

***Body Image* Negatif Pada Remaja Putri Di UIN Raden Fatah Palembang**

Hasnawati¹, Novera Indrika Mutiara², Zahra Amallia Putri³, Zulfaa Jauzaa⁴, Mohammad Fakhri Akbar⁵

Fakultas Psikologi, UIN Raden Fatah Palembang¹²³⁴⁵

email: hasnaa0857@gmail.com

Diterima tgl 12 April 2026 Direvisi tgl. 02 Mei 2026 Disetujui tgl. 29 Mei 2026

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan body image remaja putri di UIN Raden Fatah Palembang menggunakan instrumen MBSRQ-AS. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan deskriptif kuantitatif dengan 101 responden berusia 17–22 tahun. Analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa nilai mean item berada pada rentang 1.65 hingga 3.24, yang menggambarkan variasi persepsi terhadap penampilan fisik. Beberapa item menunjukkan tingkat kepuasan yang lebih tinggi, sementara item lainnya mengindikasikan ketidakpuasan tubuh yang signifikan. Uji reliabilitas menghasilkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0.798, yang menunjukkan konsistensi internal instrumen yang baik. Uji normalitas menunjukkan bahwa seluruh item tidak berdistribusi normal, sesuai dengan karakteristik data skala Likert. Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan adanya kecenderungan body image negatif pada sebagian responden, yang dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal seperti media sosial dan tekanan sosial. Temuan ini menegaskan pentingnya intervensi edukatif untuk meningkatkan penerimaan diri dan mengurangi dampak negatif persepsi tubuh pada remaja putri.

Kata Kunci: Body Image, Remaja Putri, MBSRQ-AS, Media Sosial, Persepsi Tubuh.

Abstract

This study aims to describe the body image of female adolescents at UIN Raden Fatah Palembang using the MBSRQ-AS instrument. The research method employed was a quantitative descriptive approach involving 101 respondents aged 17–22 years. Descriptive statistical analysis showed that the mean item scores ranged from 1.65 to 3.24, indicating variation in perceptions of physical appearance. Some items indicated higher levels of satisfaction, while others indicated significant body dissatisfaction. The reliability test yielded a Cronbach's Alpha value of 0.798, indicating good internal consistency of the instrument. The normality test showed that all items were not normally distributed, consistent with the characteristics of Likert scale data. Overall, the study results indicate a tendency toward negative body image among some respondents, influenced by both internal and external factors such as social media and social pressure. These findings underscore the importance of educational interventions to enhance self-acceptance and mitigate the negative impact of body perception on adolescent girls.

Keywords: Body Image, Adolescent Girls, MBSRQ-AS, Social Media, Body Perception.

PENDAHULUAN

Body image merupakan persepsi subjektif individu terhadap bentuk, ukuran, dan penampilan fisiknya, yang mencakup penilaian kognitif, afektif, dan perilaku terhadap tubuh (Cash & Pruzinsky, 2002). *Body image* tidak hanya menggambarkan bagaimana seseorang melihat dirinya sendiri, tetapi juga bagaimana individu merasa dan bersikap terhadap penampilannya. Menurut Grogan (2008), *Body image* dapat bersifat positif atau negatif tergantung pada tingkat kepuasan individu terhadap tubuhnya. Individu dengan *body image* positif umumnya memiliki penerimaan diri dan harga diri yang lebih tinggi, sedangkan *body image* negatif sering kali berhubungan dengan kecemasan, depresi, dan perilaku kompensasi yang tidak sehat.

Cash (2000) melalui Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ) memandang *body image* sebagai konstruk multidimensional yang melibatkan aspek appearance evaluation, appearance orientation, body areas satisfaction, overweight preoccupation, dan self-classified weight. Konsep ini menekankan bahwa *body image* tidak hanya berfokus pada penampilan, tetapi juga pada orientasi terhadap kebugaran dan kesehatan tubuh. Instrumen MBSRQ telah digunakan secara luas dalam berbagai penelitian dan menunjukkan reliabilitas serta validitas yang tinggi (Brown, Cash, & Mikulka, 1990; Cash & Lavalley, 1997).

Namun, instrumen tersebut dikembangkan dalam konteks budaya Barat sehingga memiliki keterbatasan saat digunakan di Indonesia. Standar kecantikan dan nilai estetika dalam budaya Indonesia berbeda dengan yang menjadi dasar penyusunan MBSRQ. Hal ini mendorong penelitian oleh Khairani, Hannan, dan Amalia (2019) untuk mengembangkan alat ukur *body image* yang lebih kontekstual bagi remaja Indonesia berdasarkan teori Cash (2012). Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya dua dimensi utama, yaitu *evaluasi penampilan* dan *kepuasan terhadap penampilan*, yang dinyatakan valid dan reliabel dengan nilai KMO sebesar 0,762 dan α sebesar 0,696. Temuan ini menunjukkan pentingnya adaptasi alat ukur agar lebih sesuai dengan karakteristik responden lokal.

Dalam lima tahun terakhir, fenomena *body image* di Indonesia semakin kompleks seiring dengan meningkatnya paparan media sosial. Studi terbaru menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang tinggi dapat meningkatkan risiko ketidakpuasan tubuh akibat perbandingan sosial (*social comparison*) dan standar kecantikan yang tidak realistis (Djaelani, 2025). Penelitian lain menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial pada wanita dewasa awal di Makassar berhubungan dengan tingkat ketidakpuasan terhadap *body image* (Rahman & Sari, 2023). Hal ini sejalan dengan temuan internasional bahwa media digital memiliki pengaruh signifikan terhadap pembentukan persepsi tubuh remaja (Fardouly & Vartanian, 2021).

Selain faktor media, penelitian di Denpasar dan Surabaya menunjukkan bahwa persepsi *body image* juga berkorelasi dengan status gizi dan gangguan makan pada remaja perempuan (Anggraini et al., 2023; Wulandari & Kusuma, 2024). Remaja dengan persepsi tubuh negatif cenderung memiliki pola makan tidak sehat dan tingkat kepercayaan diri yang lebih rendah. Di sisi lain, faktor sosial seperti *body shaming* juga ditemukan berperan besar dalam membentuk *body image* negatif pada remaja perempuan Indonesia (Putri & Lestari, 2023). Tekanan dari

teman sebaya dan masyarakat terhadap bentuk tubuh ideal memperburuk penilaian diri individu terhadap penampilan fisiknya.

Upaya intervensi untuk memperbaiki *body image* juga telah dilakukan. Penelitian *Evaluating a school-based body image lesson in Indonesia* menunjukkan bahwa intervensi berbasis sekolah belum sepenuhnya efektif dalam memperbaiki persepsi tubuh remaja, baik dalam format tatap muka maupun daring (Hadi et al., 2023). Hal ini menunjukkan bahwa perubahan *body image* membutuhkan pendekatan yang lebih menyeluruh, termasuk pendidikan media dan penguatan penerimaan diri.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa *body image* merupakan konstruk psikologis yang dipengaruhi oleh banyak faktor — baik internal (seperti konsep diri dan penerimaan diri) maupun eksternal (seperti media sosial, tekanan sosial, dan budaya). Namun, masih terdapat kesenjangan penelitian (research gap) dalam pengukuran *body image* yang sepenuhnya merefleksikan konteks sosial dan budaya Indonesia. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan dan menguji validitas alat ukur *body image* yang adaptif terhadap konteks lokal, sehingga dapat digunakan sebagai instrumen psikologis yang lebih representatif untuk populasi remaja di Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang diolah dengan metode statistika menggunakan analisis data numerical (Azwar, 2010). Sedangkan desain deskriptif kuantitatif bertujuan untuk menggambarkan atau menjelaskan suatu fenomena secara objektif menggunakan data berupa angka. Peneliti tidak memanipulasi variabel (tidak ada perlakuan seperti dalam eksperimen), tetapi hanya mengamati, mengukur, dan mendeskripsikan apa adanya bukan sebab-akibat. Partisipan atau sampel dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel berdasarkan pada penilaian peneliti tentang siapa yang dapat memberikan informasi terbaik untuk mencapai tujuan peneliti (Kumar, 2005). Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *purposive sampling* dengan kriteria inklusi yaitu remaja pengguna media sosial aktif di UIN raden fatah Palembang yang berusia 17-20 tahun, yang mengalami *body image* negatif dengan demikian hal ini relevan untuk diteliti.

Untuk pengumpulan data melalui penyebaran kuisioner, peneliti menggunakan instrumen skala MBSRQ-AS (The Multidimensional Body self-Relations Questionnaire Appearance Scales) dikembangkan oleh Thomas F. Cash (2000) yang digunakan untuk mengukur orientasi penampilan, kepuasan tubuh secara global, dan sikap tubuh. MBSRQ-AS disusun berdasarkan 5 aspek, yaitu evaluasi penampilan (appearance evaluation), orientasi penampilan (Appearance Orientation), kepuasan terhadap bagian tubuh (Body Area Satisfaction), kecemasan menjadi gemuk (Overweight Preoccupation), dan pengkategorian ukuran tubuh (Self Classified Weight). Dari kelima aspek tersebut, kemudian dikembangkan menjadi beberapa indikator yang dimana indikator tersebut memiliki dua item, yaitu favorable (bersifat mendukung) dan unfavorable (bersifat tidak mendukung) yang berisi 23 item dengan menggunakan skala Likert yang menilai tingkat persetujuan dari (1) Sangat Tidak Setuju sampai (6) Sangat Setuju.

Menganalisis data menggunakan beberapa teknik, di antaranya statistik deskriptif yaitu rata-rata (mean), persentase (%), dan standar deviasi. Hasil menunjukkan aitem memiliki nilai validitasnya baik ($r = 0,475-0,814$) dan koefisien reliabilitasnya ($\alpha = 0,898$). Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan program SPSS. Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat (Univariate Analysis) yang dimanfaatkan untuk menggambarkan profil responden serta persebaran variabel dalam penelitian ini. Analisis Univariat (Univariate Analysis) tujuannya untuk menggambarkan atau mendeskripsikan suatu variabel tanpa mengaitkannya dengan variabel lain yang dimana penelitian ini untuk mengetahui *body image* pada remaja di Palembang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis statistik deskriptif dilakukan untuk mengetahui gambaran umum kecenderungan jawaban responden terhadap setiap item instrumen yang berjumlah 23 pernyataan. Secara keseluruhan, nilai mean untuk setiap item berada pada rentang 1.65 hingga 3.24, yang menunjukkan adanya variasi tingkat persetujuan responden terhadap masing-masing pernyataan.

Item Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
MBRSQ1	2.0990	1.09092	101
MBRSQ2	2.9604	1.28001	101
MBRSQ3	2.7228	1.36469	101
MBRSQ4	3.1782	1.26013	101
MBRSQ5	1.9505	1.14347	101
MBRSQ6	1.8812	1.15141	101
MBRSQ7	1.6535	1.00435	101
MBRSQ8	2.7624	1.41526	101
MBRSQ9	2.0891	1.14977	101
MBRSQ10	3.0000	1.17473	101
MBRSQ11	3.0297	1.21207	101
MBRSQ12	2.0693	1.12479	101
MBRSQ13	3.1881	1.23865	101
MBRSQ14	3.2079	1.24352	101
MBRSQ15	3.0495	1.38113	101
MBRSQ16	2.4059	1.34297	101
MBRSQ17	1.8020	.95937	101
MBRSQ18	2.6337	1.33957	101
MBRSQ19	2.5050	1.31624	101
MBRSQ20	3.2475	1.25225	101

MBRSQ21	2.0000	1.09545	101
MBRSQ22	2.8713	1.44681	101
MBRSQ23	2.8416	1.43341	101

Beberapa item memiliki nilai mean lebih tinggi (≥ 3.00), seperti MBRSQ4, MBRSQ10, MBRSQ11, MBRSQ13, MBRSQ14, MBRSQ15, dan MBRSQ20. Nilai mean yang tinggi menunjukkan bahwa responden cenderung memberikan penilaian positif atau setuju terhadap item-item tersebut. Hal ini mengindikasikan bahwa aspek yang diukur oleh item tersebut relatif lebih kuat atau lebih banyak diakui oleh responden.

Sebaliknya, terdapat sejumlah item dengan nilai mean lebih rendah (< 2.00), yaitu MBRSQ5, MBRSQ6, MBRSQ7, MBRSQ9, MBRSQ12, MBRSQ17, dan MBRSQ21. Nilai mean yang rendah mengindikasikan bahwa responden cenderung tidak setuju atau memberikan penilaian rendah terhadap pernyataan-pernyataan tersebut. Item-item ini kemungkinan menggambarkan aspek yang kurang dialami responden atau merupakan item yang bersifat unfavorable.

Nilai standar deviasi (SD) pada seluruh item berada pada kisaran 0.95 hingga 1.45. Rentang ini menunjukkan bahwa respons responden cukup bervariasi namun tetap dalam batas yang wajar. Beberapa item dengan SD tinggi, seperti MBRSQ3, MBRSQ8, MBRSQ15, MBRSQ16, MBRSQ18, MBRSQ22, dan MBRSQ23, menggambarkan pola jawaban yang lebih beragam di antara responden. Keberagaman ini dapat menunjukkan perbedaan pengalaman, persepsi, atau pemahaman terhadap pernyataan tersebut.

Sebaliknya, item dengan SD yang lebih rendah, terutama MBRSQ7 dan MBRSQ17, mengindikasikan bahwa jawaban responden lebih homogen. Artinya, mayoritas responden memberikan jawaban yang relatif serupa terhadap item tersebut. Secara keseluruhan, hasil statistik deskriptif menunjukkan bahwa setiap item dalam instrumen dapat menangkap variasi jawaban responden secara memadai. Nilai mean dan SD juga menggambarkan bahwa instrumen memiliki distribusi respon yang baik dan mampu memberikan gambaran psikologis responden secara lebih komprehensif.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.798	23

Analisis reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat konsistensi internal instrumen penelitian yang terdiri dari 23 item pernyataan. Pengujian dilakukan menggunakan koefisien Cronbach's Alpha, yang merupakan salah satu metode paling umum dalam mengukur reliabilitas skala psikologis. Hasil analisis menunjukkan bahwa instrumen memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0.798. Nilai ini berada dalam kategori baik (0.70–0.79) dan mendekati kategori sangat baik (> 0.80). Hal ini menandakan bahwa setiap item dalam skala

memiliki tingkat keterkaitan yang cukup tinggi satu sama lain, sehingga instrumen ini dapat dikatakan andal dalam mengukur konstruk yang dimaksud.

Dengan nilai Cronbach's Alpha mendekati 0.80, dapat disimpulkan bahwa instrumen mampu memberikan hasil yang stabil, konsisten, dan dapat dipercaya ketika digunakan pada kelompok responden yang sama. Reliabilitas ini menunjukkan bahwa variasi jawaban responden lebih banyak dipengaruhi oleh perbedaan konstruk psikologis yang diukur, bukan oleh kesalahan pengukuran.

Selain itu, jumlah item yang relatif banyak (23 item) turut mendukung nilai reliabilitas yang baik, karena semakin banyak item yang saling berkorelasi, semakin tinggi pula konsistensi internal instrumen tersebut. Tidak terdapat indikasi item yang secara drastis menurunkan nilai reliabilitas, sehingga seluruh item dinilai layak untuk tetap digunakan dalam instrumen penelitian. Secara keseluruhan, hasil analisis reliabilitas ini menunjukkan bahwa instrumen penelitian telah memenuhi standar kualitas psikometrik yang memadai dan dapat digunakan untuk mengukur variabel penelitian secara konsisten.

		UMR			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	17	7	6.9	7.0	7.0
	18	12	11.9	12.0	19.0
	19	24	23.8	24.0	43.0
	20	44	43.6	44.0	87.0
	21	12	11.9	12.0	99.0
	22	1	1.0	1.0	100.0
	Total	100	99.0	100.0	
Missing	System	1	1.0		
Total		101	100.0		

Hasil analisis frekuensi terhadap variabel UMR menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada rentang usia akhir remaja hingga dewasa awal. Dari total 101 responden, sebanyak 100 orang tercatat sebagai data valid, sementara satu responden terklasifikasi sebagai data hilang. Distribusi usia memperlihatkan bahwa kelompok usia 20 tahun merupakan kategori yang paling dominan, yaitu sebanyak 44 responden atau sekitar 44 persen dari total data valid. Kelompok usia 19 tahun menjadi kategori terbesar berikutnya dengan jumlah 24 responden, setara dengan 24 persen. Sementara itu, usia 18 dan 21 tahun masing-masing menyumbang 12 responden dengan persentase valid sebesar 12 persen.

Kelompok usia 17 tahun muncul sebanyak 7 persen, menjadikannya salah satu kategori dengan jumlah responden yang relatif kecil. Adapun usia 22 tahun merupakan kategori yang paling sedikit, yaitu hanya satu responden atau 1 persen dari total sampel valid. Pola distribusi kumulatif menunjukkan peningkatan yang konsisten dari kategori usia terendah hingga

tertinggi, di mana angka kumulatif mencapai 87 persen pada usia 20 tahun, kemudian meningkat hingga 100 persen pada usia 22 tahun.

Secara keseluruhan, hasil ini mengindikasikan bahwa sampel penelitian didominasi oleh individu berusia 19 hingga 20 tahun, dengan variasi kecil di kelompok usia lain. Keberagaman usia yang relatif sempit ini mencerminkan karakteristik populasi yang homogen, khususnya dalam konteks sampel yang kemungkinan besar berasal dari kelompok pelajar atau mahasiswa yang berada pada fase perkembangan serupa.

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
MBRSQ1	.259	101	.000	.828	101	.000
MBRSQ2	.181	101	.000	.898	101	.000
MBRSQ3	.157	101	.000	.887	101	.000
MBRSQ4	.162	101	.000	.904	101	.000
MBRSQ5	.272	101	.000	.790	101	.000
MBRSQ6	.303	101	.000	.760	101	.000
MBRSQ7	.346	101	.000	.687	101	.000
MBRSQ8	.170	101	.000	.879	101	.000
MBRSQ9	.254	101	.000	.828	101	.000
MBRSQ10	.183	101	.000	.909	101	.000
MBRSQ11	.188	101	.000	.897	101	.000
MBRSQ12	.237	101	.000	.829	101	.000
MBRSQ13	.174	101	.000	.897	101	.000
MBRSQ14	.170	101	.000	.902	101	.000
MBRSQ15	.153	101	.000	.895	101	.000
MBRSQ16	.229	101	.000	.852	101	.000
MBRSQ17	.284	101	.000	.782	101	.000
MBRSQ18	.167	101	.000	.887	101	.000
MBRSQ19	.174	101	.000	.875	101	.000

MBRSQ20	.153	101	.000	.906	101	.000
MBRSQ21	.243	101	.000	.813	101	.000
MBRSQ22	.162	101	.000	.879	101	.000
MBRSQ23	.187	101	.000	.879	101	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Hasil uji normalitas yang dilakukan menggunakan dua metode, yaitu Kolmogorov–Smirnov dan Shapiro–Wilk, menunjukkan bahwa seluruh butir MBRSQ tidak berdistribusi normal. Hal ini terlihat dari nilai signifikansi pada kedua uji yang konsisten berada pada angka 0,000 untuk semua item, jauh di bawah batas signifikansi 0,05. Setiap item, mulai dari MBRSQ1 hingga MBRSQ23, menunjukkan nilai statistik yang cukup besar pada uji Kolmogorov–Smirnov, sedangkan nilai statistik Shapiro–Wilk berada pada kisaran 0,68 hingga 0,91. Pola tersebut menegaskan bahwa distribusi data setiap butir menyimpang dari distribusi normal.

Temuan ini sejalan dengan karakteristik umum data skala Likert, di mana respons cenderung bersifat ordinal dan sering kali tidak memenuhi asumsi normalitas pada tingkat item. Dengan demikian, hasil ini mengindikasikan bahwa jika analisis lanjutan dilakukan pada masing-masing butir, pendekatan statistika non-parametrik lebih tepat digunakan. Namun, dalam praktik penelitian, uji normalitas pada tingkat butir biasanya tidak menjadi hambatan utama, mengingat analisis yang lebih relevan sering kali dilakukan pada skor total atau skor subskala. Meskipun setiap item menunjukkan distribusi yang tidak normal, hal ini tidak meniadakan kemungkinan bahwa skor total MBRSQ secara keseluruhan dapat mendekati distribusi normal ketika diakumulasi. Secara keseluruhan, hasil uji normalitas ini memberikan gambaran yang jelas bahwa setiap item MBRSQ memiliki distribusi data yang menyimpang dari normalitas, suatu kondisi yang wajar dalam instrumen pengukuran psikologis berbasis skala respon kategori.

Diskusi

Hasil penelitian ini memberikan gambaran mengenai kecenderungan body image negatif pada remaja putri di UIN Raden Fatah Palembang. Berdasarkan analisis statistik deskriptif, setiap item dalam skala MBSRQ-AS menunjukkan variasi respons yang cukup luas, dengan nilai mean berada pada rentang 1.65 hingga 3.24. Variasi ini menggambarkan adanya perbedaan persepsi, pengalaman, dan evaluasi diri terhadap aspek-aspek tubuh yang diukur.

Nilai mean tinggi pada beberapa item seperti MBRSQ4, MBRSQ10, MBRSQ11, MBRSQ13, MBRSQ14, MBRSQ15, dan MBRSQ20 menunjukkan bahwa responden cenderung memberikan penilaian positif terhadap area tertentu dari penampilan mereka. Meskipun demikian, nilai mean rendah pada item-item seperti MBRSQ5, MBRSQ6, MBRSQ7, MBRSQ9, MBRSQ12, MBRSQ17, dan MBRSQ21 mengindikasikan adanya aspek penampilan yang menimbulkan ketidakpuasan atau ketidaknyamanan pada sebagian responden. Kondisi ini sejalan dengan teori Cash & Pruzinsky (2002), bahwa body image merupakan evaluasi multidimensional yang mencakup kepuasan dan ketidakpuasan terhadap bagian tubuh tertentu (Cash & Pruzinsky, *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*).

Standar deviasi yang berada pada kisaran 0.95 hingga 1.45 menunjukkan heterogenitas respons, mengindikasikan bahwa persepsi tubuh responden tidak seragam. Hal ini wajar karena pembentukan body image sangat dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, paparan media, tekanan sosial, serta lingkungan pertemanan (Grogan, 2008; Fardouly & Vartanian, 2021).

Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0.798, yang mengindikasikan konsistensi internal yang baik. Dengan demikian, instrumen dapat dipercaya untuk mengukur konstruk body image pada kategori remaja putri. Temuan ini konsisten dengan laporan reliabilitas MBSRQ-AS dalam penelitian-penelitian sebelumnya (Cash, 2000).

Analisis frekuensi usia menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 19–20 tahun. Rentang usia ini termasuk fase perkembangan remaja akhir menuju dewasa awal, yaitu periode yang sangat rentan terhadap tekanan sosial mengenai penampilan fisik. Dalam fase ini, individu mulai membangun identitas diri dan berusaha memenuhi tuntutan standar kecantikan sosial (Papalia, Human Development Theory).

Uji normalitas dengan Kolmogorov–Smirnov dan Shapiro–Wilk menunjukkan bahwa seluruh item tidak berdistribusi normal. Hal ini merupakan karakteristik umum data skala Likert dan tidak menurunkan kualitas interpretasi data. Penyimpangan normalitas menunjukkan variasi persepsi tubuh yang cukup tinggi pada responden, yang dapat diinterpretasikan sebagai adanya keragaman pengalaman terkait body image (Azwar, 2010).

Secara umum, hasil penelitian mencerminkan adanya kecenderungan body image negatif di kalangan remaja putri, yang ditandai dengan rendahnya kepuasan terhadap tubuh tertentu, kecemasan mengenai berat badan, serta sensitivitas terhadap penilaian sosial. Fenomena ini konsisten dengan penelitian sebelumnya di Indonesia, yang menegaskan bahwa media sosial, budaya perbandingan diri, dan body shaming berperan besar dalam membentuk body image remaja putri (Endang Purwati et al., 2023; Putri & Lestari, 2023).

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa remaja putri di UIN Raden Fatah Palembang memiliki kecenderungan *body image* yang beragam, dengan beberapa aspek penampilan dinilai secara positif, namun sebagian lainnya menunjukkan ketidakpuasan yang cukup signifikan. Nilai mean yang rendah pada beberapa item mengindikasikan adanya ketidaknyamanan terhadap bagian tubuh tertentu serta kecemasan terkait berat badan.

Instrumen MBSRQ-AS terbukti reliabel dengan koefisien Cronbach's Alpha 0.798, sehingga layak digunakan untuk mengukur *body image* pada kelompok ini. Variasi usia yang relatif homogen dan berada pada masa remaja akhir turut menjelaskan kuatnya pengaruh lingkungan sosial dan media dalam pembentukan persepsi tubuh.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa *body image* pada remaja tidak hanya dipengaruhi faktor internal, tetapi juga dipengaruhi secara signifikan oleh faktor eksternal seperti media sosial dan tekanan sosial. Oleh karena itu, upaya preventif melalui edukasi literasi media dan program intervensi peningkatan penerimaan diri sangat diperlukan untuk meminimalisir dampak *body image* negatif pada remaja putri.

REFERENSI

- Azwar, S. (2010). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Anggraini, L., Putra, D. S., & Wibawa, A. (2023). *Body image dan status gizi pada remaja perempuan*. *Jurnal Gizi Indonesia*, 12(2), 110–118.
- Brown, T. A., Cash, T. F., & Mikulka, P. J. (1990). Attitudinal body-image assessment: Factor analysis of the Body-Self Relations Questionnaire. *Journal of Personality Assessment*, 55(1–2), 135–144.
- Craddock N, et al. (2024). Evaluating a school-based body image lesson in Indonesia: A randomised controlled trial. *journal homepage*: www.journals.elsevier.com/body-image
- Cash, T. F. (2000). *The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ) users' manual (3rd ed.)*. Norfolk, VA: Old Dominion University.
- Cash, T. F., & Lavalley, D. M. (1997). Cognitive-processing biases in body dysphoria: An investigation of the Stroop interference task. *International Journal of Eating Disorders*, 21(2), 163–168.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. Guilford Press.
- Djaelani, R. (2025). Paparan media sosial dan ketidakpuasan tubuh pada remaja Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 9(1), 55–68.
- Endang Purwati A, et al. (2023). Dampak Media Sosial Terhadap Body Image Remaja Putri. *PREVENTIF: JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT*.14(3)
- Fardouly, J., & Vartanian, L. R. (2021). Social media and body image concerns: Current research and future directions. *Current Opinion in Psychology*, 45, 101–106.
- Grogan, S. (2008). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women, and children* (2nd ed.). Routledge.

- Hadi, S., Craddock, N., & Santoso, B. (2023). Evaluating a school-based body image program in Indonesia: Face-to-face vs. online implementation. *Body Image*, 27(1), 14–25.
- Khairani, M., Hannan, M., & Amalia, S. (2019). Pengembangan alat ukur body image untuk remaja Indonesia. *Jurnal Psikologi UIN Suska*, 15(1), 45–57
- Putri, A. M., & Lestari, D. (2023). Body shaming dan dampaknya terhadap body image remaja perempuan. *Jurnal Psikologi Remaja*, 5(2), 72–81.
- Rahman, N., & Sari, M. (2023). Intensitas media sosial dan ketidakpuasan body image pada wanita dewasa awal di Makassar. *Jurnal Psikologi Kognitif*, 6(1), 33–42.
- Wulandari, N., & Kusuma, B. (2024). Body image dan gangguan makan pada remaja di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(2), 88–96.