

Hubungan antara *Body Image* dan Kecerdasan Interpersonal dengan Penyesuaian Diri terhadap Lawan Jenis pada Siswa Kelas VIII Reguler SMP Negeri 9 Surakarta

The Relationship between Body Image and Interpersonal Intelligence with Adjustment to The Opposite Sex of The Eight Grade Students of SMP Negeri 9 Surakarta

Jehan Fitria Fadhillah, Salmah Lilik, Nugraha Arif Karyanta

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran
Universitas Sebelas Maret

ABSTRAK

Ada banyak hal yang mempengaruhi kemampuan penyesuaian diri pada individu, termasuk dalam penyesuaian diri terhadap lawan jenis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dan kecerdasan interpersonal dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis.

Populasi penelitian ini adalah siswa kelas VIII Reguler SMP Negeri 9 Surakarta sejumlah 225 siswa. *Sampling* yang digunakan adalah *cluster random sampling*. Sampel penelitian sebanyak tiga kelas yang terdiri dari 87 siswa. Instrumen yang digunakan adalah skala penyesuaian diri terhadap lawan jenis, skala *body image*, dan skala kecerdasan interpersonal.

Analisis data menggunakan teknik analisis regresi linear berganda, dengan nilai $F_{hitung} 53,175 > F_{tabel} = 3,105$ serta R sebesar 0,747, berarti terdapat hubungan antara *body image* dan kecerdasan interpersonal dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis. Secara parsial, terdapat hubungan antara *body image* dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis dengan r_{x1y} sebesar 0,443, dan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$); serta terdapat hubungan antara kecerdasan interpersonal dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis dengan r_{x2y} sebesar 0,423, dan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hasil menunjukkan bahwa *body image* dan kecerdasan interpersonal memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis. Dengan demikian, semakin positif *body image* dan kecerdasan interpersonal, maka penyesuaian diri terhadap lawan jenis juga semakin tinggi.

Kata kunci: penyesuaian diri terhadap lawan jenis, *body image*, kecerdasan interpersonal

PENDAHULUAN

Perkembangan pada masa remaja merupakan proses untuk mencapai kematangan dalam berbagai aspek hingga tercapainya kedewasaan. Kartono (2000) menyatakan, bahwa proses kematangan ditandai oleh kematangan potensi-potensi dari organisme, untuk terus maju menuju pematangan atau perkembangan secara maksimal. Individu juga dikatakan matang, apabila telah mampu

melaksanakan tugas perkembangan berdasarkan usianya dengan baik.

Salah satu tugas perkembangan remaja menurut Havighurst (1984) adalah, mencapai hubungan sosial yang matang dengan teman sebayanya, baik dengan teman-teman sejenis maupun lawan jenis. Remaja dikatakan memiliki hubungan sosial yang matang apabila remaja mampu menjalin hubungan yang akrab, berinteraksi dengan baik, serta bergaul sesuai

dengan norma yang berlaku. Sementara itu, Freud (dalam Yusuf, 2004) memandang masa remaja sebagai periode berkembangnya kemampuan interpersonal. Remaja mulai tertarik untuk memperluas lingkup pergaulannya serta terjadi perubahan bentuk dalam interaksi yang dilakukan remaja.

Remaja mulai merasakan ketertarikan terhadap lawan jenis. Hal tersebut didukung oleh pernyataan Semiun (2006), bahwa pada masa remaja perhatian terhadap hubungan heteroseksual meningkat. Scheinfeld (dalam Ali dan Asrori, 2006) menyatakan bahwa pola interaksi antara laki-laki dan perempuan berubah pada usia 11 tahun sampai dengan 14 tahun. Pada rentang usia tersebut, remaja mulai melakukan interaksi yang intens dengan lawan jenis, seperti menjalin kerja sama dalam berbagai kelompok maupun tertarik dengan lawan jenis.

Dalam beberapa kasus, berinteraksi dengan lawan jenis dirasa lebih sulit daripada berinteraksi dengan sesama jenis. Gunarsa (1991) menyatakan bahwa remaja memiliki kecanggungan untuk memulai pembicaraan dengan teman lawan jenisnya. Untuk mengatasi masalah tersebut, penyesuaian diri terhadap lawan jenis sangat diperlukan. Djiwandono (2003) mengemukakan bahwa penyesuaian diri antara laki-laki dan perempuan dianggap penting pada masa remaja. Dengan adanya penyesuaian diri terhadap lawan jenis, maka remaja akan mencoba untuk mengenali, memahami, dan menyelaraskan diri dengan

lawan jenis sehingga terbentuklah suatu keadaan yang harmoni dengan lawan jenis.

Selain perubahan sosial yang telah dijelaskan sebelumnya, remaja juga mengalami perubahan secara fisik, kognitif, dan psikologis (Papalia, dkk., 2007). Perubahan yang paling jelas terlihat pada masa remaja adalah perubahan fisik. Perubahan fisik yang terjadi seringkali tidak sesuai dengan apa yang diinginkan remaja. Ada saja bagian-bagian tubuh yang dirasa tidak sempurna. Hal tersebut menimbulkan kegusaran batin pada remaja karena pada masa ini perhatian remaja sangat besar terhadap penampilan tubuhnya (Monks, dkk., 2004).

Gambaran dan evaluasi mengenai penampilan seseorang tersebut biasa disebut sebagai citra tubuh atau *body image* (Papalia, dkk., 2007). Menurut Mission Australia (2011), *body image* merupakan perhatian utama bagi semua kelompok usia. Pada survey yang dilakukan tahun 2011 diketahui bahwa *body image* menjadi perhatian bagi 30,4% remaja usia 11 sampai 14 tahun dan 41,1% bagi dewasa muda. Berdasarkan penelitian dari Ata, dkk. (2006), didapatkan hasil yang mengindikasikan bahwa kebanyakan remaja merasa tidak puas dengan tubuh mereka saat ini, remaja laki-laki lebih berfokus pada keinginan untuk menambah massa tubuh bagian atas sedangkan remaja perempuan ingin mengurangi ukuran tubuhnya.

Ketidakpuasan terhadap tubuh akan menimbulkan kecanggungan untuk tampil dan

berbaur dengan lingkungan sosial. Hal ini dikarenakan adanya rasa tidak percaya diri atas bentuk tubuh yang dimiliki. Rendahnya rasa percaya diri menyebabkan perasaan tidak nyaman secara emosional yang bersifat sementara namun bisa menyebabkan banyak masalah (Damon dalam Santrock, 2003). Karena ketidaknyamanan tersebut, remaja cenderung pasif dan memiliki keengganan untuk berinteraksi dengan orang lain, terlebih dengan lawan jenis. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Dacey dan Kenny (1997) yaitu persepsi negatif remaja terhadap gambaran tubuh akan menghambat perkembangan kemampuan interpersonal dan kemampuan membangun hubungan yang positif dengan orang lain.

Selain *body image*, kecerdasan interpersonal juga memberikan peran terhadap kemampuan remaja dalam penyesuaian diri terhadap lawan jenis. Menurut Haber dan Runyon (1984), salah satu ciri dari penyesuaian diri yang efektif adalah adanya hubungan interpersonal yang baik. Hubungan interpersonal yang baik akan dapat dimiliki oleh remaja apabila remaja memiliki kecerdasan interpersonal. Kecerdasan interpersonal adalah kemampuan untuk berhubungan dengan dan memahami orang lain (Muijs & Reynolds, 2008).

Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik dapat bereaksi secara tepat terhadap situasi-situasi yang berbeda. Semiun (2006) menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan cara individual dalam bereaksi

terhadap tuntutan-tuntutan dari dalam atau situasi-situasi dari luar. Reaksi atau tanggapan yang tepat yang diberikan pada situasi tertentu menggambarkan bahwa individu tersebut peka karena mampu memahami kondisi yang terjadi di sekitarnya, kemudian menganalisa, lalu memilih tanggapan yang sesuai dengan situasi yang dialami. Armstrong (2004) mendeskripsikan kecerdasan interpersonal sebagai kemampuan mempersepsi dan membedakan suasana hati, motivasi, serta perasaan orang lain. Kecerdasan tersebut juga meliputi kemampuan menanggapi secara efektif tanda interpersonal berupa ucapan, perilaku, maupun ekspresi yang ketiganya merupakan bentuk penggambaran dari perasaan.

Safaria (2005) menyatakan bahwa seseorang yang gagal dalam mengembangkan kecerdasan interpersonalnya akan mengalami banyak hambatan dalam perkembangan sosialnya. Ketidakmampuan untuk memahami lingkungan dan orang lain menyebabkan individu kesulitan dalam menentukan sikap yang harus dilakukan jika dihadapkan dengan suatu kondisi sosial tertentu. Dengan demikian, bisa dikatakan sulit bagi mereka untuk bisa membaur dengan lingkungan dan masyarakat sosial karena ketidakmampuan memahami situasi dan menentukan sikap sehingga menyebabkan individu kesulitan dalam menyesuaikan diri, terlebih lagi dalam menyesuaikan diri dengan lawan jenis.

Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas VIII reguler SMP Negeri 9 Surakarta. Alasan pemilihan SMP Negeri 9 Surakarta sebagai

tempat penelitian karena berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan guru bimbingan konseling, ditemukan beberapa fakta yang berkaitan dengan penelitian ini. Lebih lanjut, pemilihan siswa kelas VIII sebagai subjek penelitian didasarkan atas beberapa alasan. Siswa kelas VIII masuk ke dalam kategori remaja awal, hal ini sesuai dengan pernyataan Steinberg (1999) bahwa remaja awal berkisar pada usia 11 sampai 14 tahun. Pada masa remaja awal, remaja mengalami masa di mana terjadi perubahan fisik yang drastis sehingga menyebabkan perhatian terhadap *body image* cukup besar. Lebih lanjut, di rentang usia tersebut dipandang sebagai periode berkembangnya kemampuan interpersonal (Freud dalam Yusuf, 2004). Selain itu, Scheinfeld (dalam Ali dan Asori, 2004) menjelaskan bahwa pada remaja awal mulai tertarik dengan lawan jenis dan terjadi perubahan pola interaksi antara laki-laki dan perempuan. Dengan adanya perubahan pola interaksi, maka dibutuhkan adanya penyesuaian diri terhadap lawan jenis.

Berdasarkan uraian mengenai *body image*, kecerdasan interpersonal, dan penyesuaian diri terhadap lawan jenis yang telah dijelaskan serta krusialnya masalah tersebut pada masa remaja, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: “Hubungan antara *Body Image* dan Kecerdasan Interpersonal dengan Penyesuaian Diri terhadap Lawan Jenis pada Siswa Kelas VIII Reguler SMP Negeri 9 Surakarta”.

DASAR TEORI

1. Penyesuaian Diri terhadap Lawan Jenis

Menurut Kartono (2000), penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungannya. Sunarto dan Hartono (2006) berpendapat bahwa penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan. Atwater (1983) menyatakan bahwa penyesuaian diri terdiri dari perubahan dalam diri dan keadaan yang diperlukan untuk mencapai hubungan yang memuaskan dengan orang lain dan lingkungan sekitar.

Menurut Santrock (2003), masa remaja ditandai dengan perubahan dan perluasan hubungan sosial. Salah satu perubahan yang terjadi pada hubungan interpersonal yaitu interaksi heteroseksual. Untuk dapat membina hubungan interpersonal yang baik dengan lawan jenis dibutuhkan penyesuaian diri terhadap lawan jenis (Djiwandono, 2003). Perubahan ketertarikan terhadap lawan jenis serta bentuk interaksi yang baru dengan lawan jenis terkadang menjadi masalah tersendiri bagi remaja. Dengan melakukan penyesuaian diri terhadap lawan jenis, maka akan menghilangkan kecanggungan terhadap lawan jenis. Selain itu, remaja juga akan mampu memahami lawan jenis serta mengambil sikap dan tindakan yang tepat ketika berhadapan dengan lawan jenis sehingga terbentuk hubungan yang harmonis.

Berdasarkan beberapa penjelasan yang telah dikemukakan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri terhadap lawan jenis merupakan proses yang berlangsung pada individu dalam upaya melakukan perubahan pada diri maupun lingkungan untuk dapat mengerti dan memahami lawan jenis serta menentukan sikap dan respons yang tepat terhadap lawan jenis, sehingga dapat tercipta interaksi yang positif, hubungan yang harmonis, dan pergaulan yang sesuai dengan norma.

Aspek penyesuaian diri terhadap lawan jenis dijelaskan berdasarkan aspek penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Fahmy (1982), yaitu penyesuaian pribadi (*personal adjustment*) dan penyesuaian sosial (*social adjustment*).

2. *Body Image*

Perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja menimbulkan respon yang berbeda-beda dari masing-masing individu. Ada yang memandang positif terhadap perubahan tubuhnya sehingga memberikan perasaan puas, namun ada pula yang memandang negatif terhadap perubahan tubuh yang dialami sehingga timbul ketidakpuasan terhadap fisik yang dimiliki.

Cara pandang seseorang mengenai tubuhnya tersebut dikenal sebagai *body image*. Smolak dan Thompson (2009) menjelaskan, bahwa *body image* adalah evaluasi subjektif seseorang mengenai penampilannya. Grogan (2008) menyatakan bahwa citra tubuh merupakan persepsi,

pikiran, dan perasaan seseorang terhadap tubuhnya. Cash dan Deagle (dalam Jones, 2001) berpendapat, bahwa *body image* adalah tingkat kepuasan seseorang terhadap fisiknya yang sekarang (ukuran, bentuk, penampilan secara umum).

Berdasarkan beberapa pengertian *body image* di atas, maka diperoleh kesimpulan bahwa *body image* adalah evaluasi subjektif individu mengenai tubuhnya yang terdiri dari pikiran, persepsi, perasaan, dan perilaku terhadap ukuran, fungsi, penampilan, dan potensi tubuhnya.

Menurut Cash dan Pruzinsky (2002), faktor yang mempengaruhi *body image* adalah media massa, keluarga, dan hubungan interpersonal. Sementara itu, Smolak dan Thompson (2009) mengemukakan bahwa, faktor yang mempengaruhi *body image* adalah jenis kelamin, media massa, dan perbandingan sosial.

Davison dan McCabe (2006) menggunakan tujuh macam aspek *body image* dalam penelitiannya, yaitu:

1. Daya tarik fisik (*Physical attractiveness*)
2. Kepuasan terhadap tubuh (*Body satisfaction*)
3. Kepentingan *body image* (*Body image importance*)
4. Penyamaran tubuh
5. (*Body image concealment*)
6. Perbaikan tubuh

7. (*Body improvement*) Menurut Anderson (dalam Safaria, 2005),
8. Perbandingan penampilan dimensi dari kecerdasan interpersonal yaitu
(*Appearance comparison*)
9. Kecemasan sosial terhadap fisik
(*Social physique anxiety*)
1. Sensitivitas sosial (*Social sensitivity*)
 2. Wawasan sosial (*Social insight*)
 3. Komunikasi sosial (*Social communication*)

3. Kecerdasan Interpersonal

Kecerdasan merupakan salah satu jenis kecerdasan dalam teori *Multiple Intelligence* yang dikemukakan oleh Howard Gardner. Armstrong (2003) menyatakan, bahwa kecerdasan interpersonal melibatkan kemampuan untuk memahami dan bekerja sama dengan orang lain. Menurut Hoerr (2007), kecerdasan interpersonal adalah kemampuan untuk memahami orang dan membina hubungan. Menurut Safaria (2005), kecerdasan interpersonal diartikan sebagai kemampuan dan ketrampilan seseorang dalam menciptakan relasi, membangun relasi, dan mempertahankan relasi sosialnya sehingga kedua belah pihak berada dalam situasi menang-menang atau saling menguntungkan.

Berdasarkan beberapa pengertian kecerdasan interpersonal di atas, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan interpersonal adalah kemampuan untuk menjalin relasi dengan orang lain, berkomunikasi dengan baik, serta kemampuan untuk memahami dan peka terhadap reaksi, perasaan, suasana hati, ekspresi, dan cara berpikir orang lain, sehingga mampu memberikan respon yang sesuai dalam berinteraksi.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII reguler SMP Negeri 9 Surakarta yang berjumlah 225 siswa yang terdiri dari tujuh kelas. Jumlah sampel yang digunakan untuk penelitian sebanyak tiga kelas dengan jumlah 87 siswa. *Sampling* yang digunakan adalah *cluster random sampling*.

Metode pengumpulan data dilakukan dengan alat ukur berupa skala penelitian. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala penyesuaian diri terhadap lawan jenis, skala *body image*, dan skala kecerdasan interpersonal.

Skala penyesuaian diri terhadap lawan jenis terdiri dari 27 aitem yang disusun berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Fahmy (1982), yaitu penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Nilai validitas skala bergerak dari 0,274 sampai 0,673 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,868.

Skala *body image* terdiri dari 35 aitem yang disusun berdasarkan aspek *body image* yang dikemukakan oleh Davison dan McCabe (2006). Aspek tersebut adalah daya tarik fisik, kepuasan terhadap tubuh, kepentingan *body image*, penyamaran tubuh, perbaikan tubuh, perbandingan penampilan, kecemasan sosial terhadap fisik. Nilai validitas skala bergerak

dari 0,257 sampai dengan 0,683, dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,888.

Skala kecerdasan interpersonal terdiri dari 33 aitem yang disusun berdasarkan dimensi kecerdasan interpersonal yang dijelaskan oleh Anderson (dalam Safaria, 2005): sensitivitas sosial (*social sensivity*), wawasan sosial (*social insight*), dan komunikasi sosial (*social communication*). Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula kecerdasan interpersonal yang dimiliki, begitu pula sebaliknya.

HASIL- HASIL

Metode analisis data yang digunakan analisis regresi berganda, dengan menggunakan bantuan komputer *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 16.0.

1. Uji Prasyarat Analisis

a. Uji Asumsi Dasar

1) Uji Normalitas

Hasil uji normalitas dengan menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov Smirnov*, diperoleh nilai signifikansi untuk skala penyesuaian diri terhadap lawan jenis 0,791; 0,646 untuk skala *body image*; dan 0,769 untuk skala kecerdasan interpersonal. Hal ini berarti data pada ketiga variabel, yaitu penyesuaian diri terhadap lawan jenis, *body image*, dan kecerdasan interpersonal memiliki sebaran normal dan sampel penelitian dapat mewakili populasi.

2) Uji Linearitas

Hasil uji linieritas menunjukkan nilai *Sig.* pada kolom *Linearity* antara *body image* dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis sebesar 0,000 ($0,000 < 0,05$). Selanjutnya, nilai *Sig.* pada kolom *Linearity* untuk kecerdasan interpersonal dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis sebesar 0,000 ($0,000 < 0,05$). Hal ini berarti, baik antara *body image* dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis maupun kecerdasan interpersonal dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis memiliki hubungan yang linier.

b. Uji Asumsi Klasik

1) Uji Multikolinieritas

Hasil uji multikolinieritas menunjukkan nilai VIF $1,676 < 5$. Hal ini berarti antara variabel *body image* dan kecerdasan interpersonal tidak terjadi multikolinieritas.

2) Uji Heteroskedastisitas

Grafik uji heteroskedastisitas menunjukkan titik-titik tidak membentuk pola yang jelas serta menyebar di atas dan bawah angka 0 pada sumbu Y. Hal ini menunjukkan tidak terjadi heteroskedastisitas.

Selain itu, dilakukan juga uji menggunakan *Spearman's rho* di mana nilai signifikansi antara *body image* dengan *unstandardized residual* sebesar 0,767 dan nilai signifikansi antara

kecerdasan interpersonal dengan *unstandardized residual* sebesar 0,630. Dikarenakan keduanya $> 0,05$ maka tidak ditemukan adanya heteroskedastisitas.

3) Uji Otokorelasi

Uji otokorelasi menunjukkan nilai DW hitung berada di antara du dan 4-du, yakni $1,6985 < 2,000 < 2,3015$. Hal ini berarti bahwa dalam penelitian ini tidak ada masalah otokorelasi atau uji otokorelasi terpenuhi.

2. Uji Hipotesis

Hasil analisis menunjukkan nilai F_{hitung} $53,175 > F_{tabel}$ 3,105; dengan nilai R sebesar 0,747. Artinya variabel prediktor (*body image* dan kecerdasan interpersonal) secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap variabel kriterium (penyesuaian diri terhadap lawan jenis).

Selanjutnya, nilai signifikansi untuk hubungan antara *body image* dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis adalah $0,000 < 0,05$; dan besarnya nilai r_{x_1y} yaitu 0,443. Hal ini berarti bahwa variabel prediktor (*body image*) berpengaruh secara signifikan terhadap variabel kriterium (penyesuaian diri terhadap lawan jenis). Arah hubungan yang ditunjukkan adalah bersifat positif. Semakin positif *body image* yang dimiliki, maka semakin tinggi penyesuaian diri terhadap lawan jenis.

Nilai signifikansi untuk hubungan antara kecerdasan interpersonal dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis adalah

$0,000 < 0,05$; dan besarnya nilai r_{x_2y} yaitu 0,423. Hal ini berarti bahwa variabel prediktor (kecerdasan interpersonal) berpengaruh signifikan terhadap variabel kriterium (penyesuaian diri terhadap lawan jenis). Arah hubungan yang ditunjukkan adalah positif. Semakin tinggi kecerdasan interpersonal yang dimiliki, maka penyesuaian diri terhadap lawan jenis akan semakin tinggi.

3. Kontribusi

Nilai koefisien determinan (R^2) menghasilkan angka 0,559, atau dapat dikatakan bahwa kontribusi *body image* dan kecerdasan interpersonal terhadap penyesuaian diri terhadap lawan jenis sebesar 55,9%, dan selebihnya 44,1% dipengaruhi oleh faktor lain.

Berdasarkan perhitungan sumbangan relatif terhadap penyesuaian diri terhadap lawan jenis, diperoleh hasil kontribusi *body image* sebesar 51,69%, sedangkan kecerdasan interpersonal sebesar 48,31%. Berdasarkan perhitungan sumbangan efektif terhadap penyesuaian diri terhadap lawan jenis, diperoleh hasil kontribusi *body image* sebesar 28,9%, sedangkan untuk kecerdasan interpersonal sebesar 27%. Hal ini berarti *body image* memberikan sumbangan relatif dan efektif yang lebih besar daripada kecerdasan interpersonal terhadap penyesuaian diri terhadap lawan jenis.

4. Analisis Deskriptif

Hasil kategorisasi pada skala penyesuaian diri terhadap lawan jenis menunjukkan bahwa 74,71% siswa kelas VIII reguler SMP Negeri 9 Surakarta memiliki kemampuan penyesuaian diri terhadap lawan jenis yang tinggi. Hal tersebut berarti secara umum, siswa kelas VIII reguler SMP Negeri 9 Surakarta memiliki kemampuan penyesuaian diri terhadap lawan jenis yang tinggi.

Hasil kategorisasi pada skala *body image* menunjukkan bahwa 63,22% siswa kelas VIII reguler SMP Negeri 9 Surakarta memiliki *body image* yang positif. Hal tersebut berarti secara umum, siswa kelas VIII reguler SMP Negeri 9 Surakarta memiliki *body image* yang positif.

Hasil kategorisasi pada skala kecerdasan interpersonal menunjukkan bahwa 79,3% siswa kelas VIII reguler SMP Negeri 9 Surakarta memiliki kecerdasan interpersonal yang tinggi. Hal tersebut berarti secara umum, siswa kelas VIII reguler SMP Negeri 9 Surakarta memiliki kecerdasan interpersonal yang tinggi.

PEMBAHASAN

Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya hubungan antara *body image* dan kecerdasan interpersonal dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis. Hasil tersebut ditunjukkan oleh nilai F-hitung hasil yang lebih besar dari nilai F-tabel, yaitu $53,175 > 3,105$; $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Dengan kata lain, *body image* dan kecerdasan interpersonal secara bersama-sama berpengaruh

terhadap penyesuaian diri terhadap lawan jenis. Dengan nilai R sebesar 0,747 yang didapatkan dari hasil penghitungan, hubungan yang terbentuk antara *body image* dan kecerdasan interpersonal dengan penyesuaian diri terhadap lawan masuk ke dalam kategori kuat.

Body image dan kecerdasan interpersonal bersama-sama mampu memberikan kontribusi terhadap penyesuaian diri terhadap lawan jenis sebesar 55,9%. Hal tersebut didasarkan pada hasil analisis determinasi yang menunjukkan angka R *square* sebesar 0,559. Maka demikian, sisanya 44,1% dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini. Faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi penyesuaian diri terhadap lawan jenis menurut Schneiders (1964) adalah kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, keadaan psikologis, serta kondisi lingkungan; sementara menurut Fatimah (2006) di antaranya pengalaman, faktor belajar, faktor lingkungan, faktor budaya dan agama, dan lain sebagainya.

Selanjutnya, hasil perhitungan sumbangan relatif dan efektif tiap-tiap variabel prediktor (*body image* dan kecerdasan interpersonal) terhadap variabel kriterium (penyesuaian diri terhadap lawan jenis), menunjukkan bahwa *body image* lebih dominan dalam mempengaruhi penyesuaian diri terhadap lawan jenis daripada kecerdasan interpersonal. Hasil sumbangan relatif untuk variabel *body image* adalah 51,69%, adapun untuk variabel kecerdasan interpersonal sebesar 48,31%. Selain itu, variabel *body image* memiliki sumbangan efektif sebesar 28,9% pada penyesuaian diri

terhadap lawan jenis, adapun untuk variabel kecerdasan interpersonal sebesar 27%.

Uji hipotesis juga menunjukkan bahwa hipotesis kedua dan ketiga diterima. Hal ini berarti terdapat hubungan antara *body image* dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis dan hubungan antara kecerdasan interpersonal dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis. Hasil tersebut didasarkan pada nilai t-hitung untuk variabel *body image* sebesar $4,527 > 1,988$ (t-tabel); nilai signifikansi $0,000 (<0,005)$; dan koefisien korelasi parsial sebesar $0,443$. Nilai korelasi positif menunjukkan arah hubungan yang ditunjukkan oleh variabel *body image* dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis bersifat positif. Semakin tinggi atau positif *body image* yang dimiliki, maka kemampuan penyesuaian diri terhadap lawan jenis yang dimiliki semakin tinggi.

Pembuktian di atas sesuai dengan Dacey dan Kenny (1997) yang menyatakan bahwa persepsi negatif remaja terhadap gambaran tubuhnya akan menghambat perkembangan kemampuan interpersonal dan kemampuan membangun hubungan yang positif dengan orang lain. Penyesuaian diri terhadap lawan jenis menuntut adanya kemampuan interpersonal, apabila remaja memiliki kemampuan interpersonal yang rendah maka akan menghambat proses dalam melakukan penyesuaian diri terhadap lawan jenis, begitu juga sebaliknya.

Selanjutnya, nilai t-hitung pada variabel kecerdasan interpersonal adalah sebesar $4,283 > 1,988$ (t-tabel); nilai signifikansi $0,000 (<0,005)$; dan koefisien korelasi parsial sebesar $0,423$.

Arah hubungan yang ditunjukkan pada hubungan variabel kecerdasan interpersonal dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis bersifat positif, karena nilai korelasi positif. Oleh karena itu, semakin tinggi kecerdasan interpersonal yang dimiliki, maka kemampuan penyesuaian diri terhadap lawan jenis semakin tinggi.

Hasil tersebut sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Haber dan Runyon (1984), yang menyatakan bahwa salah satu ciri penyesuaian diri yang efektif adalah adanya hubungan interpersonal yang baik. Hubungan interpersonal yang baik akan dapat tercipta apabila individu memiliki kecerdasan interpersonal yang memadai. Kecerdasan interpersonal merupakan kemampuan untuk memahami orang lain dan menjalin hubungan dengan orang lain. Dengan kemampuan memahami lawan jenis dan menghadapi lawan jenis, individu akan mampu menyelaraskan diri dengan lawan jenis dan menentukan sikap yang tepat dalam berinteraksi dengan lawan jenis. Sehingga, semakin tinggi kecerdasan interpersonal yang dimiliki, semakin tinggi pula kemampuan penyesuaian diri terhadap lawan jenis.

Berdasarkan kategorisasi data deskriptif yang dilakukan pada Skala *Body Image*, 63,22% siswa kelas VIII reguler SMP Negeri 9 Surakarta memperoleh hasil yang tinggi. Lebih lanjut, pada variabel kecerdasan interpersonal, diketahui bahwa 79,3% siswa kelas VIII reguler SMP Negeri 9 Surakarta menunjukkan hasil yang tinggi. Untuk kategorisasi penyesuaian diri

terhadap lawan jenis, dapat diketahui bahwa 74,71% siswa kelas VIII reguler SMP Negeri 9 Surakarta masuk ke dalam kategori tinggi.

Berdasarkan pemaparan hasil analisis dan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini telah mampu menjawab hipotesis mengenai hubungan antara *body image* dan kecerdasan interpersonal dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis pada siswa kelas VIII reguler SMP Negeri 9 Surakarta, baik secara bersama-sama maupun parsial.

PENUTUP

Kesimpulan pada penelitian ini adalah:

- a. Terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dan kecerdasan interpersonal dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis pada siswa kelas VIII reguler SMP Negeri 9 Surakarta.
- b. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *body image* dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis pada siswa kelas VIII reguler SMP Negeri 9 Surakarta.
- c. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kecerdasan interpersonal dengan penyesuaian diri terhadap lawan jenis pada siswa kelas VIII reguler SMP Negeri 9 Surakarta.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, dapat disampaikan beberapa saran untuk siswa kelas VIII reguler SMP Negeri 9 Surakarta yang memiliki kemampuan penyesuaian diri terhadap lawan jenis tinggi, diharapkan mampu menggunakan kemampuannya tersebut untuk melakukan

interaksi heterogen yang saling menguntungkan serta bekerja sama guna menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan dan mencapai tujuan bersama dengan memperhatikan dan mematuhi batasan norma dalam bergaul dengan lawan jenis.

Sedangkan, untuk siswa yang memiliki kemampuan penyesuaian diri terhadap lawan jenis dengan taraf sedang, diharapkan mampu meningkatkan kemampuan penyesuaian dirinya terhadap lawan jenis sehingga dapat memperlancar interaksi dengan lawan jenis maupun dalam bekerja sama dengan lawan jenis.

Untuk pihak SMP Negeri 9 Surakarta disarankan agar memberikan pengetahuan mengenai masa remaja yang dialami para siswa, salah satunya melalui mata pelajaran bimbingan konseling serta melakukan kerja sama dengan pihak-pihak yang berkompeten seperti psikolog atau unit layanan psikologi untuk melakukan pelatihan atau penyuluhan yang berkaitan dengan kemampuan penyesuaian diri terhadap lawan jenis, *body image*, dan kecerdasan interpersonal.

Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian serupa atau penelitian dengan topik yang sama, diharapkan dapat memperhatikan faktor-faktor eksternal dan internal lain yang kemungkinan dapat mempengaruhi penyesuaian diri terhadap lawan jenis. Selain itu, juga diharapkan dapat memperluas populasi dan memperbanyak sampel agar ruang lingkup penelitian menjadi lebih luas, sehingga hasil penelitian lebih bisa

digeneralisasikan pada konteks yang lebih luas. Lebih lanjut, peneliti selanjutnya diharapkan mampu memodifikasi maupun menyempurnakan penelitian ini, sehingga bisa menambah ragam penelitian sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Mohammad dan Asrori, Mohammad. 2004. *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Armstrong, Thomas. 2004. *Menerapkan Multiple Intelligence di Sekolah*. Bandung: Kaifa.
- Ata, Rheanna N., Ludden, Alison B., dan Lally, Megan M. 2007. The Effects of Gender and Family, Friend, and Media Influences on Eating Behaviors and Body Image During Adolescence. *Journal Youth Adolescence*, 36,1024-1037.
- Atwater, Eastwood. 1983. *Psychology of Adjustment. Second Edition*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Azwar, Saifuddin. 2008. *Pengantar Psikologi Intelektensi*. Jogjakarta: Pustaka Pelajar.
- Cash, Thomas F. dan Pruzinsky, Thomas. 2002. *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. New York: The Guilford Press.
- Dacey, J. dan Kenny, M. 1997. *Adolescent Developmental*. Second Edition. New York: McGraw-Hill Companies Inc.
- Davison, E. Tanya dan McCabe, Marita P. 2006. Adolescent Body Image and Psychosocial Functioning. *The Journal of Social Psychology*, 146(1), 15-30.
- Djiwandono, Sri Esti Wuryani. 2003. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT Grasindo.
- Fahmy, Musthofa. 1982. *Penyesuaian Diri*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Fatimah, Enung. 2006. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Pustaka Setia
- Grogan, Sarah. 2008. *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women, and Children*. Second Edition. New York: Psychology Press.
- Gunarsa, Singgih D. 1991. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Haber, A., Runyon, R.P. 1984. *Psychology of Adjustment*. Illinois: Dorsey Press.
- Havighurst, Robert J. 1984. *Perkembangan Manusia dan Pendidikan*. Bandung: CV Jemmars.
- Hoerr, Thomas R. 2007. *Buku Kerja Multiple Intelligence*. Bandung: Kaifa.
- Jones, Diane Carlson. 2001. Social Comparison and Body Image: Attractiveness Comparisons to Models and Peers Among Adolescent Girls and Boys. *Sex Roles*, 45, nos. 9/10.
- Kartono, Kartini. 2000. *Hygiene Mental*. Bandung: Mandar Maju.
- Mission Australia. 2011. *National Survey of Young Australians 2011*. Sidney: Mission Australia
- Monks, F.J., Knoers, A.M., dan Haditono, Siti R. 2004. *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Muijs, Daniel dan Reynolds, David. 2008. *Effective Teaching: Teori dan Aplikasi*. Edisi Kedua. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Papalia, D.E., Olds, S.W., dan Feldman, R.D. 2007. *Human Development. Tenth Edition*. New York: McGraw Hill Companies.
- Safaria, T. 2005. *Interpersonal Intelligence: Metode Pengembangan Kecerdasan Anak*. Yogyakarta: Amara Books.
- Santrock, J.W. 2003. *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Schneiders, Alexander. A. 1964. *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Rinehart and Winston.

- Semiun, Yustinus. 2006. *Kesehatan Mental 1: Pandangan Umum Mengenai Penyesuaian Diri dan Kesehatan Mental Serta Teori-Teori yang Terkait*. Yogyakarta: Kanisius.
- Smolak, Linda dan Thompson, Kevin J. 2009. *Body Image, Eating Disorders, and Obesity in Youth: Assesment, Prevention, and Treatment*. Second Edition. Washington DC: American Psychological Association.
- Steinberg, Laurence. 1999. *Adolescence. Fifth Edition*. Boston: McGraw-Hill.
- Sunarto, B. dan Hartono, Agung. 2006. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Yusuf, Syamsu. 2004. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: P.T.Remaja Rosda Karya.