

PEER GROUP DAN UANG SAKU BULANAN MENINGKATKAN RISIKO PERSEPSI BODY IMAGE NEGATIF PADA REMAJA PUTRI DI BEKASI

Peer Group and Monthly Allowance Increased The Risk of Negative Body Image Perception on Adolescent Girls in Bekasi

Bunga Ch Rosha, Nur Handayani Utami, Rika Rachmalina
Pusat Teknologi Intervensi Kesehatan Masyarakat
[Email: bunga.puslit3@gmail.com](mailto:bunga.puslit3@gmail.com)

Diterima: 5 Nopember 2013; Direvisi: 19 Nopember 2013; Disetujui: 3 Desember 2013

ABSTRACT

Adolescence is a phase of rapid growth experienced in human life. Adolescent girls will experience an increase in body fat in order to prepare reproduction. That makes the body more far from the ideal shape. These, sometime make adolescent girls feel dissatisfied with their body shape and eager to have an ideal body shape. The desire to have an ideal body shape is also influenced by the surrounding environment such as peer group and media. This study discusses the determinant factors of body image and efforts to achieve ideal body shape among adolescent girls in Bekasi. This is a quantitative research study with cross sectional design. Respondents in this study were 80 girls aged 11-19 years old in Bekasi. Data analysis was performed using descriptive, bivariate and multivariate. Chi square analysis was conducted prior to the multiple logistic regression test to determine the determinant variables of body image perceptions among adolescent girls. The results showed that 73.8 percent of adolescent girls had a negative body image perception. The main determinant factors of body image perceptions on adolescent girls were having a peer group (OR 5.09 ; 95% CI 1.02 -25.42) and monthly allowance (OR 3.61; 95% CI 1.22 -10.73). Efforts made by respondents to achieve the body image were diet and physical activity, but the results of chi square test showed that there were no relationship between the diet and physical activity behavior and perceptions of body image.

Keywords: *Body image, peer group, a monthly allowance*

ABSTRAK

Masa remaja merupakan fase pertumbuhan cepat yang dialami dalam kehidupan manusia. Remaja putri khususnya akan mengalami peningkatan lemak tubuh sebagai persiapan reproduksi yang membuat tubuhnya semakin jauh dari bentuk ideal. Hal ini menyebabkan remaja putri merasa tidak puas akan bentuk tubuhnya dan menginginkan bentuk tubuh ideal. Keinginan untuk memiliki tubuh yang ideal ini juga merupakan pengaruh dari lingkungan sekitar seperti *peer group* dan media. Penelitian ini membahas mengenai persepsi *body image* pada remaja putri di Bekasi dan upaya yang dilakukan untuk mencapai persepsi *body image* yang diinginkan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Responden dalam penelitian ini adalah 80 orang remaja putri usia 11-19 tahun di Bekasi. Analisis data dilakukan secara deskriptif, bivariat dan multivariat. Analisis *chi square* dilakukan sebelum uji regresi logistik ganda untuk menentukan determinan *body image* pada remaja putri. Hasil penelitian menunjukkan 73,8 persen remaja memiliki persepsi *body image* negatif. Faktor determinan persepsi *body image* remaja adalah kepemilikan *peer group* dengan nilai OR 5,09 (1,02-25,42) dan uang saku bulanan dengan nilai OR 3,61 (1,22-10,73). Upaya yang dilakukan responden untuk mencapai *body image* yaitu diet dan meningkatkan aktifitas fisik, tetapi hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara diet dan aktifitas fisik dengan persepsi *body image*.

Kata kunci: *body image, peer group, uang saku bulanan*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase pertumbuhan cepat yang dialami dalam kehidupan manusia. Remaja akan mengalami

masa pubertas. Croll, J (2005) menyatakan masa pubertas dapat berdampak pada citra tubuh serta kesehatan psikologis. Umumnya, perempuan lebih cepat mengalami pubertas

dibandingkan laki-laki. Masa pubertas merupakan tantangan terbesar untuk membentuk gambaran (*image*) tubuh yang sehat pada remaja. Santrock (2003) menyebutkan remaja, khususnya remaja putri akan mengalami peningkatan lemak tubuh yang membuat tubuhnya semakin jauh dari bentuk ideal. Hal ini menyebabkan remaja merasa tidak puas akan bentuk tubuhnya dan menginginkan bentuk tubuh ideal. Bentuk tubuh ideal menurut persepsi remaja tidak selalu menggambarkan bentuk tubuh yang baik (normal), tapi bisa juga menggambarkan bentuk tubuh yang kurang baik (kurus, langsing). Hal ini sama dengan yang diungkapkan oleh Bulik et al (2001) bahwa keinginan untuk memiliki tubuh ideal bagi wanita diartikan dengan memiliki tubuh ramping atau langsing.

Keinginan untuk memenuhi persepsi tubuh yang ideal sering terjadi pada remaja. Hal ini dikarenakan ketidakpuasan remaja terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya. Hal ini sejalan dengan pernyataan Williamson et al (2000) ketidakpuasan terhadap ukuran tubuh didefinisikan sebagai ketidaksesuaian antara ukuran tubuhnya dengan taksiran ukuran tubuh yang ideal. Penelitian Winzeler (2005) yang menunjukkan bahwa remaja putri lebih rendah tingkat kepuasaannya terhadap bentuk tubuh dan berat badan dibandingkan dengan remaja laki-laki. Hal ini didukung oleh penelitian di China yang dilakukan oleh Sakamaki, Ruka et al (2005) yang melibatkan perempuan dan laki-laki yang berada pada usia peralihan remaja akhir-dewasa muda (19-24 tahun) menunjukkan bahwa perempuan memiliki keinginan yang lebih besar daripada laki-laki untuk memiliki bentuk tubuh kurus sebesar 62%. Menurut Croll, J (2005) untuk anak perempuan, konsep harga diri didasarkan dengan penampilan mereka atau "bagaimana cara saya terlihat oleh orang lain" sedangkan untuk anak laki-laki, harga diri didasarkan pada kemampuan, bukan penampilan.

Persepsi *body image* yang salah akan berimbas pada pencapaian status gizi remaja. Saat ini di Indonesia menurut data Riskesdas 2010 prevalensi nasional remaja usia 13-15 tahun yang memiliki status gizi kurus sebesar 10,1 persen dan remaja usia 16-18 tahun sebesar 8,9 persen. Permasalahan gizi pada

remaja remaja putri harus segera ditangani karena remaja putri merupakan talon ibu yang akan melahirkan generasi masa depan. Jika status gizi sejak remaja baik maka kelak ketika dewasa dan melahirkan akan melahirkan generasi penerus yang berkualitas.

Persepsi *body image* yang terbentuk pada remaja dipengaruhi berbagai faktor yang melingkupinya. Penelitian yang dilakukan oleh Kostanski M, Gullone E (1998) pada 516 remaja yang berusia 12 sampai 18 tahun menunjukkan bahwa massa tubuh aktual dan psikologis merupakan faktor yang signifikan berhubungan dengan kepuasan *body image*. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Briawan, Harahap, dan Martianto (2008) di Bogor menunjukkan kepuasan bentuk tubuh baik remaja laki-laki maupun perempuan berhubungan dengan tingkat konsumsi protein dan gangguan makan.

Berdasarkan hal diatas maka penelitian yang berkaitan dengan persepsi *body image* pada remaja, khususnya remaja putri merupakan suatu hal yang menarik untuk terus dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari mengenai *body image* dan melihat faktor yang mempengaruhi persepsi *body image* remaja putri dan upaya yang dilakukan untuk mencapai persepsi tersebut di Bekasi.

BAHAN DAN CARA

Penelitian ini menggunakan disain *cross sectional* (potonglintang) dimana semua variabel dikumpulkan dalam waktu yang sama. Penelitian ini dilakukan di Kota dan Kabupaten Bekasi. Kota Bekasi diwakilkan oleh RW 05 Kelurahan Jati Cempaka sedangkan Kabupaten Bekasi diwakilkan oleh RW 08 Kelurahan Jati Mulya. Penelitian dilakukan selama 8 bulan yaitu dari bulan Mei-Desember 2011.

Populasi adalah remaja putri di Kota dan Kabupaten Bekasi. Sampel adalah remaja putri usia 11-19 tahun di Kota dan Kabupaten Bekasi yang diambil melalui 3 tahap: (1) mengambil secara random satu kecamatan di kota Bekasi dan satu kecamatan di kabupaten Bekasi. (2) Mengambil secara random satu desa/kelurahan dari masing-masing

kecamatan terpilih. (3) Mengambil secara random satu RW dari masing-masing desa atau kelurahan terpilih. Jumlah responden sebesar 80 responden yang terdistribusi di Kota dan Kabupaten Bekasi masing-masing sebesar 40 sampel. Jumlah responden ini dihitung berdasarkan rumus besar sampel estimasi proporsi dengan presisi mutlak, rumusnya $n = \frac{Z^2 \cdot P(1-P)}{d}$

Pada penelitian ini yang merupakan variabel terikat adalah persepsi *body image* remaja sedangkan variabel bebas terdiri dari faktor keluarga (wilayah tempat tinggal, jumlah anggota keluarga, status marital orang tua, pendapatan orangtua, dan kepemilikan media informasi dan hiburan) dan faktor remaja (usia, pendidikan, status pekerjaan, status kesehatan mental, status gizi, uang saku, kepemilikan *peer group*, aktifitas fisik, perilaku diet, pengetahuan gizi, frekuensi akses media).

Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara menggunakan kuesioner terstruktur dan pengukuran. Pengukuran yang dilakukan adalah pengukuran tinggi badan dengan menggunakan *microtoice* dan penimbangan berat badan dengan menggunakan timbangan digital. Data yang sudah dikumpulkan kemudian dikategorikan. Pengkategorian karakteristik keluarga sebagai berikut : wilayah tempat tinggal dibedakan menjadi desa dan kota, jumlah anggota keluarga dikelompokkan menjadi < 4 orang dan > 4 orang, status marital orang tua dikategorikan menjadi menikah dan cerai, pendapatan orangtua dibagi menjadi < Rp. 1.931.875 dan > Rp. 1.931.875, kepemilikan media informasi dan hiburan dikelompokkan menjadi tidak punya dan punya. Sedangkan karakteristik remaja pengkategorian sebagai berikut : usia dikelompokkan menjadi usia 11-14 tahun dan 15-19 tahun, pendidikan dibedakan menjadi < SMP dan > SMP, status pekerjaan dikategorikan menjadi tidak bekerja dan pelajar/bekerja, status kesehatan mental dikelompokkan menjadi tidak terganggu dan terganggu, status gizi dikategorikan menjadi normal, kurus, dan gemuk. Uang saku dikelompokkan menjadi < Rp. 279775,- dan > Rp. 279775,-, Persepsi *body image* remaja dikelompokkan menjadi persepsi positif dan persepsi negatif,

kepemilikan *peer group* dibedakan menjadi punya *peer group* dan tidak punya *peer group*, aktifitas fisik dikelompokkan menjadi cukup dan kurang, perilaku diet dibagi menjadi tidak diet dan diet, pengetahuan gizi dikelompokkan menjadi baik dan kurang, frekuensi akses media dibagi menjadi cukup dan kurang.

Analisis data menggunakan SPSS. Data dianalisis melalui 3 tahap yaitu: pertama, analisis univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi masing-masing variabel baik variabel *dependent* maupun variabel *independent*. Kedua, analisis bivariat dengan uji *chi square* dengan membuat tabel silang 2x2 antara masing-masing variabel independen dan variabel dependen untuk melihat ada atau tidaknya hubungan bermakna antara variabel *dependent* dengan *independent*. Ketiga analisis multivariat dengan memasukan variabel pada bivariat yang memiliki nilai $p < 0,25$ ke dalam model dan dilakukan pengujian regresi logistik ganda dengan nilai $p < 0,05$.

HASIL

Karakteristik Responden

Jumlah responden terpilih sebesar 80 responden yang terdistribusi secara merata di wilayah Kabupaten dan Kota Bekasi masing-masing sebesar 40 responden. Lebih dari setengah jumlah responden (51,3%) berasal dari keluarga kecil yaitu keluarga dengan anggota keluarga < 4 orang. Hampir seluruh responden (93,8%) memiliki orangtua dengan status marital menikah. Hal ini menandakan dalam keluarga terdapat ayah dan ibu yang masih lengkap. Lebih dari setengah (55%) responden memiliki orangtua dengan pendapatan > Rp 1.931.875,- perbulan dan sebesar 57,5 persen responden diberikan uang saku oleh orangtua sebesar > Rp. 279.775,- perbulan. Hampir seluruh responden (96,3%) memiliki salah satu media informasi dan hiburan seperti televisi, majalah, koran, tabloid, internet didalam rumah tangga.

Usia responden 57 persen berada pada rentang usia 11-14 tahun dan sisanya (42,5%) berusia 15-19 tahun. Sebagian besar

responden (61,3 %) berpendidikan atau sedang menjalani pendidikan tingkat < SMP dan hampir seluruh responden (96,3 %) memiliki aktifitas sebagai pelajar atau pekerja. Lebih dari setengah (53,8%) responden memiliki status kesehatan mental yang baik dan hampir seluruh responden (92,5%) memiliki status gizi normal. Hampir seluruh responden (73,8 %) memiliki persepsi *body image* negatif dan 90 persen responden

memiliki *peer group*. Hampir seluruh responden (77,5 %) memiliki aktifitas fisik yang kurang, 71,3 persen responden tidak melakukan diet, 76,3 persen pengetahuan mengenai gizi kurang dan 88,8 persen responden memiliki frekuensi akses media cukup. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 1. mengenai karakteristik keluarga dan responden dibawah ini :

Tabel 1. Karakteristik Keluarga Responden

| Variabel | n | |
|--------------------------------|----|------|
| Karakteristik Keluarga | | |
| Wilayah Tinggal | | |
| Kab | 40 | 50 |
| Kota | 40 | 50 |
| Jumlah Anggota Keluarga | | |
| < 4 orang | 41 | 51,3 |
| > 4 orang | 39 | 48,8 |
| Status Marital Orngtua | | |
| Menikah | 75 | 93,8 |
| Cerai (hidup/mati) | 5 | 6,3 |
| Pendapatan Orngtua | | |
| < 1.931.875 | 36 | 45,0 |
| >1.931.875 | 44 | 55,0 |
| Kepemilikan media | | |
| Tidak Punya | 3 | 3,8 |
| Punya | 77 | 96,3 |
| Karakteristik Responden | | |
| Usia | | |
| 11-14 tahun | 46 | 57,5 |
| 15-19 tahun | 34 | 42,5 |
| Pendidikan responden | | |
| < SMP | 49 | 61,3 |
| > SMP | 31 | 38,8 |
| Pekerjaan | | |
| Tidak bekerja | 3 | 96,3 |
| Pelajar/bekerja | 77 | 3,7 |
| Kesehatan Mental | | |
| Tidak terganggu | 43 | 53,8 |
| Terganggu | 37 | 46,3 |
| Status Gizi | | |
| Normal | 74 | 92,5 |
| Kurus | 5 | 6,3 |
| Gemuk | | 1,3 |
| UangSaku per bulan | | |
| Rp. 279775,- | 34 | 42,5 |
| > Rp. 279775,- | 46 | 57,5 |
| Persepsi <i>body image</i> | | |
| <i>Body image</i> positif | 21 | 26,3 |
| <i>Body image</i> negatif | 59 | 73,8 |

Lanjutan Tabel 1. Karakteristik Keluarga Responden

| Variabel | | |
|-------------------------------|----|------|
| Kepemilikan <i>peer group</i> | | |
| Tidak punya <i>peer group</i> | 8 | 10,0 |
| Punya <i>peer group</i> | 72 | 90,0 |
| Aktifitas Fisik | | |
| Cukup | 18 | 22,5 |
| Kurang | 62 | 77,5 |
| Perilaku Diet | | |
| Tidak diet | 57 | 71,3 |
| Diet | 23 | 28,8 |
| Pengetahuan Gizi | | |
| Baik | 19 | 23,8 |
| Kurang | 61 | 76,3 |
| Frekuensi Akses Media | | |
| Kurang | 9 | 11,3 |
| Cukup | 71 | 88,8 |
| Total | 80 | 100 |

Faktor yang Berhubungan dengan Persepsi *Body Image* Remaja Putri di Bekasi

Persepsi *body image* remaja berhubungan dengan beberapa faktor yang melingkupinya. Hasil uji *chi square*

menunjukkan bahwa faktor yang berhubungan dengan persepsi *body image* adalah uang saku bulanan ($p = 0,01$) dan kepemilikan *peer group* ($p = 0,02$). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 2 :

Tabel 2. Faktor yang berhubungan dengan persepsi *body image* remaja putri di Bekasi

| Variabel | Persepsi <i>Body Image</i> | | | | Jumlah | | p |
|-------------------------|----------------------------|------|---------|------|--------|-----|------|
| | Positif | | Negatif | | | | |
| | N | % | N | | | | |
| Wilayah Tinggal | | | | | | | 0,12 |
| Kab | 14 | 35 | 26 | 65 | 40 | 100 | |
| Kota | 7 | 17,5 | 33 | 82,5 | 40 | 100 | |
| Jumlah Anggota Keluarga | | | | | | | 0,52 |
| < 4 orang | 9 | 22 | 32 | 78 | 41 | 100 | |
| > 4 orang | 12 | 30,8 | 27 | 69,2 | 39 | 100 | |
| Status Marital Orangtua | | | | | | | 1,00 |
| Menikah | 20 | 26,7 | 55 | 73,3 | 75 | 100 | |
| Cerai (hidup/mati) | 1 | 20 | 4 | 80 | 5 | 100 | |
| Pendapatan Orangtua | | | | | | | 0,98 |
| < 1.931.875 | 10 | 27,8 | 26 | 72,2 | 36 | 100 | |
| > 1.931.875 | 11 | 25,0 | 33 | 75 | 44 | 100 | |
| Kepemilikan media | | | | | | | 0,16 |
| Tidak Punya | 2 | 66,7 | 1 | 33,3 | 3 | 100 | |
| Punya | 19 | 24,7 | 58 | 75,3 | 77 | 100 | |
| Usia | | | | | | | 1,00 |
| 11-14 tahun | 12 | 26,1 | 34 | 73,9 | 46 | 100 | |
| 15-19 tahun | 9 | 26,5 | 25 | 73,5 | 34 | 100 | |
| Pendidikan responden | | | | | | | 0,39 |
| < SMP | 15 | 30,6 | 34 | 69,4 | 49 | 100 | |
| > SMP | 6 | 19,4 | 25 | 80,6 | 31 | 100 | |

Lanjutan Tabel 2. Faktor yang berhubungan dengan persepsi,

| Variabel | Persepsi Body Image | | | | Jumlah n | p |
|-------------------------------|---------------------|------|---------|------|-------------|-------|
| | Positif | | Negatif | | | |
| | N | % | N | % | | |
| Pekerjaan | | | | | | 1,00 |
| Tidak bekerja | 1 | 33,3 | 2 | 66,7 | 3 | 100 |
| Pelajar/Pekerja | 20 | 26,0 | 57 | 74,0 | 77 | 100 |
| Kesehatan Mental | | | | | | 0,25 |
| Tidak terganggu | 14 | 32,6 | 29 | 67,4 | 43 | 100 |
| Terganggu | 7 | 18,9 | 30 | 81,1 | 37 | 100 |
| Status Gizi | | | | | | 0,31 |
| Normal | 21 | 28,4 | 53 | 71,6 | 74 | 100 |
| Kurus | 0 | 0 | 5 | 100 | 5 | 100 |
| Gemuk | 0 | 1 | 1 | 100 | 1 | 100 |
| UangSaku per bulan | | | | | | 0,01* |
| < Rp. 279775,- | 14 | 41,2 | 20 | 58,8 | 34 | 100 |
| > Rp. 279775,- | 7 | 15,2 | 39 | 84,8 | 46 | 100 |
| Kepemilikan <i>peer group</i> | | | | | | 0,02* |
| Tidak punya | 5 | 62,5 | 3 | 37,5 | 8 | 100 |
| Punya <i>peer group</i> | 16 | 22,2 | 56 | 77,8 | 72 | 100 |
| Aktifitas Fisik | | | | | | 0,54 |
| Cukup | 6 | 33,3 | 12 | 66,7 | 18 | 100 |
| Kurang | 15 | 24,2 | 47 | 75,8 | 62 | 100 |
| Perilaku Diet | | | | | | 0,76 |
| Tidak diet | 16 | 28,1 | 41 | 71,9 | 57 | 100 |
| Diet | 5 | 21,7 | 18 | 78,3 | 23 | 100 |
| Pengetahuan Gizi | | | | | | 0,56 |
| Baik | 6 | 31,6 | 13 | 68,4 | 19 | 100 |
| Kurang | 15 | 24,6 | 46 | 75,4 | 61 | 100 |
| Frekuensi Akses Media | | | | | | 0,69 |
| Cukup | 3 | 33,3 | 6 | 66,7 | 9 | 100 |
| Kurang | 18 | 25,4 | 53 | 74,6 | 71 | 100 |

*signifikan P < 0,05 (*chi-square test*)

Determinan Persepsi *Body Image* Remaja Putri di Bekasi

Pada analisis multivariat ini, semua variabel di bivariat yang memiliki nilai $p < 0,25$ dimasukan ke dalam model analisis. Variabel yang masuk dalam model 1 ini adalah wilayah tempat tinggal ($p=0,12$), kepemilikan media ($p=0,16$), uang saku ($p=0,01$) dan kepemilikan *peer group* ($p=0,02$). (lihat tabel 3). Pada model 2 variabel yang dikeluarkan dari model adalah

variabel yang memiliki nilai signifikan paling besar yaitu kepemilikan media ($p=0,197$). Pada model 3 variabel yang dikeluarkan adalah wilayah tempat tinggal ($p=0,126$) dan pada model 3 ini menunjukkan determinan utama persepsi *body image* pada remaja putri di Bekasi adalah kepemilikan *peer group* dengan nilai OR 5,09 (1,02-25,42) dan uang saku bulanan dengan nilai OR 3,61 (1,22-10,73). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 3 berikut :

Tabel 3. Model analisis multivariat persepsi *body image* remaja di Bekasi

| Variabel | B | OR | | Sig |
|-------------------------------|------|---------|-------------------------------------|-------|
| | | (Exp B) | 95% C.1. for Exp (B) Lower Upper | |
| MODEL 1 | | | | |
| Wilayah tinggal | | | | |
| Kabupaten | | | | |
| Kota | 0,89 | 2,44 | 0,75 7,88 | 0,13 |
| Kepemilikan Media | | | | |
| Tidak punya | | | | |
| Punya | 1,87 | 6,52 | 0,38 112,2 | 0,197 |
| Kepemilikan <i>peer group</i> | | | | |
| Tidak punya | | | | |
| Punya | 1,11 | 3,04 | 0,56 16,45 | 0,196 |
| UangSaku per bulan | | | | |
| < Rp. 279775,- | | | | |
| > Rp. 279775,- | 1,48 | 4,43 | 1,39 14,10 | 0,01 |
| MODEL 2 | | | | |
| Wilayah tinggal | | | | |
| Kabupaten | | | | |
| Kota | 0,90 | 2,47 | 0,77 7,88 | 0,126 |
| Kepemilikan <i>peer group</i> | | | | |
| Tidak punya | | | | |
| Punya | 1,29 | 3,64 | 0,67 19,05 | 0,125 |
| UangSaku per bulan | | | | |
| < Rp. 279775,- | | | | |
| > Rp. 279775,- | 1,41 | 4,11 | 1,33 12,67 | 0,01 |
| MODEL 3 | | | | |
| Kepemilikan <i>peer group</i> | | | | |
| Tidak punya | | | | |
| Punya | 1,62 | 5,09 | 1,02 25,42 | 0,04 |
| UangSaku per bulan | | | | |
| < Rp. 279775,- | | | | |
| > Rp. 279775,- | 1,28 | 3,61 | 1,22 10,73 | 0,02 |

PEMBAHASAN

Peer group (kelompok teman sebaya) merupakan satu bagian yang penting dalam kehidupan remaja. Dimana kehadiran *peer group* dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan remaja. *Peer group* pada remaja dikenal dengan teman kumpul, genk, sahabat dekat dan lain-lain. *Peer group* dapat menjadi sumber informasi sekaligus mempengaruhi perilaku remaja. Menurut Bani, Afritri (2002) keberadaan teman sepergaulan dapat mempengaruhi pandangan seseorang tentang sesuatu. Seseorang yang telah mengenal lingkungan di luar lingkungan keluarganya termasuk lingkungan teman sebaya akan berusaha untuk bisa diterima di lingkungan tersebut dengan menyesuaikan keinginannya dengan teman-teman sepergaulan. Hasil analisis

menunjukkan bahwa ada hubungan antara *peer group* dengan persepsi *body image* ($p < 0,05$) sekaligus sebagai faktor yang mempengaruhi persepsi *body image* pada remaja putri di Bekasi dengan nilai OR 5,09 (1,02-25,42). Ini menunjukkan bahwa bahwa responden yang memiliki *peer group* lebih berpeluang atau berisiko memiliki persepsi *body image* yang negatif sebesar 5,09 kali dibandingkan dengan responden yang tidak memiliki *peer group*. Hal ini dikarenakan dalam pergaulan remaja, keberadaan *peer group* dijadikan remaja sebagai tempat acuan dalam menghadapi segala macam kejadian yang terjadi dalam kehidupannya. Menurut Manning dan Reece dalam Bani, Afritri (2002) kelompok acuan memiliki kecenderungan untuk mempengaruhi nilai-nilai, sikap dan perilaku. Thompson dalam Bani, Afritri (2002) menambahkan bahwa

banyak penelitian psikologis yang memperlihatkan adanya perubahan perilaku seseorang ketika remaja menjadi bagian dari suatu kelompok. Pada saat itu tekanan yang besar untuk menyesuaikan diri dengan perilaku yang diterima atau norma dalam kelompok tersebut.

Besaran uang saku bulanan yang diterima remaja dapat menggambarkan status ekonomi keluarga juga merupakan *prestise* bagi remaja diantara teman-teman sepeergaulannya. Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan antara uang saku bulanan dengan persepsi *body image* ($p < 0,05$) sekaligus sebagai faktor yang mempengaruhi persepsi *body image* pada remaja putri di Bekasi dengan nilai OR 3,61 (1,22-10,73). Ini menunjukkan bahwa responden yang memiliki uang saku bulanan > Rp. 279775,- berpeluang atau berisiko memiliki persepsi *body image* yang negatif sebesar 3,61 kali dibandingkan dengan responden yang uang saku bulanan \leq Rp. 279775,-.

Hal ini dikarenakan semakin besarnya uang saku semakin besar pula akses remaja terhadap informasi (majalah, tabloit, internet, dan lain-lain) sehingga paparan informasi yang diterima oleh remaja dapat memberikan pengaruh terhadap pola berfikir remaja, termasuk didalamnya adalah pola pikir maupun persepsi mengenai *body image*. Informasi yang banyak terdapat di media yang diakses remaja mempersepsikan kecantikan dengan kulit putih dan tubuh langsing yang kemudian oleh masyarakat atau lingkungan dijadikan sebagai persepsi bersama. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Solomon dalam Bani, Afitri (2002) yaitu seseorang akan merasa puas jika kesan fisik yang dia tampilkan tidak jauh berbeda dengan kesan yang diberikan oleh lingkungannya, dan hal tersebut menjadikan seseorang memiliki hasrat tertentu terhadap bentuk tubuhnya, misalnya ingin menjadi lebih kurus.

Berbagai cara untuk mencapai *body image* yang diinginkan dapat dilakukan salah satunya adalah melakukan diet dan meningkatkan aktifitas fisik. Perilaku diet yang dilakukan misalnya dengan mengurangi jumlah porsi makan, sengaja melewatkan sarapan, makan siang atau makan malam atau

bisa juga melaksanakan puasa dengan tujuan mengurangi berat badan bukan untuk tujuan berpuasa atau beribadah. Aktifitas fisik adalah segala aktifitas yang dilakukan responden seperti berjalan, mengerjakan pekerjaan rumah tangga dan lain-lain yang dapat mengeluarkan energi. Hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara upaya yang dilakukan untuk mencapai *body image* (perilaku diet dan aktifitas fisik) dengan persepsi *body image* (lihat tabel 2). Hasil ini bertolak belakang dengan teori bahwa dengan memiliki persepsi *body image* negatif (bentuk tubuh kurus atau langsing) akan mendorong remaja untuk melakukan diet dan memperbanyak aktifitas fisik. Hal ini sejalan dengan apa yang diungkapkan oleh Davidson and Birch dalam Papalia (2008) bahwa kepedulian terhadap penampilan dan gambaran tubuh yang ideal dapat mengarah pada upaya obsesif seperti mengontrol berat badan. Pola ini menjadi lebih umum diantara anak perempuan dibanding anak laki-laki. Menurut Dacey and Kenny dalam Andea, Raisa (2010) pada umumnya remaja melakukan diet, berolahraga, melakukan perawatan tubuh, mengkonsumsi obat pelangsing dan lain-lain untuk mendapatkan bentuk tubuh yang ideal. Hal ini sejalan dengan penelitian observasional yang dilakukan oleh Tarigan, Hadi dan Julia (2007) di Kota Jogjakarta dan Kabupaten Bantul yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja melakukan usaha untuk menurunkan berat badan seperti minum obat-obatan, jamu, mengurangi makan, puasa, olahraga, lari, fitness, dan memakai stagen.

Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan teori di atas kemungkinan disebabkan karena responden hanya sebatas memiliki persepsi *body image* negatif tetapi tidak merealisasikan dengan upaya diet ataupun peningkatan aktifitas fisik. Persepsi *body image* yang terbentuk pada remaja merupakan pengaruh lingkungan atau *peer group* yang mempersepsikan bentuk tubuh ideal adalah langsing atau kurus. Kemudian responden mengadopsi persepsi *peer group* tersebut menjadi bagian dari persepsi pribadi responden. Hal ini dilakukan agar responden dapat diterima dan menjadi bagian dalam kelompok atau *peer group*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Sebesar 73,8 % remaja memiliki persepsi *body image* negatif. Faktor determinan utama persepsi *body image* remaja adalah kepemilikan *peer group* dengan nilai OR 5,09 (1,02-25,42) dan uang saku bulanan dengan nilai OR 3,61 (1,22-10,73).

Saran

1. Pembinaan bagi kelompok remaja yang ada di lingkungan tempat tinggal agar memiliki kegiatan positif, seperti karang taruna, pengajian remaja, dan lain-lain.
2. Peningkatan KIE mengenai gizi dan kesehatan bagi remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pembimbing penelitian Risbinkes yaitu Bapak DR. Joko Kartono dan Prof. DR. Herman Sudiman yang telah memberikan bimbingan dan masukan terhadap penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Andea, Raisa. 2010. Hubungan Antara *Body Image* dan Perilaku Diet Remaja. Skripsi. Medan : Fakultas Psikologi, Universitas Sumatera Utara
- Bani, Afritri. 2002. Studi Tentang Persepsi Mahasiswa Terhadap Tubuh Ideal dan Hubungannya dengan Upaya Pencapaiannya. Bogor : Institut Pertanian Bogor
- Briawan, Harahap, dan Martianto (2008). Hubungan Konsumsi Pangan dan Status Gizi dengan *Body Image* Pada Remaja di Bogor. *Gizi Indon* 2008,31(1): 49-59

- Bulik et al (2001). Relating Body Mass Index to Figural Stimuli : Population-Based Normative Data for Caucasians. *Int J Obes Relat etab Disord*. Oct 2001;25(10):1517-24. [Internet]. Tersedia dari www.halls.md/bmi/figures.htm [Accessed 20 Juli 2012]
- Croll J. 2005. *Body image and Adolescents. Guidelines for Adolescent Nutrition Services*. [Internet]. Tersedia http://www.epi.umn.edu/let/pubs/img/adol_c_h13.pdf. [Accessed 16 Juli 2012]
- DEPKES Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2010. *Hasil Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Kostanski M, Gullone E. 1998. Adolescent Body Image Dissatisfaction Relationships with Self-Esteem, Anxiety, and Depression Controlling for Body Mass. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 1998 Feb; 39(2). P. 255-62. [Internet]. Tersedia dari <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/1469-7610.00319/abstract>. [Accessed 20 Juli 2012]
- Papalia, D.E, Olds.S.W, Feldman, R.D (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan) Edisi Kesembilan*. Jakarta: Kencana
- Sakamaki, Ruka et al. Nutritional Knowledge, Food Habits and Health Attitude of Chinese University Students- A Cross Sectional Study. *Nutritional Journal* 2005,4; doi: 10.1186/1475-2891-4-4. [Internet]. Tersedia dari : <http://www.nutritionj.com/content/4/1/4>. [Accessed 20 Juli 2012]
- Santrock, JW. 2003. *Adolescence. Perkembangan Remaja (Edisi keenam)*. Jakarta : Penerbit Erlangga
- Tarigan, Hadidan Julia (2007). Persepsi Citra Tubuh dan Kendala untuk Menurunkan Berat Badan pada Remaja SLTP di Kota Yogyakarta dan Kabupaten Bantul. *Jurnal Gizi Sumatera Utara, Edisi 1 Oktober 2007 Hal 55-63*
- Williamson et al. 2000. *Body Image Assessment For Obesity (BIA-O): Development of A New Procedure*. *Internasional Journal Of Obesity* (2000)24,1326-1332. [Internet]. Tersedia dari www.nature.com/ijo/journal/v24/n10/full/0801363a.pdf. [Accessed 20 Juli 2012]
- Winzeler, Abby. 2005. *A Healthy body image*. UNH Department of Family Studies. (on-line). [Internet]. Tersedia dari www.adolescence.unh.edu/healthy_body_final.pdf. [Accessed 14 Des 2010]