

SKRIPSI

PENGARUH BIMBINGAN KONSELING KELOMPOK TERHADAP *BODY IMAGE* PADA REMAJA PEREMPUAN DI SMAN 1 BANDAR PERDAGANGAN KABUPATEN SIMALUNGUN SELAMA MASA PANDEMI COVID 19 TAHUN 2021



Oleh:

Indah Gaung S. Sibagariang
NIM: 032017108

**PROGRAM STUDI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH
MEDAN
2021**



STIKes Santa Elisabeth Medan

SKRIPSI

PENGARUH BIMBINGAN KONSELING KELOMPOK TERHADAP *BODY IMAGE* PADA REMAJA PEREMPUAN DI SMAN 1 BANDAR PERDAGANGAN KABUPATEN SIMALUNGUN SELAMA MASA PANDEMI COVID 19 TAHUN 2021



Memperoleh Untuk Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Dalam Program Studi Ners
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

Oleh:

Indah Gaung S. Sibagariang
NIM. 032017108

**PROGRAM STUDI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH
MEDAN
2021**



STIKes Santa Elisabeth Medan

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Indah Gaung S. Sibagariang
NIM : 032017108
Program Studi : Ners
Judul : Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap Body Image Pada Remaja Perempuan Di SMAN 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan skripsi yang telah saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKes Santa Elisabeth Medan.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Peneliti,

Materai Rp.10.000

Indah Gaung S. Sibagariang



STIKes Santa Elisabeth Medan



PROGRAM STUDI NERS STIKes SANTA ELISABETH MEDAN

Tanda Persetujuan

Nama : Indah Gaung S. Sibagariang
NIM : 032017108
Judul : Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap *Body Image* Pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021

Menyetujui untuk diujikan pada ujian skripsi jenjang Sarjana Keperawatan
Medan, 08 Mei 2021

Pembimbing II

Pembimbing I

(Agustaria Ginting, S.K.M., M.K.M) (Imelda Derang, S.Kep., Ns., M. Kep)

Mengetahui
Ketua Program Studi Ners

(Samfriati Sinurat, S. Kep., Ns., MAN)



STIKes Santa Elisabeth Medan

HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI

Telah diuji

Pada tanggal, 08 Mei 2021,

PANITIA PENGUJI

Ketua : Imelda Derang, S. Kep., Ns., M. Kep

.....

Anggota :1. Agustaria Ginting, S.K.M., M.K.M

.....

2. Lindawati Tampubolon, S. Kep., Ns., M. Kep

.....

Mengetahui
Ketua Program Studi Ners

(Samfriati Sinurat, S.Kep., Ns., MAN)



STIKes Santa Elisabeth Medan



PROGRAM STUDI NERS STIKes SANTA ELISABETH MEDAN

Tanda Pengesahan

Nama : Indah Gaung S. Sibagariang
NIM : 032017108
Judul : Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap *Body Image* Pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021

Telah Disetujui, Diperiksa Dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Pada Sabtu, 08 Mei 2021 dan Dinyatakan LULUS

TIM PENGUJI:

TANDA TANGAN

Penguji I : Imelda Derang, S. Kep., Ns., M.Kep

Penguji II : Agustaria Ginting, S.K.M., M.K.M

Penguji III : Lindawati Tampubolon, S. Kep., Ns., M.Kep

Mengesahkan
Ketua Program studi Ners

Mengesahkan
Ketua STIKes Elisabeth Medan

(Samfriati Sinurat, S.Kep., Ns., MAN) (Mestiana Br. Karo, M.Kep., DNSc)



STIKes Santa Elisabeth Medan

PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIKA

Sebagai sivitas akademika Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Indah Gaung S. Sibagariang
NIM : 032017108
Program Studi : Ners
Jenis Karya : Skripsi

Dengan perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan Hak Bebas Loyalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalti Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul “Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap *Body Image* Pada Remaja Perempuan Di SMAN 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021”, beserta perangkat yang ada jika diperlukan.

Dengan Hak Bebas Loyalti Non-eksklusif ini Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Medan, 08 Mei 2021
Yang Menyatakan

(Indah Gaung S. Sibagariang)



ABSTRAK

Indah Gaung S. Sibagariang 032017108

Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap *Body Image* Pada Remaja Perempuan Di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021

Program Studi Ners 2021

Kata Kunci : *Body Image*, Bimbingan Konseling Kelompok, Remaja Perempuan

(xix + 76 + lampiran)

Body image merupakan persepsi, pikiran, dan perasaan seseorang rentang tubuhnya dengan menunjukkan ketidakpuasan terhadap tubuh mereka, khususnya remaja perempuan, oleh karena itu dibutuhkan suatu layanan bimbingan konseling kelompok sebab merupakan suasana jenis layanan dalam bimbingan dan konseling untuk pemecahan masalah individu melalui kegiatan kelompok ini. Hasil survey awal didapatkan sebesar 61,5% *body image* negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021. Desain penelitian *one group pretest and post test design*. Adapun populasi penelitian sebanyak 757 remaja perempuan dengan jumlah sampel sebanyak 85, di mana sampel diambil dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data responden diambil melalui angket menggunakan aplikasi *google form*. Hasil penelitian didapatkan mean *pre body image* 25,69 dan *post body image* 29,75. Adapun hasil uji statistik *paired samples test*, diperoleh nilai $p = 0.001$ ($p < 0,05$) artinya ada pengaruh bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan. Diharapkan kepada pihak sekolah agar melakukan konseling kelompok secara regular dengan siswi secara tatap muka.

Daftar Pustaka (2015-2021)



ABSTRACT

Indah Gaung S. Sibagariang 032017108

The Effect of Group Counseling Guidance on Body Image of Female Adolescents in SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan, Simalungun Regency during the Covid 19 Pandemic Period in 2021

Keywords: *Body Image, Group Counseling Guidance, Female Adolescents*

(xix + 76 + appendices)

Body image is the perception, thoughts, and feelings of a person over his body by showing dissatisfaction with their body, especially female adolescents, therefore a group counseling service is needed because it is a type of service in guidance and counseling for solving individual problems through this group activity. Initial survey results obtained 61.5% negative body image and 38.5% positive body image. This study aims to determine the effect of group counseling guidance on body image in female adolescents at SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan, Simalungun Regency, during the Covid 19 Pandemic Period in 2021. The research design using was one group pretest and post test. The study population were 757 adolescent girls and 85 samples, were taken by using purposive sampling technique. The data collected by using questionnaire with the google form application. The result of the test shows that value mean of pre body image was 25.69 and the value mean of post body image was 29.75. Analyzed by using paired samples test, that value of $p = 0.001$ ($p < 0.05$). Which means, there was effect of group counseling on body image in adolescent girls. It is hoped that the school should conduct regular group counseling with students face-to-face.

Reference (2015-2021)



STIKes Santa Elisabeth Medan

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan baik dan tepat waktu. Adapun judul skripsi penelitian ini adalah **“Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap *Body Image* Pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021”**. Penelitian ini bertujuan untuk melengkapi tugas dalam menyelesaikan pendidikan Program Studi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan.

Penelitian skripsi ini telah banyak mendapat bimbingan, perhatian dan kerjasama dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Mestiana Br. Karo, M. Kep., DNSc selaku Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti serta menyelesaikan pendidikan di STIKes Santa Elisabeth Medan.
2. Samfriati Sunurat, S.Kep., Ns., MAN selaku Ketua Program Studi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan yang telah mengizinkan memberikan kesempatan untuk menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan baik.
3. Imelda Derang, S. Kep., Ns., M. Kep selaku dosen pembimbing I sekaligus dosen penguji I yang telah sabar dan banyak memberikan waktu dalam membimbing dan memberikan arahan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan baik.



4. Agustaria Ginting, S.K.M., M.K.M, selaku dosen pembimbing II sekaligus dosen penguji II yang telah sabar dan banyak memberikan waktu dalam membimbing dan memberikan arahan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan baik.
5. Lindawati Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku dosen penguji III yang telah sabar dan banyak memberikan waktu dalam membimbing dan memberikan arahan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan baik.
6. Vina Yolanda Sari Sigalingging, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan saya motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh staff dosen STIKes Santa Elisabeth Medan yang telah membimbing dan mendidik peneliti dalam upaya pencapaian pendidikan sejak semester I sampai semester VIII. Terimakasih untuk motivasi dan dukungan yang diberikan kepada peneliti untuk segala cinta dan kasih yang telah diberikan selama proses pendidikan sehingga peneliti dapat sampai pada penyusunan skripsi penelitian ini.
8. Kepala sekolah dan wakil kepala sekolah yang telah bersedia memberi izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun.
9. Guru-guru bimbingan konseling yang telah bersedia memberikan bantuan kepada penulis untuk membimbing selama kegiatan konseling kelompok di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun.



10. Remaja perempuan yang telah bersedia menjadi responden sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian.
 11. Teristimewa kepada kedua orangtua saya yang tercinta, Ayahanda Alm. J. Sibagariang dan Ibunda Greta Hutagalung dan juga saudara saya Jennifer Sibagariang, Anata Okinawa Sibagariang dan Bangkit Sibagariang yang telah memberikan kasih sayang, dukungan moril maupun finansial, motivasi serta doa kepada peneliti sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
 12. Kepada Koordinator asrama bersama tim yang telah memberikan nasihat dan senantiasa memberikan dukungan, motivasi dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
 13. Seluruh teman-teman mahasiswa program studi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan angkatan ke XI Tahun 2017 yang memberikan motivasi dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.
 14. Teman dekat saya, Fenny Purba, Melina Tarigan, Dewi Fortuna, Yohana Zamili, dan teman kamar 31 yang selalu memberikan support dan semangat untuk memotivasi saya dalam penyelesaian skripsi penelitian ini.
- Peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi penelitian ini masih belum sempurna. Oleh karena itu, peneliti menerima kritik dan saran yang bersifat membangun untuk menyempurnakan penyusunan skripsi ini. Semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa mencurahkan berkat dan rahmat-Nya kepada semua pihak yang telah membantu peneliti untuk dapat menyelesaikan skripsi. Harapan peneliti



STIKes Santa Elisabeth Medan

semoga skripsi penelitian ini dapat bermanfaat untuk pengembangan ilmu pengetahuan khususnya profesi keperawatan.

Medan, 08 Mei 2021

Peneliti

(Indah Gaung S. Sibagariang)



STIKes Santa Elisabeth Medan

DAFTAR ISI

| | |
|---|-----------|
| SAMPUL DEPAN | i |
| SAMPUL DALAM..... | ii |
| HALAMAN PERSYARATAN GELAR | iii |
| LEMBAR PERNYATAAN | iv |
| TANDA PERSETUJUAN | v |
| HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI..... | vi |
| TANDA PENGESAHAN..... | vii |
| HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI..... | viii |
| ABSTRAK | ix |
| ABSTRACT | x |
| KATA PENGANTAR..... | xi |
| DAFTAR ISI..... | xv |
| DAFTAR TABEL | xviii |
| DAFTAR BAGAN..... | xix |
| BAB 1 PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 4 |
| 1.3 Tujuan Penelitian | 4 |
| 1.3.1 Tujuan Umum..... | 4 |
| 1.3.2 Tujuan Khusus..... | 4 |
| 1.4 Manfaat Penelitian..... | 5 |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis | 5 |
| 1.4.2 Manfaat Praktis..... | 5 |
| BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA..... | 6 |
| 2.1 Konsep <i>Body Image</i> | 6 |
| 2.1.1 Definisi | 6 |
| 2.1.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Body Image</i> | 6 |
| 2.1.3 Aspek-aspek <i>Body Image</i> | 9 |
| 2.1.4 Tingkat <i>Body Image</i> | 11 |
| 2.2 Konsep Bimbingan Konseling Kelompok..... | 12 |
| 2.2.1 Definisi Bimbingan Konseling | 12 |
| 2.2.2 Definisi Bimbingan Konseling Kelompok | 13 |
| 2.2.3 Tujuan..... | 13 |
| 2.2.4 Manfaat..... | 14 |
| 2.2.5 Asas-asas | 15 |
| 2.2.6 Tahapan-tahapan..... | 17 |
| 2.2.7 Teknik-teknik | 18 |
| 2.3 Konsep Remaja | 19 |
| 2.4 Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap <i>Body Image</i> | 20 |
| BAB 3 KERANGKA PENELITIAN | 22 |
| 3.1 Kerangka Konsep | 22 |



STIKes Santa Elisabeth Medan

| | |
|---|-----------|
| 3.2 Hipotesis Penelitian..... | 24 |
| BAB 4 METODE PENELITIAN..... | 25 |
| 4.1 Rancangan Penelitian | 25 |
| 4.2 Populasi dan Sampel | 26 |
| 4.2.1 Populasi | 26 |
| 4.2.2 Sampel | 26 |
| 4.3 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional | 28 |
| 4.3.1 Variabel Penelitian | 28 |
| 4.3.2 Definisi Operasional..... | 28 |
| 4.4 Instrumen Penelitian..... | 30 |
| 4.5 Lokasi dan Waktu..... | 33 |
| 4.5.1 Lokasi | 33 |
| 4.5.2 Waktu | 33 |
| 4.6 Prosedur Penelitian..... | 33 |
| 4.6.1 Pengambilan Data..... | 33 |
| 4.6.2 Teknik Pengumpulan Data | 34 |
| 4.6.3 Uji Validitas dan Reliabilitas..... | 35 |
| 4.7 Kerangka Operasional | 36 |
| 4.8 Analisa Data | 37 |
| 4.8.1 Statistik Univariat..... | 37 |
| 4.8.2 Statistik Bivariat | 38 |
| 4.9 Etika Penelitian | 38 |
| BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 40 |
| 5.1 Hasil Penelitian | 40 |
| 5.1.1 Karakteristik Responden | 41 |
| 5.1.2 Body Image Pre Test dan Post Test Pada Remaja Perempuan | 41 |
| 5.1.3 Uji Normalitas | 42 |
| 5.1.4 Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap Body Image Pada Remaja Perempuan di SMAN 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021 | 42 |
| 5.2 Pembahasan | 43 |
| 5.2.1 Bimbingan Konseling Pada Remaja Perempuan | 43 |
| 5.2.2 Body Image Pada Remaja Perempuan | 45 |
| 5.2.3 Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap Body Image Pada Remaja Perempuan di SMAN 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021 | 46 |
| BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN..... | 50 |
| 6.1 Simpulan..... | 50 |
| 6.2 Saran..... | 51 |



| | |
|---|-----------|
| DAFTAR PUSTAKA | 53 |
| LAMPIRAN..... | 56 |
| 1. Lembar Persetujuan Menjadi Responden..... | 57 |
| 2. <i>Informed Consent</i> | 58 |
| 3. Lembar Kuesioner | 59 |
| 4. Prosedur Intervensi Bimbingan Konseling Kelompok | 60 |
| 5. SAP Bimbingan Konseling Kelompok | 63 |
| 6. Jadwal Perlakuan Bimbingan Konseling Kelompok | 64 |
| 7. Lembar Pengajuan Judul | 65 |
| 8. Lembar Usulan Judul Skripsi | 66 |
| 9. Lembar Permohonan Pengambilan Data Awal Penelitian | 67 |
| 10. Surat Permohonan Ijin Penelitian..... | 68 |
| 11. Surat Keterangan Layak Etik | 69 |
| 12. Surat Ijin Penelitian..... | 70 |
| 13. Lembar Bimbingan..... | 71 |
| 14. Dokumentasi | 76 |
| 15. Master Data | 78 |
| 16. Output Uji Normalitas..... | 86 |
| 17. Output Uji Paired Samples Test..... | 88 |
| 18. <i>Flowchart</i> | 90 |



DAFTAR TABEL

| No | Judul | Halaman |
|-----------|---|---------|
| Tabel 4.1 | Design Penelitian Pre-Eksperimental dengan One Group Pre-Test Post Test Design | 25 |
| Tabel 4.2 | Definisi Operasional Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap <i>Body Image</i> Pada Remaja Perempuan di SMA negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021 | 29 |
| Tabel 5.1 | Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Siswi SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun..... | 41 |
| Tabel 5.2 | <i>Body Image Pre Test</i> dan <i>Body Image Post Test</i> Pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021..... | 41 |
| Tabel 5.3 | Uji Normalitas Hasil Data Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap <i>Body Image</i> pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021..... | 42 |
| Tabel 5.4 | Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap <i>Body Image</i> Pada Remaja Di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021..... | 43 |



STIKes Santa Elisabeth Medan

DAFTAR BAGAN

| No | Judul | Halaman |
|-----------|---|---------|
| Bagan 3.1 | Kerangka Konsep Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap <i>Body Image</i> Pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021 | 23 |
| Bagan 4.2 | Kerangka Operasional Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap <i>Body Image</i> Pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021 | 36 |



BAB 1 PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Body image diartikan sebagai gambaran tentang tubuh sendiri yang di bentuk dalam pikiran kita (Grogan, Sarah, 2017), atau dapat dikatakan sebagai persepsi, pikiran, dan perasaan seseorang tentang tubuhnya (Grogan, Sarah, 2017), juga merupakan persepsi seseorang tentang penampilan fisiknya sendiri tentang apa yang diyakininya (Ronald, 2010). *Body image* mencakup aspek positif dan negatif, yang dapat diukur dengan menyelidiki keakuratan estimasi relatif ukuran tubuh terhadap ukuran sebenarnya. Pengukuran *body image* cenderung menilai satu atau lebih komponen, dengan mengukur secara spesifik pada kepuasan/ketidakpuasan (Thomson dalam Grogan, Sarah, 2017). Komponen penting yang membentuk *body image* yaitu mekanisme kompleks identitas pribadi dengan mengacu pada kepuasan seseorang terhadap ukuran tubuh atau bagian tubuh tertentu, (Breda, Vicentini et al., 2020).

Gangguan *body image* negatif masih banyak di temukan dikalangan Remaja dari berbagai negara dengan menunjukkan ketidakpuasan terhadap tubuh mereka, khususnya remaja wanita: Malaysia sebesar 54,8% (Najwa, Nasuha 2019), Federal De Moto Grosso Brazil, sebesar 66,5% (Santana, Kattielly et.al, 2019), Israel sebesar 22,5% (Latzer et al., 2019), Afrika Barat sebesar 16% (Terhoeven,Valentin et.al, 2020), Tafil Jordan sebesar 70% (Richardson et.al, dalam Qaisy, 2016). Universitas Tanta Egypt menyatakan bahwa *body image* negatif pada siswa wanita di tahun pertama sebesar 66%, sedangkan siswa wanita di tahun keempat sebesar 71% (Zabeda et al, 2018). Universitas Isra' Yordania

menunjukkan bahwa perempuan memiliki gangguan *body image* negatif lebih banyak di bandingkan dengan laki-laki (Qaisy, 2016), sama halnya dengan Iran wanita lebih cenderung memiliki *body image* yang negatif daripada pria (Alvani et al., 2016).

Body image negatif pada remaja wanita di Indonesia masih banyak seperti di Surabaya remaja putri dengan *body image* negatif sebesar 55,6% (Wati & Sumarmi, 2017), Maryam di Universitas Negeri Padang, sebesar 87,60% (Maryam, 2019). Lupitasari, (2019) dalam Penelitiannya ditemukan tingkat *body image* negatif pada remaja putri 6%, tingkat *body image* sedang 78% dan tingkat *body image* positif 16%, juga sama halnya dengan Ifdil di Padang, ditemukan kategori *body image* netral sebesar (51%), kategori *body image* positif (17%), kategori *body image* negatif (16%), kategori *body image* sangat positif (9%), dan kategori *body image* sangat negatif (8%) (Ifdil et al., 2017). Survey awal yang telah dilakukan peneliti terhadap 27 siswi SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan dengan *google form*, didapatkan sebesar 61,5% *body image* negatif dan 38,5% *body image* positif.

Body image negatif dapat berdampak buruk bagi remaja, khususnya remaja wanita: Dampak oleh model perspektif sosiokultural, remaja menjadi berkeinginan untuk langsing dan berotot, sehingga nilai daya tarik menjadi tidak realistis (Tiggemann dalam Grogan, Sarah, 2017). Model perspektif perilaku kognitif, *body image* ditentukan oleh penilaian lingkungan, proses kognitif, fisik, dan perilaku individu (Grogan, Sarah, 2017). Model objektifikasi, dampak budaya

mengobjekkan tubuh perempuan (Fredrickson and Roberts dalam Grogan, Sarah, 2017).

Masalah *body image* termasuk gangguan dalam proses masa remaja, karena terjadi peningkatan kepedulian individu terhadap perubahan bentuk tubuh atau gambaran tubuhnya (Virgandiri, Senna et al., 2020). Dalam budaya barat, *body image* dapat mempengaruhi kepercayaan diri remaja (Ronald, 2010), juga dapat mempengaruhi penampilan fisik remaja (Ronald, 2010). Usia remaja dikatakan dalam WHO 2015 yaitu 10-19 tahun, Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014, usia remaja yaitu 10-18 tahun. Dalam Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), dikatakan remaja jika usia 10-24 tahun dan belum menikah (Lembaga Demografi, 2017).

Masalah – masalah serius akan muncul dikalangan remaja wanita akibat *body image* negatif, oleh karena itu dibutuhkan upaya pencegahan agar permasalahan tersebut tidak berkembang menjadi serius: Qaisy, dukungan dari media sosial (Qaisy, 2016), Ifdil, dengan menggunakan guru bimbingan sebagai pemecah masalah (Ifdil et al., 2017), Elsherif dengan menggunakan manajemen psikiatri positif (Elsherif et al., 2018). Happy, dengan bimbingan konseling kelompok dan teknik *games* yang seru disekolah (Happy et al., 2017), sama halnya dengan Maryam dengan layanan bimbingan dan konseling kelompok (Maryam, 2019), juga dengan Lupitasari melakukan konseling kelompok dan berpikir positif (Lupitasari, 2019). Upaya pencegahan *body image* negatif dapat dilakukan dengan beberapa cara yang telah diuraikan, salah satunya dengan bimbingan konseling kelompok. Bimbingan kelompok efektif dan berpengaruh

terhadap pemahaman siswi terhadap suatu topik. Salah satu penelitian yang berkaitan dengan pengaruh bimbingan kelompok terhadap *body image* adalah penelitian yang dilakukan oleh Happy, yaitu berjudul pengaruh layanan bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* siswa (Happy et.al, 2019). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh terhadap peningkatan *body image* siswa kelas XI di MAN 3 Jakarta.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik dan merasa penting untuk meneliti apakah terdapat pengaruh bimbingan konseling kelompok dengan *body image* pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Kecamatan Bandar Perdagangan.

1.2. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi *body image* pre test pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun.

2. Mengidentifikasi *body image* post test pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun.

3. Mengidentifikasi pengaruh bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Sebagai salah satu sumber bacaan penelitian dan pengembangan ilmu tentang pengaruh bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMA.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Manfaat bagi instansi STIKes Santa Elisabeth Medan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai pengembangan ilmu pengetahuan untuk mahasiswa agar mengerti dan mampu mengaplikasikan pengetahuan tentang bimbingan konseling pada remaja perempuan di tingkat SMA.

2. Manfaat bagi remaja perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Kab. Simalungun

Dalam tingkat SMA, penelitian ini dapat digunakan sebagai wadah bertukar pemikiran dengan kelompok dalam pemecahan masalah mengenai *body image*.

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Konsep *Body Image*

2.1.1. Definisi

Body image adalah gambaran tentang tubuh kita sendiri yang kita bentuk dalam pikiran kita (Grogan, Sarah, 2017). Definisi lain *body image* merupakan persepsi, pikiran, dan perasaan seseorang rentang tubuhnya (Grogan, Sarah, 2017). *Body image* merupakan komponen penting dari mekanisme kompleks identitas pribadi yang mengacu pada kepuasan seseorang dengan ukuran tubuh atau bagian tubuh tertentu mereka (Breda, Vicentini et al., 2020). *Body image* juga diartikan sebagai persepsi seseorang tentang penampilan fisiknya sendiri dan apa yang diyakini tentangnya (Ronald, 2010). Konsep seseorang tentang *body image* nya tidak selalu sesuai dengan penampilan fisiknya (Ronald, 2010).

Dapat disimpulkan *body image* merupakan gambaran persepsi seseorang tentang tubuh ideal dan apa yang mereka inginkan pada tubuh mereka baik itu dalam hal berat maupun bentuk tubuh yang didasarkan pada persepsi-persepsi orang lain dan seberapa harus mereka menyesuaikan persepsi tersebut.

2.1.2. Faktor-faktor mempengaruhi *body image*

Body image terbentuk dari sejak individu lahir sampai selama individu hidup. Banyak hal yang dapat mempengaruhi *body image* seseorang termasuk pandangan atau penilaian orang lain terhadap penampilan diri sendiri. Beberapa ahli menyatakan ada berbagi faktor yang dapat mempengaruhi *body image*

seseorang adapun faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan *body image* menurut (Cash 1994 dalam Amandha., Ifdil, 2010) sebagai berikut :

1. Jenis Kelamin

Jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan *body image* seseorang. Pada umumnya wanita, lebih kurang puas dengan tubuhnya dan memiliki *body image* yang negatif. Wanita biasanya lebih kritis terhadap tubuh mereka baik secara keseluruhan maupun pada bagian tertentu tubuh mereka daripada laki-laki. Persepsi *body image* yang buruk sering berhubungan dengan perasaan kelebihan berat badan terutama pada wanita.

2. Media Massa

Survey media massa menunjukkan 83% majalah fashion khususnya dibaca oleh mayoritas perempuan maupun anak perempuan. Konsumsi media yang tinggi dapat mempengaruhi konsumen dalam berbagai cara. Isi tayangan media massa sering menggambarkan standart kecantikan perempuan adalah tubuh yang kurus, dalam hal ini berarti level kekurusan yang dimiliki, kebanyakan wanita percaya mereka adalah orang-orang yang sehat.

3. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal membuat seseorang cenderung membandingkan diri dengan orang lain dan feedback yang diterima mempengaruhi konsep diri termasuk mempengaruhi bagaimana perasaan terhadap penampilan fisik. Hal inilah yang sering membuat orang merasa cemas dengan

penampilannya dan gugup ketika orang lain melakukan evaluasi terhadap dirinya.

Banyak hal yang dapat mempengaruhi *body image*. Sejalan dengan itu, (Thomson 2000 dalam Amandha., Ifdil, 2015) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* adalah:

1. Pengaruh berat badan dan persepsi gemuk/kurus

Keinginan-keinginan untuk menjadikan berat badan tetap optimal dengan menjaga pola makan yang teratur, sehingga persepsi terhadap citra tubuh yang baik akan sesuai dengan diinginya.

2. Budaya

Adanya pengaruh disekitar lingkungan individu dan bagaimana cara budaya mengkomunikasikan norma-norma tentang penampilan fisik, dan ukuran tubuh yang menarik.

3. Siklus hidup

Pada dasar Individu menginginkan untuk kembali memiliki bentuk tubuh seperti masalalu.

4. Masa kehamilan

Proses dimana individu bisa menjaga masa tumbuh kembang anak dalam kandungan, tanpa ada peristiwa-peristiwa pada masa kehamilan.

5. Sosialisasi

Adanya pengaruh dari teman sebaya yang menjadikan individu ikut terpengaruh didalamnya.

6. Konsep diri

Gambaran Individu terhadap dirinya, yang meliputi penilaian diri dan penilaian sosial.

7. Peran gender

Dalam hal ini peran orang tua sangat penting bagi citra tubuh individu, sehingga menjadikan individu lebih cepat terpengaruh

8. Pengaruh distorsi citra tubuh pada diri individu

Perasaan dan persepsi individu yang bersifat negatif terhadap tubuhnya yang dapat diikuti oleh sikap yang buruk (Denich & Ifdil, 2015).

2.1.3. Aspek-aspek *body image*

Body image terbagi dalam beberapa aspek. Menurut (Cash dan Puzinsky dalam Amandha., Ifdil, 2017) mengenai *body image* pada umumnya menggunakan kuesioner Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale (MBSRQ-AS), yaitu:

1. *Appearance evaluation* (evaluasi penampilan)

Evaluasi penampilan yaitu mengukur penampilan keseluruhan tubuh, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan atau belum memuaskan.

2. *Appearance orientation* (orientasi penampilan)

Orientasi penampilan yaitu perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan diri.

3. *Body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh)

Kepuasan terhadap bagian tubuh, yaitu mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik, wajah, tubuh bagian atas (dada, bahu lengan), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pinggul, paha, pantat, kaki), serta bagian tubuh secara keseluruhan.

4. *Overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk)

Kecemasan menjadi gemuk yaitu mengukur kewaspadaan individu terhadap berat badan, kecenderungan untuk melakukan diet, dan membatasi pola makan.

5. *Self-classified weight* (Pengkategorian ukuran tubuh)

Pengkategorian ukuran tubuh, yaitu mengukur bagaimana individu menilai berat badannya, dari sangat kurus sampai gemuk

Oleh karena itu aspek perasaan dan aspek harapan mewakili seluruh komponen sikap. Menurut (Cash 1994 dalam Amandha., Ifdil, 2015) menjelaskan aspek-aspek dalam *body image* yaitu:

1. Persepsi terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan secara keseluruhan.

Bentuk tubuh merupakan suatu simbol dari diri seorang individu, karena dalam hal tersebut individu dinilai oleh orang lain dan dinilai oleh dirinya sendiri. Selanjutnya bentuk tubuh serta penampilan baik dan buruk dapat mendatangkan perasaan senang atau tidak senang terhadap bentuk tubuhnya sendiri.

2. Aspek perbandingan dengan orang lain

Adanya penilaian sesuatu yang lebih baik atau lebih buruk dari yang lain, sehingga menimbulkan suatu prasangka bagi dirinya ke orang lain, hal-hal yang menjadi perbandingan individu ialah ketika harus menilai penampilan dirinya dengan penampilan fisik orang lain.

3. Aspek sosial budaya (reaksi terhadap orang lain).

Seseorang dapat menilai reaksi terhadap orang lain apabila dinilai orang itu menarik secara fisik, maka gambaran orang itu akan menuju hal-hal yang baik untuk menilai dirinya.

2.1.4. Tingkat *Body Image*

Para pendukung *body image* yang positif cenderung mengambil pandangan bahwa *body image* positif bukan hanya kebalikan dari *body image* negatif tetapi memiliki elemen unik yang membutuhkan pemahaman. Elemen-elemen tersebut adalah: memiliki pendapat yang baik tentang tubuh terlepas dari penampilan aslinya; penerimaan tubuh meskipun berat, ketidaksempurnaan dan bentuk tubuh; rasa hormat terhadap tubuh yang melibatkan perilaku sehat dan menanggapi kebutuhannya; dan penolakan citra media, yang membantu melindungi tubuh. Elemen-elemen ini telah dimasukkan ke dalam Skala Apresiasi Tubuh yang telah ditemukan dapat diandalkan dan valid.

Body Image yang positif telah terbukti multifaset, holistik, stabil meskipun dapat ditempa dalam intervensi, dan dibentuk oleh identitas sosial (Tylka dan Wood-Barcalow 2015 dalam Grogan, Sarah, 2017). Para pendukungnya jelas bahwa *body image* yang positif tidak berarti kepuasan penuh dengan semua aspek tubuh dan tidak melindungi semua ancaman terkait *body image*. Perspektif ini

adalah area yang berkembang di dalam tubuh penelitian gambar, dan menyajikan saran yang jelas dan orisinal untuk mempromosikan lebih banyak pandangan positif tubuh (Grogan, Sarah, 2017).

2.2. Konsep Bimbingan Konseling Kelompok

2.2.1. Definisi Bimbingan Konseling

Bimbingan dapat diartikan sebagai upaya pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan, supaya individu tersebut dapat memahami dirinya, sehingga dia sanggup mengarahkan dirinya dan dapat bertindak secara wajar, sesuai tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga, masyarakat dan kehidupan pada umumnya (Anggit., 2018).

Sedangkan pengertian konseling sebagai terjemahan dari “*Counseling*” merupakan bagian dari bimbingan, baik sebagai layanan maupun sebagai teknik. Menurut Sukardi “layanan konseling adalah jantung hati layanan bimbingan secara keseluruhan”. Ruth Strang menyatakan bahwa: “*counseling is a important tool of guidance*” (konseling merupakan inti dari alat yang paling penting dalam bimbingan).

Jadi dapat disimpulkan bahwa konseling adalah salah satu bentuk atau teknik bimbingan. Konseling adalah semua bentuk hubungan antara dua orang, dimana yang seorang yaitu sebagai konselor yang membantu seorang yang lain, yaitu sebagai klien untuk lebih mampu menyesuaikan diri secara efektif terhadap dirinya sendiri dan lingkungannya (Anggit., 2018).

2.2.2 Definisi Bimbingan Konseling Kelompok

Bimbingan kelompok dan konseling kelompok merupakan salah satu jenis layanan dalam bimbingan dan konseling yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan/atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok (Folastri & Rangka, 2017).

Layanan bimbingan kelompok dan layanan konseling kelompok dapat diselenggarakan di mana saja, di dalam ruangan ataupun di luar ruangan, di sekolah atau di luar sekolah, di rumah salah seorang peserta atau di rumah konselor, di suatu kantor atau lembaga tertentu, atau di ruang praktik pribadi konselor. Di manapun kedua jenis layanan itu dilaksanakan, harus terjamin bahwa dinamika kelompok dapat berkembang dengan sebaik-baiknya untuk mencapai tujuan layanan (Folastri & Rangka, 2017).

2.2.3. Tujuan

Ada sejumlah tujuan yang ingin dicapai oleh anggota kelompok melalui layanan konseling kelompok, yaitu:

- a. Dapat belajar memahami diri sendiri dan orang lain;
- b. Dapat menemukan berbagai kemungkinan cara menghadapi persoalan-persoalan perkembangan dan upaya mengentaskan konflik-konflik tertentu;
- c. Meningkatkan kemampuan mengontrol diri sendiri, kemandirian, dan tanggung jawab terhadap diri sendiri dan orang lain;

- d. Dapat membuat perencanaan yang khusus untuk merubah tingkah laku tertentu dan dengan kesadaran diri sendiri sungguh-sungguh (*to commit*) untuk sepenuhnya menjalankan rencana itu;
- e. Belajar keterampilan sosial yang efektif; belajar melakukan konfrontasi orang lain dengan cara yang berkelembutan, perhatian, keramahan, dan terkendali, serta;
- f. Berubah dari hidup semata-mata untuk menjadi seperti apa yang diharapkan atau dimau orang lain menjadi hidup sesuai dengan diharapkan diri sendiri yang penuh dengan berkah (Folastri & Rangka, 2017).

2.2.4. Manfaat

Manfaat yang bisa didapatkan oleh anggota kelompok melalui layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok antara lain adalah:

- a. Memperoleh pemahaman tentang diri sendiri dan perkembangan identitas diri yang sifatnya unik;
- b. Meningkatkan penerimaan diri sendiri, kepercayaan diri, dan penghargaan terhadap diri sendiri agar tercapai pemahaman baru tentang diri sendiri dan lingkungan sekitar;
- c. Memiliki kesensitifan yang tinggi terhadap kebutuhan dan perasaan orang lain;
- d. Memahami kebutuhan dan permasalahan yang dirasakan secara bersama oleh anggota kelompok yang dikembangkan menjadi perasaan yang bersifat *universal*;

- e. Memahami nilai-nilai yang berlaku dan hidup dengan tuntutan nilai-nilai tersebut, dan;
- f. Mampu menentukan satu pilihan yang tepat dan dilakukan dengan cara yang arif bijaksana (Folastri & Rangka, 2017).

2.2.5. Asas-asas

Dalam kegiatan layanan bimbingan dan konseling kelompok ketiga etika tersebut wajib diterapkan, yaitu:

- a. Kerahasiaan

Aplikasi asas kerahasiaan lebih dirasakan pentingnya dalam layanan konseling kelompok mengingat pokok bahasan adalah masalah pribadi yang dialami anggota kelompok. Di sini posisi asas kerahasiaan sama posisinya seperti dalam layanan konseling perorangan. Konselor/pemimpin kelompok dengan sungguh-sungguh hendaknya memantapkan asas ini sehingga seluruh anggota kelompok berkomitmen penuh untuk melaksanakannya.

- b. Kesukarelaan

Kesukarelaan anggota kelompok dimulai sejak awal rencana pembentukan kelompok oleh konselor/pemimpin kelompok. Kesukarelaan terus-menerus dibina melalui upaya konselor/pemimpin kelompok dalam mengembangkan syarat-syarat kelompok yang efektif dan penstrukturan tentang layanan bimbingan kelompok maupun konseling kelompok. Dengan kesukarelaan itu anggota kelompok akan dapat mewujudkan peran aktif diri mereka masing-masing untuk mencapai tujuan layanan.

c. Asas-Asas Lain (kegiatan, keterbukaan, kekinian, dan kenormatifan)

Dinamika kelompok dalam kegiatan bimbingan kelompok dan konseling kelompok semakin intensif dan efektif apabila semua anggota kelompok secara penuh menerapkan *asas kegiatan* dan *asas keterbukaan*. Mereka secara aktif dan terbuka menampilkan diri tanpa rasa takut, malu ataupun ragu. Dinamika kelompok semakin tinggi, berisi, dan bervariasi. Masukan dan sentuhan semakin kaya dan terasa. Para peserta layanan bimbingan kelompok ataupun konseling kelompok semakin dimungkinkan memperoleh hal-hal yang berharga dari layanan ini.

Asas kekinian memberikan isi aktual dalam pembahasan yang dilakukan, anggota kelompok diminta mengemukakan hal-hal yang terjadi dan berlaku sekarang ini. Hal-hal atau pengalaman yang telah lalu dianalisis dan disangkut-pautkan untuk kepentingan pembahasan hal-hal yang terjadi dan berlaku sekarang. Hal-hal yang akan datang direncanakan sesuai dengan kondisi yang ada sekarang.

Asas kenormatifan dipraktikkan berkenaan dengan cara-cara berkomunikasi dan bertata-krama dalam kegiatan kelompok, serta dalam mengemas isi bahasan. Sedangkan *asas keahlian* diperlihatkan oleh konselor/pemimpin kelompok dalam mengelola kegiatan kelompok untuk mengembangkan proses dan isi pembahasan secara keseluruhan (Folastri & Rangka, 2017).

2.2.6. Tahapan-tahapan

Secara umum tahap-tahap pelaksanaan antara layanan bimbingan kelompok dan layanan konseling kelompok sama-sama melalui 5 (lima) tahapan besar, yaitu:

1. Tahap pembentukan, yaitu tahapan untuk membentuk kerumunan sejumlah individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan bersama;
2. Tahap peralihan, yaitu tahapan untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok;
3. Tahap kegiatan/pembahasan, yaitu tahapan “kegiatan inti” untuk membahas topik-topik tertentu (pada bimbingan kelompok) atau mengentaskan masalah pribadi anggota kelompok (pada konseling kelompok).
4. Tahap penyimpulan, yaitu tahapan kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok. Peserta kelompok diminta melakukan refleksi berkenaan dengan kegiatan pembahasan yang baru saja mereka ikuti.
5. Tahap penutupan/pengakhiran, yaitu merupakan tahapan akhir dari seluruh kegiatan. Kelompok merencanakan kegiatan bimbingan kelompok dan konseling kelompok selanjutnya, dan salam hangat perpisahan (Folastri & Rangka, 2017).

2.2.7. Teknik-teknik

Dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok terdapat beberapa teknik untuk mendukung jalannya konseling kelompok, diantaranya:

1. Teknik Umum, yaitu teknik-teknik yang digunakan dalam penyelenggaraan layanan konseling kelompok mengacu pada berkembangnya dinamika kelompok yang diakui oleh seluruh anggota kelompok untuk mencapai tujuan layanan. Adapun teknik-teknik secara garis besar meliputi: Komunikasi multi arah secara efektif dan terbuka, Pemberian rangsangan untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, diskusi, analisis, dan pengembangan argumentasi, Dorongan minimal untuk memantapkan respon aktivitas kelompok, Penjelasan, pendalaman, pemberian contoh untuk memantapkan analisis, argumentasi dan pembahasan, Pelatihan untuk membentuk pola tingkah laku yang dikehendaki.
2. Teknik permainan kelompok, yaitu dalam layanan konseling kelompok dapat diterapkan teknik permainan baik sebagai selingan maupun sebagai wahana (media) yang memuat materi pembinaan tertentu. Permainan kelompok yang efektif harus memenuhi ciri-ciri sebagai berikut: Sederhana, Menggembirakan, Menimbulkan rasa santai, Meningkatkan keakraban (Rini Jacinta, 2000 dalam Nasrnia & Slamet, 2016).
3. *Modeling*, yaitu suatu strategi di mana konselor menyediakan demonstrasi tentang tingkah laku yang menjadi tujuan. Teknik ini dilaksanakan dengan mengamati dan menghadirkan model secara langsung saat konseling.

kelompok untuk mencapai tujuan, sehingga kecakapan-kecakapan pribadi atau sosial tertentu bisa diperoleh dengan mengamati atau mencontoh tingkah laku model-model yang ada.

4. Bermain Peran, merupakan suatu teknik konseling melalui pengembangan imajinasi dan penghayatan anggota kelompok. Pengembangan imajinasi dan penghayatan dilakukan dengan memerankannya sebagai tokoh hidup atau benda mati yang disesuaikan dengan kejadian dalam kehidupan sebenarnya.
5. Menggunakan humor, dapat digunakan sebagai selingan saat konseling kelompok yang mendorong suasana yang segar dan relaks agar tidak menimbulkan ketegangan.
6. *Home work assignments*, teknik yang dilaksanakan dalam bentuk tugas-tugas rumah dapat melatih, membiasakan diri, dan menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang menuntut pola tingkah laku yang diharapkan. (Hadi Sutrisno 1989 dalam Nasrina & Slamet, 2016).

2.3. Konsep Remaja

Usia remaja berdasarkan WHO 2015 adalah 10-19 tahun. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014, usia remaja adalah 10-18 tahun. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. (Lembaga Demografi, 2017). Masa remaja menjadi tahapan yang penting, karena pada masa ini terjadi peningkatan kepedulian terhadap perubahan bentuk tubuh atau gambaran tubuhnya (Virgandiri, Senna et al., 2020). Di beberapa budaya barat,

banyak penekanan pada *body image* yang tampak identik dengan *self-esteem* (Ronald, 2010). Dalam budaya, *body image* termasuk persepsi penampilan fisik secara keseluruhan, dan mungkin menjadi komponen terpenting dari harga diri remaja di dunia (Levine dan Smolak dalam, Ronald 2010).

Menurut Hurlock (dalam Putri, 2018) menjelaskan bahwasanya karakteristik remaja putri adalah sebagai berikut:

- a. Masa remaja merupakan periode yang dapat terjadi dalam jangka panjang maupun jangka pendek
- b. Masa remaja merupakan periode peralihan, dimana remaja akan beralih dari anak-anak menuju dewasa sehingga perlunya adaptasi atau mempelajari perilaku baru
- c. Masa remaja merupakan periode perubahan dimana pada masa remaja perubahan yang terjadi secara fisik atau psikis mulai nampak.

2.4. Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap *Body Image*

Berdasarkan analisis penelitian yang dilakukan oleh Happy Karlina dkk (2017), dapat disimpulkan bahwa secara signifikan terdapat peningkatan *body image* pada saat *pretest* dan *posttest* dalam kelompok *treatment*. Sedangkan pada kelompok kontrol hasil tidak ada perbedaan tingkat *body image* siswa pada saat *pretest* dan *posttest* dalam kelompok kontrol. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan *body image* siswa kelas XI di MAN 3 Jakarta.

Hasil penelitian lainnya, Susi dkk (2017), yang telah dilakukan adalah kondisi citra tubuh siswi kelas XI di SMK Negeri 1 Babelan cukup baik dapat

dilihat dengan hanya 20 dari 107 orang siswi yang memiliki citra tubuh negatif. kemudian konseling kelompok BI-CBT memiliki pengaruh terhadap citra tubuh negatif siswi kelas XI di SMK Negeri 1 Babelan. Persepsi citra tubuh yang negatif memiliki dampak pada menurunnya kepercayaan diri dan siswi. Dan setelah dilaksanakannya konseling kelompok siswi dapat mengetahui letak permasalahan yang menyebabkan mereka memiliki citra tubuh negatif sehingga siswi lebih mampu untuk menerima kondisi tubuhnya dan tampil lebih percaya diri.

Hasil penelitian Saragih, dkk (2018), ditarik kesimpulan sesuai dengan tujuan dari penelitian tersebut, yaitu intervensi kognitif konseling kelompok terapi perilaku efektif untuk meningkatkan citra tubuh siswa SMP Kesatrian 2 Semarang. Ini ditunjukkan di hasil skala, rata-rata signifikan selisih dari hasil pretest, posttest dan tindak lanjut dalam kelompok yang menerima intervensi dalam bentuk terapi perilaku kognitif untuk meningkatkan citra tubuh. Penelitian ini mencoba untuk meneliti efektivitas terapi perilaku kognitif konseling kelompok untuk meningkatkan citra tubuh siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok terapi perilaku kognitif efektif untuk meningkatkan citra tubuh siswa.

BAB 3

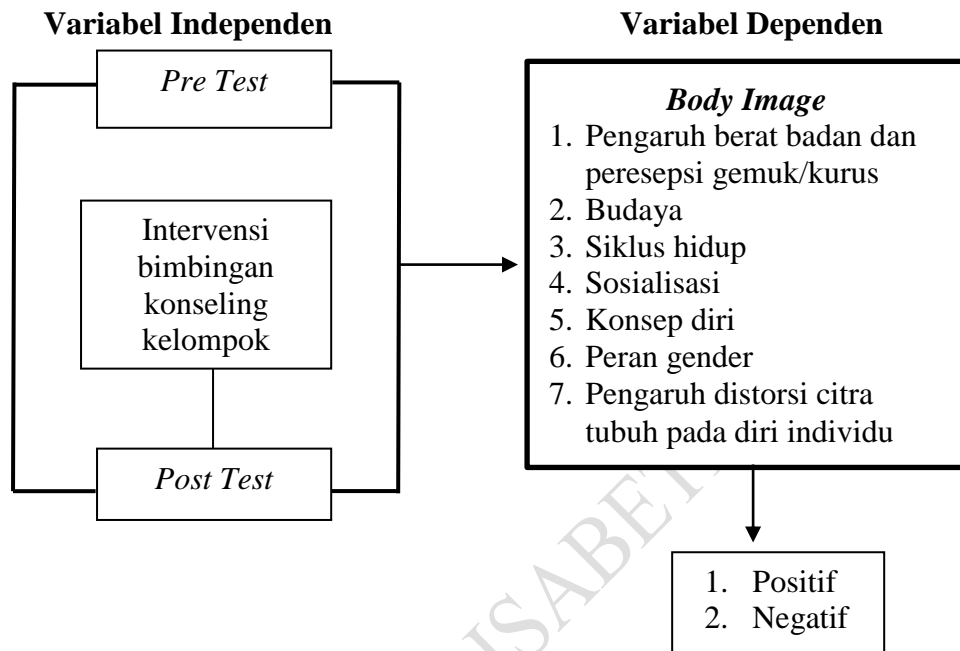
KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESA PENELITIAN

3.1. Kerangka Konsep Penelitian

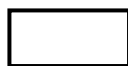
Kerangka konseptual adalah keseluruhan dasar konseptual sebuah penelitian. Tidak semua penelitian didasarkan pada teori formal atau model konseptual, namun setiap penelitian memiliki kerangka kerja, karena itu merupakan dasar pemikiran konseptual. Model konseptual memberikan perspektif mengenai fenomena yang saling terkait, namun lebih terstruktur dibandingkan teori. Model konseptual juga dapat berfungsi sebagai kerangka untuk menghasilkan hipotesis penelitian (Polit & Beck, 2012).

Penulisan skripsi penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun selama masa pandemi covid 19 Tahun 2021.

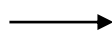
Bagan 3.1 Kerangka konsep penelitian Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok terhadap *Body Image* pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdatangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun



Keterangan:



: Variabel yang diteliti



: Ada pengaruh antar variabel

Berdasarkan bagan diatas menjelaskan bahwa pada remaja perempuan dilakukan pengukuran pre intervensi tentang *body image* kemudian dilakukan intervensi yaitu bimbingan konseling kelompok yang merupakan variabel independen pada penelitian ini. Bimbingan konseling kelompok adalah bimbingan yang di berikan baik individu, maupun kelompok agar dapat berkembang secara mandiri, dan optimal dalam hubungan pribadi, sosial, belajar dan karier.

Variabel independen mempengaruhi variabel dependen yaitu bimbingan konseling kelompok mempengaruhi *body image*. Setelah intervensi, dilakukan penilaian post intervensi tentang *body image* pada remaja perempuan.

3.2. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara dari rumusan masalah atau pertanyaan penelitian. Hipotesis disusun sebelum penelitian dilaksanakan karena hipotesis akan memberikan petunjuk pada tahap penumpukan data, analisa dan interpretasi data (Nursalam, 2020). Sebuah hipotesis, sebagian besar yang diketahui tentang topik tersebut membenarkan sebuah hipotesa dan sebagian peneliti kualitatif ingin menyelidiki dari sudut pandang yang lain dan bukan oleh peneliti sendiri (Polit & Beck, 2012).

Berdasarkan kerangka konsep diatas, maka hipotesa pada penelitian ini adalah:

Ha : Ada pengaruh bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun selama masa pandemi covid 19 tahun 2021.

BAB 4 METODE PENELITIAN

4.1. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian adalah keseluruhan rencana untuk mendapatkan jawaban atas pertanyaan yang sedang dipelajari untuk menangani berbagai tantangan terhadap bukti penelitian yang layak. Peneliti memutuskan mana spesifik yang akan diadopsi dan apa yang akan mereka lakukan untuk meminimalkan bias dan meningkatkan interpretabilitas hasil (Creswell, 2009).

Penelitian ini menggunakan penelitian Pre-Eksperimental dengan menggunakan rancangan (*One Group Pretest Posttest Design*) tanpa ada kelompok pembanding (kontrol). Rancangan ini paling tidak sudah dilakukan observasi pertama (pretest) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen (program) (Nursalam, 2020). Bentuk rancangan ini adalah sebagai berikut:

Tabel 4.1 Design Penelitian Pre-Eksperimental dengan *One-Group Pre-Test Post Test Design* (Nursalam, 2020)

| Subyek | Pra-test | Perlakuan | Post-tets |
|--------|--------------|--------------|---------------|
| R | O Waktu 1 | I Waktu 2 | OI Waktu 3 |

Keterangan:

R: Responden

O: Pra test

I: Perlakuan

OI : Post test

Suatu kelompok sebelum dikenai perlakuan tertentu (I) diberi pra-tes, kemudian setelah perlakuan, dilakukan pengukuran lagi untuk mengetahui akibat dari perlakuan. Pengujian sebab akibat dilakukan dengan cara membandingkan hasil pra-tes dengan pasca-tes. Namun tetap tanpa melakukan perbandingan dengan pengaruh perlakuan yang dikenakan pada kelompok lain (Nursalam, 2020).

Kelemahan dari rancangan ini antara lain tidak ada jaminan bahwa perubahan yang terjadi pada variabel dependen karena intervensi atau perlakuan. Tetapi perlu dicatat bahwa rancangan ini tidak terhindar dari berbagai macam (kelemahan) terhadap validitas, misalnya sejarah, teasing, maturasi, dan instrumen (Notoadmojo, 2012).

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan selama masa pandemic covid 19 tahun 2021.

4.2. Populasi dan Sampel

4.2.1. Populasi

Populasi adalah subyek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti (Nursalam, 2020). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi yang sedang menempuh pendidikan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun sebanyak 757 siswi.

4.2.2. Sampel

Sampel adalah subjek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada peneliti ini adalah,

Non Probability Sampling yakni *Purposive Sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan/masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya (Nursalam, 2020).

Sampel dalam rencana penelitian ini adalah siswi-siswi yang berusia 15-18 tahun, yang memiliki *body image* negatif, yang memiliki berat badan lebih dan kurang dari normal.

Adapun rumus penentuan besar sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan rumus vincent yaitu:

$$n = \frac{NZ^2P(1 - P)}{NG^2 + Z^2P(1 - P)}$$

Keterangan:

N = Jumlah populasi

Z = Tingkat keandalan 95% (1,96)

P = Proporsi populasi (0.5)

G = Galat Pendugaan (0.1)

$$n = \frac{NZ^2P(1 - P)}{NG^2 + Z^2P(1 - P)}$$

$$n = \frac{757(1.96)^2 \times 0.5 (1 - 0.5)}{757 (0.1)^2 + 1.96^2 \times 0.5 (1 - 0.5)}$$

$$n = \frac{757 \times 3.8416 \times 0.25}{757 \times 0.01 + 3.8416 \times 0.5 \times 0.5}$$

$$n = \frac{727}{7.57 + 0,96}$$

$$n = \frac{727}{8.53}$$

$n = 85,2$ atau dibulatkan menjadi 85 siswi

Penentuan kriteria sampel sangat membantu peneliti untuk mengurangi bias hasil penelitian, khususnya jika terhadap variabel-variabel kontrol ternyata mempunyai pengaruh terhadap variabel yang kita teliti (Nursalam, 2020). Cara pengambilan sampel pada rencana penelitian ini adalah dengan kriteria inklusi pada bimbingan konseling kelompok diberikan yaitu sebanyak 85 orang.

Adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. siswi-siswi yang berusia 15-18 tahun
- b. siswi-siswi yang bersedia menjadi responden.

4.3. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

4.3.1. Variabel Penelitian

1. Variabel Independen

Variabel independen disebut juga variabel bebas yang merupakan variabel yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen. Variabel bebas biasanya diamati, diukur untuk mengetahui hubungan atau pengaruhnya terhadap variabel lain (Nursalam, 2020).

Variabel independen pada penelitian ini adalah bimbingan konseling kelompok menjadi variabel yang mempengaruhi dan diharapkan mampu menjadi

suatu intervensi keperawatan dalam peningkatan *body image* positif pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Bandar.

1. Variabel Dependen

Variabel dependen (terikat) merupakan variabel yang dipengaruhi nilainya oleh variabel lain, dengan kata lain variabel terikat adalah faktor yang diamati dan diukur untuk menentukan ada tidaknya hubungan atau pengaruh dari variabel bebas (Nursalam, 2020).

Variabel dependen pada penelitian ini *body image* yang menjadi variabel terikat, yang diukur untuk menentukan ada tidaknya pengaruh bimbingan konseling kelompok yang telah diberikan.

4.3.2. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah uraian tentang batasan variabel yang dimaksud atau tentang apa yang diukur oleh variabel yang bersangkutan (Notoadmojo, 2012).

Tabel 4.2 Definisi Operasional Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap *Body Image* Pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021

| Variabel | Definisi | Indikator | Alat Ukur | Skala | Skor |
|------------------------------|---|---|-----------|-------|------|
| Bimbingan konseling kelompok | Bimbingan konseling kelompok adalah bimbingan yang diberikan kepada siswi SMA Negeri 1 Bandar tentang <i>body image</i> dengan metode kelompok agar sadar dan menerima diri secara positif. | Tahapan dalam melakukan bimbingan konseling kelompok: 1. Pembentukan 2. Peralihan 3. Kegiatan/pembahasan 4. Penyimpulan 5. Penutupan | SOP | - | - |

| Variabel | Definisi | Indikator | Alat Ukur | Skala | Skor |
|-------------------|---|---|-----------|---------------------------------|---|
| <i>Body Image</i> | <i>Body Image</i> adalah persepsi, pikiran dan pemahaman siswi SMA Negeri 1 Bandar yang dibentuk dalam pikiran tentang tubuhnya sendiri | <p><i>Body image</i> positif:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rasa puas pada penampilan diri. 2. Menerima penampilan diri 3. Rasa puas pada bagian tubuh 4. Tidak cemas terhadap perubahan menjadi gemuk 5. Rasa puas dengan ukuran tubuh. <p><i>Body image</i> negatif:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rasa tidak puas pada penampilan diri. 2. Rasa tidak menarik pada penampilan diri 3. Rasa tidak puas pada bagian tubuh 4. Kecemasan menjadi gemuk 5. Rasa tidak puas dengan ukuran tubuh. | Kuesioner | N O M I N A L | Negatif(11 - 27,4) Positif(27, 9 - 44) |

4.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan pada waktu penelitian untuk pengumpulan data (Nursalam, 2020). Dalam pengumpulan data, selalu diperlukan suatu alat yang disebut instrumen pengumpulan data.

1) Instrumen data demografi

Pada instrumen data demografi responden terdiri dari nama inisial dan umur.

2) Instrumen bimbingan konseling kelompok

Pada penelitian ini tidak dilakukan uji validitas dan reabilitas karena menggunakan SOP bimbingan konseling kelompok dari jurnal (Hadi Sutrisno 1989 dalam Nasrina & Slamet, 2016).

3) Instrumen *body image*

Kuesioner *body image* yang digunakan pada penelitian ini merupakan kuesioner yang diteliti oleh Titik Oktaviany (2015). Format yang digunakan untuk pernyataan yang berjumlah 11 poin dengan pilihan jawaban terdiri dari : STS (Sangat Tidak Setuju), TS (Tidak Setuju), S (Setuju), SS (Sangat Setuju). Bobot nilai pada setiap pilihan berada pada rentan 1 – 4. Adapun penilaian untuk setiap responden subjek pada pernyataan *favourable* (mendukung bagian yang akan diukur) yaitu STS = 1, TS = 2, S = 3, SS = 4. Bobot penilaian untuk setiap responden subjek pada pernyataan *unfavourable* (tidak mendukung bagian yang akan diukur) yaitu STS = 4, TS = 3, S = 2, SS = 1.

Pengkategorian skor *body image* yang digunakan:

$$P = \frac{\text{Nilai tertinggi} - \text{Nilai terendah}}{\text{Banyak kelas}}$$

$$P = \frac{(11 \times 4) - (11 - 1)}{2}$$

$$P = \frac{44 - 11}{2}$$

$$P = \frac{33}{2} = 16,5$$

$$\text{Negatif} = 11 - 27,4$$

$$\text{Positif} = 27,5 - 44$$

Keterangan: 11 item pertanyaan

Nilai tertinggi = 4

Nilai terendah = 1

Instrumen diuji dengan mengukur butir-butir pertanyaan dengan skor pertanyaan secara keseluruhan. Uji validitas dilakukan pada 30 responden. Dari hasil uji validitas didapat ada 21 pernyataan tidak valid sehingga 19 pernyataan dihilangkan karena pernyataan dalam kuesioner dapat diwakili oleh butir pernyataan yang lain. Nilai r pada pernyataan yang tidak valid berada diantara 0.080-0.313 dengan nilai r tabel = 0.361, dengan demikian instrument tersebut dikatakan valid.

Uji reliabilitas adalah suatu cara untuk mengetahui tingkat keadaan instrumen sehingga apabila alat ukur yang digunakan berkali-kali akan memberikan hasil yang hampir sama dalam waktu yang berbeda pada orang yang berbeda. Pada penelitian ini kuesioner yang digunakan memiliki nilai *Cronbach's Alpha* lebih besar dari 0,70 sehingga kuesioner ini sudah dinyatakan reliable. Menurut (Notoadmodjo, 2010) *Cronbach's Alpha* merupakan salah satu koefisien reliabilitas yang lazim digunakan. Skala pengukuran yang reliable sebaiknya memiliki nilai *Cronbach's Alpha* minimal 0.70.

4.5. Lokasi dan Waktu Penelitian**4.5.1. Lokasi**

Penelitian telah dilaksanakan di SMA Negeri 1 Perdagangan, Kabupaten Simalungun secara *online*. Alasan peneliti memilih SMA Negeri 1 Perdagangan ini sebagai tempat penelitian karena lokasi yang strategis dan memilih jumlah siswi yang memadai untuk diteliti dan berdasarkan survey awal bahwa *body image* negatif ditemukan pada siswi sekolah tersebut.

4.5.2. Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan 5 April – 17 April Tahun 2021 setelah bimbingan dan menyusun proposal, selanjutnya mendapat surat izin penelitian dari Kaprodi Ners, lalu melakukan survei lapangan di tempat penelitian, selanjutnya mendapatkan ijin penelitian pada tempat penelitian, lalu melakukan pengambilan data dilaksanakan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kecamatan Perdagangan Kabupaten Simalungun, setelah itu melakukan pengolahan data, dan ujian skripsi.

4.6. Prosedur Pengumpulan Data dan Pengambilan Data**4.6.1. Pengambilan Data**

Peneliti melakukan pengumpulan data penelitian setelah mendapat izin dari STIKes Santa Elisabeth Medan, dan mendapat surat izin dari Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun tersebut. Setelah mendapat ijin dari SMA Negeri 1 Kecamatan Bandar, peneliti menjelaskan pada siswi-siswi tersebut mengenai tujuan dan manfaat penelitian didalam grup

whatsapp, kemudian siswi diminta untuk menandatangani lembar persetujuan menjadi responden, dan apabila ada pernyataan yang tidak jelas, peneliti dapat menjelaskan kembali kepada responden. Lalu peneliti memberikan intervensi bimbingan konseling kelompok dengan bantuan guru bimbingan konseling yang ada di sekolah tersebut melalui *zoom*. Kemudian peneliti memberikan kuesioner *body image* secara *online* melalui *google form* setelah pemberian intervensi. Dengan memberi waktu yang telah ditentukan peneliti agar siswi-siswi tersebut mengisi kuesioner dengan jumlah responden yang dibutuhkan.

4.6.2. Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, peneliti membagi dengan beberapa langkah sebagai berikut:

1. Pre test

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu membagi responden menjadi kelompok. Setiap kelompok dengan perlakuan selama 3 kali 3 hari berturut-turut. Kemudian peneliti menjelaskan penelitian yang akan dilakukan, memberikan surat lembar persetujuan (*informed consent*) kepada responden. Jika terdapat peserta yang ingin mengikuti kegiatan tetapi tidak termasuk responden, maka peserta tersebut dapat mengikuti kegiatan. Sebelum kegiatan dilakukan, terlebih dahulu peneliti mengukur *body image* responden dan peneliti menggunakan lembar kuesioner *body image pre test* dengan menggunakan link berikut [<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfd0QgZUA0PIulGFTxiFx2>]

Flq5SSDYBwrQfMyeYZIRSMzUvfg/viewform?usp=sf_link]. Kemudian menjelaskan prosedur yang akan dilakukan.

2. Intervensi

Peneliti akan memberikan bimbingan konseling kelompok yang dibimbing oleh guru bimbingan konseling kepada siswi-siswi sebanyak 3 kali selama 3 hari berturut-turut pemberian bimbingan konseling kelompok. Pelaksanaan bimbingan konseling kelompok dilakukan \pm 30-60 menit.

3. Post test

Setelah dilakukan bimbingan konseling kelompok kepada siswi-siswi, peneliti melakukan pengukuran *body image* responden dan peneliti menggunakan lembar kuesioner *body image post test* dengan menggunakan link berikut [<https://forms.gle/Hnfxug9PrfmeJ2oA7>].

4.6.3. Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat itu benar-benar mengukur apa yang diukur. Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat valid suatu instrumen. Sebuah instrumen dinyatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan (Nursalam, 2020).

Peneliti tidak melakukan uji validitas dan reliabilitas karena sudah menggunakan lembar kuesioner *body image* yang sudah valid dan sudah ada ketetapanannya menurut penelitian Susi Fitri, dkk (2017).

4.7. Kerangka Operasional

Bagan 4.2 Kerangka Operasional Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap *Body Image* pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun, Selama Masa Pandemi Covid 19 tahun 2021



4.8. Analisa Data

Data yang diperoleh dari responden diolah dengan bantuan komputer dengan empat tahap. Tahap pertama pengumpulan data yaitu suatu proses penyederhanaan data, maka dapat dilakukan interpretasi data dengan mudah. Tahap kedua yaitu, *editing* yaitu memeriksa kebenaran data dan memastikan data yang diinginkan dapat dipenuhi, tahap ketiga *coding* yaitu, mengklasifikasikan jawaban menurut variasinya dengan memberi kode tertentu, dan tahap yang terakhir adalah *tabulasi* yaitu, data yang telah terkumpul ditabulasi dalam bentuk tabel untuk mencegah terjadinya kekeliruan pemasukan data atau kesalahan penempatan dalam kolom maupun baris tabel.

Untuk melihat apakah ada pengaruh antara variabel independen dan dependen maka dilakukan analisa inferensial (uji signifikansi), yaitu uji yang digunakan harus sesuai dengan rancangan penelitian. Dari uji statistik ini akan diperoleh 2 kemungkinan hasil uji, yaitu signifikan/bermakna (adanya pengaruh), dan tidak signifikan/tidak bermakna (tidak adanya pengaruh).

Statistika dalam pengolahan data hasil penelitian hanya merupakan alat, bukan tujuan dari analisis. Karena itu, statistika tidak boleh dijadikan tujuan yang menentukan komponen-komponen penelitian yang lain, karena yang mempunyai peran penting dalam penelitian adalah masalah dan tujuan penelitian (Nursalam, 2020).

4.8.1. Statistik univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Bentuk analisis univariat tergantung pada

jenis datanya. Pada umumnya dalam analisa ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel (Nursalam, 2020)

4.8.2. Statistik bivariat

Analisis bivariat merupakan analisa untuk mengetahui apakah ada atau tidaknya pengaruh bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMA.

Penelitian ini terlebih dahulu menguji normalitas data dengan menggunakan *Uji Saphiro-Wilk* yang menghasilkan data berdistribusi normal. Maka uji statistik analisis yang digunakan pada penelitian ini menggunakan uji *Paired Samples T-Test*, yang bertujuan untuk mengukur peningkatan nilai pada *pre test* dan *post test* setelah diberi perlakuan pada responden yang sama.

4.9. Etika Penelitian

Masalah etika pada penelitian yang mengajukan subjek manusia menjadi isu sentral yang berkembang saat ini. Pada penelitian ilmu keperawatan, karena hampir 90% subjek yang dipergunakan adalah manusia, maka peneliti harus memahami prinsip-prinsip etika penelitian. Jika hal ini tidak dilaksanakan, maka peneliti akan melanggar hak-hak (*Autonomy*) manusia yang kebetulan sebagai klien. Secara umum prinsip etika dalam penelitian/pengumpulan data dapat dibedakan menjadi tiga bagian, yaitu prinsip manfaat, prinsip menghargai hak-hak subjek, dan prinsip keadilan. *Informed consent* yaitu subjek harus mendapatkan informasi secara lengkap tentang tujuan penelitian yang akan dilaksanakan, mempunyai hak untuk bebas berpartisipasi atau menolak menjadi responden. Hak dijaga kerahasiaannya (*right to privacy*) yaitu subjek mempunyai hak untuk

meminta bahwa data yang diberikan harus dirahasiakan, untuk itu perlu adanya tanpa nama (*anonymity*) dan rahasia (*confidentiality*) (Nursalam, 2020).

Setelah mendapatkan persetujuan penelitian, peneliti akan menjelaskan *informed consent* kepada siswi dan meminta siswi tanda tangani menunjukkan bahwa siswi setuju menjadi responden.

Penelitian ini juga telah layak etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan STIKes Santa Elisabeth Medan dengan nomor surat No.: 0070/KEPK-SE/PE-DT/III/2021.

BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1. Hasil Penelitian

Hasil studi ini menguraikan dan membahas mengenai pengaruh bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun selama masa pandemi covid 19 tahun 2021. Penelitian ini dilakukan pada remaja perempuan dengan usia 15-18 tahun. Adapun jumlah responden dalam penelitian adalah 85 orang.

Penelitian pengaruh bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMA yang dilakukan mulai dari tanggal 5 April-17 April 2021 di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun. Berlokasi di Jalan Kuala Tanjung, No.10 Kecamatan Bandar, Kabupaten Simalungun, Provinsi Sumatera Utara dengan luas tanah 3M². SMA ini memiliki Visi “Unggul dalam kualitas akademik dan non akademik yang bermartabat melalui inovasi dengan meningkatkan IMTAQ, IPTEK dan kejujuran serta berbudaya lingkungan”. SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan merupakan salah satu sekolah menengah atas milik pemerintah yang berakreditasi B dengan jumlah siswa/i 1079, dan sebanyak siswi perempuan sebanyak 757 orang, 83 guru (kualifikasi, sertifikasi, pns, dan honorer), terdiri dari 33 kelas, jurusan IPA dan IPS, memiliki ekstrakurikuler, menggunakan kurikulum 2013, memiliki 4 laboratorium, 1 perpustakaan, dilengkapi dengan jaringan akses internet dan daya listrik, serta manajemen berbasis sekolah.

5.1.1. Karakteristik Responden

Tabel 5.1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Siswi SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Tahun 2021

| Karakteristik | (n=85) | % |
|---------------|--------|------|
| Umur | | |
| 15 | 44 | 51,8 |
| 16 | 33 | 38,8 |
| 17 | 8 | 9,4 |
| 18 | 0 | 0 |

Hasil penelitian diperoleh bahwa responden berumur 15 tahun sebanyak 44 siswi (51,8%), berumur 16 tahun sebanyak 33 siswi (38,8%), dan yang berumur 17 tahun sebanyak 8 siswi (9,4%).

5.1.2. Body Image Pre Test Pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar

Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021

Tabel 5.2. Body Image Pre Test dan Post Tets Pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021(n=85)

| Variabel | Mean | Std. Deviation | Min-Max | 95% CI |
|----------------------|-------|----------------|---------|-------------|
| Body Image Pre Test | 25,69 | 4,706 | 16 – 37 | 24,68-26,71 |
| Body Image post Test | 29,75 | 4,843 | 18 – 39 | 28,71-30,80 |

Berdasarkan tabel 5.2 di peroleh hasil data *body image pre* intervensi rerata nilai dengan 25,69, standar deviasi sebesar 4,706 dengan nilai minimum 16 dan nilai maksimum 37, serta didapatkan *confidence interval* 95% batas bawah sebesar 24,68 dan batas atas sebesar 26,71.

Hasil data *body image post* intervensi rerata nilai dengan 29,75, standar deviasi sebesar 4,843 dengan nilai minimum 18 dan nilai maksimum 39, serta didapatkan confidence interval 95% batas bawah sebesar 28,71 dan batas atas sebesar 30,80.

5.1.3. Uji Normalitas

Tabel 5.3. Uji Normalitas Hasil Data Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap Body Image pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021(n=85)

| | Kelas | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | |
|------------------|-----------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
| | | Statistic | Df | Sig. | Statistic | Df | Sig. |
| Hasil Body Image | Pre Test | .098 | 85 | .044 | .974 | 85 | .082 |
| | Post Test | .086 | 85 | .175 | .980 | 85 | .210 |

Berdasarkan tabel 5.2 di peroleh hasil data pada penelitian ini berdistribusi normal dengan nilai pada pre test $p=0.082$ dan pada post test $p=0.210$ ($p > 0.05$), sehingga dengan uji normalitas Shapiro-Wilk data berdistribusi normal.

5.1.4. Pengaruh bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simaungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021

Pengaruh bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021 ditunjukkan pada tabel 5.3.

Tabel 5.4. Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap Body Image pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021(n=85)

| Variabel | N | Mean | Std. Deviation | Min-Max | 95%CI | p |
|----------------------|----|-------|----------------|---------|-------------|-------|
| Body Image Pre Test | 85 | 25,69 | 4,706 | 16 – 37 | 24,68-26,71 | 0.001 |
| Body Image Post Test | 85 | 29,75 | 4,843 | 18 – 39 | 28,71-30,80 | |

Berdasarkan tabel 5.4 hasil uji statistik *Paired Samples Test*, diperoleh *p*-value = 0.001 ($p < 0,05$). Nilai signifikan (2-tailed) $0.001 < 0,05$ adanya perbedaan yang signifikan antara *pre test* dan *post test*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021.

5.2 Pembahasan

5.2.1. Bimbingan Konseling Kelompok Pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dengan memberikan bimbingan konseling kelompok kepada siswi-siswi SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun, subjek penelitian mampu mengubah pikiran negatif individu terkait ketidakpuasannya terhadap tubuh (*negative body image*) dengan menunjukkan hasil yang meningkat pada *post test* setelah intervensi bimbingan konseling kelompok dilakukan. Selain membantu subjek untuk mengganti pikiran-pikiran negatif yang dimiliki, juga mengajarkan subjek untuk

memiliki keterampilan spesifik dalam menghadapi kecemasan yang terjadi akibat *body image* yang rendah dan mampu mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

Hal ini selaras dengan penelitian (Sulistiya et al., 2017) yang mengatakan bahwa, dengan strategi layanan bimbingan konseling mampu meningkatkan *body image* mahasiswi, serta membantu mahasiswi dalam mengatasi pikiran-pikiran negatif terhadap ketidakpuasan tubuh sehingga membantu mereka untuk memiliki rasa percaya diri yang lebih tinggi terhadap apa yang sudah dimiliki. Juga Fitri, Susi., et.al, (2017), dalam penelitiannya tentang pelaksanaan konseling kelompok BI-CBT membantu siswi SMK Negeri 1 Babelan untuk mengeksplorasi perasaan yang selama ini tidak dapat mereka ungkapkan, mengetahui kelemahan dirinya, dan menerima kondisi tubuhnya sekarang sehingga membuat mereka lebih berani untuk mengeksperikan penampilannya. Bimbingan kelompok dapat membantu meningkatkan *body image* positif, lebih percaya diri serta memandang diri lebih baik sebagai hasil dari diskusi dan *feedback* atau tanggapan dari anggota kelompok saat dilaksanakannya kegiatan bimbingan kelompok, (Karlina, Happy., et.al, 2017).

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini dengan bimbingan konseling kelompok mampu meningkatkan *body image* pada remaja perempuan yang mengalami ketidakpuasan tubuh akan berdampak negatif jika tidak ditangani dengan serius. Bimbingan konseling kelompok, siswi SMA Negeri 1 Bandar Kabupaten Simalungun dapat membantu siswa agar lebih mampu mengeksplorasi

perasaan-perasaan negatif tentang *body image* mereka dan mampu menyelesaikannya dengan pemikiran positif.

5.2.2. *Body Image* Pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2021

Penelitian ini mendapatkan hasil Mean *body image pre test* sebesar 25,69 dengan nilai minimum 16 dan nilai maksimum 37, sedangkan pada Mean *body image post test* sebesar 29,75 dengan nilai minimum 18 dan nilai maksimum 39. Maka ditemukan peningkatan poin Mean *pretest-posttest* sebesar 4,06. Juga ditemukan peningkatan nilai pada confidence interval 95% pada batas bawah *pretest-posttest* sebesar 24,68-28,71 dan pada batas atas *pretest-posttest* sebesar 26,71-30,80. Maka dapat dinyatakan adanya perbedaan poin *body image* yang meningkat pada *pre test* ke *post test*.

Penelitian ini didukung hasil studi oleh (Sulistiya et al., 2017), kondisi *body image* mahasiswa sebelum mendapatkan perlakuan semuanya berada tingkat yang rendah (3 orang) dan tingkat sedang (3 orang). Setelah mendapatkan intervensi, tingkat *body image* mahasiswa berubah, dan berada pada tingkat sedang (6 orang). Berdasarkan hasil *Pretest*, *Posttest* dan *Follow-up* menunjukkan bahwa konseling kelompok CBT dengan teknik *cognitive restructuring* berdampak pada peningkatan *body image*. Siswa pada kelompok *treatment* yang mengalami peningkatan yakni 1 orang dari kategori negatif ke positif, 1 orang dari kategori netral ke positif, 3 orang dari kategori negatif ke netral, dan 1 orang tetap pada kategori negatif, (Fitri, Susi., et.al, 2017). Siswa dengan kelompok *treatment*

mengalami peningkatan. Peningkatan tertinggi dicapai oleh siswa NA dengan persentase peningkatan sebanyak 23.77%, (Karlina, Happy., et.al, 2017).

Peningkatan nilai body image *pre-test* ke *post-test* mampu membuktikan bahwa terjadi perubahan peningkatan body image pada siswi SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun dengan adanya nilai *pre dan post body image* sebab dengan bimbingan konseling sangat membantu siswi lebih memiliki pemahaman yang objektif, tepat dan cukup luas, tentang berbagai hal yang mereka bicarakan, menimbulkan sikap yang positif terhadap diri, dan lingkungan, yang mereka bicarakan bersama dalam kelompok.

5.2.3. Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap Body Image Pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021

Bimbingan konseling kelompok dalam penelitian ini, yang dilakukan pada 85 responden didapatkan adanya perubahan *body image*. Bimbingan konseling ini dilakukan 3 kali selama 3 hari berturut-turut dengan frekuensi 1x sehari durasi waktu 30-60 menit. Setelah dilakukan bimbingan konseling kelompok didapatkan berdasarkan hasil uji statistik *paired samples test*, menunjukkan nilai dari *Asymp.Sig (2-tailed)* adalah sebesar 0.001 ($p < 0.05$). Nilai probabilitas tersebut lebih kecil dari pada nilai signifikansi $\alpha = 0.05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh bimbingan konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021.

Pada penelitian ini menemukan banyak siswi yang masih memiliki *body image* negatif dikarenakan banyak penilaian remaja perempuan secara individu

terhadap standart kecantikan mereka dengan penilaian dari media massa dan sosial media, yaitu bahwa kecantikan bernilai putih, tinggi, langsing dan sebagainya. Sehingga banyak yang tidak memiliki kepuasan terhadap diri sendiri yang mendatangkan rasa tidak percaya diri. Dengan mengungkapkan berbagai cara yang mereka lakukan untuk memenuhi kepuasan terhadap tubuh mereka seperti diet dengan tidak teratur makan, mengkonsumsi obat-obatan diet, menggunakan perawatan wajah berupa cream wajah untuk kepuasan citra tubuh, dan masih banyak yang tidak percaya diri tampil di muka umum dengan berat badan yang berlebihan dan kekurangan. Meskipun demikian citra tubuh juga dipengaruhi oleh faktor media massa dan hubungan interpersonal individu, maka kondisi citra tubuh siswi tersebut dapat berubah. Maka diperlukan tindak lanjut dan pengawasan terhadap siswi, sehingga apabila mereka mampu mengendalikan diri ketika berada pada kondisi yang membuat citra tubuh mereka menurun. Siswi yang telah mengikuti konseling kelompok dapat memahami dirinya dan mengendalikan pola pikir serta perasaannya terhadap caranya memandang dirinya, dan tanggapan dari orang lain. Hal tersebut membuat siswi menjadi lebih mampu untuk menerima diri dan tampil lebih percaya diri.

Hasil penelitian ini menunjukkan persamaan dengan penelitian-penelitian terkait bahwa remaja banyak menunjukkan ketidakpuasaan terhadap tubuh atau memiliki *body image* negatif namun *body image* bukan sesuatu yang bersifat statis pembentukannya dipengaruhi oleh persepsi, perasaan dan lingkungan sekitar sehingga memungkinkan dilakukan perlakuan tertentu untuk meningkatkan *body image*, dan hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok adalah

salah satu perlakuan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *body image* siswi perempuan.

Layanan bimbingan kelompok siswa dapat mencurahkan pemikiran-pemikiran dan keluh kesah khususnya tentang masa pertumbuhan sebagai remaja, dimana pembahasan ini jarang sekali didapatkan di ruang kelas karena biasanya pembahasan di kelas lebih merujuk pada kebutuhan akademik sedangkan permasalahan pribadi dan topic yang berkaitan dengan diri tampaknya jarang dibahas, sekalipun dibahas tentu tidak dapat terbuka karena jumlah siswa yang banyak.

Didukung oleh penelitian (Karlina, Happy., et.al, 2017), hasil penelitian didapatkan dengan pengumpulan data menggunakan kuesioner MBSRQ dan dianalisis menggunakan *Wilcoxon Sign Rank Test*. Hasil analisis menunjukkan nilai $\text{sig.} = 0.018$ pada kelompok treatment yang berarti nilai probabilitas lebih kecil dari nilai signifikansi $\alpha = 0.05$, dengan demikian hasil analisis dapat diartikan bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh terhadap peningkatan *body image* siswa kelas XI di MAN 3 Jakarta.

Konseling kelompok pendekatan *Body Image Cognitive Behavioral Therapy* (BI-CBT) memiliki pengaruh yang kuat terhadap *body image* siswi kelas XI di SMK Negeri 1 Babelan dengan pengumpulan data menggunakan kuesioner MBSRQ dan dianalisis menggunakan *Wilcoxon Sign Rank Test*. Hasil analisis menunjukkan nilai $\text{sig.} = 0.028$ pada kelompok treatment yang berarti nilai probabilitas lebih kecil dari nilai signifikansi $\alpha = 0.05$, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, (Fitri, Susi., et.al, 2017), sama

dengan penelitian (Sulistiya et al., 2017) dengan desain penelitian *pretest and multiple posttest design* diaplikasikan peneliti dengan melibatkan subjek penelitian sebanyak 6 mahasiswi yang dipilih secara *purposive* dari 30 mahasiswi. Hasil uji *Repetead measure Anova* menunjukkan bahwa teknik *cognitive restructuring* terbukti efektif untuk meningkatkan *body image* mahasiswi FIP IKIP Mataram ($F(2,10)=21.759, p<0.05$).

BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN

6.1. Simpulan

1. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dengan memberikan bimbingan konseling kelompok kepada siswi-siswi SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun, subjek penelitian mampu mengubah pikiran negatif individu terkait ketidakpuasannya terhadap tubuh (*negative body image*) dengan menunjukkan hasil yang meningkat pada *post test* setelah intervensi bimbingan konseling kelompok dilakukan.
2. Peningkatan nilai *body image pre-test* ke *post-test* mampu membuktikan bahwa terjadi perubahan peningkatan *body image* pada siswi SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun dengan adanya nilai *pre dan post body image* sebab dengan bimbingan konseling sangat membantu siswi lebih memiliki pemahaman yang objektif, tepat dan cukup luas, tentang berbagai hal yang mereka bicarakan, menimbulkan sikap yang positif terhadap diri, dan lingkungan, yang mereka bicarakan bersama dalam kelompok.
3. Berdasarkan analisis penelitian, secara signifikan terdapat peningkatan *body image* pada saat *pretest* dan *posttest* setelah diberikan intervensi. Dengan diperoleh hasil uji statistik *Paired Samples Test p value* = 0.001 ($p < 0,05$), sehingga disimpulkan terdapat pengaruh konseling kelompok terhadap *body image* pada remaja perempuan di SMAN 1 Bandar

Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021.

6.2 Saran

1. Bagi Guru Bimbingan Konseling di Sekolah

Mendeteksi dini siswi yang memiliki citra tubuh negatif dan segera dilakukan konseling dengan menggunakan instrument MBSRQ atau instrumen yang relevan lainnya. Tindak lanjut terhadap siswa yang memiliki citra tubuh negatif tersebut diberikan layanan konseling individu atau konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *body image* yang sudah teruji dalam beberapa penelitian dapat memperbaiki kondisi *body image* negatif individu atau kelompok.

2. Bagi Program Studi Bimbingan Konseling adalah mengasah kemampuan interpretasi hasil instrumen dan kemampuan pelaksanaan konseling kelompok. Terkait dengan penggunaan instrumen adaptasi diperlukan pemberian materi pada mata pembelajaran.

3. Bagi Remaja, diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menambah pengetahuan siswi dalam memandang *body image* secara positif sehingga dapat menerapkan pola hidup yang baik dan sehat, memiliki kepercayaan diri, tidak terjadi bullying disekolah.

4. Saran bagi penelitian selanjutnya adalah melakukan metode penelitian lanjut dari penelitian yang sudah dilakukan. Sehingga penelitian yang sudah ada akan semakin berkembang. Peneliti yang akan menggunakan

pendekatan konseling atau *body image* harap menyusun prosedur intervensi penelitian dengan baik sehingga pemberian intervensi dapat terlaksana sesuai dengan target. Sebaiknya melakukan konseling kelompok secara tatap muka dengan siswi, karena akan menghasilkan hasil yang lebih efektif dari pada konseling secara online.

Keterbatasan Penelitian:

1. Penelitian yang dilaksanakan di SMAN 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun terdapat responden yang tidak bersedia dijadikan sampel dalam penelitian pada hari itu dan dilanjutkan hari selanjutnya.
2. Sedikitnya minat siswi mengikuti konseling secara online melalui media zoom.
3. Keterbatasan jaringan internet yang berbeda-beda di setiap tempat tinggal siswi masing-masing.

DAFTAR PUSTAKA

- Lankford, Ronald. (2010). *Body Image*. London. [https://books.google.co.id/books?id=pIdmDwAAQBAJ&lpg=PP1&hl=id&pg=PA12#v=onepage&q&f=false]
- Virgandiri, Senna et al. (2020). Description of Knowledge, Attitude, and Behavioral Breastfeeding on Working Mother in the Arjasa Community Health Center Working Area in Jember Regency. *Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Science)*, 8(1), 1–9. https://doi.org/10.21776/ub.jik.2020.008.01.1
- Grogan, Sarah. (2017). *Body Image*. New York. Edisi: Ketiga.
- Alvani, Seyed. Reza., et al. (2016). Relationship between Body Weight and Self-Esteem: A Study of Young Men and Women in Iran. *Journal of Obesity and Overweight*, 2(2). https://doi.org/10.15744/2455-7633.2.202
- Zebede et al. (2018). *The relation between body image satisfaction , self-esteem and the academic behavior among the first and fourth year students in the Faculty of Nursing Tanta University*. 6(3), 28–38. https://doi.org/10.5430/cns.v6n3p28
- Ifdil et al. (2017). *Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri*. 2(3), 107–113.
- Breda-Vicentini, L., Rossi, R., De-Bortoli, A. L., & De-Bortoli, R. (2020). Body Image Perception: Gender Differences among University Students. *Journal of Practical Studies in Education*, 1(1), 15–19. https://doi.org/10.46809/jpse.v1i1.9
- Denich, A. U., & Ifdil, I. (2015). Konsep Body Image Remaja Putri. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 3(2), 55. https://doi.org/10.29210/116500
- Elsherif, Z. A. E., & Abdelraof, A. S. E. (2018). The Relation between body image satisfaction, self-esteem and the academic behavior among the first and fourth year students in the faculty of nursing Tanta University. *Clinical Nursing Studies*, 6(3), 28. https://doi.org/10.5430/cns.v6n3p28
- Fahmi, N. N., & Slamet, S. (2017). Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Smk Negeri 1 Depok Sleman. *Hisbah: Jurnal Bimbingan, Konseling Dan Dakwah Islam*, 13(2), 69–84. https://doi.org/10.14421/hisbah.2016.132-05
- Folastri, S., & Rangka, I. B. (2017). *Prosedur Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok* (Issue January 2016).
- Lupitasari. (2019). *Hubungan Antara Harga Diri Dengan Citra Tubuh Pada Remaja*. *Correlation Between Self-Esteem With Body Image of Grade X Teenage*. 166–174.
- Kusumaningtyas, Diah. N. (2019). Body dissatisfaction pada wanita dewasa awal yang mengalami obesitas di Kota Bontang. *Psikoborneo*, 7(3), 662–674.

- Latzer, Y., Weinberger-Litman, S. L., Spivak-Lavi, Z., & Tzischinsky, O. (2019). Disordered Eating Pathology and Body Image Among Adolescent Girls in Israel: The Role of Sense of Coherence. *Community Mental Health Journal*, 55(7), 1246–1252. <https://doi.org/10.1007/s10597-019-00446-0>
- Lembaga Demografi. (2017). RINGKASAN STUDI “Prioritaskan Kesehatan Reproduksi Remaja Untuk Menikmati Bonus Demografi.” *Brief Notes Lembaga Demografi FEB UI*, 1–6. www.ldfebui.org
- Happy et al. (2017). *PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP BODY IMAGE SISWA Abstrak*. 6(1).
- Maryam, S. (2019). *JAIPTEKIN | Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia Hubungan body image dengan penerimaan diri mahasiswa putri Relationship between body image and self-acceptance of female students Pendahuluan*. 3(3), 129–136.
- Najwa, Nasuha. (2019). Body Image Perceptions and Weight Loss Behaviour Among Young Adults 2(3), 426–434.
- Qaisy, L. M. (2016). *BODY IMAGE AND SELF-ESTEEM AMONG ISRA' UNIVERSITY STUDENTS Dr. Lama M. Qaisy Educational Psychology Department, Faculty of Educational Sciences, Tafila Technical University, Jordan*. 4(8), 63–71.
- Santana, K., Ferraz, A. D. F., Dias, A. R. L., Rodrigues, R. A. S., Pasa, C., Fett, W. C. R., Viana, M. V., Figueira, A., & Fett, C. A. (2019). Level of Physical Activity on the Body Image of Young Women. *Journal of Morphological Sciences*, 36(3), 156–161. <https://doi.org/10.1055/s-0039-1693721>
- Nasrina & Slamet. (2016). *Layanan Konseling Kelompok 13*(1), 69–84.
- Wati, D. K., & Sumarmi, S. (2017). Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan Gemuk Dan Tidak Gemuk: Studi Cross Sectional. *Amerta Nutrition*, 1(4), 398. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i4.7130>
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2012). *Nursing Research : Principles and Methods Seventh Edition*. <http://publications.lib.chalmers.se/records/fulltext/245180/245180.pdf%0Ahttps://hdl.handle.net/20.500.12380/245180%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.jsames.2011.03.003%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.gr.2017.08.001%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.precamres.2014.12>
- Creswell, J. W. (2009). Research Design : Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches Third Edition. *Intercultural Education*, 20(2), 127–133. <https://doi.org/10.1080/14675980902922143>
- Fazriah, N., Fitri, S., & Badrudjaman, A. (2017). Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Body Image Cognitive Behavioral Therapy Terhadap Siswi Smk Yang Memiliki Citra Tubuh Negatif. *Insight Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 197–213. <https://doi.org/10.21009/insight.062.08>



- Karlina, Happy et al. (2017). *PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP BODY IMAGE SISWA* Abstrak. 6(1).
- Saragih, M. S. B., Wibowo, M. E., & Awalya. (2018). Cognitive behavioral therapy group counseling to improve body image. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 7(2), 132–138.
- Nugroho, Anggit Fajar. (2018). Teori-Teori Bimbingan Konseling Dalam Pendidikan, 2(1), 121.



LAMPIRAN



STIKes Santa Elisabeth Medan

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth.
Calon Responden Penelitian
Di
SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun

Dengan Hormat,
Saya yang bertandatangan dibawah ini:
Nama : Indah Gaung S. Sibagariang
NIM : 032017108
Alamat : Jl. Bunga Terompet No.118 Pasar VII Padang
Bulan, Medan Selayang

Mahasiswi program studi ners tahap akademik Stikes Santa Elisabeth Medan sedang melakukan penelitian dengan judul “**Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap Body Image Pada Remaja Perempuan Di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Tahun 2021**”. Penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti tidak akan menimbulkan kerugian terhadap calon responden, segala informasi yang diberikan oleh responden kepada peneliti akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan peneliti sementara. Peneliti sangat mengharapkan kesediaan individu untuk menjadi responden dalam penelitian ini tanpa ancaman dan paksaan.

Apabila saudara bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini, mohon kesediaan anda untuk menandatangani surat persetujuan untuk menjadi responden dan bersedia memberikan informasi yang dibutuhkan peneliti guna pelaksanaan penelitian. Atas perhatian dan kerjasama dari saudara, saya ucapkan terimakasih.

Hormat Saya,

Indah Gaung S. Sibagariang

STIKes Santa Elisabeth Medan

INFORMED CONSENT

(Persetujuan Keikutsertaan Dalam Penelitian)

Responden yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama initial :

Alamat :

Setelah saya (responden) mendapatkan keterangan secukupnya serta mengetahui tentang tujuan yang dijelaskan dari penelitian yang berjudul: **“Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap *Body Image* Pada Remaja Pada Remaja Perempuan Di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun”**. Menyatakan bersedia memberikan kesempatan saya menjadi responden dalam pengambilan data awal untuk penelitian ini dengan catatan bila suatu waktu saya (responden) merasa dirugikan dalam bentuk apapun, saya (responden) berhak membatalkan persetujuan ini. Saya (responden) percaya apa yang akan saya (responden) informasikan dijamin kerahasiannya.

Perdagangan,

Responden

KUESIONER BODY IMAGE**A. Identitas Responden**

Nama :

Tempat/ Tgl Lahir :

Kelas :

B. Petunjuk Pengisian Kuesioner

Bacalah setiap pernyataan dan tentukan sikap saudara terhadap pernyataan di bawah ini dengan cara memberi tanda *checklist* (✓) pada salah satu pilihan jawaban: Sangat Tidak Setuju, Tidak Setuju, Setuju, Sangat Setuju dengan kode masing-masing jawaban:

STS : Sangat Tidak Setuju

TS : Tidak Setuju

S : Setuju

SS : Sangat Setuju

| No. | Pertanyaan | SS | S | TS | STS |
|-----|--|----|---|----|-----|
| 1. | Menurut saya, penampilan saya menarik bagi lawan jenis | | | | |
| 2. | Saya percaya diri dengan penampilan saya saat ini | | | | |
| 3. | Saya menggunakan pakaian yang sesuai dengan ukuran tubuh | | | | |
| 4. | Saya menyukai pakaian berwarna hitam untuk menyamarkan kegemukan tubuh | | | | |
| 5. | Saya puas dengan bagian tubuh bagian tengah (dari pinggang hingga perut) | | | | |
| 6. | Secara keseluruhan, penampilan saya memuaskan | | | | |
| 7. | Berat badan saya saat ini merupakan berat badan ideal | | | | |
| 8. | Saya khawatir menjadi gemuk | | | | |
| 9. | Saya ingin diet untuk menentukan berat badan | | | | |
| 10. | Saya merasa baik-baik saja bila berat badan saya naik | | | | |
| 11. | Saya menganggap berat badan saya tidak terlalu kurus | | | | |

Sumber: Titik Oktaviany, 2015

**PROSEDUR INTERVENSI BIMBINGAN KONSELING KELOMPOK
PADA REMAJA PEREMPUAN DI SMA NEGERI 1 BANDAR
PERDAGANGAN KAB. SIMALUNGUN TAHUN 2021**

| KEGIATAN | URAIAN KEGIATAN |
|--|--|
| Persiapan | Peneliti mengajukan surat permohonan kepada pihak SMA Negeri 1 Bandar. Lalu, meminta izin dan bantuan kepada kordinator BK |
| Pre-Test | Peneliti memberikan kuesoiner kepada seluruh siswi yang menjadi responden. Untuk melihat tingkat <i>body image</i> . Peneliti menginterpretasikan hasil dan menyusun rencana perubahan. |
| Intervensi Bimbingan Konseling (Pembukaan) | <ul style="list-style-type: none">• Pembukaan• Game Perkenalan• Menjelaskan tujuan kelompok, peran pemimpin kelompok, dan azas-azas konseling kelompok• Mengeksplorasi harapan• Membuat dan menyepakati peraturan yang berlaku dalam kelompok.• Merencanakan dan Menyepakati durasi, waktu, dan frekuensi pertemuan.• <i>Ice breaking</i>• Membicarakan pertemuan selanjutnya• Penutup |
| Konseling Kelompok 2 (Peralihan) | <ul style="list-style-type: none">• Pembukaan• Apersepsi pertemuan sebelumnya• Pemimpin kelompok membagikan kertas hasil tulisan anggota pada pertemuan sebelumnya.• Anggota kelompok bergantian membacakan hasil tulisan anggota kelompok yang lainnya.• Diskusi hasil tulisan• Menyepakati pertemuan sebelumnya• Penutup |
| Konseling (inti/mengevaluasi diri) | <ul style="list-style-type: none">• Pembukaan• Apersepsi pertemuan sebelumnya• <i>Ice breaking</i> (memerankan perasaan/ <i>act how you feel</i>)• Anggota kelompok menceritakan pengalaman-pengalamannya terkait dengan citra tubuh |

STIKes Santa Elisabeth Medan

| | |
|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Mengajak anggota kelompok untuk mengelompokkan pikiran-pikiran pada tiap bagian tubuh yang tidak mengganggu • Memberikan pekerjaan rumah (menceritakan perlakuan anggota pada tubuhnya pada saat pulang sekolah, sebelum tidur, bangun tidur, dan saat disekolah) • Menyepakati pertemuan selanjutnya • Penutup |
| Konseling (inti/mengevaluasi diri) | <ul style="list-style-type: none"> • Pembukaan • Apersepsi pertemuan sebelumnya • Membahas pekerjaan rumah • Mengajak anggota kelompok untuk mengelompokkan pikiran-pikiran • Menganalisis pikiran teman dari ceritanya • Memainkan kata berantai • Memberikan pekerjaan rumah (berkaca dan menuliskan yang anggota pikirkan tentang tubuhnya) • Menyepakati pertemuan selanjutnya • Penutup |
| Konseling (inti/konfrontasi pemikiran) | <ul style="list-style-type: none"> • Pembukaan • Apersepsi pertemuan sebelumnya • <i>Ice breaking</i> • Mengukur kepuasan area tubuh bagian atas, tengah, dan bagian bawah. • Menggambarkan area tubuh anggota kelompok yang lainnya. • Berdiskusi menggunakan kemampuan konfrontasi • Memberi tugas kepada anggota (meminta tanggapan dari anggota keluarga tentang penampilan tubuh anggota kelompok) • Menyepakati pertemuan selanjutnya • Penutup |
| Konseling (inti/mengevaluasi bukti-bukti pemikiran) | <ul style="list-style-type: none"> • Pembukaan • Apersepsi pertemuan sebelumnya • Menganalisis hubungan antara pikiran, perasaan, dan tindakan anggota kelompok mengenai pandangan ia terhadap dirinya • Menganalisis hubungan antara pikiran, perasaan, dan tindakan anggota kelompok saat mendapat komentar dari orang lain. • Diskusi kelompok |

STIKes Santa Elisabeth Medan

| | |
|--------------------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none">• Menyepakati pertemuan selanjutnya• Penutup |
| Konseling (akhir/ <i>self help</i>) | <ul style="list-style-type: none">• Pembukaan• Apersepsi pertemuan sebelumnya• Anggota kelompok melakukan <i>self talk</i> dan mengungkapkan refleksi dan pemahaman baru yang didapat kepada kelompok dan anggota kelompok lain memberikan tanggapan• Menarik kesimpulan• <i>Ice Breaking 'relaks'</i>• Membicarakan pertemuan selanjutnya• Penutup |
| Konseling (akhir/ <i>self help</i>) | <ul style="list-style-type: none">• Pembukaan• Apersepsi pertemuan sebelumnya• Menuliskan rencana perubahan pada kertas format• Mengevaluasi kegiatan bimbingan konseling kelompok• <i>Post-test</i>• Penutup |
| <i>Post-test</i> | Peneliti memberikan kuesioner kepada anggota kelompok <i>treatment</i> setelah diberikan Perlakuan |

Sumber: Susi Fitri (2017)

STIKes Santa Elisabeth Medan

SAP

PENGARUH BIMBINGAN KONSELING KELOMPOK TERHADAP *BODY IMAGE* PADA REMAJA PEREMPUAN DI SMAN 1 BANDAR PERDAGANGAN KABUPATEN SIMALUNGUN SELAMA MASA PANDEMI COVID 19 TAHUN 2021

Pokok pembahasan : Bimbingan Konseling Kelompok Tentang *Body Image*
Waktu : 180 menit (3 kali pertemuan)
Pembicara : Guru BK SMAN 1 Bandar Perdagangan
Peserta/sasaran : Remaja Perempuan SMAN 1 Bandar Perdagangan
Media : Zoom

Tujuan umum :

Setelah mengikuti “Pendidikan Kesehatan tentang Breast Self Examination Terhadap Perilaku Remaja Perempuan SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Tahun 2021”

Tujuan Khusus :

- Mampu menjelaskan definisi, tujuan, manfaat serta tahapan cara melakukan bimbingan konseling kelompok tentang *body image*.
- Mampu melakukan dengan benar tahapan cara melakukan bimbingan konseling kelompok

| No | Materi | Kegiatan |
|----|-------------------------|--|
| 1 | Pembukaan (30 menit) | -Membuka pertemuan dengan mengucapkan salam -Memperkenalkan diri -Menjelaskan tujuan pertemuan -Menyampaikan waktu/kontrak waktu yang akan digunakan dan mendiskusikannya dengan peserta. - Memberikan gambaran mengenai informasi yang akan disampaikan pada hari ini. - Memberi waktu kepada responden untuk mengisi kuesioner pre test |
| 2 | Proses (40 menit) | -Mengevaluasi diri -Inti/konfrontasi pemikiran -Konseling tahap akhir/ <i>self help</i> |
| 3 | Penutup (30 menit) | -Menyimpulkan rangkaian pertemuan -Memberikan kuesioner post test untuk diisi kembali oleh peserta -Mengucapkan terimakasih atas waktu yang telah diberikan dalam penyuluhan. -Mengucapkan salam penutup |



STIKes Santa Elisabeth Medan

WAKTU PERLAKUAN KONSELING SMAN 1 BANDAR PERDAGANGAN
KABUPATEN SIMALUNGUN SELAMA
MASA PANDEMI COVID 19
TAHUN 2021

| Hari, Tgl | Kelompok 1 | Kelompok 2 | Kelompok 3 |
|-------------------------|-------------------|-------------------|--------------------|
| Kamis, 8 april 2021 | 10.00 – 11.00 wib | 11.00 – 12.00 wib | 12.30 – 13.20 wib |
| Jumat, 9 april 2021 | 08.00 – 09.00 wib | 12.00 – 13.00 wib | 09.30 – 10 -30 wib |
| Sabtu, 10 april 2021 | 12.00 -13.00 wib | 13.00 – 14.00 wib | 14.00 – 15.00 wib |



STIKes Santa Elisabeth Medan

PENGAJUAN JUDUL SKRIPSI

JUDUL SKRIPSI :

Nama mahasiswa :

N.I.M :

Program Studi : Ners Tahap Akademik STIKes Santa Elisabeth Medan

Medan, 2021

Menyetujui

Ketua Program Studi Ners

Mahasiswa

Samfriati Sinurat. S.Kep.Ns.,MAN

Indah Gaung S. Sibagariang



STIKes Santa Elisabeth Medan

USULAN JUDUL SKRIPSI DAN TIM PEMBIMBING

1. Nama Mahasiswa :
2. NIM :
3. Program Studi : Ners Tahap Akademik STIKes Santa Elisabeth Medan
4. Judul :

5. Tim Pembimbing :

| Jabatan | Nama | Kesediaan |
|---------------|------|-----------|
| Pembimbing I | | |
| Pembimbing II | | |

6. Rekomendasi :

- a. Dapat diterima Judul.....
.....
.....
.....
yang tercantum dalam usulan judul Skripsi di atas
- b. Lokasi Penelitian dapat diterima atau dapat diganti dengan pertimbangan obyektif
- c. Judul dapat disempurnakan berdasarkan pertimbangan ilmiah
- d. Tim Pembimbing dan Mahasiswa diwajibkan menggunakan Buku Panduan Penulisan Skripsi Penelitian dan Skripsi, dan ketentuan khusus tentang Skripsi yang terlampir dalam surat ini

Medan,

Ketua Program Studi Ners

Samfriati Sinurat, S.Kep.,Ns.,MAN



STIKes Santa Elisabeth Medan



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) SANTA ELISABETH MEDAN

Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang

Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131

E-mail: stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

Medan, 19 Februari 2021

Nomor: 154/STIKes/SMA-Penelitian/II/2021

Lamp. : -

Hal : Permohonan Pengambilan Data Awal Penelitian

Kepada Yth.:
Kepala Sekolah
SMANegeri 1 Bandar Kabupaten Simalungun
di-
Tempat.

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan, maka dengan ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan ijin pengambilan data awal.

Adapun nama mahasiswa dan judul penelitian adalah sebagai berikut:

| NO | N A M A | NIM | JUDUL PROPOSAL |
|----|-------------------------|-----------|---|
| 1. | Indah Gaung Sibagariang | 032017108 | Hubungan Bimbingan Konseling Kelompok Dengan Body Image pada Remaja Wanita di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2021. |

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Hormat kami,
STIKes Santa Elisabeth Medan



Mestiana Br Karo, M.Kep., DNSc
Ketua

Tembusan:

1. Mahasiswa yang bersangkutan
2. Arsip



STIKes Santa Elisabeth Medan

SURAT PERMOHONAN IJIN PENELITIAN



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) SANTA ELISABETH MEDAN

Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang

Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131

E-mail: stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

Medan, 18 Maret 2021

Nomor : 316/STIKes/SMA-Penelitian/III/2020

Lamp. : -

Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.:
Kepala Sekolah
SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan
Kabupaten Simalungun
di-
Tempat.

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan, maka dengan ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan ijin penelitian untuk mahasiswa tersebut di bawah.

Adapun nama mahasiswa dan judul penelitian adalah sebagai berikut:

| NO | N A M A | NIM | JUDUL PENELITIAN |
|----|----------------------------|-----------|---|
| 1. | Indah Gaung S. Sibagariang | 032017108 | Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap <i>Body Image</i> Pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021. |

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami ucapkan terima kasih.

Hormat kami,
STIKes Santa Elisabeth Medan




Mestiana Br Karo, M.Kep., DNSc
Ketua

Tembusan:

1. Mahasiswa yang bersangkutan
2. Peringgal

STIKes Santa Elisabeth Medan

SURAT KETERANGAN LAYAK ETIK



STIKes SANTA ELISABETH MEDAN
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang
Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131
E-mail: stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

KEPK

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
STIKES SANTA ELISABETH MEDAN

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"
No.: 0070/KEPK-SE/PE-DT/III/2021

Protokol penelitian yang diusulkan oleh:
The research protocol proposed by

Peneliti Utama : Indah Gaung S. Sibagariang
Principal In Investigator

Nama Institusi : STIKes Santa Elisabeth Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title


"Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap Body Image Pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan layak Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 17 Maret 2021 sampai dengan tanggal 17 Maret 2022.

This declaration of ethics applies during the period March 17, 2021 until March 17, 2022.

March 17, 2021
Chairperson,

Mestiana Br. Karo, M.Kep. DNSc.

STIKes Santa Elisabeth Medan

SURAT IJIN PENELITIAN



**PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA)
NEGERI 1 BANDAR**



Jalan Kuala Tanjung No. 10 Perdagangan Kode Pos 21184 Kecamatan Bandar Kabupaten Simalungun

Email : smanegeri1bandar@yahoo.co.id

Website : smansadar.sch.id

NSS : 3010704170003, NIS : 300030

Nomor Pokok Sekolah Nasional (NPSN) : 10202767

Nomor : 421.3/161/SMA-02/KP/2021

Lamp. : -

Hal : Izin Penelitian

Kepada

Yth. : STIKes Santa Elisabeth Medan
di

Tempat

Dengan hormat, menindaklanjuti surat dari STIKes Santa Elisabeth Medan Nomor : 316/STIKes/SMA-Penelitian/III/2021, tanggal 18 Maret 2021 perihal Izin Penelitian, maka dengan ini kepala SMA Negeri 1 Bandar memberikan izin penelitian kepada :

N a m a : **INDAH GAUNG S. SIBAGARIANG**

N I M : 032017108

rogram Studi : S1 Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan

Judul Penelitian : Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap *Body Image* Pada Remaja Perempuan di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021.

Telah selesai melakukan penelitian untuk memperoleh data di SMA Negeri 1 Bandar yang dilaksanakan pada tanggal 5 sampai dengan 17 April 2021.

Demikian surat izin penelitian ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya, terima kasih.

Perdagangan, 17 April 2021
Kepala Sekolah



MARIA S. SIBAGARIANG, S.Pd, MM
NIP. 19640920 198803 2 003

STIKes Santa Elisabeth Medan

LEMBAR BIMBINGAN

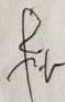
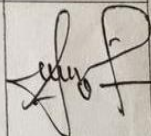
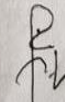
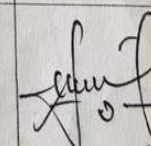
Nama Mahasiswa : Indah Gaung S. Sibagariang

NIM : 032017108

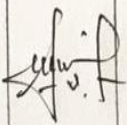
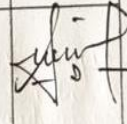

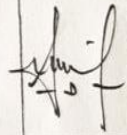

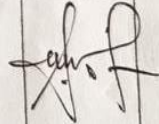

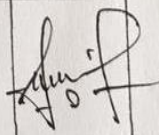
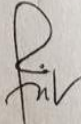
Judul : Hubungan Bimbingan Konseling Kelompok dengan Body Image Pada Remaja Wanita di SMA Negeri 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021

Nama Pembimbing 1 : Imelda Derang, S.Kep., Ns., M.Kep


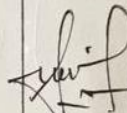


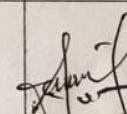

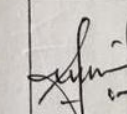

Nama Pembimbing 2 : Agustana Ginting S.KM., M.KM

| NO | HARI/TANGGAL | PEMBIMBING | PEMBAHASAN | PARAF | |
|----|-----------------------------|--------------------------------------|---|---|---|
| | | | | PEMB 1 | PEMB 2 |
| 1 | Jumat, 27 November 2020 | Imelda Derang, S.Kep., Ns., M.Kep | Judul proposal |  | |
| 2 | Senin, 30 November 2020 | Agustana Ginting S.KM., M.KM | Judul proposal | |  |
| 3 | Selasa, 01 Desember 2020 | Imelda Derang, S.Kep., Ns., M.Kep | Judul Proposal, Jurnal - Jurnal Pendukung judul |  | |
| 4 | Selasa, 01 Desember 2020 | Agustana Ginting, S.KM., M.KM | Judul Proposal, Telaah Jurnal - Jurnal Pendukung Judul | |  |

STIKes Santa Elisabeth Medan

| | | | | | |
|----|-----------------------------|-------------------------------------|---|---|---|
| 5 | Sabtu, 05 Desember 2020 | Agustana Ginting, S.KM., M.KM | judul proposal | |  |
| 6 | Senin, 07 Desember 2020 | Agustana Ginting, S.KM., M.KM | BAB 1 | |  |
| 7 | Sabtu, 19 Desember 2020 | Imelda Derang, S.kep.,Ns., M.kep | BAB 1, - Cara Pembuatan BAB 1 - yang benar - Referensi yang baik |  | |
| 8 | Selasa, 22 Desember 2020 | Agustana Ginting, S.KM., M.KM | - Cara Pembuatan BAB1 yang baik - Cara Pembuatan Surat awal - Penjelasan untuk sampel | |  |
| 9 | Sabtu, 09 Januari 2021 | Imelda Derang, S.kep.,Ns., M.kep | Revisi BAB 1 Pertama - Perbaiki bahasa - referensi |  | |
| 10 | Senin, 11 Januari 2021 | Agustana Ginting, S.KM., M.KM | Revisi BAB1 Perbaiki bahasa penulisan referensi. | |  |
| 11 | Rabu, 20 Januari 2021 | Imelda Derang, S.kep.,Ns., M.kep | - Revisi BAB1 kedua - Kaitan antar paragraf - Kaitan antara variabel |  | |
| 12 | Rabu, 20 Januari 2021 | Agustana Ginting, S.KM. M.KM | Revisi BAB 1 Membuat BAB 2, BAB 3 | |  |
| 13 | Sabtu, 23 Januari 2021 | Imelda Derang, S.kep.,Ns., M.kep | Revisi BAB1 Ketiga - Menambah prevalensi Internasional, - Memperbaiki bahasa |  | |

STIKes Santa Elisabeth Medan

| | | | | | |
|-----|-----------------------------|-------------------------------------|---|---|---|
| 14. | Kamis, 28 Januari 2021 | Imelda Derang, S.Kep, Ns., M.Kep | Revisi BAB 1 keempat Perbaikan bahasa penulisan |  | |
| 15. | Kamis, 28 Januari 2021 | Agustana Ginting, S.K.M., M.K.M | BAB 1, BAB 2, BAB 3, BAB 4 cara penulisan, Perincatan konsep teori di BAB 2, Perbaiki kerangka konsep BAB 3, Perbaiki definisi operasional di BAB 4 | |  |
| 16. | Kamis, 04 Februari 2021 | Imelda Derang, S.Kep, Ns., M.Kep | Acc BAB 1, lanjut bab 2 dan seterusnya. |  | |
| 17. | Senin, 08 Februari 2021 | Imelda Derang, S.Kep, Ns., M.Kep | Acc BAB 1, Melanjutkan ke bab 2 dan Seterusnya. |  | |
| 18. | Kamis, 11 Februari 2021 | Agustana Ginting, S.K.M., M.K.M. | Kuesioner, sampel, jenis Pancangan Penelitian | |  |
| 19. | Selasa, 16 Februari 2021 | Imelda Derang, S.Kep, Ns., M.Kep | Konsul Pertama BAB 2 sampai BAB 4. Perbaikan definisi operasional, Kuesioner |  | |
| 20. | Senin, 22 Februari 2021 | Agustana Ginting, S.K.M., M.K.M | Acc proposal, maju ujian | |  |
| 21. | Jumat, 26 Februari 2021 | Imelda Derang, S.Kep, Ns., M.Kep | Konsul Kedua bab 2 sampai BAB 4. Perhatikan pengeditan. |  | |

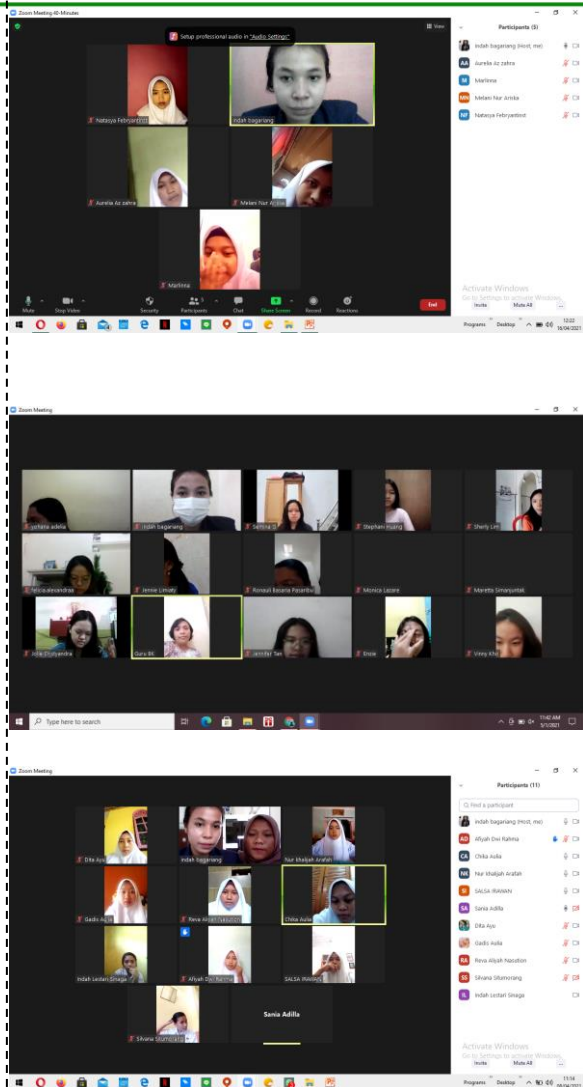
STIKes Santa Elisabeth Medan

| | | | | | |
|-----|---------------------------|--|--|-----------|----|
| 22. | Selasa, 02 Maret 2021 | Imelda Derang, S.Kep., Ns, M.kep | Ujian Proposal | Rah | |
| 23. | Selasa, 02 Maret 2021 | Agustina Ginting, S.K.M., M.K.M | Ujian proposal | | af |
| 24. | Selasa, 02 Maret 2021 | Agustina Ginting, S.K.M., M.K.M | Revisi Proposal Setelah ujian, - Judul berubah menjadi Pengaruh - Rancangan Penelitian berubah - Memberikan perlakuan bimbingan Konseling kelompok | | af |
| 25. | Selasa, 02, Maret 2021 | Imelda Derang, S.Kep, Ns, M.kep | Revisi proposal Setelah ujian - Judul berubah menjadi Pengaruh - Rancangan Penelitian berubah - Memberikan perlakuan bimbingan Konseling kelompok. | Rah | |
| 26. | Jumat, 12 Maret 2021 | Agustina Ginting, S.K.M., M.K.M | Ace dijital | | af |
| 27. | Sabtu 02 Maret 2021 | Lindawati Tampubolon, S.Kep, Ns, M.Kep | Revisi proposal Setelah ujian - Judul berubah menjadi Pengaruh - Rancangan Penelitian berubah - Memberikan perlakuan bimbingan Konseling kelompok | Penguji 3 | A |
| 28. | Jumat, 12 Maret 2021 | Lindawati Tampubolon, S.Kep, Ns, M.Kep | Ace dijital | Penguji 3 | A |
| 29. | Sabtu, 13 Maret 2021 | Imelda Derang, S.Kep, Ns, M.kep | Ace dijital | Rah | |

STIKes Santa Elisabeth Medan

| | | | | | |
|-----|------------------------|---|---|--|--|
| 30. | Jumat, 07 Mei 2021 | Imelda Perang, S.kap.,Ns., M.kap | - Memperbaiki Abstract - Memperbaiki Pembahasan | | |
| 31. | Jumat, 07 Mei 2021 | Agustana Ginting, S.K.M., M.K.M | - Memperbaiki bab 4 dan 5 - Menggunakan uji Deskriptif - Memperbaiki bahasa bab 5 | | |
| 32. | Sabtu, 08 Mei 2021 | Imelda Perang, S.kap.,Ns., M.kap | - ACC Ujian Seminar Hasil. - Revisi : Menambahkan Pembahasan sesuai tujuan khusus di BAB 1 | | |
| 33. | Sabtu, 08 Mei 2021 | Agustana Ginting, S.K.M., M.K.M | - ACC Ujian Seminar Hasil Revisi : Memperbaiki tabel - tabel hasil di Bab 5 | | |
| 34. | Sabtu, 08 Mei 2021 | Lindawati Tampubolon, S.kap.,Ns., M.kap | - ACC Ujian Seminar Hasil Revisi : - Memperbaiki tabel - tabel hasil di bab 5 (Matikan Mean, standar Deviasi) - Perbaiki bahasa Pembahasan | | |
| 35. | Sabtu, 15 Mei 2021 | Imelda Perang, S.kap.,Ns., M.kap | - Menambahkan Pembahasan (Konseling, Body Image, Pengaruh) - Memperbaiki bahasa | | |
| 36. | Selasa, 18 Mei 2021 | Imelda Perang, S.kap.,Ns., M.kap | Acc dijilid Skripsi | | |
| 37. | Rabu, 19 Mei 2021 | Agustana Ginting, S.K.M., M.K.M | - Memperbaiki Abstract - Memperbaiki tabel hasil body image digabung pre test dan post test - Memperbaiki bahasa | | |
| 38. | Jumat, 21 Mei 2021 | Agustana Ginting, S.K.M., M.K.M | Acc dijilid Skripsi | | |
| 39. | Jumat, 21 Mei 2021 | Lindawati T, S.kap.,Ns., M.kap | Acc dijilid Skripsi | | |

PENYERAHAN PROPOSAL SKRIPSI KEPADA WAKIL KEPALA SEKOLAH Rabu, 31 Maret 2021





STIKes Santa Elisabeth Medan

MASTER DATA

| Responden | USIA | P 1 | P2 | P3 | P4 | P5 | P6 | P7 | P8 | P9 | P10 | P11 | Pre Test |
|-----------|------|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|----------|
| R 1 | 15 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 19 |
| R 2 | 15 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 18 |
| R 3 | 16 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 22 |
| R 4 | 16 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 31 |
| R 5 | 16 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 19 |
| R 6 | 15 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 24 |
| R 7 | 16 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 19 |
| R 8 | 16 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 35 |
| R 9 | 16 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 21 |
| R 10 | 15 | 3 | 2 | 1 | 2 | 4 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 24 |
| R 11 | 15 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 28 |
| R 12 | 16 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 25 |
| R 13 | 16 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 21 |
| R 14 | 15 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 23 |
| R 15 | 16 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 26 |
| R 16 | 16 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 25 |
| R 17 | 16 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 1 | 2 | 2 | 3 | 26 |
| R 18 | 16 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 21 |
| R 19 | 16 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 1 | 2 | 1 | 3 | 25 |
| R 20 | 16 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 20 |
| R 21 | 16 | 1 | 3 | 2 | 4 | 2 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 2 | 30 |
| R 22 | 15 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 23 |



STIKes Santa Elisabeth Medan

| Responden | USIA | P 1 | P2 | P3 | P4 | P5 | P6 | P7 | P8 | P9 | P10 | P11 | Pre Test |
|-----------|------|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|----------|
| R 23 | 15 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 26 |
| R 24 | 15 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 24 |
| R 25 | 16 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 28 |
| R 26 | 16 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 20 |
| R 27 | 15 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 23 |
| R 28 | 16 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 24 |
| R 29 | 15 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 3 | 24 |
| R 30 | 15 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 37 |
| R 31 | 15 | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 19 |
| R 32 | 15 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 19 |
| R 33 | 15 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 31 |
| R 34 | 15 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 35 |
| R 35 | 15 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 33 |
| R 36 | 16 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 31 |
| R 37 | 15 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 16 |
| R 38 | 15 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 25 |
| R 39 | 16 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 27 |
| R 40 | 15 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 26 |
| R 41 | 15 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 24 |
| R 42 | 16 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 21 |
| R 43 | 15 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 19 |
| R 44 | 16 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 29 |
| R 45 | 16 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 26 |
| R 46 | 16 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 31 |
| R 47 | 15 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 20 |



STIKes Santa Elisabeth Medan

| Responden | USIA | P 1 | P2 | P3 | P4 | P5 | P6 | P7 | P8 | P9 | P10 | P11 | Pre Test |
|-----------|------|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|----------|
| R 48 | 17 | 3 | 2 | 4 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 25 |
| R 49 | 17 | 2 | 3 | 4 | 1 | 4 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 4 | 29 |
| R 50 | 16 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 21 |
| R 51 | 16 | 1 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 29 |
| R 52 | 15 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 26 |
| R 53 | 17 | 4 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 22 |
| R 54 | 17 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 31 |
| R 55 | 16 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 35 |
| R 56 | 15 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 22 |
| R 57 | 15 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 4 | 27 |
| R 58 | 16 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 25 |
| R 59 | 15 | 2 | 2 | 4 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 19 |
| R 60 | 15 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 30 |
| R 61 | 15 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 28 |
| R 62 | 16 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 26 |
| R 63 | 15 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 21 |
| R 64 | 15 | 4 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 25 |
| R 65 | 16 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 22 |
| R 66 | 15 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 24 |
| R 67 | 15 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 4 | 24 |
| R 68 | 15 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 31 |
| R 69 | 15 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 26 |
| R 70 | 15 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 34 |
| R 71 | 17 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 29 |
| R 72 | 15 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 24 |



STIKes Santa Elisabeth Medan

| Responden | USIA | P 1 | P2 | P3 | P4 | P5 | P6 | P7 | P8 | P9 | P10 | P11 | Pre Test |
|-----------|------|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|----------|
| R 73 | 15 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 24 |
| R 74 | 15 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 29 |
| R 75 | 15 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 27 |
| R 76 | 15 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 31 |
| R 77 | 16 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 30 |
| R 78 | 15 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 23 |
| R 79 | 17 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 27 |
| R 80 | 17 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 34 |
| R 81 | 17 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 29 |
| R 82 | 16 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 1 | 3 | 4 | 4 | 35 |
| R 83 | 15 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 26 |
| R 84 | 16 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 21 |
| R 85 | 15 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 30 |
| | | | | | | | | | | | | | |



STIKes Santa Elisabeth Medan

| Responden | USIA | P 1 | P2 | P3 | P4 | P5 | P6 | P7 | P8 | P9 | P10 | P11 | Post Test |
|-----------|------|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----------|
| R 1 | 15 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 22 |
| R 2 | 15 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 27 |
| R 3 | 16 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 26 |
| R 4 | 16 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 32 |
| R 5 | 16 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 25 |
| R 6 | 15 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 25 |
| R 7 | 16 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 28 |
| R 8 | 16 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 36 |
| R 9 | 16 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 30 |
| R 10 | 15 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 38 |
| R 11 | 15 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 32 |
| R 12 | 16 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 32 |
| R 13 | 16 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 4 | 22 |
| R 14 | 15 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 25 |
| R 15 | 16 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 32 |
| R 16 | 16 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 4 | 31 |
| R 17 | 16 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 4 | 30 |
| R 18 | 16 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 22 |
| R 19 | 16 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 35 |
| R 20 | 16 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 25 |
| R 21 | 16 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 35 |
| R 22 | 15 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 28 |
| R 23 | 15 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 28 |
| R 24 | 15 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 30 |



STIKes Santa Elisabeth Medan

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------|--|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| R 25 | | 16 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 30 |
| R 26 | | 16 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 27 |
| R 27 | | 15 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 30 |
| R 28 | | 16 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 26 |
| R 29 | | 15 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 34 |
| R 30 | | 15 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 38 |
| R 31 | | 15 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 25 |
| R 32 | | 15 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 27 |
| R 33 | | 15 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 32 |
| R 34 | | 15 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 39 |
| R 35 | | 15 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 35 |
| R 36 | | 16 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 32 |
| R 37 | | 15 | 1 | 3 | 1 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 19 |
| R 38 | | 15 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 29 |
| R 39 | | 16 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 34 |
| R 40 | | 15 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 2 | 27 |
| R 41 | | 15 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 1 | 1 | 29 |
| R 42 | | 16 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 18 |
| R 43 | | 15 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 22 |
| R 44 | | 16 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 32 |
| R 45 | | 16 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 1 | 1 | 4 | 29 |
| R 46 | | 16 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 32 |
| R 47 | | 15 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 22 |
| R 48 | | 17 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 33 |
| R 49 | | 17 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 39 |
| R 50 | | 16 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 26 |
| R 51 | | 16 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 33 |



STIKes Santa Elisabeth Medan

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------|--|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| R 52 | | 15 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 32 |
| R 53 | | 17 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 25 |
| R 54 | | 17 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 32 |
| R 55 | | 16 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 38 |
| R 56 | | 15 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 25 |
| R 57 | | 15 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 1 | 28 |
| R 58 | | 16 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 3 | 36 |
| R 59 | | 15 | 2 | 4 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 21 |
| R 60 | | 15 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 33 |
| R 61 | | 15 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 31 |
| R 62 | | 16 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 28 |
| R 63 | | 15 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 4 | 23 |
| R 64 | | 15 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 26 |
| R 65 | | 16 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 25 |
| R 66 | | 15 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 28 |
| R 67 | | 15 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 3 | 3 | 4 | 30 |
| R 68 | | 15 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 39 |
| R 69 | | 15 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 30 |
| R 70 | | 15 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 38 |
| R 71 | | 17 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 31 |
| R 72 | | 15 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 31 |
| R 73 | | 15 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 26 |
| R 74 | | 15 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 31 |
| R 75 | | 15 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 28 |
| R 76 | | 15 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 32 |
| R 77 | | 16 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 31 |
| R 78 | | 15 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 31 |



STIKes Santa Elisabeth Medan

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------|--|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| R 79 | | 17 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 35 |
| R 80 | | 17 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 35 |
| R 81 | | 17 | 4 | 4 | 3 | 1 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 31 |
| R 82 | | 16 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 1 | 3 | 4 | 4 | 37 |
| R 83 | | 15 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 32 |
| R 84 | | 16 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 4 | 23 |
| R 85 | | 15 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 32 |

OUTPUT HASIL UJI NORMALITAS

| | Kelas | Cases | | | | | |
|------------|-----------|-------|---------|---------|---------|-------|---------|
| | | Valid | | Missing | | Total | |
| | | N | Percent | N | Percent | N | Percent |
| Hasil Body | Pre Test | 85 | 100.0% | 0 | 0.0% | 85 | 100.0% |
| Image | Post Test | 85 | 100.0% | 0 | 0.0% | 85 | 100.0% |

Descriptives

| | Kelas | | Statistic | Std. Error |
|---------------------|-----------|----------------------------------|-------------|------------|
| Hasil Body Image | Pre Test | Mean | 25.69 | .510 |
| | | 95% Confidence Interval for Mean | Lower Bound | 24.68 |
| | | | Upper Bound | 26.71 |
| | | 5% Trimmed Mean | 25.58 | |
| | | Median | 25.00 | |
| | | Variance | 22.143 | |
| | | Std. Deviation | 4.706 | |
| | | Minimum | 16 | |
| | | Maximum | 37 | |
| | | Range | 21 | |
| | | Interquartile Range | 7 | |
| | | Skewness | .323 | .261 |
| | | Kurtosis | -.491 | .517 |
| | Post Test | Mean | 29.75 | .525 |
| | | 95% Confidence Interval for Mean | Lower Bound | 28.71 |
| | | | Upper Bound | 30.80 |
| | | 5% Trimmed Mean | 29.79 | |
| | | Median | 30.00 | |
| | | Variance | 23.450 | |
| | | Std. Deviation | 4.843 | |

STIKes Santa Elisabeth Medan

| | | |
|---------------------|-------|------|
| Minimum | 18 | |
| Maximum | 39 | |
| Range | 21 | |
| Interquartile Range | 6 | |
| Skewness | -.118 | .261 |
| Kurtosis | -.383 | .517 |

Tests of Normality

| | Kelas | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | |
|------------------|-----------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
| | | Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig. |
| Hasil Body Image | Pre Test | .098 | 85 | .044 | .974 | 85 | .082 |
| | Post Test | .086 | 85 | .175 | .980 | 85 | .210 |

OUTPUT PAIRED SAMPLES TEST

Paired Samples Statistics

| | | Mean | N | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|--------|-----------|-------|----|----------------|-----------------|
| Pair 1 | Pre Test | 25.69 | 85 | 4.706 | .510 |
| | Post Test | 29.75 | 85 | 4.843 | .525 |

Paired Samples Correlations

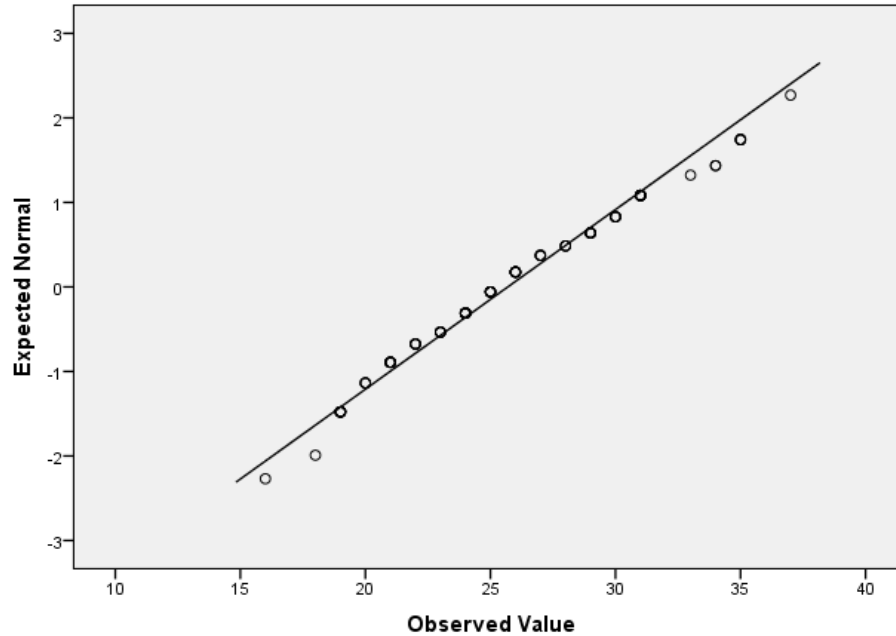
| | | N | Correlation | Sig. |
|--------|----------------------|----|-------------|------|
| Pair 1 | Pre Test & Post Test | 85 | .799 | .000 |

Paired Samples Test

| | | Paired Differences | | | | | t | df | Sig. (2-tailed) |
|--------|----------------------|--------------------|----------------|-----------------|---|--------|---------|----|-----------------|
| | | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference | | | | |
| | | | | | Lower | Upper | | | |
| Pair 1 | Pre Test - Post Test | -4.059 | 3.029 | .329 | -4.712 | -3.405 | -12.354 | 84 | .001 |

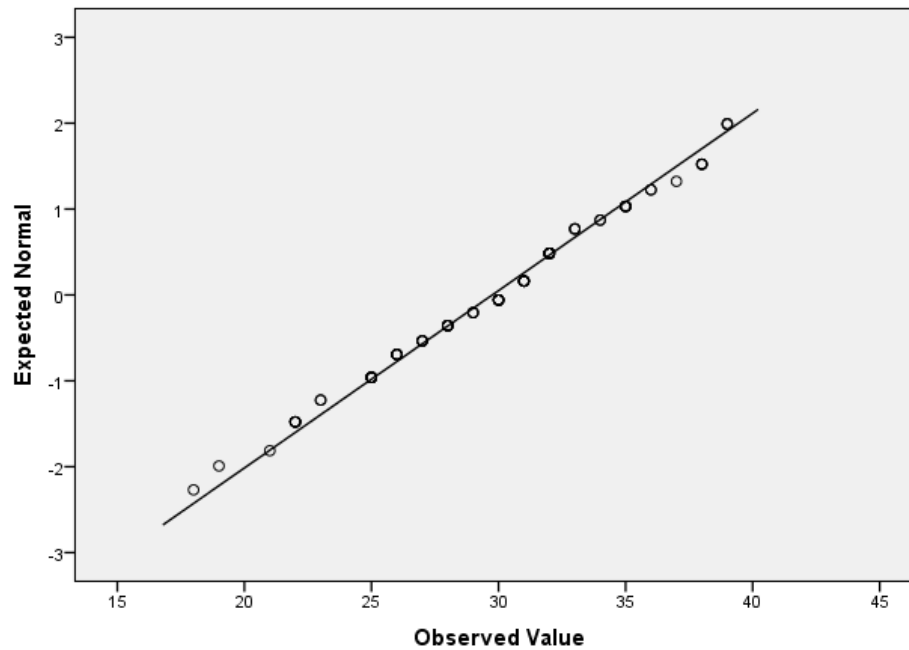
Normal Q-Q Plot of Hasil Body Image

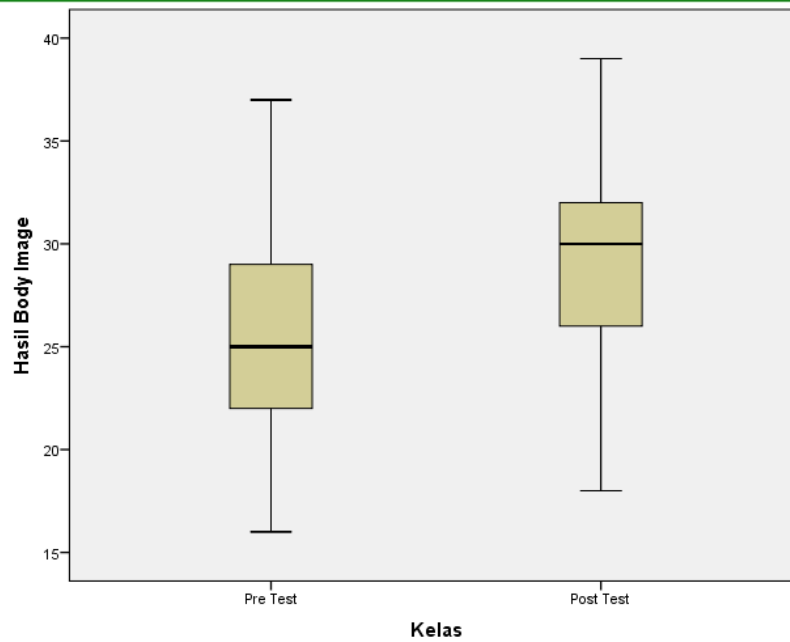
for Kelas= Pre Test



Normal Q-Q Plot of Hasil Body Image

for Kelas= Post Test





STIKes Santa Elisabeth Medan

Flowchart Pengaruh Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap Body Image Pada Remaja Perempuan Di SMAN 1 Bandar Perdagangan Kabupaten Simalungun Selama Masa Pandemi Covid 19 Tahun 2021

| No | Kegiatan | Waktu penelitian | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|--|------------------|---|---|---|---|-----|---|---|---|---|-----|---|---|---|---|-----|---|---|---|---|-----|---|---|---|---|
| | | Des | | | | | Jan | | | | | Feb | | | | | Mar | | | | | Apr | | | | |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | Pengajuan judul | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | Izin pengambilan data awal | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | Pengambilan data awal | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | Penyusunan proposal penelitian | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | Seminar proposal | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | Prosedur izin penelitian | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | Memberi <i>informed consent</i> dan membagikan kuesioner | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | Pengolahan data menggunakan Komputerisasi | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | Analisa data | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10 | Hasil | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | Seminar hasil | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | Revisi skripsi | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Pengumpulan skripsi | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |