

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Saat manusia dilahirkan normalnya ia akan tumbuh dan berkembang dari masa ke masa. Ada masa di mana mereka harus memahami bahwa mereka telah tumbuh menjadi seorang anak. Pada fase tertentu seseorang akan dituntut untuk lebih dewasa baik secara mental maupun psikis dan salah satu fase yang harus dilalui ialah masa perkembangan remaja.

Remaja berasal dari kata *adolescence* yang artinya tumbuh menjadi dewasa, dalam artian yang lebih luas mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Secara psikologis masa remaja ialah usia di mana individu berintergrasi dengan masyarakat dewasa, usia di mana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak.¹

Perubahan yang cukup menonjol saat memasuki masa remaja ialah “perubahan fisik yang dimulai ketika seorang remaja telah mengalami pubertas, yaitu masa kematangan fisik yang cepat, dimana melibatkan perubahan hormonal dan tubuh yang terjadi terutama pada masa remaja awal”.² Bahkan menurut Santrock dalam Dwinanda, “salah satu aspek psikologis dari perubahan fisik pada masa pubertas adalah remaja amat memperhatikan tubuh mereka dan membangun citranya sendiri bagaimana

¹Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, edisi 5 (Jakarta: Erlangga, 1980), 206.

²Hanna Karima Husni dan Herdina Indrijati, “Pengaruh Komparasi Sosial pada Model dalam Iklan Kecantikan di Televisi terhadap *Body Image* Remaja Putri yang Obesitas,” *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, Vol. 3, No. 3, Desember 2014, 208.

tubuh mereka”.³ Perhatian yang diciptakan remaja akan tubuhnya membuat mereka merasa khawatir saat mengalami masa haid, tumbuhnya jerawat dan gangguan kulit, serta kecenderungan menjadi gemuk.⁴

Hurlock memaparkan bahwa “kesadaran akan adanya reaksi sosial terhadap berbagai reaksi bentuk tubuh menyebabkan remaja prihatin akan pertumbuhan tubuhnya yang tidak sesuai dengan standar budaya yang berlaku”.⁵ Pernyataan tersebut didukung oleh adanya standarisasi tertentu mengenai bentuk tubuh yang berkembang di masyarakat. Fretes menyebutkan bahwa “masyarakat abad 21 ... mendefinisikan wanita cantik dengan beberapa kriteria seperti wanita berkulit putih mulus, bertubuh ramping, berpayudara besar padat dan berambut lurus”.⁶ Hadirnya kriteria-kriteria tertentu yang membudaya membuat para remaja semakin khawatir dan merasa kurang puas dengan tubuhnya. Menurut Hurlock, meskipun pakaian dan alat-alat kecantikan dapat digunakan untuk menyembunyikan bentuk-bentuk fisik yang tidak disukai remaja dan untuk menonjolkan bentuk fisik yang dianggap menarik tetapi belum cukup untuk menjamin adanya *kateksis* tubuh atau merasa puas dengan tubuhnya.⁷

Hurlock menyebutkan bahwa “hanya sedikit remaja yang mengalami *kateksis* tubuh atau merasa puas dengan tubuhnya”.⁸ Berdasarkan penjelasan

³Rizky Fitria Dwinanda, “Hubungan *Gratitude* dengan Citra Tubuh pada Remaja,” *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 9, No. 1, Juni 2016, 35.

⁴Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, 212.

⁵Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, 212.

⁶Priskila de Fretes, “Hubungan Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri Mahasiswi Papua Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga” *Skripsi* (Salatiga: Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana, 2014), 3.

⁷Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, 212.

⁸Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, 212.

di atas bahwa ketidakpuasaan yang dirasakan remaja tidak hanya dikarenakan oleh perubahan fisik di masa pubertas namun juga adanya reaksi sosial dan standarisasi tertentu mengenai bentuk tubuh. Bahkan dalam sebuah penelitian disebutkan bahwa “*based on the result of the survey published in psychology today, most women (56%) and almost half (43%) of men are dissatisfied with their overall appearance* yang artinya menurut hasil survei *Psychology Today* bahwa 56% wanita dan kurang lebih 43% pria tidak puas terhadap keseluruhan penampilan mereka”.⁹ Faktor lain yang turut mendukung pentingnya penampilan bagi remaja ialah pengaruh media. Karena menurut Husni dan Indrajati “selama masa remaja media merupakan faktor sosiokultural yang mempromosikan berbagai hal yang berhubungan dengan penampilan”.¹⁰ Oleh karena itu tidak heran jika para remaja akan melakukan berbagai hal untuk mencapai kriteria tertentu yang sedang diminati oleh kelompok sosial akibat adanya promosi, seperti memakai krim pemutih, diet, menggunakan pakaian trendi, perawatan ke salon hingga operasi kosmetik. Hal ini disebabkan oleh kurangnya kepercayaan diri sehingga timbul “perilaku mengubah bentuk tubuh dengan operasi kosmetik yang lebih diminati oleh individu-individu zaman sekarang, bagi mereka yang memiliki kepuasan tubuh yang rendah”.¹¹

Sesuai dengan hasil observasi peneliti bahwa fenomena perilaku mengubah bentuk tubuh hingga operasi kosmetik mulai marak terjadi di Batu Sopang, kabupaten Paser, Kalimantan Timur, khususnya di kalangan remaja

⁹David B. Sarwer, J. Kevin Thompson, dan Thomas F. Cash, “Body Image and Obesity in Adulthood,” *Psychiatric Clinics of North America*, 2005, 69.

¹⁰Husni dan Indrijati, “Pengaruh Komparasi Sosial, 208.

¹¹Dwinanda, “Hubungan *Gratitude*, 35.

yang duduk di bangku SMA. Bagi beberapa orang hal tersebut merupakan kemajuan teknologi yang harus dinikmati dan diikuti, namun dari sisi lain ada norma-norma agama yang seharusnya tidak dilanggar, terlebih lagi mengubah bentuk tubuh hingga operasi kosmetik yang tidak disukai oleh Allah ta'ala. Dari Abdullah bin Mas'ud, ia berkata:¹²

لَعَنَ اللَّهُ الْوَائِمَاتِ وَالْمُسْتَوْثِمَاتِ وَالنَّامِصَاتِ وَالْمُتَنَمِّصَاتِ وَالْمُتَفَلِّجَاتِ لِلْحُسْنِ
الْمُغَيَّرَاتِ خَلَقَ اللَّهُ

Artinya: “Allah melaknat perempuan yang menato dan yang meminta ditato, yang menghilangkan bulu di wajahnya dan yang meminta dihilangkan bulu di wajahnya, yang merenggangkan giginya supaya terlihat cantik, juga perempuan yang mengubah ciptaan Allah.”

Hadis di atas menjelaskan berbagai larangan mengenai mengubah bentuk tubuh hingga operasi kosmetik yang tidak dianjurkan sehingga Allah melaknat siapapun yang melakukannya. Adapun terlaknat ialah jauh dari rahmat Allah ta'ala.¹³

Batu Sopang merupakan suatu kecamatan di kabupaten Paser, yang terdiri dari 9 desa seperti batu kajang, songka, busui, samurangau, biu dan desa lainnya yang tidak disebutkan.¹⁴ Batu Sopang juga terkenal dengan berbagai perusahaan batu bara yang terdapat di dalamnya, sehingga tidak heran jika banyak pendatang baru dari berbagai suku daerah di Indonesia yang

¹²Imam al-Mundziri, “Ringkasan Hadis Shahih Muslim” terj. Achmad Zaidun, cet. II (Jakarta: Pustaka Amani, 2003), 800.

¹³Muhammad Abduh Tuasikal, “Hukum Tato pada Wanita” dalam <https://rumaysho.com/9272-hukum-tato-pada-wanita.html>, diakses pada 2 Agustus 2018.

¹⁴Kecamatan Batu Sopang, dalam <http://kecbatusopang.paserkab.go.id/pages/kecamatan-batu-sopang>, diakses pada 2 Agustus 2018.

menetap di Batu Sopang.¹⁵ Hal ini menyebabkan adanya pengetahuan baru terkait budaya, norma dan kebiasaan yang akhirnya masuk dan teradopsi oleh masyarakat lokal baik dari segi pengetahuan bahasa, maupun adat istiadat. Belum lagi pengaruh teknologi dan informasi yang makin maju dan mulai ramai digunakan oleh masyarakat setempat, misalnya seperti *handphone* sekelas *iphone*, *samsung*, hingga hadirnya jaringan 4G sejak 2 tahun terakhir yang imbasnya memudahkan masyarakat dalam mengunduh dan mengetahui informasi terbaru melalui media-media tersebut.

Kecamatan Batu sopang memiliki dua sekolah menengah atas yang terdiri dari SMAN 1 Batu sopang dan MA Fathurrahman Batu Sopang. Remaja yang dimaksud ialah remaja yang berada pada usia 17 – 18 tahun, karena berdasarkan informasi yang didapat, perilaku mengubah bentuk tubuh hingga operasi kosmetik banyak terjadi pada remaja dengan usia tersebut. Dengan jumlah sekolah yang terbatas dipastikan kurang lebih 80% remaja yang tinggal di Batu Sopang akan bersekolah di salah satu sekolah menengah atas yang disebutkan. Berdasarkan data yang didapat dari pihak sekolah bahwa pada tahun ajaran 2017/2018 kurang lebih 758 orang remaja dari berbagai desa di Batu sopang, bersekolah di SMAN 1 Batu Sopang.¹⁶

Hasil wawancara peneliti terhadap narasumber A dan D yang merupakan siswi dan alumni SMAN 1 Batu Sopang bahwa para siswi saat ini tidak segan menggunakan alat-alat kecantikan seperti *lipstick* atau *eyeshadow*

¹⁵Rizki Ronanda Putra, “Peran Dinas Pertambangan dan Energi Kabupaten Paser dalam Pemberian Izin Pengelolaan Tambang Batubara di Kecamatan Batu Sopang,” *eJournal Ilmu Pemerintahan*, Vol. 2, No. 4, 2014, 3458.

¹⁶Efi Lasficko, *Profil-SMAN 1 BATU SOPANG-2018-03-22 08_18_05_proposal perpus* (Batu Sopang: SMAN 1 Batu Sopang, 2018) [Email], 23 April 2018.

sewaktu jam belajar ataupun saat kegiatan ekstrakurikuler. Selain itu terdapat pula yang melakukan suntik putih, sulam alis dan tanam atau *extension* bulu mata.¹⁷ Pada wawancara lain terhadap narasumber At yang merupakan salah satu guru di SMAN 1 Batu Sopang bahwa para siswa tidak segan untuk memperkecil ukuran celana mereka menjadi celana *pencil* dan banyak pula yang mencukur rambut tidak sesuai dengan peraturan yang telah ditetapkan sekolah.¹⁸ Salah satu guru bimbingan konseling (BK) menyebutkan bahwa saat di sekolah masalah penampilan lebih banyak terjadi pada siswa daripada siswi.¹⁹

Hasil wawancara dan observasi di lapangan menunjukkan bahwa penampilan cukup penting bagi remaja hal ini sesuai dengan pernyataan Santrock dalam Dwinanda yang telah disebutkan sebelumnya. Pentingnya penampilan bagi remaja tidak lepas dari istilah citra tubuh. Menurut Thompson dalam Murasmutia dkk, “citra tubuh adalah evaluasi terhadap ukuran tubuh seseorang, berat ataupun aspek tubuh lainnya yang mengarah kepada penampilan fisiknya”.²⁰ Cash dan Pruzinsky dalam Marita dkk, menjelaskan bahwa citra tubuh adalah “sikap yang dimiliki individu terhadap tubuhnya, dapat berupa penilaian positif maupun negatif”.²¹ Kemudian Arthur

¹⁷A dan D, Siswi dan Alumni SMA Negeri 1 Batu Sopang, Wawancara Pribadi, Batu Sopang, Desember 2017.

¹⁸At, Guru SMA Negeri 1 Batu Sopang, Wawancara Pribadi, Batu Sopang, Februari 2018.

¹⁹M, Guru SMA Negeri 1 Batu Sopang, Wawancara Pribadi, Batu Sopang, April 2018.

²⁰Azalea Murasmutia, Tuti Hardjajani, dan Arista Adi Nugroho, “Hubungan antara Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri dengan Perilaku Konsumtif terhadap Pakaian pada Mahasiswa Fakultas Hukum Universitas Sebelas Maret Surakarta,” *Jurnal Ilmiah Psikologi Candra Jiwa*, Vol. 4, No. 3, Desember 2015, 211.

²¹Gita Arum Dwi Marita, Istar Yuliadi, dan Nugraha Arif Karyanta, “Hubungan antara *Body Image* dan *Imaginary Audience* dengan Kepercayaan Diri pada Siswi Kelas X SMA Negeri 2 Nganjuk,” *Jurnal Candra Jiwa*, Vol. 3, No. 3, Desember 2014, 149.

dalam Ridha, menambahkan bahwa “citra tubuh merupakan imajinasi subjektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya”.²² Karena citra tubuh merupakan gambaran dan penilaian subjektif maka tiap orang memiliki citra tubuh yang berbeda-beda.

Ketidaksesuaian antara keinginan individu dengan realita yang ada membuat remaja berpikir untuk mengubah bentuk tubuh menjadi lebih ideal atau menjadi seperti apa yang ia inginkan. Mengubah bentuk tubuh ialah bagian dari *kateksis* atau kepuasan terhadap tubuh. Menurut Goldfield dalam Hasni dkk, “seseorang yang merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya menunjukkan adanya gejala depresi yang lebih berat seperti anhedonia, harga diri negatif, dan tingginya angka depresi daripada mereka yang memiliki kepuasan tinggi”.²³

Berbagai gejala atau dampak yang diakibatkan oleh kurang puas terhadap citra tubuh, seharusnya mampu diatasi oleh para remaja, dalam artian remaja mampu menerima apa yang sudah dimiliki dan berusaha merelakan apa yang memang tidak bisa dicapai selama ini. “Rela dan menerima yang dimaksudkan ialah sikap ridha seperti dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)”.²⁴ Ridha sendiri berasal dari kata bahasa Arab yaitu رَضِيَ - يَرْضَى atau radhiya – yardho, yang artinya senang, suka, atau rela.²⁵

²²Muhammad Ridha, “Hubungan antara *Body Image* dengan Penerimaan Diri pada Mahasiswa Aceh di Yogyakarta,” *Emphaty*, Vol. I, No. 1, Desember 2012, 115.

²³Nafisah Itsna Hasni, Suci Murti Karini, dan Tri Rejeki Andayani, “Hubungan antara Citra Tubuh Saat Hamil dan Kesetabilan Emosi dengan *Postpartum Blues* di Puskesmas Grogol Sukoharjo,” *Jurnal Ilmiah Psikologi CandraJiwa*, Vol. 2, No. 1, 2013, 3.

²⁴Kemdikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Online*, ed. Ebta Setiawan, dalam <https://kbbi.web.id/ridha>, diakses pada 3 Desember 2017.

Membahas tentang sikap ridha “ada yang mengaitkannya dengan *life satisfaction* atau kepuasan hidup”.²⁶ Namun ridha yang akan dibahas ialah ridha yang berarti kerelaan atau menerima. Ridha yang diambil berdasarkan konsep Islam, seperti dalam “penelitian Wahab yang membahas bagaimana ridha terhadap takdir dalam mengurangi stres pada korban pasca trauma”.²⁷

Ridha merupakan bentuk pencapaian kebahagiaan yang khas bagi umat Islam.

Diantara faktor yang paling besar mendatangkan ridha ialah mengikuti apa yang Allah Ta’ala ridha kepadanya, karena inilah yang akan menghantarkan kepada keridhaan. Yahya bin Mu’adz pernah ditanya, “kapan seorang hamba mencapai kedudukan ridha?” maka dia menjawab, “jika dia menempatkan dirinya pada empat landasan tindakan Allah ta’ala kepadanya, lalu dia berkata, “jika Engkau memberiku, maka aku menerimanya. Jika Engkau menahan pemberian kepadaku, maka aku ridha. Jika Engkau membiarkanku, maka aku tetap beribadah. Jika Engkau menyeruku, maka aku memenuhinya”.²⁸

Menurut Ibnu Qayyim, ridha ialah menerima qada dan qadar dengan kerelaan hati, yaitu menerima ketetapan Allah ta’ala dengan kerelaan hati.²⁹

Orang mukmin harus menyadari bahwa pengaturan Allah ta’ala jauh lebih baik daripada pengaturan mukmin itu sendiri. Rasulullah bersabda:

وقد قال النبي ﷺ : ما قضا الله لمؤمن من قضاء إلا كان خير آله

²⁵ Ahmad Warson Munawwir, ed., *Al Munawwir: Kamus Arab – Indonesia*, cet XIV (Surabaya: Pustaka Progresif, 1997), 505.

²⁶ Ahmad Rusdi, “Rida dalam Psikologi Islam dan Konstruksi Alat Ukurnya,” *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 4, No. 1, 2017, 95.

²⁷ Rusdi, “Rida dalam Psikologi Islam, 96.

²⁸ Ibnu Qayyim al-Jauziyah, *Madarijus Salikin (Pendakian Menuju Allah) : Penjabaran Kongkret “Iyyaka Na’budu wa Iyyaka Nasta’in,”* terj. Kathur Suhardi, cet I (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 1998), 212.

²⁹ al-Jauziyah, *Madarijus Salikin*, 212-214.

Artinya: “Tidaklah Allah menetapkan suatu *qadha* bagi orang mukmin melainkan *qadha* itu lebih baik baginya”.³⁰

Selanjutnya Abdul Mujib menyebutkan bahwa “*ridha (radhi)*, ialah rela terhadap apa yang dimiliki dan diberikan. Karakter ini hanya terkait pada kelapangan dan kebesaran jiwa atas apa yang diberikan oleh Allah ta’ala tanpa rasa mengeluh atau menderita karenanya”.³¹ *Ridha* tidak disyaratkan untuk tidak merasakan penderitaan dan hal-hal yang tidak disukai. Tetapi keadaan ini tidak boleh dihadapi dengan kemarahan atau penolakan takdir. Sebab bagaimana mungkin *ridha* dan kebencian bisa menyatu padahal keduanya saling bertentangan.

Ibnu Qayyim menjelaskan bahwa *ridha* adalah sesuatu yang bisa diupayakan ditilik dari sebabnya, dan merupakan pemberian jika ditilik dari hakikatnya.³² Kemudian Ibnu Qayyim dalam buku terjemahan *Madarijus Salikin*, menyebutkan bahwa:

Jalan *ridha* merupakan jalan yang paling singkat dan paling dekat tujuan, tetapi sulit dan berat. Namun kesulitannya tidak seberat kesulitan *mujahadah*, karena di sana tidak ada rintangan dan kesudahan selain dari hasrat yang tinggi, jiwa yang suci dan menerima apapun yang datang dari Allah ta’ala. Allah ta’ala berfirman dalam Q.S. al-Fajr/89: 27-30,

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (٢٧) ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً (٢٨) فَادْخُلِي فِي عِبَادِي
(٢٩) وَادْخُلِي جَنَّاتٍ (٣٠)

Artinya: “Hai jiwa yang tenang. Kembalilah kepada Rabbmu dengan hati yang puas lagi diridhaiNya. Maka masuklah ke dalam golongan hamba-hambaKu, dan masuklah ke dalam surgaKu”.³³

³⁰Ibnu Qudamah al-Maqdisy, *Minhajul Qashidin: Menggapai Kebahagiaan Hidup Dunia dan Akhirat*, terj. Irfanuddin Rafi’uddin, cet 3 (Jakarta: Pustaka as-Sunnah, 2012), 646.

³¹Abdul Mujib, *Teori Kepribadian Perspektif Psikologi Islam*, edisi 2, cet 2 (Jakarta: Rajawali Pers, 2017), 310-312.

³²al-Jauziyah, *Madarijus Salikin*, 210-213.

³³al-Jauziyah, *Madarijus Salikin*, 213.

Bagi mereka yang ridha terhadap qadha Allah ta'ala, maka hal ini merupakan bagian dari,

Kedudukan *muqarrabin* (orang-orang yang dekat kepada Rabbnya) yang paling tinggi, yang mula-mula juga berasal dari buah cinta, namun hakikatnya rumit, yang tidak bisa diungkap kecuali oleh orang yang mendapatkan pemahaman dari Allah ta'ala. Seperti dalam sabda Nabi Muhammad ﷺ:

أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ قَالَ: إِذَا أَرَادَ اللَّهُ بَعْدَ خَيْرٍ أَرْضَاهُ بِمَا قَسَمَ لَهُ

Artinya: “Jika Allah menghendaki suatu kebaikan pada seorang hamba, maka Dia membuatnya ridha terhadap bagian yang ditetapkan-Nya untuknya”.³⁴

Ibnu Mas'ud menjelaskan bahwa “sesungguhnya Allah ta'ala menjadikan kenyamanan dan kesenangan ada dalam keyakinan dan keridhaan, menjadikan kekhawatiran dan kesedihan dalam keraguan dan kemarahan”.³⁵

al-Hasan berkata dalam Minhajul Qashidin, yaitu:

“Siapa yang ridha terhadap apa yang diberikan kepadanya, niscaya Allah ta'ala akan melapangkan dan memberkahinya dan siapa yang tidak ridha, maka Dia tidak melapangkan dan tidak pula memberkahinya”.³⁶ Kemudian Nabi Daud bertanya: “Wahai Rabbi, siapakah hamba yang paling Engkau murkai?”, Allah ta'ala menjawab “Hamba yang memohon pilihan terbaik kepada-Ku dalam suatu urusan, lalu Aku memilihkan baginya yang terbaik, namun dia tidak ridha”.³⁷

Keridhaan merupakan tahap merelakan dan menerima terhadap apa yang diberikan oleh Allah ta'ala. Tubuh merupakan salah satu anugrah pemberian Allah ta'ala dengan berbagai ketetapan dan proporsi yang telah ditentukan-Nya, seperti dalam Q.S. at-Tin/95: 4,

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ (٤)

³⁴ al-Maqdisy, *Minhajul Qashidin*, 642.

³⁵ al-Maqdisy, *Minhajul Qashidin*, 643.

³⁶ al-Maqdisy, *Minhajul Qashidin*, 644.

³⁷ al-Maqdisy, *Minhajul Qashidin*, 644.

Artinya: *“sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya”*.

Seseorang yang berpikir negatif terhadap tubuhnya menggambarkan bahwa individu tersebut memiliki citra tubuh negatif yaitu tidak merasa puas dengan tubuhnya, sehingga membuatnya tidak percaya diri serta prihatin akan keadaan tubuhnya.

Citra tubuh negatif merupakan salah satu masalah yang harusnya mampu diatasi para remaja dengan cara merelakan dan menerima segala sesuatu yang ditetapkan oleh Allah ta'ala atas dirinya, dengan kata lain para remaja harus mampu berlaku ridha terhadap apa yang sudah diberikan dan dimilikinya. Menurut Hurlock dalam Murasmutia dkk, “kepuasan terhadap fisik akan menimbulkan sikap positif yang diekspresikan dalam bentuk rasa percaya diri, keyakinan diri, dan konsep diri yang sehat”.³⁸ Oleh karena itu peneliti tertarik meneliti tentang apakah ada Hubungan Ridha terhadap Citra Tubuh Remaja Pada Siswa SMAN 1 Batu Sopang Kabupaten Paser Kalimantan Timur.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah adalah formulasi masalah penelitian ke dalam rumusan kalimat tanya.³⁹ Adapun rumusan masalah dalam penelitian yaitu, apakah ada hubungan ridha terhadap citra tubuh remaja pada siswa SMAN 1 Batu Sopang Kabupaten Paser Kalimantan Timur ?

³⁸Murasmutia, Hardjajani, dan Nugroho, “Hubungan antara Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri, 209.

³⁹Purwanto, *Statistika untuk Penelitian*, cet I (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), 118.

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian untuk membuktikan adanya hubungan ridha terhadap citra tubuh remaja pada siswa SMAN 1 Batu Sopang Kabupaten Paser Kalimantan Timur.

D. Signifikasi Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa memberi manfaat untuk kajian ilmu selanjutnya terkhusus dalam bidang psikologi, psikologi Islam maupun dunia pendidikan yang terkait dengan hubungan ridha terhadap citra tubuh remaja pada siswa SMA.

2. Manfaat Praktis

- a) Penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan bacaan guna menambah wawasan dan informasi terkait hubungan ridha terhadap citra tubuh remaja pada siswa SMA.
- b) Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya terkait hubungan ridha dengan citra tubuh remaja pada siswa SMA.

E. Definisi Operasional

1. Ridha

Ridha berasal dari kata bahasa Arab yang artinya senang, suka dan rela, sedangkan menurut KBBI atau Kamus Besar Bahasa Indonesia, ridha

ialah rela.⁴⁰ Ibnu Qayyim menambahkan bahwa ridha ialah menerima qada dan qadar dengan kerelaan hati.⁴¹ Kemudian Abdul Mujib menjelaskan ridha (*radhi*), ialah rela terhadap apa yang dimiliki dan diberikan.⁴² Maka ridha yang dimaksud pada penelitian ialah penerimaan diri dengan kerelaan hati terhadap takdir yang berkaitan dengan proporsi tubuh individu, yang mana didalamnya terdapat perilaku fisik seperti tidak mengubah bentuk tubuh dan perilaku qolbu yang diimplementasikan dengan rela dan tidak marah terhadap pilihan Allah ta'ala. Sehingga seseorang dapat dikatakan ridha apabila telah memenuhi dimensi-dimensi ridha menurut Abdul Mujib yaitu adanya perilaku qolbu dan perilaku fisik.⁴³

2. Citra tubuh

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) citra ialah rupa, gambar atau gambaran.⁴⁴ Dalam psikologi dan bahasa Inggris citra tubuh dikenal dengan *body image*. Cash dan Pruzinsky dalam Marita dkk, berpendapat bahwa citra tubuh sebagai sikap yang dimiliki individu terhadap tubuhnya, dapat berupa penilaian positif maupun negatif.⁴⁵ Honigman dan Castle dalam Marita dkk, menambahkan bahwa citra tubuh sebagai gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya,

⁴⁰Kemdikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Online*, <https://kbbi.web.id/ridha>, diakses pada 3 Desember 2017.

⁴¹al-Jauziyah, *Madarijus Salikin*, 212-214.

⁴²Mujib, *Teori Kepribadian*, 310.

⁴³Mujib, *Teori Kepribadian*, 310-312.

⁴⁴Kemdikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Online*, ed. Ebta Setiawan, dalam <https://kbbi.web.id/citra>, diakses pada 2 Agustus 2018.

⁴⁵Marita, Yuliadi, dan Karyanta, "Hubungan antara *Body Image* dan *Imaginary Audience*", 149.

yaitu bagaimana dirinya memberikan penilaian atas dirinya sendiri dan bagaimana pendapat orang lain mengenai dirinya.⁴⁶ Citra tubuh yang dimaksud pada penelitian ini ialah penilaian individu maupun orang lain terhadap gambaran tubuh seseorang. Penilaian tersebut berupa penilaian positif maupun penilaian negatif. Penilaian positif ialah adanya rasa puas terhadap bentuk tubuh yang dimiliki saat ini, orientasi diri terhadap tubuh lebih jelas seperti fokus menyehatkan tubuh dan mencegah memakan makanan-makanan yang kurang menyehatkan, serta tidak memiliki kecemasan terhadap berat badan yang melebihi berat badan ideal ataupun BMI. Dengan begitu maka seseorang dapat dikatakan memiliki citra tubuh positif jika dapat memenuhi dimensi-dimensi citra tubuh dari Cash, yaitu evaluasi penampilan (*appearance evaluation*), orientasi penampilan (*appearance orientation*), kecemasan menjadi gemuk (*overweight preoccupation*), pengkategorian ukuran tubuh (*self-classified weight*) dan kepuasan terhadap bagian tubuh (*body areas satisfaction*).⁴⁷

F. Penelitian Terdahulu

1. Gita Arum Dwi Marita, Istar Yuliadi, dan Nugraha Arif Karyanata. "Hubungan antara *Body Image* dan *Imaginary Audience* dengan Kepercayaan Diri pada Siswi Kelas X SMA Negeri 2 Nganjuk." *Jurnal Candra Jiwa*. Vol. 3, No. 3 (Desember 2014). Penelitian ini menggunakan

⁴⁶Marita, Yuliadi, dan Karyanta, "Hubungan antara *Body Image* dan *Imaginary Audience*, 148.

⁴⁷Febian Dwiduonova Wiranatha dan Supriyadi, "Hubungan antara Citra Tubuh dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Pelajar Puteri Di Kota Denpasar," *Jurnal Psikologi Udayana*, Vol. 2, No. 1, 2015, 39-40.

metode kuantitatif dengan jumlah responden sebanyak 60 siswi. Berdasarkan hasil penelitian secara parsial ada hubungan yang positif yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0,613; $p=0,000$ ($0<0,05$) dan ada hubungan positif antara *imaginary audience* dengan kepercayaan diri dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0,0860; $p=0,000$ ($p<0,05$), yang artinya ada hubungan antara *body image* dan *imaginary audience* secara bersama-sama memberikan kontribusi yang sangat signifikan terhadap kepercayaan diri.

2. Ulin Nuha Rahmawati, Andhini Tresnaningrum dan Rizka Puspita Sari. “Hubungan antara Kebersyukuran dengan Citra Tubuh pada Mahasiswi.” dalam Hepi Wahyuningsih, eds. *Prosiding The 2nd National Conference on Islamic Psychology: Psikologi Islam untuk Penguatan Keluarga Menuju Bangsa yang Tangguh dan Berkarakter*. Yogyakarta: Semesta Ilmu, 2016. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah responden 44 mahasiswi. Berdasarkan hasil uji korelasi *product moment* dari Pearson menunjukkan korelasi sebesar $r = 0,408$ $p = 0,000$ ($p < 0,01$) dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dengan citra tubuh, yang mana semakin tinggi sifat kebersyukuran seseorang maka semakin tinggi kepuasan terhadap citra tubuh.
3. A. Jamil Wahab. “Sikap Ridha dan Stres Pascatrauma Korban Bencana Alam.” (2016). <http://lpbi-nu.org/sikap-ridha-dan-stres-pascatrauma-korban-bencana-alam/> (7 Desember 2017). Penelitian ini menggunakan

metode kuantitatif dengan jumlah responden sebanyak 100 orang. Adapun kesimpulan dari penelitian di atas ialah ridha akan takdir dan tipe kepribadian secara signifikan membawa pengaruh terhadap stres pascatrauma sebesar 34,7% dengan hubungan korelasi negatif, sementara sisanya 65,3% dipengaruhi oleh adanya faktor-faktor lain.

G. Hipotesis

Hipotesis adalah proposisi yang akan diuji kebenarannya, atau merupakan suatu jawaban sementara atas pertanyaan peneliti.⁴⁸

Adapun hipotesis peneliti yaitu ada hubungan positif antara ridha dengan citra tubuh remaja pada siswa SMAN 1 Batu Sopang Kabupaten Paser Kalimantan Timur. Hubungan positif yang dimaksud ialah semakin tinggi keridhaan seseorang maka semakin positif citra tubuh, maka secara simbolik hipotesis tersebut dapat dinyatakan dengan $H_a: \rho_{xy} > 0$.

H. Sistematika Penulisan

1. Bab pertama ialah pendahuluan dan terdiri dari latar belakang yang berfungsi sebagai penjelasan awal mengenai masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini. Selain latar belakang terdapat pula rumusan masalah, tujuan dan signifikansi penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu, hipotesis, dan sistematika penulisan.
2. Bab kedua ialah landasan teori yang memuat tinjauan teoritis berkaitan dengan persoalan yang akan diteliti yaitu variabel ridha dan citra tubuh.

⁴⁸Priyono, *Metode Penelitian Kuantitatif*, ed revisi (Sidoarjo: Zifatama Publishing, 2016), 66.

3. Bab ketiga merupakan metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini.
4. Bab keempat terkait pembahasan yang terdiri dari gambaran umum lokasi penelitian, penyajian dan analisis data serta pembahasan mengenai hasil analisis data.
5. Bab kelima merupakan penutup yang terdiri dari kesimpulan dari penelitian dan saran-saran.⁴⁹

⁴⁹Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, cet III (Banjarmasin: Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, 2016), 9.