

## Hubungan Religiusitas dengan Citra Tubuh pada Wanita Dewasa Awal

Dessy Sumanty, Deden Sudirman, Diah Puspasari  
UIN Sunan Gunung Djati, Jl. AH Nasution No. 105 Bandung  
e-mail: dessysumanty@gmail.com

### Abstract / Abstrak

*This research attempts to relate the body image phenomenon with the level of subject religiosity. This research used correlational research design that was involving 332 respondents. The statistical testing which is used to test the hypothesis Rank Spearman. The calculation result with the significance level of trust 95% ( $\alpha = 0.05$ ) show that the correlation coefficient is 0.083 and p-value is 0.129. It means that  $H_0$  is accepted and  $H_1$  is rejected. It can be concluded that there is no relationship between religiosity with body image.*

### Keywords / Kata kunci

Religiosity  
Body image  
Women

Peneliti mencoba menghubungkan fenomena citra tubuh dengan tingkat religiusitas yang dimiliki subjek. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan desain penelitian korelasional, dengan melibatkan 332 responden. Adapun uji statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah *Rank Spearman*. Berdasarkan hasil perhitungan yang diperoleh dengan derajat kepercayaan 95% ( $\alpha = 0.05$ ) diketahui bahwa koefisien korelasi sebesar 0.083 derajat *p-value* sebesar 0.129. Hal ini memiliki arti bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak, sehingga dapat dikatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara religiusitas dengan citra tubuh.

Religiusitas  
Citra tubuh  
Wanita

### Pendahuluan

Penampilan fisik adalah hal yang pertama kali dilihat saat seseorang berinteraksi dengan orang lain, oleh karena itu tidak heran jika setiap individu sangat memperhatikan penampilan fisiknya. Emslie (dalam Larsen, 2009) menyebutkan walaupun antara laki-laki dan perempuan sejatinya sama-sama memperhatikan norma keindahan, wanita dilaporkan lebih memperhatikan hal-hal yang berkaitan dengan keindahan fisiknya dari pada pria.

Perhatian terhadap penampilan fisik, biasanya dominan dilakukan oleh wanita dalam rentang usia dewasa awal karena tuntutan tugas masa perkembangannya. Hurlock (1999) menyebutkan dewasa awal adalah masa transisi dari masa remaja menuju dewasa yang dimulai pada usia 18 tahun dan berakhir kira-kira usia 40 tahun, dengan tugas perkembangan mendapatkan suatu pekerjaan, mengelola rumah tangga, menjadi warga negara yang baik, mengasuh anak, mencari teman hidup atau pasangan dan menikah. Senada dengan hal tersebut, teori psikososial Erikson juga menye-

butkan, individu usia dewasa awal mulai memasuki level keenam dari perkembangan psikososial. Level keenam dari perkembangan psikososial tersebut adalah level *intimacy versus isolation* dimana tugas perkembangannya adalah untuk membentuk *interpersonal relationship* yang mendalam dengan lawan jenis atau biasa disebut dengan *intimate relationship* (Papalia, Olds, & Feldman, 2007).

Menjalin *intimate relationship* dan mencari teman hidup atau pasangan tentunya menyebabkan munculnya keinginan dari individu untuk terlihat menarik dihadapan lawan jenis. Dalam rangka menarik perhatian dari lawan jenis, wanita biasanya akan lebih dominan memperhatikan hal-hal yang berhubungan dengan penampilan fisik seperti, *make up*, kecantikan wajah, gaya berbusana dan bentuk tubuh. Cash (2008) menyebutkan persepsi, keyakinan, pikiran, perasaan dan tindakan seseorang tentang penampilan misalnya ukuran dan bentuk tubuhnya, serta sikap yang dibentuk seseorang terhadap karakteristik-karakteristik

dari anggota tubuhnya dikenal dengan istilah citra tubuh (*body image*).

Citra tubuh memiliki dua konsep pandangan yang berlawanan yaitu positif dan negatif. Belgrave (2009) menyebutkan citra tubuh positif dimiliki oleh individu yang merasa puas pada penampilan fisiknya (*body satisfaction*), sedangkan citra tubuh negatif dimiliki oleh individu yang merasa tidak puas pada penampilan fisiknya (*body dissatisfaction*).

Kepuasan atau ketidakpuasan terhadap tubuh dan bagian-bagian tubuh merupakan bagian dari cara seseorang memaknai anggota tubuhnya sebagai fungsi atau sebagai objek keindahan. Kenyataannya dewasa ini keindahan penampilan fisik adalah sesuatu yang sangat didambakan terutama oleh wanita dewasa, sehingga tubuh selalu dilihat dari sudut pandang tampilan luar saja dan melupakan fokus utamanya yaitu sebagai fungsi. Seorang wanita dewasa, biasanya berpikir bahwa penampilan fisik yang menarik adalah dengan memiliki wajah yang cantik, serta berat badan dan bentuk tubuh yang ideal.

Saat seseorang memiliki kriteria tubuh ideal dalam pikirannya namun dia menganggap atau merasa bahwa bagian-bagian tubuhnya belum memenuhi kriteria ideal tersebut disitulah muncul ketidakpuasan citra tubuh (Grogan, 2008). Orang yang memiliki kecenderungan ketidakpuasan citra tubuh biasanya akan sibuk membesar-besarkan kekurangan fisiknya yang sebenarnya tidak nyata, atau mungkin ada namun hanya merupakan masalah kecil.

Ward (2011) menyebutkan tidak ada yang akan merasa seratus persen kagum dan puas dengan keadaan tubuh yang dimiliki. Namun, memiliki citra tubuh yang positif berarti bahwa seseorang memiliki persepsi realistis, dan merasa nyaman dengan keadaan tubuhnya. Memiliki citra tubuh yang positif berarti menerima dan menghargai bentuk tubuh alami yang dimiliki, merasa nyaman dan percaya diri dengan bentuk tubuh, tidak menghabiskan banyak waktu untuk mengkhawatirkan tentang

berat badan atau bentuk tubuh, menerima dan menghargai perbedaan tubuh.

Sementara memiliki citra tubuh negatif berarti memiliki perasaan, dan penilaian negatif secara subjektif terhadap bentuk tubuh yang dimiliki. *Body dissatisfaction* atau ketidakpuasan citra tubuh merupakan persepsi yang salah terhadap bentuk tubuh sendiri, dimana orang akan meyakini bahwa orang lain lebih menarik, merasa ukuran atau bentuk tubuh adalah suatu kegagalan pribadi, merasa malu, tidak percaya diri, cemas terhadap tubuh, serta merasa tidak nyaman atau aneh dengan tubuh yang dimiliki (Sunartio, 2012).

Individu dengan citra tubuh negatif cenderung tidak dapat menjalankan kehidupan dengan baik dibandingkan individu yang memiliki citra tubuh positif. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil penelitian-penelitian sebelumnya. Salah satunya yaitu penelitian Nurvita dan Handayani (2015) yang berjudul "*Hubungan Antara Self esteem dengan Citra tubuh pada Remaja Awal yang Mengalami Obesitas.*" Penelitian tersebut mengemukakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *self esteem* (harga diri) dengan *body image*.

Penelitian lainnya oleh Lutfiwati (2012) dengan judul "*Hubungan Antara Citra Tubuh dengan Kecemasan Pada Wanita Yang Menghadapi Menopause.*" Hasil penelitiannya menunjukkan korelasi negatif yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi citra tubuh maka semakin rendah kecemasan pada wanita yang menghadapi *menopause*. Sebaliknya semakin rendah citra tubuh maka semakin tinggi kecemasan pada wanita yang menghadapi *menopause* tersebut.

Penelitian-penelitian diatas senada dengan ungkapan Cash dan Grant (dalam Thompson, 2001) yang menyebutkan bahwa individu yang memiliki citra tubuh negatif cenderung akan memiliki harga diri yang rendah, kecemasan dan menarik diri dari lingkungan sosial, dapat menyebabkan depresi bahkan mengalami disfungsi seksual.

Meninjau dampak dari seseorang yang memiliki citra tubuh negatif maka diharapkan

individu terutama wanita dewasa muda yang sedang dalam tugas perkembangan menjalin *intimate relationship* dengan lawan jenis seharusnya memiliki pandangan dan penerimaan yang positif terhadap tubuh dan bagian-bagian tubuhnya.

Gambaran keidealan tubuh perempuan umumnya didominasi penyebarannya melalui media massa, wanita ideal digambarkan dengan perawakan kaki panjang, pinggul besar, bermata besar, berpayudara besar, berpinggang kecil, bibir penuh dan kebanyakan berbulu mata panjang (Cash & Linda, 2011). Media massa sangat berperan pada pembentukan citra tubuh karena pada zaman sekarang televisi dan internet adalah konsumsi sehari-hari yang tidak terlewatkan. Media menampilkan selebriti dengan berbagai kriteria kecantikan tertentu sehingga kebanyakan wanita secara tidak langsung melakukan perbandingan sosial antara bentuk tubuh yang dimilikinya dengan bentuk tubuh yang dianggap ideal menurut mereka atau bahkan menganggap bentuk tubuh ideal adalah yang sama persis seperti idolanya.

Standar nilai ideal kecantikan dari media massa bersifat subjektif dan berubah-ubah seiring berjalannya waktu sesuai dengan *trend* dan budaya sehingga dikhawatirkan ketidakpuasan citra tubuh akan terus meningkat karena seseorang tidak akan pernah puas dan akan terus mengejar standar nilai ideal tersebut. Padahal standar nilai yang tidak akan pernah berubah adalah standar nilai agama. Di dalam hukum islam terkandung nilai-nilai fitriyah yang abadi dan bertumpu pada nilai-nilai yang solid tidak akan berubah dan tidak akan di ubah yaitu meliputi Alquran dan *as-sunnah* (Ahmad, 2006).

Agama Islam adalah agama yang paling sempurna. Segala hal telah diatur sedemikian rupa dengan jelas ketentuan dan hukumnya secara mutlak. Glock dan Stark (dalam Ancok & Suroso, 2005) menyebutkan bahwa agama merupakan sistem simbol, sistem keyakinan, sistem nilai, dan sistem yang mengarahkan perilaku sesuai ajaran agama, yang dihayati

dalam rangka beribadah kepada Allah (*ultimate meaning*).

Ancok dan Suroso (2005) menyebutkan religiusitas atau keberagamaan tidak hanya diwujudkan saat individu melakukan ritual peribadahan saja, tapi juga saat individu melakukan kegiatan sehari-hari yang didorong oleh kekuatan supranatural, baik kegiatan yang tampak atau dapat dilihat maupun kegiatan yang tidak tampak atau terjadi didalam hati. Berdasarkan teori tersebut seharusnya agama (*religion*) sebagai sistem nilai dapat menjadi pertahanan yang mampu membatasi diri dari pengaruh negatif standar kecantikan. Apabila seseorang telah menjadikan agama sebagai suatu keyakinan yang benar-benar dimaknai dan dilaksanakan setiap ajarannya, maka keyakinan tersebutlah yang akan menjadi pembatas dan pengawas dari segala tindakan atau sikap, dan perasaan yang salah, terhadap tubuhnya.

Temuan kasus mengenai ketidakpuasan citra tubuh diungkapkan Bohne (dalam Bennet, 2011) yang menyebutkan bahwa kebanyakan mahasiswi di Amerika mengalami gangguan citra tubuh yakni sekitar 74%. Sarwer (dalam Curtis & Loomens, 2014) mengatakan bahwa hasil penelitian majalah *Psychology Today* kepada 4000 orang menemukan 56% wanita memiliki ketidakpuasan terhadap penampilannya, hal paling utama yang menyebabkan ketidakpuasan pada wanita yaitu daerah perut (71%), berat badan (66%) dan bagian pinggang (60%). Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa beberapa wanita tidak puas dengan bagian tubuh tertentu, dan yang lain merasa tidak puas dengan seluruh tubuh mereka.

Temuan kasus serupa tentang ketidakpuasan citra tubuh juga terjadi pada mahasiswi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Setelah peneliti melakukan studi pendahuluan dengan menggunakan metode kuesioner kepada 70 orang mahasiswi UIN Sunan Gunung Djati Bandung meliputi 14 orang mahasiswi Fakultas Ushuludin, 14 mahasiswi Fakultas Syariah dan Hukum, 14 mahasiswi Fakultas Dakwah dan Komunikasi, 14 mahasiswi Fakultas Adab dan

humaniora serta 14 mahasiswi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, 22 orang diantaranya (31.4%) memiliki citra tubuh positif, kebanyakan dari mereka menyebutkan merasa cantik dan bersyukur atas apa yang telah diberikan dan dianugerahkan Allah kepada mereka. Sementara 48 orang (68.5%) diantaranya memiliki citra tubuh negatif, kebanyakan dari mereka merasa tidak puas pada bagian perut, berat badan, tinggi badan, ukuran dada, bagian wajah seperti hidung, pipi dan gigi, serta kecantikannya. Usaha yang dilakukan oleh mereka demi menutupi kekurangan dengan cara diet, olah raga, pergi ke salon, dan menggunakan *make up* serta pemilihan baju yang dirasa sesuai.

Dari data yang diperoleh dilapangan peneliti melihat adanya kesenjangan antara harapan dan kenyataan dimana pada kenyataannya, kebanyakan wanita dewasa awal memiliki citra tubuh negatif, padahal diharapkan wanita dewasa awal memiliki citra tubuh positif agar bisa menjalankan kehidupannya dengan baik. Terlebih mahasiswi dewasa awal yang ada di UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang notabene beragama Islam dan mendapatkan tambahan ilmu pengetahuan keagamaan di samping ilmu lain terkait jurusan yang diambil, seharusnya bisa memaknai dan bersikap sesuai nilai-nilai Islami bukan berdasarkan standar nilai ideal yang dibentuk oleh media. Dalam Islam kecantikan fisik bukanlah hal utama yang harus selalu dikejar karena Allah tidak memandang rupa. H.R. Muslim (dalam Husna, 2006) menyebutkan “diriwayatkan dari Amaran-Naqid, dari Katsir Ibnu Hisyam, Ja’far Ibnu Burqan, dari Yazid Ibnu Al-Asham, dari Abu Hurairah, Rasul bersabda, Allah tidak melihat tubuh dan bentuk rupa kalian; Dia hanya melihat hati dan amal kalian.” H.R. Muslim dan An-Nasa’i (dalam Syafi’ie, 2005) mengatakan Rasul bersabda “Dunia adalah perhiasan dan sebaik-baik perhiasannya adalah wanita sholehah.” Jadi kecantikan dalam alquran dan Islam tidak mengutamakan kecantikan fisik semata, namun yang paling penting adalah

kecantikan dari dalam hati dan akhlak yang baik.

Berlandaskan latar belakang di atas, peneliti merasa tertarik untuk mengetahui secara empirik dan meneliti lebih lanjut mengenai hubungan antara religiusitas dengan citra tubuh pada wanita dewasa awal di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.

### **Religiusitas**

Swanger (2008) menyebutkan religiusitas adalah sejauh mana seseorang beragama atau menjalankan agama. Himmerfarb (dalam Swanger 2008) mendefinisikan religiusitas sebagai tingkat di mana agama seseorang menempati kepentingan, keyakinan, dan aktifitasnya. Rieserodth (dalam Hubert, 2015) mendefinisikan religiusitas sebagai perasaan, pengalaman dan interpretasi agama yang bersifat subjektif.

Glock dan Stark (dalam Ancok & Suroso 2005) menyebutkan keberagamaan atau religiusitas adalah sistem simbol, sistem keyakinan, sistem nilai, dan sistem yang mengarahkan perilaku sesuai ajaran agama, yang dihayati dalam rangka beribadah kepada Allah (*ultimate meaning*).

Glock (1962) dalam Paloutzian (2017) mengajukan lima dimensi untuk pengukuran religiusitas dalam masyarakat modern yakni ideologis, intelektual, ritualistik, eksperiensial, dan konsekuensial:

- a) *Kepercayaan atau ideologi*. Dimensi kepercayaan mengacu pada apa yang diyakini sebagai bagian dari agama adalah suatu kebenaran, seberapa kuat keyakinan itu dipegang, dan seberapa berpengaruhnya kepercayaan itu dalam kehidupan manusia. Misalnya, kepercayaan akan keberadaan tuhan.
- b) *Praktik atau ritual*. Dimensi praktik keagamaan mengacu pada perilaku dan tindakan sejauh mana kepatuhan dalam menjalankan kewajiban agama. Seperti menjalankan ibadah, tata cara ibadah, doa, dan puasa serta berbagai praktik ibadah lainnya. Misalnya, menjalankan lima pilar

Islam (rukun Islam) yang dianggap sebagai bagian pasti dari agama Islam.

- c) *Perasaan atau pengalaman.* Dimensi perasaan religius berkaitan dengan dunia batin dan emosional individu. Selain peristiwa pengalaman dimana orang mengaitkan makna religius dalam kehidupannya, dimensi perasaan mencakup hal-hal seperti kepercayaan terhadap agama, rasa takut untuk tidak beragama, perasaan terhadap aspek fisik, psikologis, dan spiritual yang berasal dari kepercayaan yang diyakini. Perasaan terkadang juga digunakan sebagai pernyataan atau ukuran iman seseorang. Misalnya, orang yang merasa dekat
- d) *Pengetahuan atau pengertian.* Dimensi pengetahuan keagamaan mengacu pada orang yang beragama paling tidak memiliki sejumlah minimal pengetahuan mengenai dasar-dasar keyakinan keagamaan yang dianut, ritual-ritual, kitab suci dan tradisi-tradisi.
- e) *Pengamalan atau konsekuensi.* Dimensi pengamalan mengacu pada perilaku yang diakibatkan oleh keyakinan beragama atau ajaran agama, praktik, pengalaman, dan pengetahuan seseorang dari hari ke hari. Secara umum, pola perilaku moral atau kebiasaan pribadi seseorang dipandu oleh keyakinan agama.

### **Citra Tubuh**

Salah satu pelopor penelitian citra tubuh, Shilder (dalam Gattario, 2013) mendefinisikan citra tubuh sebagai gambaran tubuh diri sendiri yang terbentuk di dalam pikiran. Cash (2008) menyebutkan persepsi, keyakinan, pikiran, perasaan dan tindakan seseorang tentang penampilan (misalnya ukuran dan bentuk) tubuhnya, serta sikap yang dibentuk seseorang terhadap karakteristik-karakteristik dari anggota tubuhnya dikenal dengan istilah citra tubuh.

Citra tubuh dapat digambarkan sebagai persepsi, sikap, emosi dan reaksi kepribadian individu sehubungan dengan tubuhnya sendiri. Citra tubuh adalah gambaran yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya, dan sering diukur

dengan meminta individu untuk menilai bentuk tubuh mereka apakah ideal atau tidak ideal menggunakan serangkaian penggambaran (McCabe dkk., dalam Quinn, 2011).

Mendelson dan White (dalam Gattario, 2013) mengemukakan citra tubuh seseorang terdiri dari tiga domain yaitu, perasaan tentang berat badan (*weight*), perasaan tentang penampilan (penampilan), dan kepercayaan tentang bagaimana orang lain melihat tubuh dan penampilan seseorang (atribusi). Intinya seseorang akan berada pada rentang memiliki kepuasan ataukah memiliki ketidakpuasan terhadap tubuhnya berdasarkan tiga aspek tersebut. Menurut Belgrave (2009) citra tubuh dibagi menjadi dua yaitu positif dan negatif. Citra tubuh positif dimiliki oleh individu yang merasa puas pada penampilan fisiknya sementara citra tubuh negatif dimiliki oleh orang yang tidak puas dengan penampilan tubuhnya.

Cash (dalam Grogan, 2008) mengatakan bahwa citra tubuh seseorang dapat dilihat dari lima dimensi, antara lain:

- a) *Evaluasi penampilan (appearance evaluation).* Yaitu mengukur evaluasi terhadap penampilan dan keseluruhan bagian tubuh, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan dan tidak memuaskan.
- b) *Orientasi penampilan (appearance orientation).* Yaitu perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan dirinya.
- c) *Kepuasan terhadap bagian tubuh (body area satisfaction).* Yaitu mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik. Mengukur bagian tubuh mana dirasa tidak proporsional atau ideal yang menimbulkan rasa ketidakpuasan.
- d) *Kecemasan menjadi gemuk (overweight preoccupation).* Yaitu mengukur kecemasan terhadap kegemukan tubuh, kewaspadaan individu terhadap bobot berat badan, kecenderungan melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan membatasi pola makan.

e) *Pengkategorian ukuran tubuh (self classified weight)*. Yaitu mengukur bagaimana persepsi individu terhadap berat badannya, yakni dari sangat kurus sampai sangat gemuk.

### **Wanita Dewasa Awal**

**Pandangan Islam tentang wanita.** Islam memandang wanita memiliki banyak keistimewaan yang lebih unggul dibandingkan laki-laki. Di dalam alquran telah banyak memberitahukan tentang kedudukan wanita. Bahkan satu surat di dalam Alquran mengandung nama perempuan yakni surat An-Nisa (Sakura, 2016). Syafi'ie (2005) mengatakan bahwa wanita adalah makhluk yang istimewa dan keistimewaan wanita terletak pada keshalihannya. Wanita seperti mutiara yang tersimpan baik karena kepandaiannya menjaga *iffah* dan kehormatannya. Cantik karena menghiasi pribadinya dengan akhlak mulia dan bermata jeli karena penglihatannya terpelihara dari hal-hal yang haram. Seperti hadits Rasulullah Saw yang diriwayatkan H.R. Muslim (dalam Syafi'ie, 2005) yang mengatakan bahwa wanita shalehah adalah sebaik-baik perhiasan dunia. Dari Amr Ibnu R.A. "Dunia adalah perhiasan dan sebaik-baik perhiasannya adalah wanita shalehah."

**Dewasa awal.** Ding (2015) menyebutkan Erikson adalah orang pertama yang menggunakan istilah "*dewasa awal*" dalam bukunya *Childhood and Society* pada tahun 1963. Pada saat itu juga pertama kalinya masa dewasa awal digariskan sebagai tahap transisi penting antara masa remaja dan masa dewasa. Pada tahap ini, orang menjadi mampu berpikir lebih kompleks, menghargai beragam pandangan dari berbagai perspektif, membangun identitas pribadi dan membentuk hubungan yang berkomitmen, mengatur emosi mereka, dan bersikap independen terhadap pengambilan keputusan.

Teori psikososial Erikson memandang rentang usia dewasa awal adalah 18-40 tahun. Pada tahap ini individu memasuki level keenam dari perkembangan psikososial yakni level *intimacy versus isolation* dimana tugas perkembangannya untuk menjalin relasi yang lebih dalam dengan lawan jenis. Masa dewasa awal

merupakan waktu perubahan dalam hubungan personal dimana mereka mencari keintiman emosional dan fisik dalam hubungan dengan teman sebaya atau pasangan (McLeod, 2008).

### **Metode**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain korelasional, pada penelitian ini subjek yang akan diteliti adalah mahasiswi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, dengan populasi berjumlah 7.127 dari 5 fakultas keagamaan yakni, Fakultas Ushuludhin, Fakultas Syariah dan Hukum, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Adab dan Humaniora, serta Tarbiyah dan Keguruan. Penentuan jumlah sampel diambil dari tabel Issac dan Michael (dalam Juliandi & Manurung, 2014) dengan tingkat kesalahan 5% adalah 332 orang mahasiswi. Sampel diambil dari lima fakultas keagamaan yakni, 66 mahasiswi Fakultas Ushuludhin, 67 mahasiswi Fakultas Syariah dan Hukum, 66 mahasiswi Fakultas Dakwah dan Komunikasi, 66 mahasiswi Fakultas Adab dan Humaniora, serta 67 mahasiswi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan.

Teknik sampling yang digunakan adalah insidental sampling. Sedangkan uji statistik yang akan digunakan adalah dengan menggunakan formula korelasi *Rank Spearman* karena data pada variabel ini berskala ordinal.

Alat ukur yang digunakan untuk variabel religiusitas adalah yang dibuat oleh peneliti berjumlah 82 item berdasarkan dimensi dari Glock dan Stark (dalam Paloutzian, 2017) meliputi yaitu, kepercayaan atau ideologi, praktik atau ritual, perasaan atau pengalaman, pengetahuan atau pengertian, dan pengamalan atau konsekuensi.

Alat ukur yang digunakan untuk variabel citra tubuh menggunakan kuesioner baku *Multidimensional Body Self Relations Questionnaire Appearance Scale (MBSRQ-AS)* berjumlah 34 item yang sudah diadaptasi kedalam bahasa Indonesia oleh peneliti berdasarkan 5 sub-komponen yang disusun oleh Cash (dalam Kristin, James, Jacalyn & Robbert, 2012). yaitu evaluasi penampilan (*appearance*

*evaluation*), orientasi terhadap penampilan (*appearance orientation*), kecemasan terhadap kegemukan (*overweight preoccupation*), pengkategorian ukuran tubuh (*self-classified weight*) dan kepuasan terhadap bagian tubuh (*body areas satisfaction scale*).

Sebelum penelitian dilaksanakan terlebih dahulu peneliti melaksanakan *try out* kepada 32 orang mahasiswi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Uji coba alat ukur dilakukan dengan maksud untuk mengambil item-item yang baik dan akan digunakan dalam pengambilan data selanjutnya, serta melihat tingkat validitas dan reliabilitasnya.

Pada skala religiusitas didapatkan beberapa item yang gugur dengan koefisien korelasi  $> 0,25$  sehingga tersisa 48 item. Pada skala citra tubuh didapatkan beberapa item yang gugur dengan koefisien korelasi  $> 0,30$  sehingga tersisa 22 item.

Hasil uji validitas mengacu pada tabel Guilford untuk variabel religiusitas pada aspek keyakinan sebesar 0.82 dengan kriteria derajat validitas tinggi, pada aspek ritual sebesar 0.824 dengan kriteria derajat validitas tinggi, pada aspek perasaan sebesar 0.882 dengan kriteria derajat validitas tinggi, pada aspek pengetahuan sebesar 0.846 dengan kriteria derajat validitas tinggi, pada aspek pengamalan sebesar 0.917 dengan kriteria derajat validitas tinggi sekali.

Hasil uji validitas mengacu pada tabel Guilford untuk variabel *body image* pada aspek evaluasi penampilan sebesar 0.902 dengan kriteria derajat validitas tinggi sekali, pada aspek orientasi penampilan sebesar 0.944 dengan kriteria derajat validitas tinggi sekali, pada aspek kepuasan terhadap bagian tubuh sebesar 0.955 dengan kriteria derajat validitas tinggi sekali, pada aspek kecemasan menjadi gemuk sebesar 0.421 dengan kriteria derajat validitas sedang, pada aspek pengkategorian ukuran tubuh sebesar 0.437 dengan kriteria derajat validitas sedang.

Reliabilitas dalam penelitian ini digunakan *Alpha Cronbach* untuk menguji tingkat reliabilitas. Pada umumnya, reliabilitas telah dianggap

memuaskan bila koefisiennya mencapai minimal  $r_{xx}=0.900$ .

Peneliti menggunakan analisis deskriptif untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian ini, yakni menganalisa secara deskriptif mengenai religiusitas dengan citra tubuh pada wanita dewasa awal, pada kedua variabel dalam analisis deskriptif ini dilakukan pengkategorian. Pengkategorian ini dilakukan dengan menggunakan nilai median dari skor seluruh subjek penelitian dan membaginya dalam kategori tinggi atau rendah.

Peneliti juga menggunakan Analisis inferensial untuk untuk menguji hipotesis yang dilakukan menggunakan bantuan program statistik. Adapun pengujian hipotesis yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

$H_0$  :  $r_s = 0$  tidak terdapat hubungan antara religiusitas dengan citra tubuh pada wanita dewasa awal di UIN Sunan Gunung Djati Bandung

$H_1$  :  $r_s \neq 0$  terdapat hubungan antara religiusitas dengan citra tubuh pada wanita dewasa awal di UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Prosedur penelitian dilakukan dengan empat tahap. Pertama tahap persiapan. Kedua tahap pelaksanaan. Ketiga tahap pengolahan data. Keempat tahap penentuan hasil.

## Hasil

### *Analisis Inferensial*

Berdasarkan hasil perhitungan diketahui bahwa koefisien korelasi antara religiusitas dengan citra tubuh adalah sebesar 0.083 dengan *p-value* sebesar 0.129 pada taraf signifikansi  $\alpha=0.05$  dengan arah pengujian dua sisi. Selanjutnya untuk mengetahui signifikansi indeks korelasi tersebut, maka dilakukan uji signifikansi dengan membandingkan harga *p-value* sama dengan atau lebih kecil dari harga  $\alpha$ . Kriteria uji yang digunakan adalah tolak  $H_0$  apabila *p-value* sama dengan atau lebih kecil dari  $\alpha$ , karena harga *p-value* = 0.129 lebih besar dari pada harga  $\alpha$  0.05 maka  $H_0$  diterima. Dengan demikian dapat dikatakan

bahwa tidak terdapat hubungan antara religiusitas dengan citra tubuh. Hal ini berarti ada faktor-faktor tertentu yang menyebabkan kedua variabel tidak berhubungan.

#### ***Analisis Deskriptif Tingkat Religiusitas***

##### ***Secara Umum***

Dengan membandingkan tiap skor yang diperoleh subjek dengan nilai median, diperoleh data sebanyak 163 orang (49.1 %) mahasiswi memiliki tingkat religiusitas tinggi dan 169 orang (50.9%) yang memiliki tingkat religiusitas rendah.

##### ***Analisis Deskriptif Tingkat Religiusitas Setiap Aspek***

Dengan membandingkan tiap skor yang diperoleh subjek peraspek dengan nilai median peraspek, diperoleh data: 1). Pada aspek keyakinan, responden yang tergolong kedalam kriteria religiusitas tinggi sebesar 57.2% sedangkan 42.8% sisanya tergolong religiusitas rendah. 2). Pada aspek ritual, responden yang tergolong kedalam kriteria religiusitas tinggi sebesar 58.7% sedangkan 41.3% sisanya tergolong religiusitas rendah. 3). Pada aspek perasaan responden yang tergolong kedalam kriteria religiusitas rendah sebesar 57.2% sedangkan 42.8% sisanya tergolong religiusitas rendah. 4). Pada aspek pengetahuan responden yang tergolong kedalam kriteria religiusitas tinggi sebesar 57.8% sedangkan 42.2% sisanya tergolong religiusitas rendah. 5). Pada aspek pengamalan, responden yang tergolong kedalam kriteria religiusitas rendah sebesar 51.5% sedangkan 48.5% sisanya tergolong religiusitas tinggi

##### ***Analisis Deskriptif Kriteria Citra Tubuh Secara Umum***

Dengan membandingkan tiap skor yang diperoleh subjek dengan nilai median, diperoleh data sebanyak 157 orang (47.3 %) yang memiliki kriteria *body image* positif dan 175 orang (52.7 %) yang memiliki kriteria *body image* negatif.

##### ***Analisis Deskriptif Kriteria Citra Tubuh Peraspek***

Dengan membandingkan tiap skor yang diperoleh subjek peraspek dengan nilai median

peraspek, diperoleh data: 1). Pada aspek evaluasi penampilan, responden yang tergolong kedalam kriteria *body image* negatif sebesar 63.0 % sedangkan 37.0 % sisanya tergolong memiliki *body image* positif. 2). Pada aspek evaluasi penampilan, responden yang tergolong kedalam kriteria *body image* positif sebesar 65.4 % sedangkan 34.6 % sisanya tergolong memiliki *body image* negatif. 3). Pada aspek kepuasan bagian tubuh, persentase responden yang tergolong kedalam kriteria *body image* negatif sebesar 53.9% sedangkan 46.1 % sisanya tergolong memiliki *body image* positif. 4). Pada aspek kecemasan menjadi gemuk, responden yang tergolong kedalam kriteria *body image* positif sebesar 61.7 % sedangkan 38.3 % sisanya tergolong memiliki *body image* negatif. 5). Pada aspek pengkategorian ukuran tubuh, responden yang tergolong kedalam kriteria *body image* positif sebesar 64.8% sedangkan 35.2 % sisanya tergolong memiliki *body image* negatif.

#### **Diskusi**

##### ***Hubungan Religiusitas dengan Citra Tubuh***

Berdasarkan analisis inferensial diperoleh hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara religiusitas dengan citra tubuh. Hal ini dilihat dari hasil koefisiensi ( $r_s$ ) sebesar 0.083 angka tersebut menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat rendah bahkan bisa dikatakan hampir tidak memiliki hubungan. Sehingga peneliti menarik kesimpulan tidak terdapat hubungan antara religiusitas dengan citra tubuh

Tidak adanya hubungan antara variabel religiusitas dengan citra tubuh ini, selain dilihat dari analisis inferensial juga dapat diketahui dari hasil sebaran tabulasi silang. Meskipun hasil tabulasi silang menjurus pada asumsi peneliti, dimana hasil menunjukan bahwa: (a) jumlah mahasiswi yang memiliki kriteria religiusitas rendah lebih banyak memiliki gambaran citra tubuh negatif yakni 96 orang, (b) dan mahasiswi yang memiliki kriteria religiusitas tinggi lebih banyak memiliki citra tubuh positif yakni 84 orang. Namun hasil tersebut tidak signifikan karena juga diimbangi



dengan banyaknya jumlah: (a) mahasiswi yang memiliki kriteria religiusitas rendah namun memiliki citra tubuh positif yakni 73 orang, (b) serta mahasiswi yang memiliki religiusitas tinggi namun ternyata memiliki citra tubuh negatif yakni 79 orang. Dengan kata lain dalam hal ini ternyata masih banyak mahasiswi yang memiliki religiusitas tinggi namun citra tubuhnya negatif dan masih banyak mahasiswi yang memiliki religiusitas rendah namun citra tubuhnya positif.

Cash (dalam Barcallow 2006), menyatakan bahwa citra tubuh bukanlah suatu konsep yang statis, melainkan berkembang melalui interaksi dengan orang lain dan lingkungan sosial. Apalagi setelah adanya media massa pada zaman dewasa ini, standar nilai kecantikan yang ditetapkan oleh media bersifat subjektif dan berubah-ubah karena kecantikan yang dilihat adalah kecantikan fisik sehingga para wanita akan terombang ambing dalam ketidakpastian dan akhirnya tidak akan pernah mencapai kepuasan serta tidak dapat mencapai standar ideal tersebut.

Berbeda dengan sistem nilai yang ditetapkan oleh media massa yang bersifat subjektif dan berubah-ubah, didalam hukum islam terkandung nilai-nilai fitriyah yang abadi dan bertumpu pada nilai-nilai yang solid tidak akan berubah dan tidak akan di ubah yaitu alquran dan *as-sunnah* (Ahmad, 2006). Disitulah peran agama diperlukan sebagai suatu sistem nilai yang dapat menjadi pegangan yang benar terhadap persepsi, pikiran serta sikap yang salah dalam memandang kecantikan karena kecantikan didalam agama tidak semata masalah fisik, namun berkaitan dengan hati dan akhlak. Sehingga berdasarkan teori tersebut pada awalnya peneliti menduga terdapat hubungan antara religiusitas dengan citra tubuh.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, analisis inferensial serta sebaran tabulasi silang, peneliti kemudian menelaah faktor-faktor yang diprediksi menyebabkan kedua variabel tidak memiliki hubungan. Pertama jika ditinjau dari segi kuantitatif secara statistik, diketahui bahwa pada variabel religiusitas, persentase responden

yang dominan memiliki kriteria religiusitas tinggi hanya terdapat pada aspek keyakinan, ritual dan pengetahuan. Sedangkan pada aspek perasaan dan aspek pengamalan, persentase responden dominan rendah. Artinya responden hanya sekedar meyakini, mengetahui dan menjalankan ritual peribadatan yang wajib. Sementara dari segi perasaan atau penghayatan keagamaan yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari seperti sikap *qonaah*, syukur, sabar, ikhlas, ridho dan tawakal responden masih kurang dalam pengamalannya. Jika dikaitkan dengan citra tubuh yang juga berasal dari persepsi, pikiran, perasaan serta sikap yang dibentuk seseorang terhadap penampilan dan bentuk tubuhnya maka tidak heran jika responden memiliki kriteria citra tubuh negatif

Kedua peneliti berasumsi ada faktor-faktor lain yang memberikan sumbangan efektif yang lebih besar terhadap citra tubuh di luar variabel religiusitas seperti: *tingkat harga diri dan kepribadian*, harga diri menentukan bagaimana perasaan seseorang memandang tentang diri mereka sendiri dan hal ini dapat mempengaruhi setiap aspek kehidupan orang tersebut. *National Eating Disorders Collaboration* (2011) menyebutkan semakin rendah harga diri, semakin negatif citra tubuh seseorang. Hal ini senada dengan penelitian Desyarani (2016) yang berjudul "hubungan antara harga diri dan gaya hidup hedonisme dengan *body image*." Hasil penelitiannya menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan anatara variabel harga diri dengan variabel *body image*, dimana semakin tinggi harga diri seseorang maka semakin positif citra tubuh yang dimiliki, dan sebaliknya semakin rendah harga diri yang dimiliki seseorang maka semakin negatif citra tubuhnya. *National Eating Disorders Collaboration* (2011) menyebutkan selain harga diri, faktor lain yang mempengaruhi citra tubuh adalah kepribadian. Orang dengan kecenderungan perfeksionis (misalnya orang yang merasa semua hal dalam hidup mereka harus sempurna), orang berprestasi tinggi dan orang-orang yang secara kognitif lebih abstrak dalam pemikiran mereka, mereka yang menginter-

nalisis dan menghargai kecantikan, dan orang-orang yang cenderung membandingkan diri mereka dengan orang lain, memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami ketidakpuasan tubuh. Dari teori tersebut diketahui bahwa memang hanya orang dengan karakteristik kepribadian tertentu seperti yang memiliki *self esteem* atau harga diri yang rendah, tipe kepribadian yang perfeksionis, suka membandingkan diri dengan orang lain, serta orang yang menghargai kecantikanlah yang lebih beresiko tinggi mengalami *body dissatisfaction* atau ketidakpuasan citra tubuh.

Peneliti menduga bisa saja responden memiliki tingkat harga diri yang rendah atau memiliki tipe kepribadian tertentu seperti suka membandingkan diri dengan orang lain dan lebih menghargai kecantikan sehingga pandangannya terhadap bentuk tubuh menjadi negatif walaupun kriteria religiusitas responden tersebut tinggi, karena nilai-nilai religius yang diyakini tidak dijadikan suatu pegangan.

Semakin positif citra tubuh seseorang, semakin besar kemungkinan orang tersebut merasa nyaman dan bahagia dengan penampilan mereka. Penelitian Ridha (2012) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara citra tubuh dan penerimaan diri pada mahasiswa. Artinya semakin positif citra tubuh yang dimiliki individu maka semakin baik penerimaan dirinya dan semakin negatif citra tubuh yang dimiliki maka semakin rendah penerimaan dirinya. Peneliti menduga mungkin saja responden memiliki religiusitas rendah namun dikonteks lain, yakni didalam diri responden telah tertanam penerimaan diri yang baik. Karena menurut *National Eating Disorder* (2017) pada dasarnya citra tubuh bersumber dari persepsi internal namun dipengaruhi oleh faktor eksternal, seseorang dengan citra tubuh positif cenderung tidak terpengaruh oleh citra yang tidak realistis oleh media dan tekanan masyarakat. Sehingga bisa saja dari segi internal responden telah memiliki persepsi yang baik terhadap tubuh, dan mengabaikan faktor-faktor eksternal seperti pengaruh media dan ling-

kungan. Berdasarkan hal tersebut peneliti menduga walaupun responden tergolong memiliki kriteria religiusitas rendah dan kurang memiliki keyakinan, penghayatan maupun pengetahuan dari segi agama namun responden memiliki citra tubuh positif karena memiliki penerimaan diri yang baik.

### **Gambaran Religiusitas Responden**

Hasil analisis deskriptif memperlihatkan bahwa dari jumlah subjek sebanyak 332 orang, diketahui yang memiliki religiusitas tinggi sebanyak 163 orang (49.1 %) sedangkan subjek yang memiliki kriteria religiusitas rendah sebanyak 169 orang (50.9%).

Hasil tersebut menunjukkan bahwa subjek yang memiliki kriteria religiusitas rendah lebih banyak dari pada yang memiliki religiusitas tinggi. Namun perbedaannya tidak terlalu jauh yakni hanya berkisar 6 orang atau 1.8% saja dan bisa dikatakan bahwa tingkat religiusitas responden mendekati seimbang antara yang tinggi dan yang rendah.

Agama adalah petunjuk berupa pedoman kepada jalan yang lurus dan benar agar hanya menyembah Allah yang Esa dan tiada sekutu bagi-Nya yang dibawa oleh Rasulullah Saw melalui alquran sebagai wahyu (Arrifa'i, 1989).

Allah berfirman dalam alquran surat Ali Imran (3) ayat 85 :

“Siapa yang mencari agama selain Islam, maka ia tidak akan diterima dari padanya, dan dia di akhirat akan termasuk orang-orang yang merugi.”

Maksud Allah dalam Surat Ali Imran ayat 85 tersebut dijelaskan oleh Ibnu Katsir bahwa Allah tidak menerima suatu jalan atau amalan dari seseorang kecuali yang sesuai dengan syariat Muhammad Saw, setelah beliau diutus sebagai pembawa risalah. Sedangkan sebelum itu, semua orang yang mengikuti rasul pada zamannya, mereka berada di atas petunjuk dan jalan keselamatan (Ibnu Katsir, dalam Muhammad & Syaikh, 2004). Sehingga dalam penelitian ini keberagaman atau religiusitas yang dimaksud bersandar pada agama Islam.

Religiusitas merupakan keberagaman seseorang sebagai keyakinan terhadap ajaran

agama berupa penghayatan dari dalam hati tanpa keragu-raguan terhadap Allah yang kemudian dimanifestasikan atau diwujudkan dalam kehidupan sehari-hari melalui perilaku (Glock & Stark dalam Suroso, 2005). Dengan kata lain religiusitas tidak hanya diukur dari segi ritual atau rajin tidaknya seseorang beribadah tapi juga mengukur penghayatan atau perasaan tentang keagamaan yang diyakini dan akhirnya perilaku yang dimunculkan individu berupa akhlak dalam kehidupan sehari-hari mencerminkan kadar tinggi atau rendahnya keberagamaan seseorang tersebut.

Berbagai wujud sisi kehidupan manusia pada akhirnya menjadi tolak ukur sampai sejauhmana realisasi tingkat religiusitas seseorang. Tingkat religiusitas adalah kadar atau tingkat keterikatan religius (*religious commitment*) seseorang atau sekelompok orang dalam hubungannya dengan Allah, sesama manusia serta alam sekitarnya, yang dilandasi dengan keyakinan untuk kemudian diwujudkan dalam sikap dan perilaku sehari-hari (Afriani dalam Satriani 2009). Oleh karena itu mahasiswi atau responden yang memiliki kriteria religiusitas tinggi berarti memiliki keyakinan yang kuat dan dapat menghayati nilai-nilai keagamaan serta kemudian dimanifestasikan dalam kehidupannya sehari-hari melalui perilaku yang diajarkan agama yang dianutnya, sedangkan mahasiswi yang memiliki kriteria religiusitas rendah berarti tidak memiliki keyakinan yang kuat dan kurang dapat menghayati nilai-nilai keagamaan sehingga manifestasi dari ketaatannya atau perilaku yang dimunculkan juga tidak relevan dengan ajaran-ajaran agama yang dianutnya.

Meskipun hanya berbeda 1.8% banyaknya antara mahasiswi yang memiliki kriteria religiusitas tinggi dan rendah, namun kenyataannya sebagian besar mahasiswi menunjukkan memiliki kriteria religiusitas rendah, padahal responden yang digunakan dalam penelitian ini mendapatkan tambahan ilmu keagamaan disamping ilmu-ilmu lain terkait jurusan yang diambil sehingga tentunya diharapkan jumlah mahasiswi yang memiliki

kriteria religiusitas tinggi jauh lebih banyak dari kategori religiusitas rendah. Penjelasan dari hasil analisis tersebut peneliti temukan dalam teori Jalaludin (2008) yang menyebutkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat religiusitas seseorang. Pertama adalah kepribadian, dalam kondisi normal memang secara individu manusia memiliki perbedaan dalam kepribadian. Perbedaan ini diperkirakan berpengaruh terhadap aspek-aspek kejiwaan termasuk kesadaran beragama terhadap responden penelitian.

Kedua adalah lingkungan keluarga, keluarga merupakan satuan sosial yang paling sederhana dalam kehidupan manusia. Keluarga merupakan lingkungan sosial pertama kali yang dikenal setiap individu, dengan demikian kehidupan keluarga merupakan fase sosialisasi awal bagi pembentukan jiwa keagamaan pada tiap individu yang akhirnya berpengaruh terhadap kesadaran religiusitas responden.

Ketiga adalah lingkungan masyarakat, lingkungan masyarakat bukan merupakan lingkungan yang mengandung unsur tanggung jawab, melainkan hanya merupakan unsur pengaruh belaka. Tetapi norma dan tata nilai yang ada terkadang pengaruhnya lebih besar dalam perkembangan jiwa keagamaan responden, baik dalam bentuk positif maupun negatif.

Berdasarkan faktor-faktor tersebut tidak mengherankan walaupun mahasiswi berada pada lingkungan institusional yang berbasis keagamaan dan mendapatkan pelajaran keagamaan yang lebih banyak namun mereka memiliki religiusitas yang rendah karena bisa jadi dipengaruhi oleh faktor-faktor tersebut.

Secara spesifik religiusitas dalam penelitian ini, dilihat dari lima kategori atau dimensi yang dikemukakan oleh Glock (dalam Paloutzian, 2017) yakni ideologis, intelektual, ritualistik, eksperiensial, dan konsekuensial.

Dimensi pertama adalah kepercayaan atau ideologi. Dimensi kepercayaan mengacu pada apa yang diyakini sebagai bagian dari agama adalah suatu kebenaran, seberapa kuat keyakinan itu dipegang, dan seberapa berpenga-

ruhnya kepercayaan itu dalam kehidupan manusia. Misalnya, kepercayaan akan keberadaan Tuhan (Glock dalam Paloutzian, 2017). Dalam ajaran Islam menurut Ancok dan Suroso (2005) dimensi ini menyangkut terkait rukun iman seperti kepercayaan terhadap Allah, malaikat, kitab suci alquran, rasul, hari kiamat dan qadha serta qadar. Berdasarkan hasil analisis deskriptif secara spesifik diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kriteria religiusitas tinggi jika ditinjau dari kepercayaan atau ideologi. Hal tersebut ditunjukkan dengan persentase responden yang tergolong ke dalam kriteria religiusitas tinggi sebesar 57.2% sedangkan 42.8% sisanya tergolong religiusitas rendah. Hal tersebut mengindikasikan bahwa responden memiliki keyakinan yang kuat terkait kebenaran agama islam mengimani bagian-bagian yang telah ditetapkan sebagai rukun iman. Responden meyakini kebenaran adanya Allah, malaikat, kitab suci alquran, rasul, hari kiamat dan kebenaran qadha dan qadar.

Dimensi yang kedua adalah praktik atau ritual. Dimensi praktik atau ritual merupakan praktik keagamaan yang mengacu pada perilaku dan tindakan sejauh mana kepatuhan dalam menjalankan kewajiban agama. Seperti menjalankan ibadah, tata cara ibadah, doa, dan puasa serta berbagai praktik ibadah lainnya. Misalnya, menjalankan lima pilar Islam (rukun Islam) yang dianggap sebagai bagian pasti dari agama Islam (dalam Paloutzian, 2017). Berdasarkan hasil analisis deskriptif secara spesifik diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kriteria religiusitas tinggi jika ditinjau dari aspek ritual atau ibadah. Hal tersebut ditunjukkan dengan persentase responden yang tergolong kedalam kriteria religiusitas tinggi sebesar 58.7% sedangkan 41.3% sisanya tergolong religiusitas rendah. Hal tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar responden telah mematuhi kewajiban beribadah seperti menjalankan sholat, membaca alquran dan berpuasa.

Dimensi yang ketiga adalah perasaan atau pengalaman. Dimensi perasaan religius ber-

kaitan dengan dunia batin dan emosional individu. Selain peristiwa pengalaman dimana orang mengaitkan makna religius dalam kehidupannya, dimensi perasaan mencakup hal-hal seperti kepercayaan terhadap agama, rasa takut untuk tidak beragama, perasaan terhadap aspek fisik, psikologis, dan spiritual yang berasal dari kepercayaan yang diyakini. Perasaan terkadang juga digunakan sebagai pernyataan atau ukuran iman seseorang. Misalnya, orang yang merasa dekat dengan tuhan dapat menyimpulkan bahwa mereka beriman karena perasaan mereka mengatakan demikian. Sementara orang-orang yang berada diluar ikatan atau jauh dengan tuhan biasanya akan merasa cemas dan takut, merasa bedosa dan merasa bahwa tuhan telah meninggalkan mereka (Glock dalam Paloutzian, 2017). Dalam konteks agama Islam Ancok dan Suroso (2005) dimensi ini lebih dikenal sebagai penghayatan atau ihsan. Dimensi ihsan berkaitan dengan seberapa jauh seseorang merasa dekat dengan Rabbnya, serta seberapa khusuk dan nikmat seseorang dalam beribadah. Berdasarkan hasil analisis deskriptif secara spesifik diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kriteria religiusitas rendah jika ditinjau dari aspek perasaan atau pengalaman. Hal tersebut ditunjukkan dengan persentase responden yang tergolong kedalam kriteria religiusitas rendah sebesar 57.2% sedangkan 42.8% sisanya tergolong religiusitas tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden kurang bisa memaknai kedekatan dengan rabbnya dan kurang bisa merasakan kenikmatan dalam beribadah. Karena dimensi religiusitas ini berkaitan dengan dunia batin seseorang atau penghayatannya terhadap ajaran agama, maka orang yang memiliki religiusitas rendah pada aspek ini berarti kurang menghayati ajaran-ajaran yang diyakininya, atau bisa disebut juga segala yang dilakukannya termasuk peribadatnya tidak diimbangi dengan perasaan kedekatan dengan Allah.

Dimensi yang keempat adalah pengetahuan atau pengertian. Dimensi pengetahuan keagamaan mengacu pada orang yang beragama

paling tidak memiliki sejumlah minimal pengetahuan mengenai dasar-dasar keyakinan keagamaan yang dianut, ritual-ritual, kitab suci dan tradisi-tradisi (Glock dalam Paloutzian, 2017). Dalam penelitian ini dimensi pengetahuan diukur dengan melihat segi pengetahuan terhadap isi alquran, ibadah, akidah dan akhlak. Berdasarkan hasil analisis deskriptif secara spesifik diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kriteria religiusitas tinggi jika ditinjau dari aspek pengetahuan atau pengertian. Hal tersebut ditunjukkan dengan persentase responden yang tergolong kedalam kriteria religiusitas tinggi sebesar 57.8% sedangkan 42.2% sisanya tergolong religiusitas rendah. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa responden memiliki pengetahuan yang cukup tinggi tentang ajaran agama yang dianut terkait ajaran-ajaran Alquran, pengetahuan tentang tata cara ibadah, dan pengetahuan tentang Akhlaq.

Dimensi yang kelima adalah pengamalan atau konsekuensi. Dimensi pengamalan mengacu pada perilaku yang diakibatkan oleh keyakinan beragama atau ajaran agama, praktik, pengalaman, dan pengetahuan seseorang dari hari ke hari. Secara umum, pola perilaku moral atau kebiasaan pribadi seseorang dipandu oleh keyakinan agama. Artinya dimensi ini berkaitan dengan bagaimana seseorang merealisasikan ajaran-ajaran agama atau pengetahuan-pengetahuan agama yang diyakini, dalam perilaku sehari-hari. Dalam penelitian ini, aspek pengamalan dilihat dari bagaimana responden menerapkan sikap ridho, sabar, ikhlas, tawakal, *qonaah*, dan syukur. Berdasarkan hasil analisis deskriptif secara spesifik diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kriteria religiusitas rendah jika ditinjau dari aspek pengamalan. Hal tersebut ditunjukkan dengan persentase responden yang tergolong kedalam kriteria religiusitas rendah sebesar 51.5% sedangkan 48.5% sisanya tergolong religiusitas tinggi. Hasil ini mengindikasikan bahwa dari segi pengamalan sebagian besar responden masih belum bisa menerapkan keyakinan beragama dan pengetahuan tentang keberagamaan dalam kehidupannya sehari-hari.

Dengan demikian, gambaran religiusitas pada responden di UIN Sunan Gunung Djati Bandung secara umum tergolong kedalam kategori religiusitas rendah atau bisa juga dikatakan seimbang karena hanya berbeda 6 orang saja atau 1.8% antara yang tinggi dan yang rendah. Jika ditinjau dari segi aspek, maka pada aspek keyakinan, ritual dan pengetahuan responden tergolong kedalam kategori religiusitas tinggi. Sedangkan pada aspek perasaan atau pengalaman, dan aspek pengamalan atau konsekuensi responden tergolong kategori religiusitas rendah. Hal ini tentunya sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor yang mendukung dan atau memperlemah religiusitas responden itu sendiri, seperti faktor internal atau kepribadian individu itu sendiri maupun eksternal seperti lingkungan keluarga, dan masyarakat.

#### ***Gambaran Citra Tubuh Responden***

Hasil analisis deskriptif memperlihatkan bahwa dari jumlah subjek sebanyak 332 orang, diketahui yang memiliki citra tubuh positif sebanyak 157 orang (47.3 %) sedangkan subjek yang memiliki citra tubuh negatif sebanyak 175 orang (52.7 %). Hasil tersebut menunjukkan bahwa subjek yang memiliki kriteria citra tubuh negatif lebih banyak dari pada yang memiliki citra tubuh positif. Banyaknya mahasiswi yang memiliki citra tubuh negatif menunjukkan bahwa memang ada fenomena ketidakpuasan terhadap citra tubuh pada responden.

Cash (2008) menyebutkan citra tubuh adalah persepsi, keyakinan, pikiran, perasaan dan tindakan seseorang tentang penampilan, misalnya ukuran dan bentuk tubuhnya, serta sikap yang dibentuk seseorang terhadap karakteristik-karakteristik dari anggota tubuhnya. Dengan kata lain citra tubuh berkaitan dengan suka atau tidak suka serta puas atau tidak puas seseorang terhadap tubuh yang dimiliki sehingga citra tubuh diketahui memiliki kategori positif dan negatif.

Citra tubuh positif, dimiliki oleh individu yang merasa puas akan tubuh dan bentuk tubuhnya. Meskipun sejatinya tidak akan ada manusia yang sepenuhnya puas dan merasa

sempurna akan bentuk tubuhnya, namun citra tubuh positif berarti seseorang memiliki persepsi yang benar dan merasa nyaman dengan bentuk tubuh serta menerima dan menghargai bentuk tubuh yang dimiliki. Memiliki citra tubuh positif juga berarti orang tersebut merasa percaya diri dengan tubuh dan anggota tubuhnya serta tidak menghabiskan banyak waktu mengkhawatirkan mengenai berat badan dan bentuk tubuh karena menghargai perbedaan tubuh. Hal tersebut juga dinyatakan Gayatri (2011) yang menyebutkan seorang perempuan dengan citra tubuh positif memiliki sebuah persepsi yang nyata terhadap ukuran dan bentuk tubuh serta merasa nyaman dengan keadaan tubuh yang dimiliki.

Sementara *body dissatisfaction* atau ketidakpuasan citra tubuh adalah perasaan, pikiran, dan penilaian negatif seseorang secara subjektif terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya. Saat seseorang memiliki gambaran tubuh ideal dalam pikirannya, kemudian dia merasa bahwa tubuh dan anggota tubuhnya tidak sesuai dengan apa yang menjadi gambaran ideal tersebut, maka disitulah akan muncul ketidakpuasan citra tubuh. (*National Eating Disorders Association*, dalam Sunartio, 2012) menyebutkan bahwa ketidakpuasan citra tubuh merupakan distorsi persepsi terhadap bentuk tubuh sendiri, yang meyakini bahwa orang lain lebih menarik, merasa ukuran atau bentuk tubuh adalah penyebab kegagalan personal, merasa malu, cemas terhadap tubuh, serta merasa tidak nyaman atau aneh dengan tubuh yang dimiliki.

Chase (2005) menyebutkan citra tubuh merupakan istilah yang mengacu pada sejauh mana seorang individu tidak menyukai penampilan tubuhnya sendiri menurut penampilannya. Jika dikaitkan dengan teori, hasil analisis deskriptif ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak memiliki persepsi, perasaan, sikap dan evaluasi yang cukup baik mengenai tubuhnya yang meliputi bentuk tubuh, ukuran tubuh dan berat tubuh yang mengarah kepada penampilan fisik. Sebagian besar responden merasa bahwa tubuh mereka tidak lebih menarik dari pada orang lain, dan

mereka merasa tidak puas dan kurang percaya diri dengan tubuh yang dimiliki.

*National Eating Disorders Collaboration* (2011) menyebutkan ada beberapa faktor yang menyebabkan ketidakpuasan citra tubuh. Pertama adalah usia, dalam penelitian ini usia responden berkisar antara 18 sampai 23 tahun yang berarti sedang dalam tahap perkembangan *intimacy* vs isolasi yakni tahap perkembangan untuk menjalin relasi yang mendalam dengan lawan jenis dalam rangka pencarian pasangan hidup. Dalam rangka pencarian pasangan hidup tidak mengherankan jika mahasiswi yang berjenis kelamin perempuan ini cenderung memberikan perhatian lebih terhadap penampilan agar bisa memikat lawan jenis, sehingga sekecil apapun kekurangan yang ada ditubuhnya akan sangat diperhatikan dan akhirnya memicu ketidakpuasan terhadap bentuk atau anggota tubuh.

Kedua adalah gender, dalam penelitian ini responden yang digunakan adalah perempuan dan perempuan memang cenderung lebih memperhatikan penampilan dibandingkan laki-laki, hal ini berlandaskan pada penelitian Emslie (dalam Larsen, 2009) yang menyebutkan walaupun antara laki-laki dan perempuan sejatinya sama-sama memperhatikan norma keindahan, wanita dilaporkan lebih memperhatikan hal-hal yang berkaitan dengan keindahan fisiknya dari pada pria, sehingga akan lebih rentan mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh.

Ketiga teman dan keluarga, ketika seseorang berada dalam lingkungan di mana orang-orang sangat memperhatikan citra tubuh ideal dan perilaku penurunan berat badan, mereka cenderung mengalami ketidakpuasan tubuh tanpa memperhatikan penampilan atau berat badan yang sebenarnya.

Selain faktor-faktor yang telah disebutkan, kontributor lain yang menyebabkan ketidakpuasan citra tubuh pada responden adalah media. Meliana (2006) mengatakan bahwa selain pengaruh langsung dari keluarga dan lingkungan, pengaruh yang terbesar muncul dari media massa. Pada zaman digital seperti

sekarang ini, tidak bisa dipungkiri bahwa individu sangat tergantung dengan yang namanya media, baik media elektronik seperti tv dan *handphone*, maupun media online seperti sosial media *Instagram*, *Facebook* dan *Twitter*, ataupun media-media lainnya seperti majalah dan koran. Dalam media ditampilkan figur-figur wanita dengan kriteria tubuh dan penampilan tertentu yang semenarik mungkin. *National Eating Disorder Colaboration* (2011) menyebutkan orang-orang dari segala umur dipengaruhi dengan gambar melalui TV, majalah, internet dan periklanan. Gambar-gambar ini sering mempromosikan cita rasa penampilan yang tidak realistis, dan sangat bergaya yang telah dibuat oleh *stylist*, tim seni dan manipulasi digital dan tidak dapat dicapai dalam kehidupan nyata. Orang yang mengukur menggunakan perbandingan tersebut dapat mengalami ketidakpuasan tubuh yang hebat yang merusak kesejahteraan psikologis dan fisik mereka.

Meliana (2006) juga mengungkapkan bahwa sistem kapitalisme yang digencarkan oleh media ikut berpengaruh besar pada pembentukan citra tubuh. Kapitalisme menentukan standar tubuh ideal masa kini bagi perempuan agar mereka terus menerus memperbaiki penampilannya demi mencapai ukuran yang diidealkan. Para perempuan di masyarakat saling bersaing untuk menjadikan diri mereka sejajar dengan tuntutan masyarakat yang menggemari perempuan dengan tubuh ideal di mata laki-laki dengan ukuran-ukuran yang diinginkan laki-laki. Semakin tinggi keinginan perempuan untuk mengejar ukuran tubuh ideal, semakin terbuka kesempatan bagi pemilik modal untuk mengembangkan produk kecantikan dan jasa perbaikan penampilan. Oleh karena itu Industri kecantikan berkembang pesat dan memberikan kontribusi dalam menumbuhkan keraguan citra tubuh dan penampilan perempuan.

Meliana (2006) juga menyebutkan oleh masyarakat, perempuan lebih banyak dinilai seakan-akan kekurangan fisik itu mewakili kepribadian mereka secara keseluruhan. Sering terjadi di masyarakat, perempuan lebih banyak dinilai dan dipuji dari penampilan fisiknya dari

pada kualitas pribadinya. Saat stereotipe ini semakin ekstrim munculah rasa ketidaksukaan perempuan yang tidak dilahirkan “cantik” tetapi ikut membiarkan diri terperangkap dalam *stereotype* kecantikan yang salah. Senada dengan hal itu Chase (2005) bahkan menyebutkan perempuan telah menjadi produk pengondisian sosial dimana dituntut menarik secara fisik, konsep diri perempuan di bangun dengan stereotip yang dibuat oleh media yaitu berupa apa yang indah itu bagus dan apa yang jelek itu buruk. Padahal didalam agama islam wanita sangat diistimewakan dan tidak hanya dilihat dari segi fisiknya semata.

Sakura (2006) menyebutkan di dalam Alquran telah banyak memberitahukan tentang kedudukan wanita. Bahkan satu surat di dalam Alquran mengandung nama perempuan yakni surat “*Annisa*.” Islam memandang wanita bukan hanya dari kecantikan luar, tapi juga dari hati dan akhlaqnya. Syafi’ie (2005) mengatakan bahwa wanita adalah makhluk yang istimewa dan keistimewaan wanita terletak pada keshalihannya. Seperti hadist Rasulullah Saw yang mengatakan bahwa wanita shalehah adalah sebaik-baik perhiasan dunia. H.R. Muslim dan An-Nasa’i (dalam Syafi’ie, 2005) mengatakan rasul bersabda, ”Dunia adalah perhiasan dan sebaik-baik perhiasannya adalah wanita shalehah.” H.R. Muslim (dalam Husna, 2006) menyebutkan “dirwayatkan dari Amar an-Naqid, dari Katsir Ibnu Hisyam, Ja’far Ibnu Burqan, dari Yazid Ibnu Al-Asham, dari Abu Hurairah, Rasul bersabda Allah tidak melihat tubuh dan bentuk rupa kalian; Dia hanya melihat hati dan amal kalian.”

Ketidakpuasan terhadap citra tubuh ini dapat dimanifestasikan dalam banyak hal, seperti kekhawatiran terhadap penampilan tubuh total (misalnya bentuk tubuh, otot, berat badan, atau ukuran) atau alternatif lainnya tentang karakteristik atau bagian tubuh tertentu (misalnya karakteristik wajah, rambut, bagian tubuh, kebugaran, dan kekuatan (Wertheim & Paxton, dalam Gattario, 2013). Citra tubuh dalam penelitian ini dilihat dari lima kategori yaitu evaluasi penampilan (*appearance*

*evaluation*), orientasi penampilan (*appearance orientation*), kepuasan bagian tubuh (*body area satisfaction*), kecemasan terhadap kegemukan (*overweight preoccupation*), dan pengkategorian ukuran tubuh (*self-classified weight*).

Dimensi pertama yaitu *appearance evaluation*. *Appearance evaluation* atau evaluasi penampilan menurut Cash (2008) adalah mengukur evaluasi dari penampilan dan keseluruhan tubuh, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan atau tidak memuaskan. Artinya aspek ini berkaitan dengan persepsi individu dalam menilai dan memandang keseluruhan tubuhnya berdasarkan pandangannya secara pribadi. Apakah individu tersebut merasa puas atau tidak puas dan merasa dirinya menarik atau tidak menarik secara penampilan keseluruhannya. Berdasarkan hasil analisis deskriptif secara spesifik diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kriteria citra tubuh negatif jika ditinjau dari dimensi evaluasi penampilan. Hal tersebut ditunjukkan dengan persentase responden yang tergolong kedalam kriteria citra tubuh negatif sebesar 63.0% sedangkan 37.0 % sisanya tergolong memiliki citra tubuh positif. Hal tersebut dapat diartikan bahwa kebanyakan dari responden mempersepsi tubuhnya secara keseluruhan kurang menarik dan kurang memuaskan.

Dimensi kedua yaitu *appearance orientation*. *Appearance orientation* atau orientasi penampilan menurut Cash (2008) adalah perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan dirinya. Berdasarkan hasil analisis deskriptif secara spesifik diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kriteria citra tubuh positif jika ditinjau dari dimensi *appearance orientation*. Hal tersebut ditunjukkan dengan persentase responden yang tergolong kedalam kriteria citra tubuh positif sebesar 65.4 % sedangkan 34.6 % sisanya tergolong memiliki citra tubuh negatif. Hal ini berarti bahwa responden memiliki perhatian yang sangat baik terhadap penampilan dirinya dan berusaha untuk

memperbaiki dan meningkatkan penampilannya tersebut.

Dimensi ketiga yaitu *body area satisfaction*. *Body area satisfaction* atau kepuasan terhadap area tubuh menurut Cash (2008) adalah mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik. Bagian-bagian tubuh tertentu yang dimiliki dapat menimbulkan rasa ketidakpuasan, ketika ada bagian tubuh yang terlihat tidak ideal atau proporsional. Berdasarkan hasil analisis deskriptif secara spesifik diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kriteria citra tubuh negatif jika ditinjau dari dimensi kepuasan terhadap area tubuh. Hal tersebut ditunjukkan dengan persentase responden yang tergolong kedalam kriteria citra tubuh negatif sebesar 53.9% sedangkan 46.1 % sisanya tergolong memiliki citra tubuh positif. Hal ini berarti kepuasan responden terhadap bagian tubuhnya rendah. Kepuasan responden terhadap bagian tubuh secara spesifik, seperti wajah, tubuh bagian atas (dada, bahu lengan), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pinggul, paha, pantat, kaki), serta bagian tubuh secara keseluruhan masih cukup rendah atau dapat dikatakan responden belum puas terhadap kondisi tubuhnya.

Dimensi keempat adalah *overweight preoccupation*. *Overweight preoccupation* atau kecemasan menjadi gemuk menurut Cash (2008) yaitu mengukur kecemasan terhadap kegemukan tubuh, kewaspadaan individu terhadap bobot berat badan. Berdasarkan hasil analisis deskriptif secara spesifik diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kriteria citra tubuh positif jika ditinjau dari dimensi kecemasan terhadap kegemukan. Hal tersebut ditunjukkan dengan persentase responden yang tergolong kedalam kriteria citra tubuh positif sebesar 61.7% sedangkan 38.3% sisanya tergolong memiliki citra tubuh negatif. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar subjek tidak memiliki kecemasan untuk menjadi gemuk ataupun khawatir terhadap kenaikan berat badannya.



Dimensi kelima adalah *self classified weight*. *Self classified weight* atau pengkategorian ukuran tubuh menurut Cash (2008) yaitu mengukur bagaimana cara individu mempersepsi berat badannya, dan usaha yang dilakukan untuk mengidealkan berat badannya serta kecenderungan melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan membatasi pola makan. Berdasarkan hasil analisis deskriptif secara spesifik diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kriteria citra tubuh positif jika ditinjau dari dimensi pengkategorian ukuran tubuh. Hal tersebut ditunjukkan dengan persentase responden yang tergolong kedalam kriteria citra tubuh positif sebesar 64.8% sedangkan 35.2 % sisanya tergolong memiliki citra tubuh negatif. Hal ini berarti bahwa sebagian besar responden menilai tubuhnya dalam kategori berat ideal dan responden juga mampu melakukan usaha demi meningkatkan kepuasan dirinya terhadap kondisi tubuhnya.

Dengan demikian, gambaran citra tubuh pada responden di UIN Sunan Gunung Djati Bandung secara umum tergolong kategori citra tubuh negatif atau cenderung memiliki ketidakpuasan citra tubuh. Jika ditinjau dari segi aspek maka responden tergolong kategori citra tubuh positif jika ditinjau dari aspek orientasi penampilan, pengkategorian ukuran tubuh, dan kecemasan menjadi gemuk. Sedangkan pada aspek evaluasi terhadap penampilan, dan aspek kepuasan terhadap bagian tubuh responden tergolong kategori citra tubuh negatif. Hal ini tentunya sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor yang mendukung dan atau memperlemah citra tubuh responden itu sendiri, seperti faktor internal atau persepsi terhadap bentuk tubuh maupun eksternal seperti teman, keluarga, usia, gender, dan media massa.

### Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan tentang hubungan religiusitas dengan citra tubuh pada wanita dewasa awal di UIN Sunan gunung Djati Bandung, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Nilai  $r_s$  sebesar 0.083 dengan  $p$ -value 0.129 > 0.05 sehingga tidak terdapat hubungan antara religiusitas dan citra tubuh pada wanita dewasa awal di UIN Sunan Gunung Djati Bandung, dan diduga ada faktor lain yang memberikan sumbangan efektif yang lebih besar terhadap variabel citra tubuh di luar variabel religiusitas. Sebanyak 163 orang (49.1 %) mahasiswi memiliki tingkat religiusitas tinggi dan 169 orang (50.9%) yang memiliki tingkat religiusitas rendah. Di sisi lain sebanyak 157 orang (47.3 %) yang memiliki kriteria citra tubuh positif dan 175 orang (52.7 %) yang memiliki kriteria citra tubuh negatif.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti mengajukan saran-saran agar dapat dijadikan bahan pertimbangan bagi pihak yang memerlukannya sebagai berikut:

- a. Hasil penelitian menunjukkan masih banyak mahasiswi yang memiliki religiusitas rendah sehingga diharapkan pendidikan yang diberikan serta diterapkan oleh Universitas perlu memperbanyak nilai-nilai religius terkait kepercayaan, pengetahuan, ritual, perasaan dan pengamalan akhlak, nilai moral, serta konsep syukur didalamnya dengan harapan mahasiswi mampu menginternalisasikan dalam kehidupan sehari-hari serta mampu menghayati keberagaman yang diyakini dan memiliki religiusitas yang tinggi.
- b. Bagi penelitian selanjutnya yang berminat untuk melakukan penelitian mengenai citra tubuh disarankan untuk mencoba menyandingkan dengan variabel lainnya yang berkaitan dengan citra tubuh serta mempertimbangkan subjek yang lebih unik. Selain itu juga penelitian selanjutnya diharapkan memperbanyak dan mengelaborasi teori yang mendukung agar mendapatkan hasil yang maksimal dalam penelitian.
- c. Hasil penelitian menunjukkan lebih banyak responden yang memiliki citra tubuh negatif sehingga mahasiswa harus

menginternalisasikan perasaan *qonaah* dan syukur atas anugrah fisik yang diberikan Allah Swt dan merasa percaya diri dengan fisik yang dimiliki agar tercipta citra tubuh yang positif.

## Referensi

- Ancok, D. & Fuad N.,S. (2005). *Psikologi Islam solusi Islam atas problem-problem psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ahmad, A.,S., Muhammad D., Ahmad K., & Lukman H. (2006). *Dimensi hukum Islam dalam sistem hukum nasional*. Depok: Gema Insani.
- Arrifa'i, M.N.(1989). *Ringkasan Ibnu Katsir*, Jilid I. Jakarta: Gema Insani.
- Bannet, P. (2011). *Abnormal and clinical psychology: An introductory text book, third editions*. New York: Mcgraw-Hill Education.
- Barcalow, N.L. (2006). *Understanding the construct of body image to include positive components: A mixed-methods study*. Dissertation. The Ohio State University.
- Belgrave & Faye. (2009). *advancing responsible adolescent development: African American girls reframing perceptions and changing experiences*. Virginia: Virginia Commonwealth University.
- Cash, T.F. (2008). *The body image workbook, Second Edition*. Oakland, CA: New Harbinger Publication Inc.
- Cash, T.F., & Smolak, Linda (2011). *Body image: A handbook of science, practice and prevention (2nd ed)*. New York: The Guildford Press.
- Chase. M. (2005). *Identity development and body image dissatisfaction in college females*. Paper. University Of Wisconsin: Guidance And Counseling.
- Desriyani, V.N. (2016). *Hubungan antara harga diri dan gaya hidup hedonisme dengan body image*. Jurnal Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945.
- Darajat. Z. (1996). *Ilmu jiwa agama*. Jakarta: PT. Bulan Bintang.
- Ding, Z. (2015). *Analysis of young-adults' consumer behavior: A comparison between china, slovenia & croatia*. Thesis. University Of Ljubljana Faculty Of Economics.
- Gayatri. (2011). *Womans guide: Buku cerdas untuk perempuan aktif*. Jakarta: Gagasmedia.
- Gattario, K. G. (2013). *Body image in adolescence: Through the lenses of culture, gender, and positive psychology*. Dissertation. University Of Gothenburg.
- Grogan, Sarah (2008). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women, and children (3rd ed)*. New York: Routledge.
- Hadiri, C. (2005). *Kandungan alquran*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Hurlock, B.E. (1999). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (5th ed)*. Jakarta: Erlangga.
- Hubert. S. (2015). *The impact of religiosity on fertility*. Germany: Singer.
- Husna.K. (2006). *40 hadist shahih disertai penjelasan singkat dan asbabu wurud alhadist*. Yogyakarta: Pustaka Pesantren.
- Jalaludin, Rahmat. (2003). *Psikologi agama*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Juliandi & Manurung. (2014). *Metodologi penelitian bisnis konsep dan aplikasi*. Medan: Umsu Press.
- Lubkin, I. M., & Larsen, P. (2009). *Chronic illness: Impact and intervention (7th ed)*. Sudbury, MA: Malloy, Inc.
- Goodheart, K., Clopton, J., & Robert-McComb, J. (2012). *Eating disorders in women and children: Prevention, stress management, and treatment (2nd ed)*. Boca Raton, FL: CRC Press.
- Lutfiwati, Sri. (2012). *Hubungan antara citra tubuh dengan kecemasan pada wanita yang menghadapi menopause*. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.

- Muhammad, A & Syaikh Abdurahman. (2004). *Tafsir Ibnu Katsir*. Diakses pada Juli 2017. <https://books.google.co.id/books?isbn=979353611X>
- Meliana, A. (2006). *Menjelajah tubuh perempuan dan mitos kecantikan*. Yogyakarta: Lkis Yogyakarta.
- Mcleod, S. (2008). *Simply psychology: Eric Ericson*. Artikel. Diakses pada Juli 2017. Diambil Dari: <https://www.simply-psychology.org/erik-erikson.html#intimacy>
- Nurvita, V. & Muryantinah M. (2015). Hubungan antara self-esteem dengan body image pada remaja awal yang mengalami obesitas. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 4(1).
- National Eating Disorders Collaboration. (2011). *Body image*. Artikel. Diunduh pada Juli 2011 Dari: [http://www.nedc.com.au/files/logos/0638\\_nedc\\_fs\\_bi\\_v4.pdf](http://www.nedc.com.au/files/logos/0638_nedc_fs_bi_v4.pdf)
- National Eating Disorders Collaboration. (2017). *Body image*. Artikel. Diakses pada Juli 2017. <http://www.nedc.com.au/body-image>
- Papalia, D.E., Olds. S.W., & Feldman R. D. (2007). *Human development (10th ed)*. New York: Mcgraw Hill Companies.
- Paloutzian, R.F. (2017). *Invitation to the psychology of religion (3rd ed)*. New York: Guildford Press.
- Quinn, B. (2011). *Effects of media on body image*. Dissertation. DBS School Of Arts.
- Ridha, M. (2012). *Hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada mahasiswa Aceh di Yogyakarta*. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan.
- Satriani. (2009). *Hubungan tingkat religiusitas dengan kecemasan moral mahasiswa Ushuluddin UIN Suska Riau*. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Sakura, M. (2016). *Keistimewaan kaum wanita dalam pandangan Islam*. Diakses pada Mei 2017 dari: <https://books.google.co.id/books?id=C2a7DQAAQBAJ>
- Syafi'ie, E. (2005). *Bidadari dunia: Potret wanita ideal wanita Muslim*. Depok: Qultummedia.
- Sunartio, L., Sukamto, M., & Dianovinina, K. (2012). Social comparison dan body dissatisfaction pada wanita dewasa awal. *Jurnal Humanitas*, 9(2).
- Swanger, K. K. (2008). *Worship and sin: An exploration of religion-related crime in the United States*. New York: Peterlang Publishing Inc.
- Thompson, J. & Smolak L. (2001). *Body image, eating disorder, and obesity in youth (assessment prevention, and treatment)*. Washington DC: American Psychological Association.
- Ward. S. (2011). *Body image 360*. Artikel. Diakses pada September 2016. dari: <http://www.bodyimage360.com/bodyimagegedef.html>

