. The results of this study recommend peer social support can motivate adolescents with negative body image to feel satisfied with their body image.*

**Keywords:** *Body image, peer social support, adolescence*

## PENDAHULUAN

Remaja adalah masa yang penting dalam membangun perkembangan pada dekade pertama ditandai dengan beberapa perubahan remaja baik dalam bentuk biologis, mental, emosional, psikologi, kognitif, dan sosial (Jahya, 2011). Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) menyatakan usia remaja yaitu, 10-24 tahun yang belum menikah (Kemenkes RI, 2015).

WHO (2014) menyatakan jumlah remaja di dunia sebanyak 1,2 milyar. Data yang dirilis Survei Penduduk Antar Sensus tahun 2015 remaja sebesar 66 juta jiwa di Indonesia sedangkan di Provinsi Riau berjumlah 1,1 juta

remaja (BPS Provinsi Riau, 2016). Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Pekanbaru tahun 2017 mencatat 189.176 remaja. Remaja mengalami perubahan dan perkembangan tubuh pada masa pubertas.

Masa pubertas merupakan tahap awal yang menyebabkan perubahan fisik dan emosional diikuti dengan persepsi terhadap *body image* pada remaja (Adriani & Wirjatmadi, 2012). *Body image* merupakan bagian dari konsep diri tentang persepsi tubuh seperti perubahan ukuran bentuk, struktur, fungsi, yang berkenaan langsung dengan tubuh (Muhith, 2015). Penilaian *body image* positif merupakan kepuasan pada bentuk tubuh yang

dimiliki sedangkan *body image* negatif merupakan persepsi ketidakpuasan pada bentuk tubuh yang dimiliki (Grogan, 2017). Remaja yang tidak puas terhadap *body image* dapat menyebabkan beberapa masalah yang lebih serius. Kendall-Tackett dan Ruglass (2017) menyatakan remaja yang tidak puas dengan *body image* berdampak pada harga diri yang lebih rendah dibanding remaja lainnya. *Body image* yang negatif cenderung terjadi pada remaja putri dibandingkan dengan remaja putra (Cicchetti, 2016).

Ketidakpuasan terhadap *body image* dapat mengakibatkan harga diri rendah, menurunnya kepercayaan diri, cemas, depresi, dan resiko bunuh diri (Levenson, 2011). Papalia, Olds, dan Feldman (2009) menyatakan salah satu faktor yang mempengaruhi *body image* remaja seperti adanya sistem pendukung. Salah satu sistem pendukung remaja yaitu dukungan sosial teman sebaya dimana remaja banyak menghabiskan waktu diluar rumah dan juga bersosialisasi dengan teman sebaya.

Dukungan sosial teman sebaya seperti dukungan instrumental seperti meminjamkan buku tentang *body image* positif, dukungan informasional seperti memberi informasi dan saran terkait *body image* positif, dukungan emosional seperti berteman dengan remaja yang memiliki *body image* negatif, dan dukungan penghargaan seperti memuji mengenai *body image* yang dimiliki remaja (Sarafino & Smith, 2011). Teman sebaya yang memiliki *body image* positif dapat menolong remaja dengan *body image* negatif dalam mengalami perubahan bentuk tubuh di masa pubertas (Setiawan, 2018). Penelitian Irdianty dan Hadi (2018) mengungkapkan bahwa hubungan dukungan sosial dari teman sebaya dengan *body image* anak usia sekolah dengan *menarche* di Kecamatan Sale dengan uji *chi square* diperoleh  $t$  hitung (31,284) >  $t$  tabel (9,488) artinya ada hubungan dukungan sosial

dari teman sebaya dengan *body image* pada siswi usia sekolah setelah *menarche*.

Provinsi Riau khususnya Kota Pekanbaru terdiri dari beberapa sekolah menengah atas, mengenai gangguan *body image* maka disarankan untuk meneliti sekolah menengah atas yang berada dipusat kota karena rentan dengan pengaruh iklan di televisi, poster di jalan raya, sosial media, dan media cetak tentang gambaran *body image*. SMAN 8 Pekanbaru merupakan sekolah yang berada di pusat kota yang memiliki prestasi cukup baik di Pekanbaru.

Pertimbangan peneliti mengambil kelas XI disebabkan remaja sudah menyesuaikan diri dan telah memiliki beberapa kelompok teman sebaya. Jumlah remaja kelas XI di SMAN 8 Pekanbaru ada sebanyak 396 orang (Laporan Guru Kurikulum SMAN 8 Pekanbaru, 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 16 April 2019 dengan mewawancarai 10 orang remaja, 5 perempuan dan 5 laki-laki kelas XI di SMAN 8 Pekanbaru tentang gambaran *body image* didapatkan hasil yaitu 8 dari 10 orang menyatakan belum puas dengan perubahan bentuk tubuh yang mereka miliki. Tiga orang laki-laki mengatakan bentuk tubuhnya jelek karena massa otot bagian lengannya kecil, 2 orang perempuan mengatakan terlalu gemuk, 2 orang perempuan lainnya mengatakan terlalu kurus, dan 1 orang perempuan yang lain mengatakan tubuhnya jelek karena pendek. Sementara 2 orang laki-laki yang lain mengatakan tidak memiliki masalah dengan tubuhnya.

Remaja yang kurang nyaman dengan bentuk tubuhnya ada 8 dari 10 orang. Delapan orang remaja yang kurang nyaman dengan perubahan tubuhnya disebabkan oleh perubahan berat badan, massa otot, dan tinggi badan. Delapan dari 10 orang mengatakan

tidak puas dan kurang nyaman dengan *body image* mereka akibat diejek temannya. Delapan orang remaja yang diejek oleh remaja lain mendapat dukungan sosial dari teman sebaya.

Dukungan sosial teman sebaya pada 8 dari 10 orang remaja yang kurang puas dengan bentuk tubuh seperti dihibur oleh teman sebaya mereka ketika diejek oleh orang lain, diberi pujian walaupun fisik tidak sempurna yang penting sehat, dan mengajak untuk latihan *fitnes* demi mencapai bentuk tubuh yang ideal. Walaupun remaja diejek orang lain, mereka merasa tenang karena mendapat dukungan sosial teman sebaya yang *body image* mereka positif. Remaja dengan *body image* positif merupakan remaja yang memiliki rasa puas atau bersyukur pada bentuk tubuh yang dimiliki.

Peneliti juga mewawancarai perawat di UKS SMAN 8 Pekanbaru, didapatkan hasil bahwa siswa sering datang ke UKS untuk bertemu perawat. Siswa bercerita pada perawat bahwa mereka merasa malu dengan berat badan mereka yang tidak ideal, ada remaja yang merasa tingginya tidak sesuai dengan yang mereka harapkan yang membuat remaja kurang percaya diri (Laporan Perawat UKS SMAN 8 Pekanbaru, 2019).

Berdasarkan fenomena diatas peneliti tertarik melakukan penelitian pada remaja di SMAN 8 Pekanbaru yang berjudul “hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap *body image* pada remaja”.

## METODE PENELITIAN

Peneliti menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* yang dilakukan di SMAN 8 Pekanbaru. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XI SMAN 8 Pekanbaru. Sampel penelitian 80 responden dengan teknik *simple random sampling*.

Alat pengumpul data penelitian yaitu kuesioner. Kuesioner dipakai untuk mengukur dukungan sosial teman sebaya berjumlah 11 pertanyaan dan kuesioner *body image* berjumlah 14 pernyataan dengan skala *likert*. Sebelum kuesioner dibagikan pada responden, kuesioner telah di uji validitas dan uji reliabilitas.

Uji validitas memakai *r tabel* dan uji reliabilitas memakai *α Cronbach's*. Olahan data penelitian dilakukan dengan cara *editing, coding, entry* dan *tabulating* dengan program komputer. Analisis data yang dipakai adalah analisa univariat dan bivariat.

## HASIL PENELITIAN

### A. Analisis univariat

#### 1. Karakteristik responden

Tabel 1

*Distribusi frekuensi karakteristik umur dan jenis kelamin*

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
15 Tahun	3	3,8
16 Tahun	30	37,5
17 Tahun	45	56,3
18 Tahun	2	2,5
Total	80	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	18	22,5
Perempuan	62	77,5
Total	80	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 80 responden yang diteliti, distribusi umur responden sebagian besar berumur 17 tahun yaitu sebanyak 45 responden (56,3%) dan sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 62 responden (77,5%).

## 2. Gambaran Dukungan Sosial Teman Sebaya

Tabel 2  
Distribusi frekuensi berdasarkan dukungan sosial teman sebaya

Dukungan Sosial Teman Sebaya	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	47	58,8
Rendah	33	41,3
Total	80	100

Berdasarkan tabel 2, bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan sosial teman sebaya tinggi yaitu sebanyak 47 responden (58,8%).

## 3. Gambaran Body Image

Tabel 3  
Distribusi frekuensi body image

Body Image	Frekuensi	Persentase (%)
Positif	45	56,3
Negatif	35	43,8
Total	80	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *body image* positif sebanyak 45 responden (56,3%).

### B. Analisis bivariat

#### 1. Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan *body image* pada remaja

Tabel 4  
Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan *body image* pada remaja

Dukungan Sosial Teman Sebaya	Body Image		Total	p value
	Positif	Negatif		
Tinggi	35 (43,8%)	12 (15%)	47 (58,8%)	0,000
Rendah	10 (12,5%)	23 (28,8%)	33 (41,2%)	
Total	45 (56,2%)	35 (43,8%)	80 (100%)	

Tabel 4 menggambarkan hasil analisis hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan *body image* pada remaja. Hasil analisis hubungan dukungan sosial teman sebaya

dengan *body image* pada remaja menunjukkan bahwa remaja memiliki dukungan sosial teman sebaya yang tinggi mayoritas memiliki *body image* positif terdapat sebanyak 35 orang (43,8%), sedangkan remaja memiliki dukungan sosial teman sebaya yang rendah mayoritas memiliki *body image* negatif terdapat sebanyak 23 orang (28,8%). Hasil dari uji *chi square* didapatkan bahwa *p value* 0,000 <  $\alpha$  0,05 berarti  $H_0$  ditolak dan disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *body image* pada remaja.

## PEMBAHASAN

### A. Analisis univariat

#### 1. Karakteristik responden

##### a. Umur

Hasil penelitian diperoleh mayoritas responden terbanyak berada pada umur 17 tahun yaitu sebanyak 45 orang (56,3%). Umur 17 tahun merupakan kategori umur remaja tengah (Triningtyas, 2017). Remaja tengah mengalami perkembangan psikososial remaja dalam membangun nilai atau norma, mengembangkan moralitas, mempertanyakan ide, nilai dan norma yang diterima (Pieter, Janiwarti, & Saragih, 2011). Umur 17 tahun hubungan remaja dengan orang tua mengalami titik terendah, sedangkan hubungan dengan teman sebaya semakin kuat (Susanto, 2018).

Perkembangan remaja umur 17 tahun mencapai puncak pertumbuhan seperti adanya jerawat, timbul bau badan, remaja mulai memperhatikan *body image*, menolak makan tertentu karena takut meningkatnya berat badan yang berdampak pada *body image*, dan lebih mementingkan *peernya* (Mardalena, 2017). Hal ini sejalan dengan penelitian Budiarti (2016) yang mengemukakan 197 responden (62,3%) remaja berumur 17 tahun. mengalami perubahan fisik dan emosional.

Umur 17 tahun remaja memperhatikan *body image* ideal, meningkatnya kemampuan bersosialisasi, meningkatnya intensitas interaksi sosial dengan teman sebaya, lebih sering mementingkan dan mendengarkan saran dari teman sebayanya, mengerti kesulitan teman, memberi dukungan emosional dengan mendengarkan keluhan teman dan mengurangi

kecemasan terhadap perubahan bentuk fisik pada masa pubertas (Adriani & Wirjatmadi, 2012); Kumalasari dan Ahyani (2012).

#### a. Jenis Kelamin

Hasil penelitian ini menunjukkan responden terbanyak adalah perempuan yaitu 62 orang (77,5%). Perempuan merupakan remaja yang lebih memperhatikan *body image* dibandingkan laki-laki. Perempuan sering menyatakan tidak puas pada bentuk tubuhnya dan memiliki *body image* negatif sehingga berdampak pada rasa percaya diri untuk bergaul dan berinteraksi dibanding dengan remaja laki-laki (Denich & Irdil, 2015).

Perempuan cenderung memiliki *body image* negatif daripada laki-laki. Perempuan biasanya ingin memiliki tubuh yang ideal guna menarik perhatian lawan jenis (Grogan, 2017). Priyatna (2011) mengemukakan perempuan sering dipengaruhi oleh standar ideal *body image* di masyarakat. Perempuan dengan *body image* positif akan nyaman dengan keadaan yang ada pada dirinya bagaimanapun keadaannya dan perempuan dengan *body image* cukup selalu labil sehingga ragu dalam bersikap, melihat, dan menilai tubuhnya sendiri bahkan tidak menerima dirinya sendiri. Hal ini sejalan dengan penelitian Davista (2016) mengatakan perempuan lebih memperhatikan bentuk tubuh ideal dibanding dengan laki-laki demi menarik perhatian lawan jenis.

Perempuan yang memperhatikan bentuk tubuh ideal lebih membutuhkan dukungan sosial teman sebaya terhadap perubahan bentuk tubuhnya. Hasil dari penelitian sejalan dengan penelitian Romansyah dan Natalia (2012) mengatakan lebih dari 50% (43 orang) responden mengalami *body image* negatif yaitu perempuan. Perempuan yang mengalami *body image* negatif membutuhkan perlindungan, mendapatkan rasa nyaman, mengurangi stress, kecemasan dan dukungan sosial teman sebaya untuk menyesuaikan diri pada perubahan bentuk tubuhnya (Kumalasari & Ahyani, 2012).

## 2. Gambaran dukungan sosial teman sebaya

Penelitian yang dilakukan pada 80 responden didapatkan bahwa remaja yang memiliki dukungan sosial teman sebaya tinggi yaitu sebanyak 47 orang (58,8%). Dukungan sosial teman sebaya yang tinggi ada pada responden perempuan berumur 17 tahun sebanyak 23 orang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mulia, Elita, dan Woferst (2014) mengemukakan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap resiliensi remaja yaitu  $\alpha$  (0,015 < 0,05). Hartati (2012) mengatakan lingkungan remaja lebih banyak melakukan interaksi dengan teman sebaya, dikarenakan waktu kebersamaan atau bertemu langsung setiap waktu disanalah remaja bersama-sama melakukan aktifitas apapun, dan remaja saling memberi masukan serta ide-ide positif bagi teman sebayanya. Selain itu, sistem *full day school* yang diaplikasikan sekolah merancang metode pembelajaran dengan menghabiskan sebagian waktu remaja di sekolah dengan teman sebayanya, akan menjadikan remaja memiliki dukungan dalam meningkatkan *body image* karena lebih banyak di berikan kritikan dan masukan terutama terkait perubahan bentuk tubuhnya (Rosyada, 2017); Irdianty dan Hadi (2018). Dukungan sosial teman sebaya di SMAN 8 Pekanbaru penting bagi remaja, dimana jika remaja diterima dan dihargai dengan baik, maka remaja dapat mengembangkan sikap positif pada diri sendiri dan lebih menerima serta menghargai diri.

## 3. Gambaran *body image*

Hasil penelitian pengukuran *body image* di SMAN 8 Pekanbaru didapatkan hasil bahwa remaja dengan *body image* positif yaitu 52 orang (65%), lebih banyak dari pada remaja dengan *body image* negatif. *Body image* paling banyak adalah positif ada pada perempuan yang berumur 17 tahun sebanyak 25 orang. *Body image* dapat terbentuk dari beberapa komponen seperti evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan pada bagian tubuh, perubahan bentuk tubuh, dan dan cara mengkategorikan ukuran tubuh. Hasil dari penelitian sejalan dengan penelitian

Meriyanto, Yudiernawati, dan Sutriningsih (2017) menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara gambaran tubuh pada perkembangan sosial remaja dengan  $p$  value  $(0,000) < \alpha (0,05)$ .

*Body image* adalah persepsi remaja terhadap tubuhnya baik disadari atau tidak, menyangkut persepsi sekarang dan masa lalu. Persepsi remaja seperti bagaimana ia bersikap yang dilandaskan pada target untuk dicapai, keinginan pada sebuah keberhasilan, dan penilaian (Hamidea, Kusuma, & Widiani, 2017). *Body image* merupakan sikap remaja pada tubuhnya sendiri, termasuk penampilan fisik, struktur dan fungsinya. Perasaan remaja mengenai *body image* seperti hal-hal yang terkait pada seksualitas, feminitas dan maskulinitas, keremajaan, kesehatan dan kekuatan (Damaiyanti & Iskandar, 2012).

*Body image* merupakan bagian dari konsep diri yang mempengaruhi remaja untuk mempersepsikan dan melihat dirinya. Hal ini sejalan dengan penelitian Denich dan Ildil (2015) menyatakan *body image* dipengaruhi dari persepsi remaja untuk membandingkan diri dengan remaja lain dan *feedback* positif yang diterima dari teman sebaya. Penelitian lain Denich, Ildil, dan Ilyas (2017) mengemukakan tingkat penerimaan *body image* sebagian besar tergantung pada dukungan sosial teman sebaya seperti memberi rasa nyaman sehingga meningkatkan *body image* positif. *Body image* positif pada remaja terbentuk dari rasa kepuasan remaja terhadap evaluasi tubuh, rasa percaya diri yang tinggi, dan diperolehnya penilaian positif dari dukungan sosial teman sebaya terhadap dirinya (Grogan, 2017).

#### **A. Analisa bivariat**

##### **Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan *body image* pada remaja**

Hasil penelitian tentang hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan *body image* pada remaja, menggunakan uji *Chi Square* diperoleh  $p$  value  $(0,000) < \alpha (0,05)$ . Hal ini berarti  $H_0$  ditolak, maka disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan *body image* terhadap remaja di SMAN 8 Pekanbaru. Hal ini diartikan dengan

semakin tingginya dukungan teman sebaya maka berpengaruh pada *body image* remaja.

King (2014) menyatakan remaja butuh dukungan sosial dari teman sebaya. Remaja membutuhkan perhatian dan rasa nyaman saat mereka menghadapi sebuah masalah, remaja butuh teman sebaya yang mau mendengar keluh kesah dengan penuh simpati, serius, memberi kesempatan untuk berbagi perasaan seperti rasa marah, takut, cemas, dan keraguan pada perubahan fisik (Widyastutik, Kartini, & Agustin, 2011).

Persepsi remaja mengenai penilaian pada penampilan, sangat berkaitan dengan *body image*. Kendall-Tackett dan Ruglass (2017) mengatakan remaja yang mempunyai *body image* ideal itu adalah hal sesuai dengan harapan. Kesesuaian atau ketidaksesuaian pada bentuk tubuh yang dimilikinya mempengaruhi dari rasa kepuasan dan ketidakpuasan terhadap *body image* (Hasmalawati, 2017).

Hasil penelitian Mukhlis (2013) dukungan sosial dari teman sebaya secara signifikan mempengaruhi remaja untuk berpikir positif pada penurunan tingkat ketidakpuasan *body image* remaja perempuan. Dapat dikatakan bahwa, terdapat faktor dukungan teman sebaya mempengaruhi perkembangan *body image*. Penelitian Irdianty dan Hadi (2012) menyatakan remaja yang mendapat dukungan dari teman sebaya memiliki *body image* positif terhadap dirinya. Asumsi peneliti, terkait dengan dukungan sosial teman sebaya dapat membuat remaja memiliki *body image* positif. Remaja juga dapat belajar kelompok, melakukan kegiatan *ekstrakurikuler* bersama, dan diskusi atau *sharing* informasi terkait perubahan bentuk tubuh di masa pubertas.

Hal ini sejalan dengan penelitian Meriyanto, Yudiernawati, dan Sutriningsih (2017) mengemukakan pada penelitiannya gambaran *body image* positif 23 orang (76,6%). Sejalan juga dengan penelitian Samosir dan Sawitri (2015) menyatakan diketahui responden yang memiliki persepsi positif mengenai *body image* merupakan remaja. Berdasarkan hal tersebut disimpulkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya dan *body image* lebih mempengaruhi remaja. Hal ini disebabkan oleh perubahan bentuk tubuh

yang terjadi dimasa remaja dan menjadikan remaja lebih perhatian dengan perubahan yang terjadi pada dirinya. Remaja mulai mengalami peningkatan interaksi sosial dan bersosialisasi dengan teman sebaya.

## SIMPULAN

Hasil penelitian terhadap 80 responden remaja yang berumur 15-18 tahun di SMAN 8 Pekanbaru bahwa mayoritas umur remaja yang menjadi responden peneliti yaitu umur 17 tahun sebanyak 56,3% dan mayoritas jenis kelamin perempuan sebanyak 77,5%. Hasil dari penelitian menunjukkan gambaran dukungan sosial teman sebaya mayoritas tinggi yaitu sebanyak 58,8%, dan gambaran *body image* responden mayoritas positif yaitu sebanyak 56,3%.

Hasil uji statistik tentang dukungan sosial dari teman sebaya dengan *body image* pada remaja diperoleh  $p$  value  $0,000 < \alpha$  (0,05) sehingga didapatkan ada hubungan dukungan sosial dari teman sebaya dengan *body image* pada remaja.

## SARAN

Bidang Ilmu Keperawatan, hasil penelitian dapat dijadikan sumber informasi bagi ilmu keperawatan tentang dukungan sosial teman sebaya dengan *body image* terhadap remaja.

Bagi Sekolah, hasil penelitian ini diharapkan diharapkan bagi guru untuk membuat suatu program *screening* terhadap siswa dengan *body image* negatif untuk diberikan edukasi terkait bahaya gangguan *body image*.

Bagi Responden, hasil penelitian ini diharapkan bagi remaja untuk memberikan dukungan sosial teman sebaya pada remaja yang memiliki *body image* negatif.

Peneliti Selanjutnya, hasil dari penelitian diharapkan dapat menjadi sumber tambahan informasi, menggali faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* pada remaja di masa pubertas.

## DAFTAR PUSTAKA

Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2012). *Pengantar gizi masyarakat*. Jakarta:

Kencana.

Badan Pusat Statistik Pekanbaru. (2017). *Informasi kota Pekanbaru*. Diperoleh tanggal 18 November 2018, dari <http://bappeda.pekanbaru.go.id>.

Badan Pusat Statistik Provinsi Riau. (2016). *Penduduk menurut jenis kelamin dan kelompok umur Provinsi Riau, 2011-2016*. Diperoleh tanggal 18 November 2018, dari <https://riau.bps.go.id>.

Budiarti, F.T., Herlina., Hasneli, Y. (2016). *Hubungan dukungan sosial terhadap karakter remaja*. Skripsi (tidak dipublikasikan). Pekanbaru: Universitas Riau.

Cicchetti, D. (2016). *Developmental psychopathology third edition: theory and method*. Vol.1.USA: Wiley.

Damaiyanti, I., & Iskandar. (2012). *Asuhan keperawatan jiwa*. Bandung: PT Refika Aditama.

Davisca, O. A. (2016). Perbedaan *body image* ditinjau dari tahap perkembangan (remaja dan dewasa awal) dan jenis kelamin (perempuan dan laki-laki) di kelurahan banyumanik kecamatan banyumanik kota semarang. Diperoleh tanggal 13 Mei 2019, dari <http://digilib.esaunggul.ac.id>.

Denich, A. U., & Ifdil. (2015). Konsep *body image* remaja putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. Diperoleh tanggal 13 Desember 2018, dari <http://jurnal.konselingindonesia.com>.

Denich, A. U., Ifdil., Ilyas, A. (2017). *Hubungan body image dengan kepercayaan diri remaja putri*. Diperoleh tanggal 13 Mei 2018, dari <http://jurnal2.um.com>.

Grogan, S. (2017). *Body image: understanding body dissatisfaction in men, women and children*. Third Edition. New York: Routledge.

Hamidea, K. N., Kusuma, F. H. D., & Widiani, E. (2017). Hubungan antara citra raga dengan harga diri pada remaja awal di madrasah tsanawiyah muhammadiyah 01 malang. *Jurnal Nursing News*. Diperoleh tanggal 05 Desember 2018, dari <http://publikasi.unitri.ac.id>.

**Febryani Zuvita, Arneliwati, dan Fathra Annis Nauli, Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Body Image terhadap Remaja**

- Hasmalawati, N. (2017). Pengaruh citra tubuh dan perilaku makan terhadap penerimaan diri pada wanita. *Jurnal Psikoislamedia*. Diperoleh tanggal 18 Juni 2019, dari <http://jurnal.ar-raniry.ac.id>.
- Irdianty, M. S., & Hadi, R. (2018). *Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan citra tubuh (body image) siswi usia sekolah dengan menarचे di kecamatan sale*. Diperolehtanggal 19 Maret 2019, dari <http://unimus.ac.id>.
- Jahya, Y. (2011). *Psikologi perkembangan*. Edisi Pertama. Jakarta: Kencana.
- Kemenkes, RI. (2015). *Situasi kesehatan reproduksi remaja*. Jakarta: Kemenkes RI diperoleh tanggal 11 November 2018, dari <https://www.depkes.go.id>.
- Kendall-Tackett, K. A., & Ruglass, L. M. (2017). *Women's mental health across lifespan challenges, vulnerabilities, and strengths*. New York: Routledge.
- King, L., A. (2014). *Psikologi umum: sebuah pandangan apresiasif*. Jakarta: Salemba medika.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). *Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja dipanti asuhan*. Diperoleh tanggal 28 Juni 2019, dari <http://jurnal.umk.ac.id>.
- Laporan Guru Kurikulum. (2019). Data jumlah peserta didik. Pekanbaru: SMAN 8 Pekanbaru. Diperoleh pada tanggal 11 Februari 2019, dari komunikasi pribadi.
- Laporan Perawat Komunitas. (2019). Kasus gangguan *body image* pada siswa. Pekanbaru: SMAN 8 Pekanbaru. Diperoleh pada tanggal 16 April 2019, dari komunikasi pribadi.
- Levenson, J. L. (2011). *The american psychiatric publishing texbook of psychomatic medicine psychitric care of the medically ill*. New York: American Psychiatric Association Publishing.
- Mardalena, I. (2017). *Dasar-dasar ilmu gizi konsep dan penerapan pada asuhan keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Meriyanto., Yudiernawati, A., & Sutriningsih, A. (2017). *Hubungan gambaran tubuh (body image) dengan perkembangan sosial pada remaja di smk pgri 3 malang*. Diperoleh tanggal 13 Mei 2019, dari <http://publikasi.unitri.ac.id>.
- Muhith, A. (2015). *Pendidikan keperawatan jiwa (teori dan aplikasi)*. Yogyakarta: CV Andi OFFSET.
- Mulia, L.O., Elita, V., & Woferst, R. (2014). *Hubungan dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat resiliensi remaja dip anti asuhan*. Diperoleh tanggal 13 Mei 2019, dari <http://jom.unri.com>.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., Feldman, R. D. (2009). *Human development (psikologi perkembangan)*. Edisi 9. Jakarta: Kencana.
- Pieter, H. Z., Janirwati, B., & Saragih, M. (2011). *Pengantar psikologi untuk keperawatan*. (Edisi 1). Jakarta: Kencana.
- Priyatna, A. (2011). *My little angel: membahas topik-topik yang wajib diketahui seputar parenting anak perempuan*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Romansyah, M., & Natalia, D. (2012). *Gangguan body image dihubungkan dengan aktivitas olahraga pada mahasiswa obesitas*. Diperoleh tanggal 25 Mei 2019, dari <http://jurnalstikes.co.id>
- Rosyada, D. (2017). *Madrasah dan professionallisme guru dalam arus dinamika pendidikan islam di era otonomi daerah*. Edisi Pertama. Depok: PT. Kharisma Putra Utama.
- Samosir, D.T.P., & Sawitri, D.R. (2015). Hubungan antara citra tubuh pengungkapan diri pada remaja awal kelas VII. *Jurnal Empati*. Diperoleh pada tanggal 18 Juni 2019, <http://ejournal3.undip.ac.id>.
- Sarafino, E., & Smith, T. (2011). On overview of psychology and health. *Health Psychology; Biopsycosocial Interactions, 1-28*. Diperoleh tanggal 19 Maret 2019, dari <https://books.google.co>.
- Setiadi. (2013). *Konsep dan praktek penulisan riset keperawatan*. Edisi 2. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Setiawan, H. H. (2018). *Reintegrasi praktek*



*pekerjaan social dengan anak yang berkonflik dengan hukum.* Yogyakarta: Deepublish.

Susanto, A. (2018). *Bimbingan dan konseling di sekolah, konsep teori dan aplikasinya.* Jakarta: Prenadamedika Group.

Survei Penduduk Antar Sensus (2015). *Profil penduduk Indonesia hasil supas 2015.* Diperoleh tanggal 18 November 2018, dari <http://www.bps.go.id>.

Triningtyas, D. A. (2017). *Sex education.* Jawa Timur: CV. AE Media Grafika.

Widyastutik, R., Kartini, S.M., & Agustin, R. W. (2011). *Perbedaan psychological weel-being ditinjau dari dukungan sosial pada remaja tunarungu yang dibesarkan dalam lingkungan asrama SLB-B Kota Wonosobo.* Diperoleh pada tanggal 19 Maret 2019, dari <http://jurnal.psikologi.ca.id>.

World Health Organization. (2014). *WHO child and adolescent health and development.* Diperoleh tanggal 18 November 2018, dari <https://www.who.int>.