

BAB I

PENDAHULUAN

Bab I merupakan bagian pendahuluan yang membahas tentang latar belakang, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi tesis.

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja disebut juga dengan masa pubertas dimana remaja mengalami perubahan fisik, psikologis, dan emosional. Diantara perubahan tersebut yang paling terlihat perubahannya adalah perubahan fisik, seperti bertambahnya tinggi dan berat badan, perubahan pada proporsi tubuh, dan fungsi seksual yang mulai mengalami kematangan (Hurlock, 2011). Perubahan-perubahan tersebut membuat remaja lebih tertarik pada penampilan fisik mereka melebihi masa sebelumnya (Santrock, 2014).

Penampilan fisik merupakan representasi paling utama yang dapat dilihat dari seseorang. Oleh karena itu, setiap orang menginginkan tubuh yang indah dan menarik dipandang, yang biasa disebut sebagai tubuh ideal. Tubuh ideal adalah tubuh yang sempurna yang diinginkan setiap orang (Bestiana, 2012). Hasmalawati (2017) mengungkapkan remaja merupakan individu yang sangat memperhatikan tampilan tubuh ideal dan mengkhawatirkan penampilan sendiri. Sehingga ketika remaja memiliki tubuh yang ideal mereka akan merasa lebih unggul diantara teman sebayanya dan merasa lebih percaya diri (Claudia & Marnelly, 2016).

Berkaitan dengan tubuh ideal, di masyarakat kita standar tubuh ideal semakin hari semakin tidak masuk akal. Hal ini menyebabkan seseorang memiliki persepsi dan penilaian yang berlebihan pada penampilan fisiknya, yang dapat berpengaruh pada penerimaan tubuhnya (Bestiana, 2012). Persepsi individu pada penampilan fisik ini disebut dengan *body image* atau citra tubuh. Menurut Cash & Pruzinsky (2002) *body image* adalah cara pandang seseorang pada penampilan fisiknya yang mencakup bentuk fisik dan berat tubuhnya, serta bagaimana seseorang menilai dan memersepsi penampilan fisiknya. Tingkat *body image* seseorang dilihat berdasarkan seberapa puas individu pada komponen tubuh dan penampilan mereka secara umum.

Body image pada dasarnya terbentuk dari adanya perbandingan yang dilakukan individu pada fisik sendiri dengan standar ideal yang ada di lingkungan dan budaya mereka (Rochelle & Hu, 2017). Perilaku membandingkan diri dengan orang lain tersebut lebih besar terjadi pada masa remaja (Santrock, 2014). Hal ini karena adanya penyesuaian remaja dalam kelompok sosial, baik dengan teman sebaya maupun lingkungan sekitarnya. Para remaja dalam menjalin hubungan sosial mulai sadar akan pentingnya penampilan, sehingga perhatian pada penampilan semakin meningkat, dan tak jarang remaja menilai dirinya dari kaca mata orang lain, dan cenderung membandingkan penampilannya dengan teman-teman sepermainan yang mereka anggap menarik. Jika penampilan mereka berbeda jauh dengan penampilan yang mereka anggap menarik, maka timbul rasa ketidakpuasan pada *body image*. Hal ini relevan dengan pendapat Heider, dkk (2015) yang menyatakan bahwa ketidakpuasan *body image* terjadi karena adanya perbedaan antara keadaan fisik yang dimiliki tidak sesuai dengan konsep tubuh ideal yang ada di masyarakat.

Pada kajian bimbingan dan konseling, *body image* termasuk dalam konteks pengembangan pribadi. Dilihat berdasarkan Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD) pada Sekolah Menengah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA) yang dirumuskan oleh Asosiasi Bimbingan dan konseling Indonesia (ABKIN) *body image* berada pada aspek pengembangan pribadi. Dimana internalisasi tujuan pada aspek pengembangan pribadi dibagi menjadi tiga bagian yaitu, pengenalan, akomodasi, dan tindakan. Pada bagian pengenalan kompetensi yang diharapkan adalah peserta didik dapat mempelajari keunikan diri dalam konteks kehidupan sosial, selanjutnya pada bagian akomodasi kompetensi yang diharapkan adalah menerima keunikan diri dengan segala kelebihan dan kekurangannya, serta dalam tindakan peserta didik dapat menampilkan keunikan diri secara harmonis dalam keragaman.

Memiliki *body image* yang positif juga merupakan salah satu tugas perkembangan yang perlu dicapai di masa remaja. Hurlock (2011) menyatakan bahwa salah satu tugas perkembangan di masa remaja adalah menerima keadaan fisik dan memanfaatkannya secara efektif. Menerima keadaan fisik berarti individu menerima kelebihan dan kelemahan, mampu mencintai, dan menghargai

kondisi fisik yang dimiliki dan tidak membandingkan diri dengan fisik orang lain. Penerimaan diri pada *body image* yang dimiliki sangat diperlukan agar siswa tidak terpaku pada penilaian yang negatif pada tubuhnya. Terdapat hubungan yang positif antara *body image* dengan penerimaan diri, semakin positif *body image*nya maka semakin tinggi penerimaan dirinya (Wardani, 2013).

Selain itu, Sunaryo (2004) menyatakan bahwa *body image* merupakan bagian dari konsep diri. Cara seseorang memandang diri berdampak penting pada aspek psikologis. Gambaran yang realistis pada kondisi tubuh memberikan rasa aman dan menghindari kecemasan dalam meningkatkan harga diri. Relevan dengan penyajian Brian (2005) bahwa *body image* merupakan bagian dari konsep diri, yang akan berpengaruh pada bagaimana siswa memandang dan menilai dirinya. Pandangan dan penilaian tersebut dapat berupa positif ataupun negatif. Siswa yang menilai dirinya positif, akan merasa yakin dengan kemampuan dirinya (Sloan, 2002), dan juga memiliki rasa percaya diri yang baik, lebih berprestasi, dan mampu menerima dan menghargai kelebihan dan kekurangan dirinya terkait penampilan fisik (Fardouly & Holland, 2018).

Lain halnya dengan siswa yang memiliki *body image* negatif, biasanya mereka lebih tidak percaya diri, selalu berpikiran negatif, merasa khawatir dengan bentuk fisiknya, selalu merasa ada yang kurang dengan dirinya, melakukan diet ketat, malu bertemu dengan orang banyak, sering bertanya kepada orang lain tentang bentuk fisiknya, dan mengalami gangguan makan yang berlebihan (Wiranatha & Supriyadi, 2015; Sulistiya, dkk, 2017). Sindunata (2018) menjelaskan *body image* negatif adalah pandangan yang tidak realistis seseorang dalam melihat tubuhnya. Siswa lebih cenderung menilai penampilannya secara subjektif. Badan yang dianggap sehat oleh orang pada umumnya dapat dianggap terlalu gemuk bagi orang-orang yang memiliki *body image* negatif. Oleh karena itu sangat diperlukan *body image* yang positif di usia remaja agar tugas perkembangan di usia remaja terpenuhi dengan baik, agar tahap perkembangan selanjutnya tidak terganggu.

Berdasarkan laporan dari beberapa hasil penelitian menunjukkan masih banyak siswa yang memiliki *body image* negatif sehingga perlu peningkatan. Seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Hendarini (2018), sebanyak 51,5%

siswa berada pada kategori *body image* yang negatif. Didukung oleh hasil penelitian Wiranatha & Supriyadi (2015) yang menunjukkan kondisi *body image* siswa SMAN di kota Denpasar mayoritas berada pada kategori *body image* negatif, dengan persentase 50,4%, dimana mereka memersepsi tubuhnya tidak sesuai dengan standar ideal yang diharapkan.

Selanjutnya, jika dilihat berdasarkan gender, remaja perempuan dan remaja laki-laki memiliki perbedaan persepsi terhadap *body image*. Remaja perempuan memiliki rasa kurang puas dengan bentuk tubuhnya selama masa pubertas, sedangkan remaja laki-laki menjadi lebih puas terhadap penampilan fisiknya setelah melewati masa pubertas seiring terjadinya perubahan bentuk tubuh (Santrock, 2014). Cash & Pruzinsky (2002) menyatakan sebanyak 40-70% remaja putri merasa tidak puas pada beberapa aspek tubuh mereka, kebanyakan berorientasi pada bagian pinggang, bokong, bagian perut dan bagian paha. Di banyak negara maju 50% dan 80% remaja perempuan ingin menjadi kurus, selanjutnya laki-laki menghindari tampil gemuk, lembek, dan tidak bugar, bagi remaja yang tidak puas dengan tubuhnya mencoba menambah berat badan, memperbesar lengan, dada, serta bahu yang lebih kekar (Cash & Pruzinsky, 2002).

Ketidakpuasan pada *body image* merupakan dampak arus globalisasi dimana terjadi transformasi dan nilai-nilai kehidupan dari berbagai negara tanpa filter. Pada masa dimana sosial media memegang peranan penting dan sudah menjadi kebutuhan dalam kehidupan sehari-hari. Setiap orang secara mental dan emosional mulai dipengaruhi oleh standar ideal tubuh yang terbentuk di masyarakat dimana mereka tinggal. Adapun gambaran tubuh ideal tersebut yaitu perempuan cantik adalah yang bertubuh kurus, kulit putih, badan berlekuk, kuat, dan sehat, sementara tubuh ideal untuk laki-laki adalah tubuh ramping yang berotot, kekar, tinggi dan bugar (Strandbu & Kvale, 2014).

Media yang sangat berpengaruh pada menyampaikan informasi tentang tubuh ideal tersebut adalah *Instagram* dan *Facebook*. Dimana setiap harinya media tersebut menampilkan foto dan konten dari figur atau selebriti yang dianggap memiliki tubuh yang ideal (Aristantya & Helmi, 2019). Adanya penampilan standar tubuh ideal dari media tersebut membuat dunia penuh dengan

body shaming yaitu perilaku mempermalukan individu dengan mengejek dan mengkritik penampilan seseorang. Selain itu juga muncul perilaku mempermalukan diri sendiri dengan menilai dan membandingkan diri dengan orang lain. hal ini berdampak negatif pada penilaian dan pandangan seseorang pada kondisi fisik mereka. Brown & Tiggeman (2016) menjelaskan dalam penelitiannya bahwa tampilan gambar selebriti yang memiliki tubuh menarik dan ideal berdampak negatif pada citra tubuh seseorang. Selain itu, gambar-gambar dengan tubuh ideal juga dapat menimbulkan mood negatif dan rendahnya *self-esteem* (Aristantya & Helmi, 2019).

Selanjutnya, dilihat dari penggunaan sosial media dari hari ke hari dan tahun ke tahun selalu mengalami peningkatan, terutama selama masa pandemic COVID-19 dengan adanya aturan pembatasan sosial untuk membatasi penularan Covid-19 dengan bekerja dari rumah yang dikenal dengan WFH (*work from home*), Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) dan aturan pembatasan lainnya. Hal ini menyebabkan penggunaan internet meningkat, Ketua Umum Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mengungkapkan bahwa salah satu faktor meningkatnya pengguna internet adalah pembelajaran secara daring dan *work from home* di masa sejak masa pandemi Covid-19 maret 2020. Berdasarkan hasil laporan *Hoot suite (We are Social)* jumlah pemakaian internet di Indonesia meningkat dari tahun sebelumnya. Pada tahun 2020 total pengguna internet sebanyak 204,7 juta jika dipersentasekan sebanyak 73,7% dari jumlah populasi penduduk. Pada tahun 2019 pengguna internet di Indonesia baru mencapai 56%, Jika dilihat dari pengguna media sosial aktif, ada 191,4 juta atau 68,9% dari jumlah populasi pengguna internet. Penetrasi pengguna media sosial tahun 2022 juga meningkat pesat, dimana tahun 2019 pengguna medial baru mencapai 56% dari pengguna internet. Platform media sosial yang paling banyak diakses 2022 adalah *WhatsApp* 87,7%, disusul *Instagram* 86,7%, dan *Facebook* sebanyak 81,3 %. Sedangkan pada tahun 2019 pengguna *WhatsApp* sebanyak 83%, *instagram* sebanyak 80%, *facebook* 82%, artinya terjadi peningkatan yang signifikan penggunaan sosial media (Andi.Link, 2020). Peningkatan penggunaan sosial media dimasa pandemi memungkinkan terjadinya peningkatan pada ketidakpuasan tubuh pada siswa.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Pratama (2021) menunjukkan bahwa pada masa pandemi siswa makin aktif menggunakan *Instagram* yang memungkinkan mereka melakukan perbandingan sosial yang berpengaruh pada cita tubuhnya. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa adanya korelasi antara perbandingan sosial di sosial media dengan citra tubuh siswa. Dimana semakin tinggi perbandingan sosial yang dilakukan siswa, maka makin rendah citra tubuhnya. Selanjutnya, hasil penelitian Nursya'bani (2020) menunjukkan sebanyak 31% dari 175 siswa memiliki *body image* negatif selama masa Pandemi, artinya hampir sepertiga dari populasi siswa merasa kurang puas dengan tubuhnya. Selanjutnya hasil penelitian dari 186 orang populasi sebanyak 64 orang atau 54,4% memiliki *body image* negatif, dan 45,6% berada pada kategori positif.

Selanjutnya, berdasarkan studi pendahuluan pada siswa kelas XI SMA Negeri 62 Jakarta Tahun Pelajaran 2021/2022 pada 151 siswa, sebanyak 92 siswa dengan persentase 61% berada pada kategori positif dan 59 siswa dengan persentase 39% berada pada kategori negatif. Artinya sebagian besar siswa di sekolah ini memiliki *body image* yang positif, namun masih banyak siswa dengan *body image* negatif.

Dampak dari *body image* negatif dapat menjadikan siswa tumbuh dan berkembang dalam kondisi mental yang kurang baik. Sari (2017) menjelaskan dalam penelitiannya bahwa *body image* mempengaruhi penyesuaian diri siswa dengan lingkungan sosialnya. Temuan dari beberapa penelitian lain juga menunjukkan *body image* memiliki pengaruh pada kepuasan hidup, kontrol diri, harga diri rendah, dorongan untuk kurus, dan melakukan diet ekstrem dan penggunaan steroid (Smolak, 2011); (Eisenberg, 2017), (Sari, 2017), bahkan dalam kasus yang lebih serius dapat menyebabkan individu mengalami *body dysmorphic disorder* (BDD). Keadaan ini jika dibiarkan terus-menerus dapat menimbulkan masalah yang lebih serius bagi siswa. Salah satu dampak jangka panjang citra tubuh negatif adalah dapat menimbulkan depresi (Goldfield, Moore, Henderson, Obied, & Flament, 2010). Untuk itu perlu sebuah program pendidikan dan layanan intervensi untuk mencegah timbulnya permasalahan yang lebih

serius. Salah satu intervensi yang dapat diberikan untuk meningkatkan *body image* positif adalah pemberian layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Layanan Bimbingan dan konseling merupakan suatu layanan yang diselenggarakan untuk membantu peserta didik agar dapat mengaktualisasikan dirinya dan mencapai tugas perkembangan yang lebih optimal. Dalam Permendikbud 111 tahun 2014 dijelaskan “Tujuan umum layanan bimbingan dan konseling adalah membantu peserta didik/konseli agar dapat mencapai kematangan dan kemandirian dalam kehidupannya serta menjalankan tugas-tugas perkembangannya yang mencakup aspek pribadi, sosial, belajar, karir secara utuh dan optimal”. Selaras dengan pernyataan Yusuf (2017) bahwa bimbingan dan konseling di sekolah bertujuan untuk membantu peserta didik memiliki kemampuan dalam mengembangkan potensi yang ada pada dirinya dan dapat menginternalisasi nilai-nilai yang ada di dalamnya. Dengan demikian, layanan bimbingan dan konseling dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif bantuan untuk meningkatkan *body image* positif siswa di sekolah..

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang dijelaskan bahwa *body image* merupakan kondisi mental individu mengenai tubuhnya, bagaimana dia memandang keadaan tubuhnya dan bagaimana pandangan orang lain pada penampilan fisiknya. Setiap individu memiliki pandangan dan persepsi yang berbeda-beda terhadap penampilan tubuhnya. Beberapa hasil penelitian menggambarkan bahwa masih banyak remaja atau siswa dengan *body image* yang negatif. Jika dibiarkan dalam jangka waktu yang panjang akan berdampak pada masalah psikologis siswa.

Berbagai pendekatan sudah pernah dilakukan untuk meningkatkan *body image*, dan hasilnya dari pendekatan yang pernah dilakukan ternyata efektif dalam peningkatan *body image*, diantaranya sebagai berikut.

Penelitian yang dilakukan oleh Marjo & Mamesah (2017) dengan judul pengaruh bimbingan kelompok terhadap *body image* siswa, menunjukkan hasil bahwa bimbingan kelompok memiliki pengaruh terhadap peningkatan *body image* siswa. selanjutnya tahun 2018, Gafar melakukan penelitian dengan menggunakan *positive self-talk* dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja yang memiliki

body image dissatisfaction. Penelitian ini menggunakan desain *pretest-posttest control group*. Berdasarkan hasil penelitian, teknik ini efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri remaja yang mengalami ketidakpuasan *body image* pada kelompok *treatment*.

Pada tahun 2020, Alipour melakukan penelitian tentang *The Effectiveness of Group Counseling Based on Acceptance and Commitment Therapy on Body image and Self-Esteem of Female University Students*. Penelitian ini menggunakan teknik *Acceptance and Commitment Therapy* untuk meningkatkan *body image* dan *self-esteem* pada mahasiswi. Penelitian dilakukan dengan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil penelitian menerangkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kontrol dalam hal citra tubuh, dimana mahasiswa yang diberikan *treatment* mengalami peningkatan pada *body image* mereka (Alipour, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Mukhlis tahun 2013 tentang pengaruh pelatihan berpikir positif pada ketidakpuasan citra tubuh remaja, hasil penelitian menunjukan adanya pengaruh yang signifikan pelatihan berpikir positif pada citra tubuh remaja, hal ini dapat dilihat dari rendahnya ketidakpuasan citra tubuh remaja setelah diberikan pelatihan.

Tahun 2017, Fazriah dan Badrudjaman melakukan penelitian dengan menggunakan pendekatan *body image cognitive behavioral therapy* dalam setting kelompok untuk meningkatkan *body image* siswa. Instrumen dalam penelitian ini merupakan adopsi dari *Multidimensional Body Self Relations Questionnaire* (MBRSQ) yang dikembangkan oleh Cash. Bimbingan kelompok dengan pendekatan CBT dilakukan untuk membantu siswa dalam mengenali perasaan mereka tentang *body image*. Hasil penelitian menunjukkan pendekatan ini berpengaruh pada peningkatan *body image*, dapat dilihat dari hasil bahwa semua siswa yang diberikan *treatment* mengalami peningkatan, 1 orang siswa beranjak dari kategori sedang ke positif, 1 orang meningkat dari negatif ke positif, dan 3 orang lagi meningkat dari kategori negatif ke sedang (Fazriah, dkk, 2017).

Penelitian selanjutnya tentang meningkatkan *body image* melalui layanan bimbingan kelompok CBT dengan teknik *cognitive restructuring* pada mahasiswa FIP IKIP Mataram. Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 3 orang mahasiswa

dengan kondisi *body image* rendah dan 3 orang dengan *body image* sedang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik tersebut efektif dalam meningkatkan *body image*, namun dengan efikasi yang rendah. Dimana hasil penelitian *body image* mahasiswa setelah diberikan *treatment* mengalami peningkatan pada tingkat *body image* sedang. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat *body image* pada sampel penelitian belum mencapai tahap yang optimal dalam arti perlu ditingkatkan lagi (Sulistiya, dkk, 2017). Penelitian ini hanya berfokus sampel yang berjenis kelamin perempuan saja, hanya menggunakan satu teknik dan tidak adanya kelompok kontrol.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya menunjukkan bahwa berbagai layanan dan pendekatan bimbingan dan konseling dapat dilakukan dan efektif untuk meningkatkan *body image* baik dalam setting individual maupun kelompok. Namun, beberapa diantaranya masih terlihat adanya keterbatasan dan kekurangan. Dalam penelitian ini peneliti mencoba untuk menggunakan bimbingan kelompok sebagai intervensi untuk meningkatkan *body image* positif siswa. Penggunaan bimbingan kelompok sebagai metode intervensi merupakan hasil pertimbangan berdasarkan kondisi *body image* siswa di sekolah, dimana hambatan atau permasalahan *body image* siswa di sekolah masih tergolong dalam kondisi yang normal, dan belum menunjukkan gejala yang ekstrem yang dapat mengganggu keberlangsungan hidup siswa. Pemberian layanan dasar bimbingan dan konseling diharapkan dapat digunakan untuk mengatasi masalah pribadi siswa terkait *body image* negatif. Hal ini merujuk pada pendapat Yusuf & Nurihsan (2016) bahwa salah satu tujuan pemberian layanan bimbingan dan konseling adalah membantu siswa dalam mengatasi hambatan dan kesulitan yang dihadapi dalam proses belajar dan penyesuaian diri dengan lingkungan. Untuk itu layanan bimbingan kelompok diharapkan cocok untuk membantu siswa dalam mengatasi masalah terkait *body image* siswa.

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu teknik untuk membantu siswa agar dapat mencapai perkembangan yang optimal sesuai dengan potensi yang dimilikinya yang dilakukan dalam suasana kelompok (Romlah, 2001). Layanan yang diberikan dalam suasana kelompok dapat dijadikan sebagai media penyampaian informasi sekaligus membantu siswa dalam menyusun

keputusan yang tepat sehingga diharapkan dapat berdampak positif bagi peningkatan *body image* yang positif.

Selain itu, jika dinamika dalam kelompok terlaksana dengan baik maka anggota kelompok akan saling menerima, membantu, menghargai dan berempati dengan tulus. Bimbingan kelompok merupakan lingkungan yang kondusif untuk memberikan kesempatan kepada anggota kelompok dalam meningkatkan penerimaan diri dan orang lain, mengungkapkan ide, perasaan, dukungan, batuan pemecahan masalah, dan pengambilan keputusan yang tepat. Suasana ini dapat menumbuhkan perasaan yang berarti bagi anggota kelompok sehingga dapat meningkatkan *body image* yang positif.

Bimbingan kelompok telah teruji efektif dalam menangani berbagai permasalahan individu. Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Dacmiati & Amalia, 2017) layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan *self-esteem* siswa. selanjutnya, layanan bimbingan kelompok juga efektif dalam meningkatkan penyesuaian diri (Rosidah, 2016), percaya diri (Sayondari, 2014), konsep diri (Muyana, Firman, & Syahniar, 2016).

Dengan demikian layanan bimbingan kelompok diharapkan dapat digunakan dalam meningkatkan *body image* positif siswa, sehingga maksud dari penelitian ini adalah untuk melihat bagaimana efektifitas bimbingan kelompok dalam meningkatkan *body image* siswa kelas XI SMA Negeri 62 Jakarta Tahun Pelajaran 2021/2022?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian, maka tujuan penelitian ini adalah untuk menguji efektivitas bimbingan kelompok untuk meningkatkan *body image* siswa kelas XI SMA Negeri 62 Jakarta Tahun Pelajaran 2021/2022?

1.4 Manfaat penelitian

Penelitian ini dilakukan atas kerjasama antara peneliti dan guru bimbingan dan konseling di sekolah dan pihak sekolah lainnya. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik bagi peneliti, pihak yang diteliti, pengembangan media layanan bimbingan dan konseling, serta bagi pihak lain yang berkepentingan. Secara rinci manfaat yang akan didapat sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis, penelitian ini akan dapat menambah wawasan dan referensi tentang layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan *body image* siswa.
2. Manfaat Praktis, penelitian ini akan memberikan langkah-langkah dan strategi dalam pelaksanaan bimbingan kelompok untuk membantu siswa dalam mengembangkan potensi yang optimal, khususnya dalam meningkatkan *body image* positif siswa.

1.5 Struktur Organisasi Tesis

Struktur penulisan tesis ini terdiri dalam lima BAB. BAB I adalah pendahuluan yang berisikan latar belakang, identifikasi masalah dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian serta struktur organisasi tesis. BAB II membahas kajian teori yang berisikan konsep *body image*, konsep bimbingan kelompok, bimbingan kelompok untuk meningkatkan *body image* positif siswa. BAB III berisikan tentang metodologi penelitian yang membahas terkait pendekatan, desain penelitian serta pengembangan instrument penelitian. BAB IV membahas hasil temuan dan pembahasan dari penelitian yang telah dilaksanakan, dan BAB V berisikan kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian serta dijelaskan juga saran untuk pembaca dan peneliti berikutnya. Pada bagian akhir dilengkapi dengan lampiran, bukti penelitian serta daftar pustaka.