

HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI DENGAN *BODY IMAGE* PADA REMAJA PUTRI YANG AKTIF MELIHAT VIDEO TIKTOK

Amelinda Putri Andini

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya,
Jl. Semolowaru 45 Surabaya
Email: Andini.alazka123@gmail.com

Abstract. *Adolescence is a period of transition from childhood to adulthood, adolescents assess their bodies and then compare them with others. Teenagers perceive body parts and overall appearance with standards. Teenagers with a positive body image have a positive picture of themselves. A positive body image accepts himself and knows himself well. The purpose of this study was to find out whether there is a positive relationship between self-acceptance and body image in young women who actively watch Tiktok videos. This research uses Pearson product moment analysis technique. The sampling technique used is accidental sampling with the criteria that young women aged 15-18 years have the Tiktok application. In this study, there were 80 respondents. The results show that self-acceptance with body image has a significant relationship. This is evidenced by the Pearson product moment which gives a number of 0.714 with a significance of $p = 0.000$ or $p < 0.05$. So it can be said that the higher the self-acceptance, the higher the body image of young women who actively watch TikTok videos. On the other hand, the lower the self-acceptance, the lower the body image of young women who actively watch TikTok videos. The hypothesis in this study can be accepted, namely there is a positive relationship between self-acceptance and body image in young women.*

Keywords: *Body Image, Self Acceptance, Teenagers*

Abstrak. Remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa, Remaja menilai tubuhnya kemudian membandingkan dengan orang lain. Remaja mempersepsikan bagian bagian tubuh dan penampilan secara keseluruhan dengan standart. Remaja dengan *body image* positif memiliki gambaran tentang dirinya sendiri yang bersifat positif. *Body image* positif menerima dirinya sendiri dan dapat mengenal dirinya dengan baik. tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan positif antara penerimaan diri dengan *body image* pada remaja putri yang aktif melihat video TikTtok. Penelitian ini menggunakan Teknik analisis *pearson product moment*. Teknik pengambilan sampling yang digunakan adalah *accidental sampling* dengan kriteria remaja putri usia 15-18 tahun memiliki aplikasi Tiktok. Pada penelitian ini didapat responden sebanyak 80 responden. Hasil menunjukkan bahwa penerimaan diri dengan *body image* memiliki hubungan yang signifikan. Hal ini dibuktikan dengan *pearson product moment* yang memberikan angka sebesar 0,714 dengan signifikasi $p=0,000$ atau $p<0,05$. Maka dapat dikatakan bahwa semakin tinggi penerimaan diri, maka semakin tinggi juga *body image* pada

remaja putri yang aktif melihat video TikTok. Begitupun sebaliknya semakin rendah penerimaan diri, maka semakin rendah juga *body image* pada remaja putri yang aktif melihat video TikTok. Dengan demikian maka hipotesis pada penelitian ini dapat diterima yaitu ada hubungan positif antara penerimaan diri dengan *body image* pada remaja putri.

Kata Kunci: *Body Image*, Penerimaan Diri, Remaja

PENDAHULUAN

TikTok adalah platform untuk menuangkan ide kreatif bagi penggunaannya. Indonesia merupakan pasar kedua terbesar TikTok di dunia pada 2020. Melansir dari Statista, ada 22,2 juta pengguna aktif bulanan (*monthly active users/MAU*) aplikasi video pendek tersebut di tanah air pada tahun lalu. Saat ini pengguna Tiktok di Indonesia mencapai angka 92,2 juta pengguna, dihitung Per Juli 2021 jumlah ini meningkat. Data lain menunjukkan bahwa orang-orang membuka Tiktok sampai 12 kali setiap harinya. Selain itu, ada lebih dari 400 milyar video yang ditonton oleh orang-orang selama satu bulan. Melihat betapa aktif dan besarnya pengguna Tiktok di Indonesia. Usia penggunaannya paling banyak adalah 18-34 tahun dan 36 persen pengguna merupakan pekerja penuh waktu. Namun, ternyata pada Remaja usia 13 tahun sudah mulai banyak yang aktif menggunakan TikTok.

For Your Page atau sering dikenal dengan sebutan *FYP* merupakan sebuah halaman rekomendasi dari aplikasi TikTok yang akan muncul pertama kali jika membuka aplikasi. Pada saat ini semua hal sudah berbau digital untuk diaplikasikan kedalam kehidupan sehari-harinya, demikian pula dengan media sosial yang didalamnya berisi berbagai informasi baik berupa

gambar, video, berita dan lain sebagainya.

TikTok merupakan media sosial yang berupa audio visual dimana masyarakat bisa melihat visual (gambar) serta audio (suara). Biasanya aplikasi TikTok digunakan untuk membuat video-video berdurasi pendek dan didalamnya berisi fitur-fitur yang cukup menarik seperti filter, musik, dan lain sebagainya. Di dalam aplikasi TikTok kita bisa mengetahui semua informasi yang sedang fenomenal dengan cepat dan mudah, biasanya informasi-informasi tersebut disajikan dalam bentuk yang menarik dan kreatif oleh para content creator sehingga para penonton tidak merasa bosan. Aplikasi TikTok juga disukai masyarakat karena fitur-fitur yang tersedia sangat menarik seperti efek, musik dan contoh gerakan dari musik. Walaupun demikian, penggunaan TikTok juga memberikan dampak negatif bagi penontonnya, seperti para content creator yang membuat video menampilkan wajah cantik dan tubuh indah seperti model, membuat remaja yang melihat kini terpengaruh oleh video itu membuat remaja melakukan perubahan pada dirinya.

Kehidupan manusia, menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa. Transisi perkembangan seringkali merupakan titik penting dalam kehidupan individu (Santrock, 2003). Masa remaja

menunjukkan dengan jelas sifat transisi karena remaja belum mendapatkan status dewasa dan tidak lagi memiliki status anak. Menurut Monks (2006) dijelaskan bahwa masa remaja berlangsung dari usia 12-21 tahun yang dibagi menjadi: masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja pertengahan (15-18 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun). Pada masa remaja awal, terjadi berbagai perubahan pada diri remaja, salah satunya adalah perubahan fisik. Terkait dengan perubahan fisik yang terjadi, para remaja harus dapat menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif, hal tersebut merupakan salah satu tugas perkembangan remaja (Santrock, 2003)

Perhatian yang berlebihan pada bentuk tubuh yang sedang mengalami perubahan terutama terjadi selama pubertas pada masa remaja awal. Santrock (2003) menjelaskan bahwa para remaja mengembangkan gambaran pribadi tentang bagaimana bentuk tubuh, di mana hal tersebut terkait erat dengan body image. Body image merupakan pengalaman individu yang berupa persepsi terhadap bentuk dan berat tubuhnya, serta perilaku yang mengarah pada evaluasi individu tersebut terhadap penampilan fisiknya (Cash, 2012).

Seorang gadis di Tiongkok bernama Lita Z Nana adalah seorang *influencer* yang memiliki pengikut sebanyak 300.000, dalam akun Weibonya Nana berbagi cerita tentang operasi pada dirinya, Nana memulai operasi wajah di umur 13 tahun hingga 15 tahun sebanyak 60 kali, Lita Z Nana melakukan operasi agar

wajahnya seperti boneka Barbie. Nana mengatakan melakukan operasi pada bagian mata, mulut, dan tubuhnya. Dia juga telah menjalani enam kali operasi, yaitu kelopak mata ganda, lima prosedur kantoplasti lateral (sudut mata luar), tiga kali sedot lemak tubuh, satu operasi pengurangan tulang seluruh wajah, dua kali sedot lemak wajah, dua sedot lemak paha, dan tiga operasi di mulutnya. Tidak hanya itu seorang wanita asal Bulgaria bernama Andrea Ivanova ingin sekali memiliki bibir seperti boneka barbie, Andrea rela berkali-kali melakukan operasi plastik pada bibirnya, saat fotonya beredar diketahui Ivanova sudah melakukan sebanyak 15 kali operasi. Saat berusia 28 tahun Ivanova belum merasa puas dan melakukan lagi 20 kali operasi pada bibirnya

Fenomena yang terjadi di atas adalah salah satu dari kasus yang terdapat pada *body image* seseorang. Periode penting terkait dengan perkembangan body image terjadi pada masa remaja awal, khususnya bagi para remaja putri. Saya melakukan pembagian kuisioner online untuk pengguna TikTok dikalangan remaja dari 10 subjek usia 12-19, 8 perempuan dan 2 laki-laki yang sedang sibuk bersekolah, seluruh subjek memiliki akun tiktok dan mengikuti penggemarnya yang cantik. 9 dari 10 remaja ingin seperti penggemarnya, 8 remaja merasa tidak setaman atau secantik mereka, 8 dari 10 remaja memiliki keinginan merubah fisik, 7 dari 10 remaja menjawab wajar jika merubah fisik demi oranglain, 5 dari 10 remaja memilih untuk menutupi fisiknya agar tidak terlihat orang lain, 4 dari 10

menjawab pernah mendapat perkataan menyinggung fisik, 8 dari 10 remaja menjelaskan bagian tubuh mana saja yang ingin di rubah (meliputi: kulit, hidung, mata, perut, alis, dan tubuh yang terdapat lemak).

Honigman dan Castle (2007) mengatakan bahwa *body image* merupakan gambaran mental individu yang ditujukan pada ukuran dan bentuk tubuhnya, bagaimana penilaian individu lain pada dirinya, dan bagaimana individu tersebut akan mempersepsikan dan memberikan penilaian terhadap apa yang ia pikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya. Menurut Hoyt dan Kogan (2001) *body image* adalah sikap individu terhadap tubuhnya sendiri dalam hal bentuk, ukuran, atau estetika yang didasarkan pada evaluasi individual dan pengalaman individu tersebut terhadap atribut fisiknya. *Body image* menurut Arthur (Ridha, 2012) merupakan imajinasi yang dimiliki oleh individu mengenai tubuhnya yang berkaitan dengan penilaian orang lain dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi - persepsi ini. *Body image* bersifat subjektif karena didasarkan pada interpretasi pribadi dan tidak mempertimbangkan kenyataan yang sebenarnya ada pada tubuhnya (Hardisuryabrata, 1997)

Pentingnya *body image* yang dimiliki oleh remaja tidak lepas dari perhatian mereka melalui pengaruh-pengaruh media lewat sarana iklan di tv, majalah hingga internet yang memperlihatkan ikon-ikon pria yang berotot, badan yang tegap dan berisi serta ikon wanita yang memiliki *body* yang tinggi, putih, mulus, kurus.

Sehingga tidak jarang terdapat sejumlah remaja yang melakukan berbagai macam cara untuk mencapai tubuh yang ideal yang diinginkan seperti melalui diet ketat, olahraga yang berlebihan hingga sedot lemak. Hal tersebut seperti hasil dari penelitian Hoyt (dalam Na'imah & Rahardjo, 2008) yang menemukan bahwa media massa memegang peran yang signifikan dalam membentuk perasaan remaja putri terhadap tubuhnya.

Body image merupakan gambaran yang dimiliki dalam pikiran tentang ukuran, keadaan atau kondisi dan bentuk tubuh. Perubahan fisik yang dialami remaja bisa mempengaruhi hubungan dengan orang lain. Sebagian remaja ingin menghindari situasi atau orang tertentu karena merasa begitu rendah diri atau malu. Semua perubahan ini ada saatnya remaja tidak merasa yakin terhadap diri sendiri (kurang percaya diri) merasa gemuk, besar, kurus yang membuatnya merasa malu seakan semua orang di dunia memperhatikan ketidaksempurnanya. Setitik jerawat bisa tampak sebesar bola dan membuat remaja ingin menggali lubang dan bersembunyi didalamnya. Hal ini mungkin menyebabkan sulit bergaul dan menyesuaikan diri dengan orang lain.

Body image ini secara umum dibentuk dari perbandingan yang dilakukan seseorang atas fisiknya sendiri dengan standar kecantikan yang dikenal oleh lingkungan sosial dan budayanya. Karena *body image* adalah bagian dari citra diri, yang punya pengaruh terhadap cara seseorang melihat dirinya. Selanjutnya

akan menentukan juga cara seseorang menilai dirinya, positif atau negatif. Kalau seseorang menilai dirinya positif, maka remaja juga yakin akan kemampuan dirinya (Sloan, 2002). Pandangan remaja tentang penampilan dan aspek ke tubuhnya merupakan citra tubuhnya atau *body image*.

Fenomena ini terlihat jelas bahwa manusia ingin hidup dalam keadaan yang sempurna. Begitu pula dengan remaja, mereka juga ingin tampil sempurna dalam setiap kesempatan. Padahal sebagai manusia pasti memiliki kelebihan dan kekurangan. Hal ini menjadikan remaja tidak bisa menerima keadaan dirinya terutama keadaan fisik yang dimiliki. Remaja yang sedang mengalami perkembangan fisik kerap kali membuat mereka resah dan tidak nyaman. penampilan pada fisik sangat penting bagi remaja putri. Secara tidak langsung membuat remaja putri merubah fisik secara sadar ataupun tidak sadar.

Penerimaan diri adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. "Individu yang dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya", (Hurlock dalam Rina, 2004). Selanjutnya, menurut Calhoun dan Acocella (dalam Rina, 2004), menyatakan bahwa "individu yang bisa menerima diri secara baik, tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan".

Supratiknya (dalam Alin Riwayati, 2010) penerimaan diri

merupakan kemampuan seseorang untuk memiliki penilaian yang realistik terhadap berbagai kelebihan dan kekurangan. Selain itu, masih menurut Supratiknya (2009) bahwa menerima diri adalah memiliki penghargaan yang tinggi dan tidak bersikap sinis terhadap diri sendiri. Hal serupa juga diungkapkan oleh Johnson (1993) bahwa penerimaan diri dipandang sebagai suatu keadaan seseorang yang memiliki penghargaan tinggi terhadap diri sendiri dan tidak sinis tentang dirinya. Sedangkan menurut Allport (dalam Hjelle & Ziegler, 1981) penerimaan diri adalah individu yang dapat bertoleransi dengan frustrasi atau kejadian yang tidak menyenangkan dan mengakui kelebihan yang dimilikinya.

Penerimaan diri banyak dipengaruhi *body image* berupa budaya dan standarisasi masyarakat mengenai penampilan dan kecantikan, meliputi konsep kurus, gemuk, indah dan menawan ketika dilihat. Sehingga *body image* menjadi isu yang meluas dikalangan remaja. Penerimaan diri juga dipengaruhi oleh penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri, baik berupa penilaian positif yang akhirnya menghasilkan perasaan keberhargaan atau kebergunaan diri dalam menjalani kehidupan, yang sewaktu-waktu bisa menjadi pengaruh yang sangat kuat pada dirinya.

TINJAUAN PUSTAKA

Body Image

Body Image menurut Thompson (2000) *level body image* individu digambarkan oleh seberapa jauh individu merasa puas pada bagian

bagian tubuh dan penampilan tubuh secara keseluruhan.

Penerimaan diri

Penerimaan diri menurut Powell (1995) Penerimaan diri adalah hal yang penting dan serius dalam kehidupan manusia. Mengabaikan usaha untuk berusaha memahami tentang penerimaan diri ini sama artinya berusaha membunuh satu generasi anak manusia yang sehat dan seimbang secara psikologis.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri di TikTok dengan menggunakan teknik *Accidental Sampling*. Metode pengumpulan data yang dimaksud pada penelitian ini adalah menggunakan data pribadi subjek dan alat pengukuran atau instrument. Alat pengukuran atau instrumen yang digunakan ada 2 macam yaitu skala *body image* dan skala penerimaan diri. Teknik analisa data yang digunakan yaitu *product moment* untuk mengetahui hubungan antar variabel. Sebelum dilakukan analisis data terlebih dahulu dilakukan uji asumsi dan uji prasyarat yang meliputi uji validitas, uji reliabilitas, uji normalitas, uji linieritas, uji deskriptif dan uji hipotesis. Keseluruhan teknik analisis data akan menggunakan program SPSS versi 25.0 *for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembahasan ini bertujuan untuk mengulas kembali secara ringkas terkait penelitian yang

dilakukan sejak April 2022 sampai Juli 2022 pada 80 orang subjek remaja putri yang berumur 15 tahun dan 18 tahun yang mempunyai maupun menggunakan aplikasi TikTok dengan rentang waktu pengambilan sampel selama 2 minggu dimulai dari 18 juni 2022 sampai 26 juni 2022, didapatkan beberapa hasil analisis.

Pada penelitian beberapa subjek tidak hanya perempuan saja yang namun laki laki juga mengisi skala yang disebar. Sebanyak 80 responden. Aktivitas yang dilakukan saat membuka aplikasi tiktok melihat lihat saja sebanyak 71 responden, mengunggah video sebanyak 30 responden. Ketika hanya melihat lihat Tiktok responden melakukan scroll beranda sebanyak 70 responden, responden melakukan melihat profil orang lain sebanyak 26 orang dan responden yang hanya melihat lihat video sebanyak 12 orang.

Berdasarkan hasil nilai mean *body image* dari 80 responden didapatkan responden yang memiliki *body Image* dengan kategori tinggi sebanyak 36 orang (45%), responden yang memiliki *body Image* dengan kategori sedang sebanyak 39 orang (48.8%), dan responden yang memiliki *body Image* dengan kategori rendah sebanyak 5 orang (6.3%), dapat terlihat menurut Thompson (2000) *body image* memiliki 3 aspek yaitu persepsi terhadap bagian bagian tubuh dan penampilan secara keseluruhan, perbandingan dengan orang lain, sosial budaya reaksi terhadap orang lain. Individu melakukan evaluasi bentuk tubuh atau penampilan orang lain yang tidak ada dalam individu, melakukan penilaian antara

penampilan fisiknya dengan penampilan fisik orang lain dan menilai reaksi terhadap orang lain apabila dinilai orang itu menarik secara fisik. *Body image* dapat terlihat dari remaja yang memiliki persepsi yang tidak terlalu buruk terhadap bentuk tubuhnya, perbandingan dengan orang lain, sosial budaya yang membuat remaja melihat hal baik pada fisiknya. Sedangkan remaja dengan tingkat *body image* yang rendah ditunjukkan dengan sikap sebaliknya, yaitu memiliki persepsi negatif terhadap bentuk tubuhnya, membandingkan fisik dengan orang lain secara berlebihan dan tidak percaya diri terhadap bentuk tubuhnya. Menurut Romansyah dan Desi (2012) *body image* sedang, cukup selalu labil dan ragu dengan bagaimana harus bersikap, memandang dan menilai dirinya sendiri, kadang merasa kurang nyaman dengan keadaan dirinya tetapi masih bisa menerima keadaannya dengan baik. Hal ini sejalan dengan Thompson (2000) menjelaskan *level body image* individu digambarkan oleh seberapa jauh individu merasa puas pada bagian-bagian tubuh dan penampilan tubuh secara keseluruhan. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diketahui individu dengan tingkat *body image* tinggi menunjukkan sikap yang percaya diri akan bentuk tubuhnya dan individu merasa nyaman akan citra tubuhnya bisa menerima keadaannya dengan baik. *Body image* positif memiliki gambaran tentang dirinya sendiri yang bersifat positif dapat menerima dirinya sendiri dan dapat mengenal dirinya dengan baik, pada remaja putri yang memiliki

pandangan positif tak peduli dengan bentuk tubuh yang dimiliki dan merasa puas terhadap anggota tubuhnya sendiri.

Jika melihat pendapat ahli diatas bahwa *body image* adalah penerimaan diri secara fisik dan psikologis. Upaya tersebut diperlukan adanya penerimaan diri dan penerimaan sosial. Penerimaan diri adalah kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu Individu dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak mempunyai masalah dengan diri sendiri, yang tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan (Hurlock, 1996). Salah satu faktor keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap keadaan dan lingkungannya ditentukan oleh kesanggupan individu dalam menerima keadaan dirinya sendiri. Penerimaan diri adalah hal yang penting dan serius dalam kehidupan manusia. Mengabaikan usaha untuk berusaha memahami tentang penerimaan diri ini sama artinya berusaha membunuh satu generasi anak manusia yang sehat dan seimbang secara psikologis (Powell, 1995). Seperti yang diungkapkan oleh (Powell 1992) ada 5 macam penerimaan untuk mencapai penyesuaian yang memuaskan yaitu, penerimaan fisik, penerimaan intelektual, penerimaan keterbatasan diri, penerimaan perasaan emosi, penerimaan kepribadian. Penerimaan fisik yang mengandung arti dapat menerima dari segi wajah, tubuh,

maupun kondisi kesehatan individu tersebut. Penerimaan intelektual, artinya individu mampu mengontrol cara berfikir serta menerima pola pikir individu. Penerimaan keterbatasan diri, artinya individu dapat menerima segala keterbatasan dan kelemahan yang ada dalam dirinya dan bisa mengarahkan keterbatasan dan kelemahan tersebut ke arah yang positif. Penerimaan perasaan emosi, artinya individu dapat mengontrol pergantian emosi yang terjadi dalam dirinya dan tidak melebih-lebihkan segala sesuatu. Penerimaan kepribadian, artinya individu mampu menyadari akan keadaan dirinya dan bagaimana kepribadiannya sehingga bisa mengarahkan kepada hal yang positif.

Jika melihat pendapat ahli diatas dapat dikatakan bahwa individu harus memiliki penghargaan diri yang tinggi terhadap diri sendiri ditunjukkan dengan kemampuan mencintai diri sendiri secara fisik. Individu mampu berfikir jernih tidak mudah terpengaruh, Individu sadar akan kondisi dirinya sendiri memiliki kelebihan maupun kekurangan mengenai kelemahan maupun kesalahan yang diperbuat. Individu dapat menyadari pergantian emosi dalam diri dan mampu menanggapi atau mengungkapkan secara tidak berlebihan. Individu memerlukan pengetahuan dan pemahaman tentang pribadinya dengan baik agar individu tersebut mampu menikmati hidup dengan bersikap apa adanya tanpa disertai sikap mementingkan diri sendiri.

Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai mean penerimaan diri responden

didapatkan responden yang memiliki Penerimaan Diri dengan kategori sedang sebanyak 57 orang (71.3%), dan responden yang memiliki penerimaan diri rendah dengan kategori rendah sebanyak 23 orang (28.7%).

Terbentuknya penerimaan diri remaja banyak faktor mempengaruhi yang dapat mempengaruhi baik secara internal maupun eksternal. Diantaranya harapan yang dimiliki remaja. Remaja yang memiliki harapan realitis tentu akan mudah menerima dirinya. Contoh, remaja yang memiliki harapan untuk menyerupai idolanya, tentu ini adalah harapan yang terlalu tinggi dan susah dicapai. Remaja tentu akan mendapatkan kesulitan dalam mencapai keinginannya atau bahkan tidak akan pernah tercapai. Padahal, tingkat keberhasilan remaja dalam mencapai keinginannya akan menentukan tingkat kepuasannya. Jadi, remaja yang tidak bisa tampil sesuai dengan harapannya, akan memiliki kepuasan yang rendah terhadap penampilannya. Oleh sebab itu, remaja yang tidak puas dengan tubuh, penampilan dan segala karakteristik yang dimiliki akan memiliki citra tubuh yang negatif.

Hal ini berarti penilaian remaja terhadap penampilan *body image* dapat mempengaruhi remaja terhadap kemampuannya untuk menerima diri. Jika remaja merasa tidak puas atau khawatir terhadap penampilan maka dapat mengakibatkan kesulitan untuk menerima dirinya, sehingga akan timbul konflik, masalah dan ketidakbahagiaan. Padahal sumber

dari kebahagiaan itu sendiri adalah mampu untuk menerima segala karakteristik yang ada dalam diri kita. Jadi, gambaran yang dimiliki remaja mengenai bentuk tubuhnya (citra tubuh) memiliki hubungan terhadap penerimaan dirinya.

Penerimaan diri pada tubuhnya membuat individu tetap bisa menerima keadaan dengan baik. Hal ini ditunjukkan dengan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan dengan teknik korelasi *product moment pearson* yang menggunakan program (spss 25 for windows) didapatkan hasil yang menyatakan bahwa ada korelasi positif antara penerimaan diri dengan *body image* pada remaja putri yang aktif melihat video TikTok, hipotesis yang diajukan pada penelitian ini artinya diterima. Hasil analisis menunjukkan bahwa jika nilai penerimaan diri seseorang mengalami kenaikan maka nilai *body image* seseorang juga akan mengalami kenaikan, begitu pula sebaliknya. Dengan demikian maka hipotesis pada penelitian ini dapat diterima yaitu ada hubungan positif antara penerimaan diri dengan *body image* pada remaja putri.

Uji koefisien determinasi R^2 juga dilakukan untuk mengetahui seberapa pengaruh penerimaan diri terhadap *body image*. Hasilnya, penerimaan diri memiliki pengaruh sebesar 51% terhadap *body image*, kemudian 49% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini namun menurut Jersild (1963) faktor yang mendukung penerimaan diri ada dukungan sosial, usia, pendidikan, keadaan fisik, pola asuh orang tua, sedangkan menurut Cash dan

Pruzinsky (2002) faktor yang mendukung *body image* selain penerimaan diri ada jenis kelamin dan hubungan interpersonal.

SIMPULAN

Penelitian ini menggunakan Teknik analisis pearson product moment. Teknik pengambilan sampling yang digunakan adalah accidental sampling dengan kriteria remaja putri usia 15-18 tahun memiliki aplikasi TikTok. Pada penelitian ini didapat responden sebanyak 80 responden. Penelitian yang dilakukan sejak April 2022 sampai Juli 2022 pada 80 orang subjek adalah remaja putri yang berumur 15 tahun dan 18 tahun yang mempunyai maupun menggunakan aplikasi TikTok dengan rentang waktu pengambilan sampel selama 2 minggu dimulai dari 18 juni 2022 sampai 26 juni 2022, didapatkan beberapa hasil analisis menunjukkan bahwa penerimaan diri dengan *body image* memiliki hubungan yang signifikan. Hal ini dibuktikan dengan *pearson product moment* yang memberikan angka sebesar 0,714 dengan signifikansi $p=0,000$ atau $p<0,05$. Maka dapat dikatakan bahwa semakin tinggi penerimaan diri, maka semakin tinggi juga *body image* pada remaja putri yang aktif melihat video Tiktok. Begitupun sebaliknya semakin rendah penerimaan diri, maka semakin rendah juga *body image* pada remaja putri yang aktif melihat video TikTok. Dengan demikian maka hipotesis pada penelitian ini dapat diterima yaitu ada hubungan positif antara penerimaan diri dengan *body image* pada remaja putri.

SARAN

Peneliti memberikan beberapa saran yang berkaitan dengan penelitian sebagai berikut:

Bagi Remaja Putri

Bagi remaja diharapkan dapat memahami kelebihan dan kekurangan dalam dirinya agar percaya diri dengan bentuk tubuh yang dimiliki. Tidak perlu mendengarkan apa kata orang lain dan tidak perlu merasa minder kepada orang lain harus bersyukur atas fisik yang dimiliki sekarang.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk memperbanyak sampel sehingga data yang diperoleh dapat lebih mewakili populasi yang ada serta mendapatkan perbandingan yang merata antara sampel perempuan dengan sampel laki laki. Selain itu bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti dengan sampel yang sama diharapkan untuk mengambil sampel dengan cara langsung mendatangi sekolah sekolah yang menjadi sasaran agar data yang didapatkan lebih representative dan lebih valid. Melihat masih ada 36.4% faktor lain yang dapat mempengaruhi penerimaan diri selain *body image*, maka pada peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian mengenai faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi penerimaan diri.

DAFTAR PUSTAKA

Andi Ahmad S. (2021). Pengguna Tiktok di Indonesia Mengalami Peningkatan Tiga Kali Lipat Selama Satu Tahun.

<https://bogor.suara.com/read/2021/10/23/110736/pengguna-tiktok-di-indonesia-mengalami-peningkatan-tiga-kali-lipat-selama-satu-tahun?page=all>

Ardilla, F., & Herdiana, I. (2013). Penerimaan diri pada narapidana wanita. *Jurnal psikologi kepribadian dan sosial*, 2(1), 1-7.

Arina Zulfa. (2009). Penerimaan Diri Pada Remaja Penyandang Tuna Netra (di Bina Cacat Netra "Budi Mulya", Malang). Abstrak Skripsi. Malang.

Ary Dwi Noviyanti. (2012). Penerimaan Diri Tuna Daksa yang Bertempat Tinggal di YAKKUM Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta: UNY

Azwar, S. (2013). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Berita Viral., (2022) "Terobsesi Mirip barbie, Cewek ini 20 kali Operasi bibir, hasilnya malah ngeri". https://kumparan.com/berita_viral/terobsesi-mirip-barbie-cewek-ini-20-kali-operasi-bibir-hasilnya-malah-ngeri-1xcqQFHplta/full. Diakses pada 13 Juli 02.53

Damayanti, A. A. M., & Susilawati, L. K. P. A. (2018). Peran Citra Tubuh Dan Penerimaan Diri Terhadap Self Esteem Pada Remaja Putri di Kota Denpasar. *Jurnal psikologi Udayana*, 201-210.

- Farid Aprilia, T. C. (2008). Hubungan Antara Penerimaan Diri Remaja Terhadap Penampilan Fisik Dengan Kemampuan Komunikasi Interpersonal. Abstrak Skripsi. Surakarta: Universita Muhammadiyah Surakarta.
- Farida Ayu Vebriana. (2012). Hubungan Penerimaan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa kelas X dan XI SMK Negeri 4 Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta: FIP UNY.
- Fitroh, D. Z. (2022). Hubungan antara Body Image dengan Penerimaan Diri (Self-Acceptance) pada Korban Body Shaming (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- Hapid, E. HUBUNGAN DERAJAT ULKUS DIABETIK DENGAN PERUBAHAN CITRA TUBUH PASIEN DIABETES MELLITUS DI RUMAH PERAWATAN ENTEROSTHOMAL THERAPY NURS(ETN) CENTRE MAKASSAR SKRIPSI.
- Hasmalawati, N. (2018). Pengaruh citra tubuh dan perilaku makan terhadap penerimaan diri pada wanita. Psikoislamedia: Jurnal Psikologi, 2(2), 107-115. DOI: <http://dx.doi.org/10.22373/p-sikoislamedia.v2i2.1892>
- Hogue, J. V., & Mills, J. S. (2019). The effects of active social media engagement with peers on body image in young women. *Body image*, 28, 1-5.
- Meri, Puspita. (2020). Tiktok adalah (pengertian), Asal, Manfaat , Efek Negatifnya, <https://pojoksosmed.com/tiktok/tik-tok-adalah/#forward>
- Ridha, M. (2012). Hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada mahasiswa Aceh di Yogyakarta. *Jurnal empathy*, 1(1), 111-121.
- Robertson, M., Duffy, F., Newman, E., Bravo, C. P., Ates, H. H., & Sharpe, H. (2021). *Exploring changes in body image, eating and exercise during the COVID-19 lockdown: A UK survey*. *Appetite*, 159, 105062.
- Santrock, J. W. (2007). *Adolescence, eleventh edition*. Dalam W. Hardani(Ed), Remaja, edisi kesebelas. Jakarta : Erlangga.
- Smolak, Linda dan Thompson, J. P. (2009). *Body Image, Eating Disorders, and Obesity in Youth: Assesment, Prevention, and Treatment (Second Edition)*. Washington, DC: American Psychological Association (APA).
- Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D. Bandung : Alfabeta.
- Surya, H. (2009). Menjadi Manusia Pembelajar. Jakarta : Gramedia.

- Thompson, J. K. & Altabe, M. (1990). *Body Image Changes During Early Adulthood. International Journal of Eating Disorder*, 13 (3), 323-328.
- Ulmilla, I. (2008). HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN KECENDERUNGAN BUNUH DIRI PADA REMAJA YANG BERSTATUS SOSIAL EKONOMI LEMAH (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Ulya., (2020), "Demi Mirip barbie, remaja 15 tahun rela lakukan 60 kali operasi". <https://www.liputan6.com/citizen6/read/4356739/demi-mirip-barbie-remaja-15-tahun-rela-lakukan-60-kali-operasi>.