

**STUDI DESKRIPTIF PERILAKU *BODY IMAGE* PADA SISWA
DI SMK NEGERI 4 BANJARMASIN**

SKRIPSI



MUHAMMAD LUTHFI RIZALDY

NIM1710123310012

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
BANJARMASIN**

2025

**STUDI DESKRIPTIF PERILAKU *BODY IMAGE* PADA SISWA DI SMK
NEGERI 4 BANJARMASIN**

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan Program Sarjana
Pendidikan Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu
Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat**

Oleh

MUHAMMAD LUTHFI RIZALDY

NIM 1710123310012

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING
BANJARMASIN
2025**

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING SKRIPSI

**STUDI DESKRIPTIF PERILAKU *BODY IMAGE* SISWA DI SMK
NEGERI 4 BANJARMASIN**

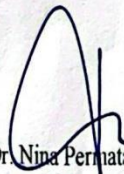
MUHAMMAD LUTHFI RIZALDY

1710123310012

Disetujui untuk Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji

Pembimbing I,

Pembimbing II,



Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd.

NIP. 198007022005012004



Eklys Cheseda Makaria, S.Pd., M.Pd.

NIP. 199208062018032001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Lambung Mangkurat



Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd.

NIP. 198007022005012004

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Muhammad Luthfi Rizaldy
Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji
Pada tanggal 14 Mei 2024

Dewan Penguji

Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd
NIP. 198007022005012004



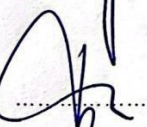
Ketua

Eklys Cheseda Makaria, S.Pd., M.Pd
NIP. 199208062018032001



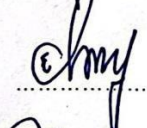
Sekretaris

Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd
NIP. 198007022005012004



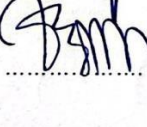
Penguji I

Eklys Cheseda Makaria, S.Pd., M.Pd
NIP. 199208062018032001



Penguji II

Dr. Novitawati, S.Psi, M.Pd
NIP. 197611062006042002



Penguji III

Mengetahui,
Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat



Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd.
NIP. 198007022005012004

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muhammad Luthfi Rizaldy
NIM : 1710123310012
Tempat, Tanggal Lahir : Banjarmasin, 17 juli 1999
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas : Lambung Mangkurat

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “**Studi Deskripif Perilaku *Body Image* Pada Siswa SMK Negeri 4 Banjarmasin**” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Saya siap menanggung resiko/ sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Banjarmasin,
Hormat Saya,

MUHAMMAD LUTHFI RIZALDY
NIM. 1710123310012

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

“Keberhasilan dimulai dengan keberanian untuk mencoba ”

Persembahan :

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar. Penulis juga menghaturkan sholawat dan salam kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW beserta sahabat, kerabat, dan pengikut-pengikut beliau hingga akhir zaman. Dalam proses penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari peran dan kesediaan berbagai pihak yang dengan tulus membantu dalam proses penyusunan skripsi saya. Atas segala bantuan dan bimbingan hingga disusunnya skripsi ini, maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Allah SWT, karena selalu membantu dan mempermudah segala urusan saya, serta selalu menguatkan saya dalam proses pengerjaan skripsi ini.
2. Orang tua saya dan keluarga tercinta yang selalu memberikan kasih sayang, doa serta dukungan moril maupun materil kepada saya.
3. Bapak dan Ibu Dosen Pembimbing yaitu Ibu Dr. Nina Permatasari, S.Psi, M.Pd selaku dosen pembimbing I dan Ibu Eklyes Cheseda Makaria, M.Pd selaku dosen pembimbing II, serta seluruh dosen pengajar dan para staff Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP ULM yang telah banyak menginspirasi dan memberikan dukungan dalam segala hal.
4. Seluruh teman dan para sahabat yang selalu bersama saya dan selalu mendukung saya dalam proses pembuatan skripsi ini

ABSTRAK

Muhammad Luthfi Rizaldy. 2024. Study Deskriptif Body Image Pada Siswa Di Smk Negeri 4 Banjarmasin

Pembimbing: (I) Dr. Nina Permata sari, S.Psi, M.Pd. (II) Eklys Cheseda Makaria, S. Pd, M.Pd.

Kata Kunci : *Body image*, remaja, kepercayaan diri, siswa SMK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kondisi *body image*, perilaku yang berkaitan, dan gangguan kesehatan pada siswa kelas XI di SMK Negeri 4 Banjarmasin. Masa remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis, yang dapat memengaruhi cara pandang seseorang terhadap tubuhnya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan metode survei dan instrumen berupa angket tertutup yang diberikan kepada 40 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 62,5% siswa berada pada kategori sedang dalam hal *body image* dan perilaku yang berkaitan. Indikator dengan skor tertinggi adalah kepuasan terhadap penampilan tubuh secara keseluruhan dan penilaian terhadap ukuran tubuh.

Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki persepsi yang cukup baik terhadap tubuh mereka, meskipun masih ada yang mengalami kecemasan terhadap berat badan dan ketidakpuasan pada bagian tubuh tertentu. Oleh karena itu, diperlukan layanan bimbingan dan konseling untuk membantu siswa membangun persepsi tubuh yang positif serta meningkatkan kepercayaan diri mereka.

ABSTRACT

Muhammad Luthfi Rizaldy. 2024. Descriptive Study of Body Image of Students at SMK Negeri 4 Banjarmasin

Supervisor: (I) Dr. Nina Permata sari, S.Psi, M.Pd. (II) Eklys Cheseda Makaria, S.Pd, M.Pd.

Keywords: *Body image*, adolescents, self-confidence, students SMK

This study aims to describe the condition of body image, related behaviors, and health concerns among eleventh-grade students at SMK Negeri 4 Banjarmasin. Adolescence is a developmental stage marked by physical and psychological changes that may affect an individual's perception of their body.

This study used a descriptive quantitative approach with a survey method, collecting data from 40 students using a closed-ended questionnaire. The results showed that 62.5% of students were in the moderate category in terms of body image and related behaviors. The highest-scoring indicators were overall satisfaction with physical appearance and self-assessment of body size.

These findings indicate that most students have a fairly positive perception of their bodies, although some still experience anxiety about weight and dissatisfaction with certain body parts. Therefore, guidance and counseling services are necessary to help students develop a positive body perception and improve their self-confidence.

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kepada Allah Swt yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga skripsi berjudul “Studi Deskriptif Body Image Pada Siswa Di SMK 4 Banjarmasin” berhasil diselesaikan.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program S1 (Strata-1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.

Disadari bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari peran serta dan berbagai pihak yang telah membantu baik secara moril maupun materil. Untuk itu disampaikan ucapan terima kasih khususnya kepada ibu Dr. Nina Permatasari, S.Psi, M.Pd. sebagai pembimbing I dan ibu Eklys Cheseda Makaria, M.Pd. Sebagai Pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, bimbingan, arahan, dan saran dalam penyusunan skripsi ini, Selain itu, ucapan terima kasih ditujukan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ahmad, SE., M.Si Rektor Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian.
2. Bapak Prof Dr. Sunarno Basuki, Drs., M.Kes. AIFO Dekan FKIP ULM Banjarmasin yang telahmem berikan dukungan dan fasilitas dalam rangka kelancaran pelaksanaan penelitian.
3. Ibu Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan pengarahan sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
4. Ibu Eklys Cheseda Makaria, M.Pd. Koordinator Program Studi Bimbingan Konseling yang telah memberikan bimbingan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
5. Bapak/Ibu Dosen Pengajar di Program Studi Bimbingan Konseling yang telah memberikan bantuan dan motivasi dalam melaksanakan penelitian ini.
6. Seluruh mahasiswa/i yang telah mendukung terlaksananya kegiatan penelitian.
7. Semua pihak yang telah memberikan bantuan baik berupa moril maupun materil, terutama untuk keluarga dan sahabat sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.
8. Tidak lupa saya ucapkan terima kasih sebanyak – banyaknya kepada teman – teman Bimbingan Konseling 2017 yang telah kebersamai sampai titik ini..

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa dalam skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan dan kelemahan. Sehingga diharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun agar isi dari skripsi ini menjadi lebih baik. Semoga amal baik yang diberikan mendapat balasan yang berlipat ganda dari Allah Swt dan bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.

Banjarmasin, Mei 2024

Peneliti

DAFTAR ISI

COVER DEPAN.....	i
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. RUMUSAN MASALAH.....	7
C. BATASAN MASALAH.....	7
D. TUJUAN PENELITIAN.....	8
E. MANFAAT PENELITIAN.....	8
BAB II KAJIAN TEORITIK.....	10
A. <i>Body Image</i>	10
1. Pengertian <i>Body Image</i>	10
2. Aspek-aspek dalam <i>Body Image</i>	11
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Body Image</i>	14
4. <i>Body image</i> positif.....	16
5. <i>Body image</i> negatif.....	18
B. Kerangka Berpikir.....	20
1. Deskripsi Kerangka Berpikir	21
2. Penelitian yang Relevan.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	24

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	24
B. Setting Penelitian	26
C. Jenis dan Sumber Data.....	26
D. Teknik dan Prosedur Pengumpulan Data.....	27
E. Teknik Analisis Data.....	28
F. Pemeriksaan ke Absahan data	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	31
A. Prosedur Penelitian	31
B. Deskripsi Data.....	33
C. Hasil Pengujian Persyaratan Analisis Data.....	37
D. Hasil Teknis Analisis Data.....	40
E. Hasil Pengujian Hipotesis	47
BAB V PENUTUP.....	51
A. Kesimpulan	51
B. Saran	52
DAFTAR RUJUKAN.....	55
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	
RIWAYAT HIDUP PENULIS	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kuesioner Tertutup.....	28
Tabel 4.1 Perubahan Nama Sekolah.....	34
Tabel 4.2 Kisi-Kisi Kuesioner Tertutup	38
Tabel 4.4 Hasil Kategorisasi citra tubuh (<i>body image</i>) dan perilaku serta gangguan kesehatan pada siswa kelas XI SMK Negeri 4 Banjarmasin.....	42
Tabel 4.5 Hasil Nilai Rata-Rata Tiap Indikator Berdasarkan Urutan Hasil Yang Diharapkan Dari Yang Tertinggi	46