**PESHUM : Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora**
**Vol.5, No.6, Oktober 2026**

# Pengaruh *Peer Appearance Culture* Terhadap *Body Image Dissatisfaction* Pada Remaja di SMKN 1 Wonorejo

**Nelly Puspitasari [1], Aris Setiawan [2]**
[1,2] Universitas Yudharta Pasuruan, Indonesia
E-mail: nellypspt19@gmail.com [1], arissetiawan@yudharta.ac.id [2]

**Article History:**
Received: 29 Juli 2026
Revised: 23 September 2026
Accepted: 01 Oktober 2026

**Keywords:** *adolescents; body image dissatisfaction; peer appearance culture.*

***Abstract:*** *Body image dissatisfaction has become one of the most common psychological issues experienced by adolescents, particularly due to the increasing emphasis on physical appearance within peer groups. This study aimed to determine the effect of peer appearance culture on body image dissatisfaction among adolescents at SMKN 1 Wonorejo. This research employed a quantitative approach with a correlational design. The population consisted of 1,060 students from grades X and XI, while 290 respondents were selected using proportionate stratified random sampling. Data were collected using the Peer Appearance Culture Scale and the Body Image Dissatisfaction Scale, both of which had met validity and reliability requirements. Data analysis was conducted using simple linear regression. The findings revealed that peer appearance culture had a positive and significant effect on body image dissatisfaction ($p = 0.000 < 0.05$). The coefficient of determination ($R^2$) was 0.891, indicating that 89.1% of the variance in body image dissatisfaction could be explained by peer appearance culture, while the remaining 10.9% was influenced by other factors outside this study. The regression equation obtained was $Y = 35.554 + 0.441X$, indicating that every one-unit increase in peer appearance culture was followed by a 0.441-unit increase in body image dissatisfaction. These findings suggest that peer appearance culture plays an important role in shaping adolescents' perceptions of their bodies. Therefore, schools and families should foster a supportive social environment that promotes positive body image and reduces appearance-based pressure among adolescents.*

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi perkembangan yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, kognitif, dan sosial yang berlangsung secara cepat. Pada fase ini individu

mulai membangun identitas diri, meningkatkan kesadaran terhadap penampilan fisik, serta mengembangkan hubungan interpersonal yang lebih luas dengan teman sebaya. Penampilan fisik menjadi salah satu aspek yang memperoleh perhatian besar karena sering dijadikan dasar dalam proses penerimaan sosial maupun pembentukan konsep diri. Ketika remaja menilai bahwa kondisi fisiknya tidak sesuai dengan standar yang dianggap ideal, mereka cenderung mengalami evaluasi negatif terhadap tubuhnya yang dikenal sebagai *body image dissatisfaction*. Kondisi tersebut tidak hanya memengaruhi persepsi individu terhadap tubuhnya, tetapi juga berdampak pada kesehatan mental, harga diri, kesejahteraan psikologis, hingga kualitas hubungan sosial remaja (Jakobek, 2024; He et al., 2025).

*Body image dissatisfaction* merupakan keadaan psikologis ketika individu merasa tidak puas terhadap bentuk, ukuran, maupun penampilan tubuh yang dimilikinya akibat adanya kesenjangan antara tubuh aktual dengan tubuh ideal yang diharapkan. Ketidakpuasan tersebut melibatkan aspek kognitif, afektif, dan perilaku, sehingga individu cenderung memiliki persepsi negatif terhadap tubuhnya, merasa malu, kehilangan rasa percaya diri, hingga melakukan berbagai upaya untuk mengubah penampilannya. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa *body image dissatisfaction* berhubungan dengan meningkatnya risiko kecemasan, depresi, gangguan makan, rendahnya *self-esteem*, serta penurunan kualitas hidup pada remaja (Al Riyami et al., 2024; Yadav, 2025; Jarman & Rousseau, 2025).

Fenomena *body image dissatisfaction* saat ini semakin meningkat seiring berkembangnya media digital, media sosial, dan budaya yang menekankan pentingnya penampilan fisik. Remaja setiap hari terpapar berbagai representasi tubuh ideal melalui media sosial, iklan, maupun figur publik yang secara tidak langsung membentuk standar kecantikan atau ketampanan tertentu. Paparan tersebut mendorong remaja untuk melakukan perbandingan sosial (*social comparison*) secara terus-menerus sehingga meningkatkan ketidakpuasan terhadap kondisi tubuhnya sendiri. Data UNICEF Indonesia melalui U-Report menunjukkan bahwa sebagian besar remaja Indonesia ingin mengubah penampilannya, lebih dari separuh pernah merasa kurang percaya diri karena kondisi fisiknya, dan sebagian besar membutuhkan informasi mengenai pembentukan citra tubuh yang positif. Temuan tersebut menunjukkan bahwa permasalahan citra tubuh masih menjadi isu psikologis yang perlu mendapatkan perhatian serius dalam konteks perkembangan remaja (UNICEF Indonesia, 2020; Rodgers & Paxton, 2023).

Selain dipengaruhi oleh media sosial, *body image dissatisfaction* juga dipengaruhi oleh berbagai faktor psikososial, seperti keluarga, lingkungan budaya, harga diri, pengalaman *body shaming*, serta kelompok teman sebaya. Di antara berbagai faktor tersebut, lingkungan teman sebaya memiliki pengaruh yang sangat kuat karena remaja menghabiskan sebagian besar waktunya bersama kelompok pertemanan. Pada masa remaja, penerimaan sosial dari teman sebaya menjadi kebutuhan perkembangan yang sangat penting sehingga berbagai norma yang berkembang dalam kelompok tersebut cenderung diinternalisasi oleh individu. Ketika kelompok teman sebaya menjadikan penampilan fisik sebagai standar penerimaan sosial, remaja akan lebih mudah mengevaluasi dirinya berdasarkan standar tersebut sehingga meningkatkan risiko munculnya ketidakpuasan terhadap tubuh (Cash & Smolak, 2021; Grogan, 2022; Rodgers & Paxton, 2023).

Salah satu konsep yang menjelaskan pengaruh lingkungan teman sebaya terhadap persepsi tubuh adalah *peer appearance culture*. Konsep ini menggambarkan budaya dalam kelompok teman sebaya yang menempatkan penampilan fisik sebagai aspek penting dalam interaksi sosial. *Peer appearance culture* diwujudkan melalui kebiasaan membandingkan penampilan, memberikan komentar mengenai bentuk tubuh, membahas berat badan, mengikuti tren

kecantikan, hingga munculnya tekanan agar individu memiliki penampilan yang dianggap ideal oleh kelompok. Budaya tersebut mendorong individu untuk terus melakukan evaluasi terhadap tubuhnya sehingga meningkatkan kecenderungan mengalami *body image dissatisfaction* (Jones, 2021; Kenny The, 2022; Abdillah et al., 2023; Kumala, 2026).

Secara teoritis, hubungan antara *peer appearance culture* dan *body image dissatisfaction* dapat dijelaskan melalui *Tripartite Influence Model*. Model ini menjelaskan bahwa media, keluarga, dan teman sebaya merupakan tiga sumber utama yang membentuk standar tubuh ideal pada individu. Pengaruh tersebut terjadi melalui proses internalisasi standar kecantikan dan perbandingan sosial yang akhirnya menghasilkan evaluasi negatif terhadap tubuh apabila individu merasa dirinya tidak sesuai dengan standar yang berkembang di lingkungan sosialnya. Oleh karena itu, semakin tinggi tekanan penampilan yang berasal dari teman sebaya, semakin besar pula kemungkinan remaja mengalami ketidakpuasan terhadap tubuhnya (Thompson, 2021; Rodgers et al., 2022; Jarman & Rousseau, 2025).

Berbagai penelitian terdahulu telah membuktikan adanya hubungan positif antara *peer appearance culture* dengan *body image dissatisfaction*. Rahmadini (2025) menemukan bahwa *peer appearance culture* memberikan kontribusi signifikan terhadap meningkatnya *body dissatisfaction* pada remaja perempuan di Sumatera Barat. Penelitian Chua dan Chang (2024) juga menunjukkan bahwa budaya penampilan dalam kelompok teman sebaya berkorelasi positif dengan meningkatnya ketidakpuasan tubuh pada remaja. Temuan serupa dilaporkan oleh Liu et al. (2023), Marengo et al. (2022), Veldhuis et al. (2022), serta Rodgers et al. (2022) yang menjelaskan bahwa perbandingan penampilan, komentar mengenai bentuk tubuh, dan tekanan sosial dari teman sebaya merupakan prediktor penting munculnya *body image dissatisfaction* pada remaja.

Meskipun demikian, penelitian mengenai *peer appearance culture* di Indonesia masih relatif terbatas, khususnya pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak dilakukan pada mahasiswa, remaja perempuan, atau pengguna media sosial sehingga karakteristik respondennya berbeda dengan siswa SMK yang memiliki lingkungan sosial, karakteristik perkembangan, dan dinamika kelompok teman sebaya yang khas. Selain itu, belum banyak penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh *peer appearance culture* terhadap *body image dissatisfaction* pada siswa SMKN 1 Wonorejo. Kondisi tersebut menunjukkan adanya *research gap* yang penting untuk diteliti sehingga hasil penelitian dapat memperkaya kajian psikologi perkembangan remaja sekaligus menjadi dasar penyusunan intervensi yang sesuai dengan karakteristik siswa SMK.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti di SMKN 1 Wonorejo, ditemukan bahwa sebagian siswa masih menunjukkan kecenderungan merasa kurang puas terhadap bentuk tubuhnya, sering membandingkan penampilan dengan teman sebaya, serta merasa kurang percaya diri terhadap kondisi fisiknya. Hasil pra-survei juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden pernah merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh, sering membandingkan penampilannya dengan orang lain, dan merasa kurang percaya diri terhadap kondisi fisiknya. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa *body image dissatisfaction* masih ditemukan pada siswa SMKN 1 Wonorejo sehingga perlu dianalisis faktor-faktor yang memengaruhinya, khususnya budaya penampilan yang berkembang dalam lingkungan teman sebaya.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *peer appearance culture* terhadap *body image dissatisfaction* pada remaja di SMKN 1 Wonorejo.

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan dan psikologi sosial, serta menjadi referensi bagi sekolah, guru, orang tua, dan praktisi pendidikan dalam merancang program edukasi yang mampu membangun lingkungan pertemanan yang lebih suportif sehingga dapat meningkatkan citra tubuh positif pada remaja.

## LANDASAN TEORI

### *Body Image Dissatisfaction*

*Body image dissatisfaction* merupakan kondisi psikologis ketika individu memiliki evaluasi negatif terhadap bentuk, ukuran, berat badan, maupun penampilan fisiknya akibat adanya ketidaksesuaian antara tubuh yang dimiliki dengan tubuh ideal yang diharapkan. Ketidakpuasan terhadap tubuh tidak hanya berkaitan dengan persepsi fisik, tetapi juga melibatkan aspek kognitif, afektif, dan perilaku yang memengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *body image dissatisfaction* berkaitan dengan meningkatnya risiko gangguan makan, depresi, kecemasan, rendahnya harga diri, serta penurunan kualitas hidup pada remaja (Cash & Smolak, 2021; Grogan, 2022; Nowicki & Rodgers, 2024).

Menurut **Cash dan Smolak (2021),** *body image dissatisfaction* merupakan evaluasi subjektif individu terhadap tubuhnya yang muncul ketika terdapat kesenjangan antara kondisi tubuh aktual dengan tubuh yang diharapkan. Sementara itu, **Grogan (2022)** menjelaskan bahwa ketidakpuasan tubuh merupakan konstruk multidimensional yang mencakup cara individu berpikir mengenai tubuhnya (*cognitive component*), perasaan yang muncul terhadap tubuhnya (*affective component*), serta perilaku yang dilakukan sebagai respons terhadap ketidakpuasan tersebut (*behavioral component*). Oleh karena itu, *body image dissatisfaction* dipandang sebagai proses psikologis yang dipengaruhi oleh faktor biologis, psikologis, maupun sosial.

Salah satu teori yang paling banyak digunakan untuk menjelaskan terbentuknya *body image dissatisfaction* adalah ***Tripartite Influence Model*** yang dikembangkan oleh Thompson dan terus divalidasi dalam berbagai penelitian terbaru. Model ini menjelaskan bahwa terdapat tiga sumber utama pengaruh sosiokultural, yaitu **media, keluarga, dan teman sebaya (peer)**. Ketiga faktor tersebut memengaruhi ketidakpuasan tubuh melalui dua mekanisme utama, yaitu **internalisasi standar tubuh ideal (*thin-ideal internalization*)** dan ***appearance comparison.*** Individu yang menginternalisasi standar tubuh ideal serta sering membandingkan penampilannya dengan orang lain akan lebih mudah mengalami evaluasi negatif terhadap tubuhnya sehingga meningkatkan *body image dissatisfaction* (Thompson et al., 1999; Rodgers et al., 2022; Nowicki & Rodgers, 2024).

Berdasarkan teori tersebut, aspek *body image dissatisfaction* meliputi tiga dimensi utama, yaitu ***aspek kognitif,*** *b*erupa persepsi dan penilaian individu terhadap tubuhnya; **aspek afektif,** berupa munculnya perasaan malu, cemas, tidak percaya diri, atau kecewa terhadap kondisi fisik; serta **aspek perilaku**, yaitu tindakan yang dilakukan untuk mengubah penampilan, seperti diet berlebihan, olahraga secara ekstrem, penggunaan produk kecantikan, maupun menghindari situasi sosial akibat merasa tidak puas terhadap tubuhnya (Cash & Smolak, 2021; Grogan, 2022).

### *Peer Appearance Culture*

*Peer appearance culture* merupakan budaya yang berkembang dalam kelompok teman sebaya yang menempatkan penampilan fisik sebagai aspek penting dalam memperoleh penerimaan sosial. Budaya tersebut diwujudkan melalui kebiasaan membandingkan penampilan, memberikan komentar mengenai bentuk tubuh, membahas berat badan, mengikuti standar kecantikan tertentu, hingga munculnya tekanan untuk memiliki penampilan yang sesuai dengan

harapan kelompok. Pada masa remaja, pengaruh teman sebaya menjadi semakin kuat karena kelompok pertemanan berperan sebagai sumber identitas sosial dan pembentukan konsep diri (Jones, 2021; Kenny The, 2022; Abdillah et al., 2023).

Menurut **Kenny The (2022),** *peer appearance culture* terdiri atas empat komponen utama, yaitu ***appearance-based comparison, appearance-related teasing, appearance-focused conversation***, dan ***peer appearance pressure.*** *Appearance-based comparison* mengacu pada kecenderungan individu membandingkan penampilannya dengan teman sebaya. *Appearance-related teasing* merupakan komentar, kritik, maupun ejekan mengenai penampilan fisik. *Appearance-focused conversation* adalah kebiasaan kelompok membahas bentuk tubuh, berat badan, atau standar kecantikan, sedangkan *peer appearance pressure* merupakan tekanan yang dirasakan individu agar memiliki penampilan sesuai dengan norma kelompok.

Secara teoritis, *peer appearance culture* juga dapat dijelaskan melalui ***Social Comparison Theory*** yang dikemukakan oleh Festinger. Teori ini menyatakan bahwa individu secara alami memiliki kecenderungan membandingkan dirinya dengan orang lain untuk mengevaluasi kemampuan maupun karakteristik pribadinya. Dalam konteks penampilan fisik, remaja lebih sering melakukan ***upward appearance comparison,*** yaitu membandingkan dirinya dengan teman sebaya yang dianggap memiliki tubuh lebih ideal. Perbandingan tersebut menyebabkan individu semakin menyadari kekurangan fisiknya sehingga meningkatkan evaluasi negatif terhadap tubuh yang dimiliki (Festinger, 1954; Apopei et al., 2024).

## Hubungan *Peer Appearance Culture dengan Body Image Dissatisfaction*

Hubungan antara *peer appearance culture* dan *body image dissatisfaction* dapat dijelaskan melalui integrasi ***Tripartite Influence Model*** dan ***Social Comparison Theory***. Kedua teori tersebut menjelaskan bahwa tekanan penampilan yang berasal dari teman sebaya tidak secara langsung menyebabkan ketidakpuasan tubuh, tetapi bekerja melalui proses internalisasi standar tubuh ideal dan kecenderungan melakukan perbandingan sosial. Ketika remaja berada dalam kelompok yang sering memberikan komentar mengenai penampilan, membandingkan bentuk tubuh, atau menjadikan penampilan sebagai ukuran penerimaan sosial, individu akan lebih mudah mengevaluasi tubuhnya secara negatif sehingga meningkatkan *body image dissatisfaction* (Rodgers et al., 2022; Apopei et al., 2024).

Temuan empiris terbaru menunjukkan bahwa *peer appearance culture* merupakan salah satu prediktor yang konsisten terhadap *body image dissatisfaction*. Penelitian Nowicki dan Rodgers (2024) menunjukkan bahwa tekanan penampilan dari teman sebaya berpengaruh terhadap ketidakpuasan tubuh melalui mekanisme ***appearance comparison*** *dan* ***thin-ideal internalization***. Penelitian Apopei, Coe, dan Cordoba (2024) juga menemukan bahwa komentar negatif, ejekan mengenai bentuk tubuh, serta budaya membandingkan penampilan dalam kelompok teman sebaya meningkatkan evaluasi negatif terhadap tubuh, terutama pada remaja dan dewasa muda. Dengan demikian, semakin tinggi *peer appearance culture* yang dirasakan individu, semakin tinggi pula kecenderungan individu mengalami *body image dissatisfaction*.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menganalisis pengaruh *peer appearance culture* terhadap *body image dissatisfaction* pada remaja di SMKN 1 Wonorejo. Pendekatan kuantitatif dipilih karena memungkinkan pengukuran hubungan antar konstruk penelitian secara objektif melalui analisis statistik. Desain korelasional digunakan untuk menguji sejauh mana *peer appearance culture* berkontribusi terhadap munculnya *body image dissatisfaction* berdasarkan data empiris yang diperoleh dari responden.

Penelitian ini berfokus pada dua konstruk utama, yaitu *peer appearance culture* dan *body image dissatisfaction*. *Peer appearance culture* mengacu pada budaya yang berkembang dalam kelompok teman sebaya yang menempatkan penampilan fisik sebagai aspek penting dalam interaksi sosial. Konstruk ini tercermin melalui kecenderungan melakukan perbandingan penampilan, percakapan mengenai bentuk tubuh, komentar terhadap penampilan fisik, serta adanya tekanan dari teman sebaya untuk memenuhi standar penampilan tertentu. Sementara itu, *body image dissatisfaction* merupakan kondisi ketika individu merasa tidak puas terhadap bentuk, ukuran, maupun penampilan tubuhnya akibat adanya kesenjangan antara tubuh aktual dengan tubuh ideal yang diharapkan. Kedua konstruk tersebut dioperasionalisasikan berdasarkan indikator teoritis yang telah digunakan dalam penelitian terdahulu dan menjadi dasar dalam penyusunan instrumen penelitian.

Populasi penelitian terdiri atas seluruh siswa kelas X dan XI SMKN 1 Wonorejo yang berjumlah 1.060 siswa. Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh 290 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportionate stratified* random sampling, sehingga setiap kelas memperoleh peluang yang proporsional untuk menjadi responden penelitian. Teknik ini dipilih agar sampel dapat mewakili karakteristik populasi secara lebih merata.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua skala psikologi dengan model Likert empat kategori jawaban, yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS). Skala *Peer Appearance Culture* disusun berdasarkan dimensi yang dikembangkan oleh Kenny The (2022), meliputi *appearance-based comparison*, *appearance-related teasing*, *appearance-focused conversation*, dan *peer appearance pressure*. Adapun skala *Body Image Dissatisfaction* disusun berdasarkan aspek kognitif, afektif, perilaku, dan *appearance comparison*. Kedua instrumen terdiri atas pernyataan *favorable* dan *unfavorable* yang telah melalui proses uji validitas dan reliabilitas sebelum digunakan dalam penelitian utama.

Sebelum pelaksanaan penelitian, seluruh instrumen diuji validitas menggunakan korelasi *Product Moment Pearson*, sedangkan reliabilitas diukur menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha* dengan bantuan IBM SPSS *Statistics* versi 29. Instrumen dinyatakan layak digunakan apabila memenuhi kriteria validitas serta memiliki nilai reliabilitas lebih dari 0,70 yang menunjukkan konsistensi internal yang baik.

Analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS *Statistics* versi 29. Tahap analisis meliputi statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik data, dilanjutkan dengan uji normalitas dan uji linearitas sebagai prasyarat analisis. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk mengetahui besarnya pengaruh *peer appearance culture* terhadap *body image dissatisfaction*. Keputusan pengujian didasarkan pada taraf signifikansi 5% ($p < 0,05$), sedangkan nilai koefisien determinasi ($R^2$) digunakan untuk mengetahui besarnya kontribusi *peer appearance culture* dalam menjelaskan variasi *body image dissatisfaction* pada remaja.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *peer appearance culture* terhadap *body image dissatisfaction* pada remaja di SMKN 1 Wonorejo. Analisis data dilakukan menggunakan

**IBM SPSS Statistics versi 29** melalui analisis statistik deskriptif, uji asumsi, dan analisis regresi linear sederhana. Hasil analisis disajikan sebagai berikut.

Karakteristik responden disajikan berdasarkan jenis kelamin, tingkat kelas, dan jurusan untuk memberikan gambaran mengenai subjek penelitian.

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

| Karakteristik | Frekuensi | Presentase |
|---|---|---|
| Jenis Kelamin | | |
| Laki-laki | 236 | 81,38% |
| Perempuan | 54 | 18,62% |
| Jumlah | 290 | 100% |

| Karakteristik | Frekuensi | Presentase |
|---|---|---|
| Kelas | | |
| X | 191 | 65,86% |
| XI | 99 | 34,14% |
| Jumlah | 290 | 100% |

| Karakteristik | Frekuensi | Presentase |
|---|---|---|
| Jurusan | | |
| TKJ | 159 | 54,83% |
| TKR | 64 | 22,07% |
| DKV | 40 | 13,79% |
| TBSM/TSM | 27 | 9,31% |
| Jumlah | 290 | 100% |

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa responden penelitian didominasi oleh siswa laki-laki sebanyak 236 orang (81,38%), sedangkan siswa perempuan sebanyak 54 orang (18,62%). Berdasarkan tingkat kelas, sebagian besar responden berasal dari kelas X sebanyak 191 siswa (65,86%) dan kelas XI sebanyak 99 siswa (34,14%). Berdasarkan jurusan, mayoritas responden berasal dari jurusan Teknik Komputer dan Jaringan (TKJ) sebanyak 159 siswa (54,83%), diikuti Teknik Kendaraan Ringan (TKR) sebanyak 64 siswa (22,07%), Desain Komunikasi Visual (DKV) sebanyak 40 siswa (13,79%), dan Teknik Bisnis Sepeda Motor (TBSM) sebanyak 27 siswa (9,31%).

**Analisis Statistik Deskriptif**

Analisis statistik deskriptif digunakan untuk mengetahui gambaran umum data penelitian.

**Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian**

| Variabel | N | Mean | Std. Deviation |
|---|---|---|---|
| Peer Appearance Culture | 290 | 58,20 | 3,777 |
| Body Image Dissatisfaction | 290 | 58,20 | 4,312 |

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa skor *peer appearance culture* memiliki nilai rata-rata sebesar 58,20 dengan simpangan baku 3,777. Nilai minimum yang diperoleh responden adalah 47, sedangkan nilai maksimum mencapai 69. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat *peer appearance culture* pada responden berada pada kategori sedang dengan penyebaran data yang

relatif homogen. Adapun statistik deskriptif *body image dissatisfaction* menunjukkan kecenderungan yang juga berada pada kategori sedang berdasarkan nilai rata-rata yang diperoleh responden.

**Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal sebagai salah satu syarat analisis regresi linear.

**Tabel 3. Hasil Uji Normalitas**

| Variabel | Sig. | Keterangan |
|---|---|---|
| Unstandardized | 0,200 | Berdistribusi Normal |

. Berdasarkan Tabel 3 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200 (p > 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa residual data penelitian berdistribusi normal. Dengan demikian, salah satu asumsi dalam analisis regresi linear sederhana telah terpenuhi.

**Uji Linearitas**

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara peer appearance culture dengan body image dissatisfaction bersifat linear.

**Tabel 4. Hasil Uji Linearitas**

| Pengujian | F | Sig. | Keterangan |
|---|---|---|---|
| Deviation From Linearity | 1,221 | 0,236 | Hubungan kedua variabel bersifat linear |

. Hasil uji linearitas menunjukkan nilai F = 1,221 dengan nilai signifikansi sebesar 0,236 (p > 0,05). Oleh karena itu, hubungan antara peer appearance culture dan body image dissatisfaction dinyatakan linear sehingga memenuhi persyaratan analisis regresi linear sederhana.

**Analisis Regresi Linear Sederhana**

Analisis regresi linear sederhana dilakukan untuk mengetahui pengaruh peer appearance culture terhadap body image dissatisfaction.

**Tabel 5. Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana**

| Model | B | Sig. |
|---|---|---|
| Konstanta | 35,554 | 0,000 |
| Peer Appearance Culture | 0,441 | 0,000 |

Persamaan regresi yang diperoleh adalah sebagai berikut.

**Y = 35,554 + 0,441X**

Persamaan tersebut menunjukkan bahwa nilai konstanta sebesar 35,554 merupakan nilai body image dissatisfaction ketika peer appearance culture berada pada kondisi konstan. Koefisien regresi sebesar 0,441 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan peer appearance culture akan meningkatkan body image dissatisfaction sebesar 0,441 satuan. Nilai signifikansi sebesar 0,000 (p < 0,05) menunjukkan bahwa peer appearance culture berpengaruh secara signifikan terhadap body image dissatisfaction pada remaja di SMKN 1 Wonorejo.

**Koefisien Determinasi**

Koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui besarnya kontribusi peer appearance culture terhadap body image dissatisfaction.

**Tabel 6. Hasil Koefisien Determinasi**

| R | R Square | Adjusted R Square |
|---|---|---|
| 0,944 | 0,891 | 0,891 |

. Berdasarkan hasil analisis diperoleh nilai R sebesar 0,944 dengan R Square sebesar 0,891. Hasil tersebut menunjukkan bahwa peer appearance culture mampu menjelaskan 89,1% variasi

body image dissatisfaction pada remaja di SMKN 1 Wonorejo. Adapun 10,9% variasi lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian, seperti harga diri, pengaruh media sosial, pola asuh orang tua, karakteristik kepribadian, maupun pengalaman sosial yang berkaitan dengan penampilan fisik.

**Ringkasan Hasil Penelitian**

Secara keseluruhan, hasil analisis menunjukkan bahwa data penelitian telah memenuhi asumsi normalitas dan linearitas sehingga layak dianalisis menggunakan regresi linear sederhana. Analisis regresi menunjukkan bahwa peer appearance culture memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap body image dissatisfaction pada remaja di SMKN 1 Wonorejo dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Selain itu, nilai koefisien determinasi sebesar 0,891 mengindikasikan bahwa peer appearance culture memberikan kontribusi yang sangat besar dalam menjelaskan variasi body image dissatisfaction pada responden penelitian.

**Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *peer appearance culture* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *body image dissatisfaction* pada remaja di SMKN 1 Wonorejo. Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan nilai signifikansi sebesar **0,000 (p < 0,05)**, sehingga hipotesis penelitian diterima. Persamaan regresi yang diperoleh yaitu **Y = 35,554 + 0,441X** menunjukkan bahwa setiap peningkatan *peer appearance culture* akan diikuti oleh peningkatan *body image dissatisfaction*. Selain itu, nilai koefisien determinasi (**$R^2$ = 0,891)** menunjukkan bahwa *peer appearance culture* memberikan kontribusi yang besar dalam menjelaskan variasi *body image dissatisfaction* pada responden penelitian. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa budaya penampilan yang berkembang di lingkungan teman sebaya memiliki peran penting dalam membentuk persepsi remaja terhadap tubuhnya. Semakin tinggi tekanan sosial yang berkaitan dengan penampilan fisik di lingkungan pertemanan, semakin besar kecenderungan remaja mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk maupun penampilan tubuhnya.

Temuan penelitian ini sejalan dengan ***Tripartite Influence Model*** yang dikembangkan oleh Thompson, Heinberg, Altabe, dan Tantleff-Dunn (1999), yang menjelaskan bahwa media, keluarga, dan teman sebaya merupakan tiga sumber utama pengaruh sosiokultural terhadap pembentukan citra tubuh. Dalam model tersebut, teman sebaya menjadi salah satu agen sosial yang paling dominan pada masa remaja karena individu mulai menghabiskan sebagian besar waktunya bersama kelompok pertemanan dibandingkan dengan keluarga. Pengaruh tersebut tidak terjadi secara langsung, melainkan melalui proses **internalisasi standar tubuh ideal** (*thin-ideal internalization*) dan **perbandingan sosial terhadap penampilan** (*appearance social comparison*). Ketika remaja menginternalisasi standar penampilan yang berkembang di lingkungan sosialnya, mereka akan cenderung mengevaluasi tubuhnya berdasarkan standar tersebut. Apabila kondisi tubuh yang dimiliki dianggap tidak sesuai dengan standar ideal kelompok, maka akan muncul perasaan tidak puas terhadap tubuh (*body image dissatisfaction*) (Rodgers et al., 2022; Nowicki & Rodgers, 2024).

Selain dijelaskan melalui ***Tripartite Influence Model***, hasil penelitian ini juga dapat dipahami menggunakan ***Social Comparison Theory*** yang dikemukakan oleh Festinger (1954). Teori ini menjelaskan bahwa individu memiliki kecenderungan alami untuk mengevaluasi dirinya melalui proses membandingkan diri dengan orang lain. Pada masa remaja, proses tersebut paling sering terjadi terhadap teman sebaya karena mereka dianggap memiliki karakteristik usia, lingkungan, serta pengalaman yang relatif sama. Dalam konteks penampilan fisik, remaja cenderung melakukan *upward appearance comparison*, yaitu membandingkan dirinya dengan teman yang dianggap memiliki tubuh lebih ideal atau lebih menarik. Proses perbandingan

tersebut menyebabkan remaja lebih mudah menyadari kekurangan yang dimiliki sehingga memunculkan evaluasi negatif terhadap tubuhnya. Penelitian Apopei et al. (2024) menunjukkan bahwa *appearance comparison* merupakan mediator yang sangat kuat dalam menjelaskan hubungan antara tekanan penampilan dari teman sebaya dengan meningkatnya *body image dissatisfaction*.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa budaya penampilan dalam kelompok teman sebaya tidak hanya muncul dalam bentuk komentar mengenai berat badan atau bentuk tubuh, tetapi juga melalui kebiasaan berdiskusi mengenai penampilan, mengikuti tren kecantikan, membandingkan penampilan antarteman, serta munculnya tekanan sosial agar individu memiliki penampilan yang dianggap ideal. Budaya tersebut secara perlahan membentuk norma sosial bahwa individu yang memiliki tubuh sesuai dengan standar kelompok akan lebih mudah diterima dan memperoleh pengakuan sosial. Sebaliknya, individu yang merasa tubuhnya tidak sesuai dengan standar tersebut akan lebih rentan mengalami ketidakpuasan terhadap penampilan. Kondisi ini sesuai dengan pendapat Jones (2021) yang menyatakan bahwa kelompok teman sebaya merupakan lingkungan sosial yang sangat berpengaruh dalam membentuk persepsi penampilan remaja karena interaksi yang terjadi berlangsung secara intensif dan berulang.

Besarnya kontribusi *peer appearance culture* dalam penelitian ini menunjukkan bahwa lingkungan pertemanan memiliki pengaruh yang kuat terhadap pembentukan citra tubuh pada remaja. Masa remaja merupakan periods perkembangan ketika kebutuhan akan penerimaan sosial meningkat secara signifikan. Oleh karena itu, berbagai bentuk penilaian, komentar, maupun evaluasi dari teman sebaya akan lebih mudah diinternalisasi sebagai bagian dari penilaian terhadap diri sendiri. Rodgers dan Paxton (2023) menjelaskan bahwa semakin tinggi tekanan sosial yang berkaitan dengan penampilan, semakin besar kemungkinan remaja mengembangkan standar tubuh yang tidak realistis. Standar tersebut kemudian mendorong munculnya ketidakpuasan terhadap tubuh, rendahnya kepercayaan diri, serta meningkatnya kecenderungan melakukan berbagai perilaku untuk mengubah penampilan, seperti diet yang tidak sehat, olahraga berlebihan, maupun penggunaan produk kecantikan secara berlebihan.

Temuan penelitian ini juga konsisten dengan hasil penelitian Marengo et al. (2022), Rodgers et al. (2022), Veldhuis et al. (2022), dan Apopei et al. (2024), yang menyimpulkan bahwa *peer appearance culture* merupakan salah satu prediktor yang paling konsisten terhadap *body image dissatisfaction* pada remaja. Seluruh penelitian tersebut menunjukkan bahwa komentar mengenai bentuk tubuh, kebiasaan membandingkan penampilan, serta tekanan untuk memenuhi standar kecantikan yang berkembang dalam kelompok teman sebaya berhubungan positif dengan meningkatnya ketidakpuasan terhadap tubuh. Dengan demikian, hasil penelitian ini semakin memperkuat bukti empiris bahwa pengaruh teman sebaya merupakan faktor yang sangat penting dalam pembentukan citra tubuh remaja, khususnya pada lingkungan sekolah menengah.

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, dapat dipahami bahwa *peer appearance culture* tidak hanya berperan sebagai lingkungan sosial tempat remaja berinteraksi, tetapi juga menjadi sumber pembentukan standar penampilan yang memengaruhi cara individu memandang dirinya sendiri. Ketika budaya dalam kelompok teman sebaya lebih banyak menekankan aspek fisik sebagai ukuran penerimaan sosial, maka kemungkinan munculnya *body image dissatisfaction* akan semakin besar. Sebaliknya, apabila kelompok teman sebaya mampu menciptakan lingkungan yang suportif, menghargai keberagaman bentuk tubuh, dan tidak menjadikan penampilan sebagai tolok ukur utama dalam berinteraksi, maka risiko munculnya *body image dissatisfaction* dapat diminimalkan. Oleh karena itu, sekolah memiliki peran penting dalam mengembangkan program edukasi mengenai *positive body image*, literasi media, serta penguatan iklim sosial yang menghargai keberagaman fisik sehingga mampu menurunkan tekanan

penampilan di kalangan remaja.

## KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *peer appearance culture* terhadap *body image dissatisfaction* pada remaja di SMKN 1 Wonorejo. Hasil analisis menunjukkan bahwa *peer appearance culture* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *body image dissatisfaction*. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi budaya penampilan yang berkembang dalam lingkungan teman sebaya, semakin tinggi pula kecenderungan remaja mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk dan penampilan tubuhnya. Lingkungan pertemanan yang sering menampilkan perbandingan penampilan, komentar mengenai bentuk tubuh, serta tekanan untuk memenuhi standar fisik tertentu berkontribusi dalam membentuk evaluasi negatif terhadap citra tubuh remaja.

Hasil penelitian ini memperkuat teori *Tripartite Influence Model* dan *Social Comparison Theory*, yang menjelaskan bahwa teman sebaya merupakan salah satu agen sosial yang berperan penting dalam pembentukan citra tubuh melalui proses internalisasi standar tubuh ideal dan perbandingan sosial terhadap penampilan. Dengan demikian, *peer appearance culture* menjadi salah satu faktor yang perlu diperhatikan dalam upaya mencegah munculnya *body image dissatisfaction* pada remaja.

Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan implikasi bagi sekolah, guru, konselor, dan orang tua untuk menciptakan lingkungan sosial yang lebih suportif terhadap keberagaman bentuk tubuh serta mengurangi budaya yang menekankan penilaian berdasarkan penampilan fisik. Program edukasi mengenai *positive body image*, literasi media, dan penguatan keterampilan psikologis remaja diharapkan dapat membantu menurunkan kecenderungan *body image dissatisfaction*.

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan karena hanya melibatkan responden dari satu sekolah dan berfokus pada pengaruh *peer appearance culture*. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih luas dan beragam serta mempertimbangkan faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi *body image dissatisfaction*, seperti penggunaan media sosial, *self-esteem*, pola asuh orang tua, dukungan sosial, dan karakteristik kepribadian, sehingga diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi citra tubuh pada remaja.

## DAFTAR REFERENSI

Al Riyami, Y. S., Al Senani, I. H., Al Brashdi, A. S., Al Balushi, N. I., Almarabheh, A. J., & Ahmed, J. (2024). Young females experience higher body image dissatisfaction associated with a high social media use: A cross-sectional study in Omani university students. Middle East Current Psychiatry, 31(1). https://doi.org/10.1186/s43045-024-00477-8

Amini, A., Zwagery, R. V., & Yuserina, F. (2024). Efek mediasi berbagi pengetahuan dalam kepemimpinan transformasional pada hubungan kepercayaan diri dengan body dissatisfaction pada mahasiswa laki-laki Universitas Lambung Mangkurat yang melakukan perawatan skincare. Jurnal Kognisia, 7(1). https://doi.org/10.20527/kognisia.2024.10.012

Boyes, A. D., Fletcher, G. J. O., & Latner, J. D. (2007). Male and female body image and dieting in the context of intimate relationships. Journal of Family Psychology, 21(4), 764–768. https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.4.764

Bucchianeri, M. M., Arikian, A. J., Hannan, P. J., Eisenberg, M. E., & Neumark-Sztainer, D. (2013). Body dissatisfaction from adolescence to young adulthood: Findings from a 10-

year longitudinal study. Body Image, 10(1), 1–7.
Cash, T. F. (2012). Encyclopedia of Body Image and Human Appearance. Elsevier.
Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention (2nd ed.). Guilford Press.
Corning, A. F., Krumm, A. J., & Smitham, L. A. (2006). Differential social comparison processes in women with and without eating disorder symptoms. Journal of Counseling Psychology, 53(3), 338–349. https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.3.338
Downs, D. M., James, S., & Cowan, G. (2006). Body objectification, self-esteem, and relationship satisfaction. Sex Roles, 54, 745–752. https://doi.org/10.1007/s11199-006-9042-y
Fitzpatrick, E. T., Rosen, N. O., Kim, J. J., et al. (2024). Sexual satisfaction mediates daily associations between body satisfaction and relationship satisfaction in new parent couples. Body Image, 51, 101810. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2024.101810
Fruchier, T., Guimond, F. A., Gagnon-Girouard, M. P., et al. (2025). Satisfaction with partner's appearance, body criticism, and relationship quality in heterosexual couples. Body Image, 53, 101896. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2025.101896
Goins, L. B., Markey, C. N., & Gillen, M. M. (2012). Understanding men's body image in the context of their romantic relationships. American Journal of Men's Health, 6(3), 240–248. https://doi.org/10.1177/1557988311431007
Jones, D. C. (2001). Social comparison and body image. Sex Roles, 45, 645–664. https://doi.org/10.1023/A:1014815725852
Meltzer, A. L., & McNulty, J. K. (2014). Tell me I'm sexy… and otherwise valuable. Personal Relationships, 21(1), 68–87. https://doi.org/10.1111/pere.12018
Mills, J. S., Musto, S., Williams, L., & Tiggemann, M. (2018). Selfie harm? Effects on mood and body image in young women. Body Image, 27, 86–92. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.08.007
Mingoia, J., Hutchinson, A. D., Wilson, C., & Gleaves, D. H. (2017). The relationship between social networking site use and body image concerns. Body Image, 23, 100–110. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.09.006
Myers, T. A., & Crowther, J. H. (2009). Social comparison as a predictor of body dissatisfaction. Journal of Abnormal Psychology, 118(4), 683–698. https://doi.org/10.1037/a0016763
Ooi, W. L., Nasser, H., Simmons, J., & Krug, I. (2025). A systematic review and meta-analysis on the temporal relationship between appearance comparisons and body dissatisfaction. Body Image, 53, 101885. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2025.101885
Paap, C. E., & Gardner, R. M. (2011). Body image disturbance and relationship satisfaction among college students. Personality and Individual Differences, 51(6), 715–719. https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.06.019
Van den Brink, F., Vollmann, M., Smeets, M. A. M., Hessen, D. J., & Woertman, L. (2018). Relationships between body image, sexual satisfaction, and relationship quality in romantic couples. Journal of Family Psychology, 32(4), 466–474. https://doi.org/10.1037/fam0000407
Waring, S. V., & Kelly, A. C. (2020). Relational body image: Preliminary evidence that body image varies within a person from one specific relationship to another. Body Image, 34, 221–232. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.06.006
Waring, S. V., & Kelly, A. C. (2023). The whole is more than the sum of its parts: A qualitative investigation of body-dissatisfied college women's experiences of relational body image. Body Image, 46, 174–189. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.05.009

Watt, A. D., & Konnert, C. A. (2020). Body satisfaction and self-esteem among middle-aged and older women. Aging & Mental Health, 24(5), 797–804. https://doi.org/10.1080/13607863.2018.1544222

Weller, J. E., & Dziegielewski, S. F. (2005). The relationship between romantic partner support styles and body image disturbance. Journal of Human Behavior in the Social Environment, 10(2), 71–92. https://doi.org/10.1300/J137v10n02_04

Wilson, C. M., McGuire, D. B., & Rodgers, B. L. (2021). Body image related to sexual health: Development of the concept. Journal of Midwifery & Women's Health, 66(4), 503–511. https://doi.org/10.1111/jmwh.13226