

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN MOTIVASI  
MENGIKUTI KEGIATAN TARI DI SANGGAR  
TARI TAMAN BUDAYA MEDAN**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Universitas Medan Area**

**Oleh :**

**RIZKI SYAFITRI  
09.860.0103**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2013**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 12/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN MOTIVASI  
MENGIKUTI KEGIATAN TARI DI SANGGAR  
TARI TAMAN BUDAYA MEDAN

NAMA MAHASISWA : RIZKI SYAFITRI

NIM : 09 860 0103

BAGIAN : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

MENYETUJUI  
KOMISI PEMBIMBING

  
(Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd)

Pembimbing I

  
(Drs. Azhar Azis, MA)

Pembimbing II

Kepala Bagian

Dekan

  
(Laili Alfita, S. Psi, MM)

  
(Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd)

25 Oktober 2013

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 12/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber  
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area  
Access From (Repository.uma.ac.id)12/8/24

## HUBUNGAN BODY IMAGE DENGAN MOTIVASI MENGIKUTI KEGIATAN TARI DI SANGGAR TARI TAMAN BUDAYA MEDAN

### ABSTRAK

Motivasi mengikuti kegiatan tari adalah dorongan dalam diri individu yang dapat mendorong timbulnya suatu tingkah laku, dan tingkah laku ini dapat berupa dilakukannya kegiatan tari. Salah satu factor yang melatarbelakangi timbulnya motivasi mengikuti kegiatan tari ialah *body image*. *Body Image* merupakan gambaran atau konsep tubuh yang dimiliki seseorang didalam pikirannya sehubungan dengan penampilan dan bentuk fisik tubuhnya. Penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa jauh pengaruh variabel *body image* terhadap motivasi mengikuti kegiatan tari pada anggota sanggar tari di Taman Budaya Sumatera Utara. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini ialah *purposive sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 60 orang di Taman Budaya Sumatera Utara. Metode analisis data yang digunakan ialah metode analisis korelasi Product Moment. Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan pada variabel orientasi *body image* dengan motivasi mengikuti kegiatan tari. *Body Image* berkontribusi memberikan pengaruh sebesar 68% terhadap motivasi mengikuti kegiatan tari. Sejalan dengan hasil penelitian, peneliti menyarankan agar (1) motivasi mengikuti kegiatan tari yang ada dalam diri remaja terus diperhatikan dan dijaga keberadaannya oleh orang tua, (2) tenaga pendidik menerapkan menerapkan pola pemikiran yang sehat bagi anggota sanggar tari, dan (3) anggota sanggar tari mampu mempertahankan motivasinya untuk terus menari dan harus terus bersyukur kepada Tuhan atas segala yang telah Tuhan berikan.

**Kata Kunci :** *Motivasi Menari, Body Image, Remaja.*



## DAFTAR ISI

### LEMBAR PENGESAHAN

### SURAT PERNYATAAN

LEMBAR MOTTO.....	i
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	ii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iii
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR ISI TABEL.....	xi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	9
C. Batasan Masalah.....	9
D. Rumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II.....	11
LANDASAN TEORI.....	11
A. Remaja.....	11
1. Pengertian Remaja.....	11
2. Ciri-ciri Masa Remaja.....	13

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 12/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (Repository.uma.ac.id)12/8/24

3. Tugas-tugas Perkembangan Remaja.....	13
B. Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari.....	15
1. Pengertian Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari.....	15
2. Faktor-Faktor Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari.....	18
3. Aspek-aspek Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari.....	23
4. Fungsi Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari.....	25
C. <i>Body Image</i> .....	25
1. Pengertian <i>Body Image</i> .....	25
2. Aspek-aspek <i>Body Image</i> .....	29
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Body Image</i> .....	30
4. Ciri-ciri <i>Body Image</i> .....	30
D. Tari	
1. Pengertian Tari.....	32
2. Jenis-jenis Tari.....	33
3. Fungsi dan Peranan Seni Tari.....	37
4. Kegiatan Tari.....	37
E. Hubungan <i>Body Image</i> dengan Motivasi Mengikuti Kegiatan tari.....	37
F. Kerangka Konseptual.....	39
G. Hipotesis.....	39
<b>BAB III.....</b>	<b>40</b>
<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>40</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	40

B. Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	40
1. Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari.....	40
2. <i>Body Image</i> .....	40
C. Populasi, Sampel, dan Metode Pengambilan Sampel.....	41
1. Populasi Penelitian.....	41
2. Sampel Penelitian.....	41
3. Metode Pengambilan Sampel.....	41
D. Metode Pengumpulan Data.....	42
E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	43
1. Validitas Alat Ukur.....	43
2. Reliabilitas Alat Ukur.....	45
F. METODE ANALISIS DATA.....	46
<b>BAB IV.....</b>	<b>48</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>48</b>
A. Orientasi Kancah dan Persiapan Penelitian.....	48
1. Orientasi Kancah.....	48
2. Persiapan Penelitian.....	49
3. Uji Coba Alat Ukur Penelitian.....	52
B. Pelaksanaan Penelitian.....	55
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	57
1. Uji Asumsi.....	57
2. Hasil Perhitungan Analisis Data.....	59
3. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	61

D. Pembahasan.....	63
<b>BAB V.....</b>	<b>66</b>
<b>SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>66</b>
A. Simpulan.....	66
B. Saran.....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>70</b>



## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1 : Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala</b>	
<b>Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari</b>	
<b>Sebelum Uji Coba.....</b>	<b>51</b>
<b>Tabel 2 : Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala</b>	
<b><i>Body Image</i> Sebelum Uji Coba.....</b>	<b>52</b>
<b>Tabel 3 : Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala</b>	
<b>Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari</b>	
<b>Setelah Uji Coba.....</b>	<b>55</b>
<b>Tabel 4 : Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala</b>	
<b><i>Body Image</i> Setelah Uji Coba.....</b>	<b>56</b>
<b>Tabel 5 : Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....</b>	<b>59</b>
<b>Tabel 6 : Rangkuman Hasil Perhitungan Uji linieritas Hubungan.....</b>	<b>60</b>
<b>Tabel 7 : Rangkuman Perhitungan <i>r Product Moment</i>.....</b>	<b>61</b>
<b>Tabel 8 : Statistik Induk.....</b>	<b>61</b>
<b>Tabel 9 : Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....</b>	<b>64</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran

<b>A. Hasil Data Mentah.....</b>	<b>73</b>
<b>B. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....</b>	<b>91</b>
<b>C. Analisis Data Penelitian.....</b>	<b>95</b>
<b>D. Skala Penelitian.....</b>	<b>100</b>
<b>E. Surat Keterangan Bukti Penelitian.....</b>	<b>106</b>
<b>F. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian.....</b>	<b>107</b>



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa dimana seorang individu berada diantara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Dalam masa perkembangannya, remaja memiliki tugas perkembangan, yaitu berusaha menerima keadaan fisiknya, menerima dan memahami peran seks usia dewasa, membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis, mencapai kemandirian emosional, kemandirian ekonomi, mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat, memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua, mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa, mempersiapkan diri memasuki perkawinan, memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga (dalam Ali & Asrori, 2010). Tidak semua remaja dapat memenuhi tugas-tugas perkembangannya dengan baik.

Menurut Ali (dalam Ali dan Ansori, 2010) beberapa masalah yang dialami remaja dalam memenuhi tugas tersebut, yaitu masalah pribadi, yaitu masalah yang berhubungan dengan situasi kondisi rumah, kondisi fisik, penampilan, emosi, penyesuaian sosial, tugas dan nilai-nilai khas remaja, yaitu masalah yang timbul akibat status yang tidak jelas pada remaja, seperti masalah pencapaian

kemandirian, kesalahpahaman atau penilaian berdasarkan stereotip yang keliru.

adanya hak-hak yang lebih besar dan lebih sedikit kewajiban dibebankan oleh orang tua. Dalam perkembangannya, remaja memiliki kebutuhan akan pencapaiannya dalam penggambaran ideal tubuhnya. Maka, untuk memenuhi kebutuhannya tersebut, remaja akan terdorong untuk melakukan hal-hal atau kegiatan-kegiatan yang berhubungan dengan kebutuhannya dalam mencapai penggambaran ideal tubuhnya tersebut. Dorongan dari dalam diri individu memacu remaja untuk berperilaku dalam rangka mencapai tujuan. Dorongan tersebut dinamakan motivasi. Motivasi merupakan kebutuhan, keinginan, serta hasrat yang mendorong seseorang dalam suatu arah tertentu. Motivasi sangat dibutuhkan dalam kehidupan manusia, karena dengan adanya motivasi, manusia lebih bergairah untuk melakukan sesuatu demi mencapai tujuannya. Dalam bab ini, dibahas mengenai dorongan atau motivasi individu melakukan kegiatan dalam rangka mencapai penggambaran ideal diri individu tersebut. Setiap individu akan berbeda satu dengan yang lainnya dalam menggambarkan citra ideal tubuh mereka. Maka, setiap individu akan melakukan kegiatan-kegiatan yang berbeda dalam rangka mencapai tujuannya.

Kegiatan-kegiatan tersebut dapat berupa melakukan aktifitas olahraga, seperti senam, fitness, diet, dan salah satu kegiatan yang sedang marak digeluti saat ini demi penggambaran ideal tubuh mereka yaitu dengan mengikuti kegiatan tari. Dalam hal ini yaitu jenis tari tradisional. Dorongan atau motivasi untuk melakukan suatu kegiatan tari tradisional adalah hal yang akan dibahas guna melihat sejauh mana pandangan seseorang melihat dirinya sendiri dapat mempengaruhi motivasinya dalam mengikuti kegiatan tari.

Motivasi mengikuti kegiatan tari tradisional pada umumnya dapat berupa hobby atau minat, menambah pengetahuan tentang tari itu sendiri, menambah teman dan memperluas pergaulan. Selain itu untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh. Namun, lebih khusus secara psikologis, mengikuti kegiatan tari juga untuk memperoleh *mindset* atau pemikiran terhadap tubuh atau mengubah gambaran tubuh yang ideal. Mengikuti kegiatan tari tradisional seharusnya bukan hanya semata-mata untuk memperoleh penampilan ideal seperti yang diidam-idamkan selama ini. Kegiatan tari yang dilakukan selain sebagai hobby, sebaiknya diutamakan untuk menjaga kesehatan tubuh. Karena dengan menari, dapat melatih otot-otot yang kaku dan melenturkannya, mengeluarkan keringat, membentuk tubuh menjadi lebih bagus dan indah, membantu mengubah postur tubuh, dan juga menurunkan berat badan.

Sedangkan secara psikologis, menari dapat membantu individu untuk memperoleh *mindset* terhadap tubuh atau mengubah gambaran tubuh yang ideal. Bahwa tidak selamanya bentuk tubuh yang kurus atau langsing akan baik bagi individu selama itu tidak sehat. Tubuh yang sehat adalah yang terpenting. Ini berkaitan dengan persepsi remaja yang dewasa lebih cepat dan terlambat terhadap citra tubuh di usia remaja awal dan akhir. Monique dan Sukanto (2006) berpendapat bahwa budaya populer atau budaya media massa menebarkan pengaruhnya baik melalui media cetak (majalah dan surat kabar), media elektronik (radio dan televisi), serta iklan. Dimasa sekarang ini, dimana media elektronik sangat maju, adalah hal yang lumrah dimana masyarakat banyak memperoleh informasi secara *online* melalui internet. Mayoritas media massa

tersebut menampilkan artis dan model yang berpenampilan menarik dengan bentuk tubuh yang tinggi dan kurus, yang secara langsung maupun tidak mempengaruhi kaum perempuan untuk meniru mereka.

Hal ini pula yang menyebabkan semakin hari semakin banyak individu memiliki *body image* negatif. Semakin banyak kaum wanita yang merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya, hal ini disebabkan karena setiap hari jika seseorang menonton televisi pesan tersebut yang selalu diberikan, dan norma ini kemudian diterima secara luas oleh hampir seluruh lapisan masyarakat, yang kemudian menyebabkan timbulnya penilaian berdasarkan bentuk fisik dan hal ini diyakini oleh banyak pihak. Sebagai contoh, bagi masyarakat pedesaan di Indonesia, dulu banyak yang menganggap sedikit gemuk itu baik, sehat, elok dipandang mata dan tidak banyak timbul keluhan terhadap masalah fisik yang ada, tetapi masyarakat dewasa ini memiliki pandangan yang sangat berbeda, bahkan tidak jarang kita menemukan orang tua yang juga mendukung anaknya memiliki bentuk tubuh kurus karena dianggap lebih cantik.

Gambaran seseorang mengenai kondisi fisik sebenarnya lebih bersifat subyektif. Apabila seseorang merasa bahwa keadaan fisiknya tidak sama dengan konsep idealnya, maka ia akan merasa bahwa keadaan fisiknya tidak sama dengan konsep idealnya, maka ia akan merasa memiliki kekurangan secara fisik meskipun mungkin menurut pandangan dan penilaian pihak lain ia dianggap dapat menerima keadaan fisiknya secara apa adanya sehingga *body imagenya* kemudian menjadi negatif. Pada dasarnya pembentukan *body image* ini melibatkan banyak hal termasuk didalamnya persepsi, imajinasi, emosi dan sensasi fisik terhadap

tubuh. Saat ini telah banyak sanggar tari yang tersebar, setiap sanggar mempromosikan dan menonjolkan keunggulan masing-masing sanggarnya agar dapat menarik minat untuk menjadi anggota pada sanggar tari yang dibuka. Setiap sanggar tari memiliki cara yang berbeda-beda dan promosi merupakan salah satu cara agar sanggar yang dibuka tetap ramai dan dipenuhi anggota. Cara yang dilakukan dalam rangka promosi juga berbeda-beda sesuai dengan tuntutan situasi. Gencarnya sanggar tari dalam menarik anggota menimbulkan persaingan diantara sanggar, setiap sanggar menonjolkan kelebihan dan keistimewaannya masing-masing dan keistimewaan itu yang dijadikan sebagai bahan promosi. Bahan yang dipromosikan antara lain: jenis tarian yang ditawarkan dengan asumsi semakin banyak jenis tarian tradisional yang ditawarkan maka semakin banyak pula kemungkinan untuk memperoleh anggota lebih banyak karena setiap orang memiliki ketertarikan yang berbeda terhadap tarian.

Selain hal diatas masih ada lagi cara promosi yang dilakukan seperti iuran yang terjangkau, waktu menari yang lebih fleksibel, tempat yang luas dan bersih, ketersediaan fasilitas, adanya kesempatan untuk menjadi penari profesional, panggilan kerja sebagai penari yang dibayar dan perjalanan gratis ke luar negeri sebagai penari. Dewasa ini banyak sanggar tari menawarkan cara untuk memperoleh bentuk tubuh yang ideal dengan cara yang sehat dan hal ini menarik banyak perhatian para wanita yang memiliki *body image* negatif. Mereka memiliki strategi dalam melakukan kegiatan tari antara lain menari untuk menghancurkan lemak dan kemudian disambung dengan olah tubuh untuk membentuk tubuh agar lentur dan terlihat indah dan seksi.

Setiap individu yang menilai tubuh yang mereka miliki sesuai standar yang menjadi ukuran masyarakat kita sekarang ini, biasanya timbul rasa tidak puas yang berlebihan yang kemudian menyebabkan mereka berusaha keras melakukan perubahan dan penyesuaian-penyesuaian pada tubuh dan penampilan mengikuti norma-norma kecantikan kultural. Padahal ukuran tubuh yang ideal bagi kaum hawa selalu mengalami perubahan dari tahun ke tahun.

Fenomena yang terjadi pada sanggar tari dapat dilihat betapa individu yang mengikuti kegiatan tari memiliki *body image* negatif. Terdapat anggota sanggar yang memiliki bentuk fisik yang baik, tidak memiliki kelebihan berat badan menurut pandangan umum dianggap ideal, namun ketika dipertanyakan apa yang menjadi motivasinya mengikuti kegiatan tari, yang bersangkutan lantas menyatakan ada bagian tubuhnya yang masih belum terlihat ideal. Walaupun demikian terdapat pula alasan dimana kegiatan tari dilakukan demi untuk mendapatkan kehidupan yang harmonis dengan pasangan hidupnya. Dari hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap anggota sanggar tari di Taman Budaya Medan menunjukkan gejala bahwa *body image* para anggota sanggar tari tradisional yang negatif, menganggap bentuk tubuh yang dimilikinya kurang menarik, dan tidak ideal. Walaupun ditemukan juga ada beberapa anggota yang memiliki *body image* positif. Artinya, jika ia memiliki *body image* yang negatif, maka motivasinya untuk mengikuti kegiatan tari akan semakin besar.

Remaja berada di ambang resiko pada saat tuntutan dari konteks sosial tertentu tidak sesuai dengan karakteristik fisik dan tingkah laku remaja. Lerner (dalam Santrock, 2003). Gambaran mengenai tubuh yang ideal (*Body Image*)

merupakan fenomena yang sedang hangat diperbincangkan di tengah masyarakat saat ini. Menurut survei *Psychology Today* tahun 1997, wanita lebih banyak merasa tidak puas dibanding pria tentang penampilan fisik, akan tetapi secara keseluruhan baik pria dan wanita merasa tidak puas dengan tubuh mereka sendiri.

Gambaran tubuh yang ideal saat ini sedang dikukuhkan dengan citra tampilan fisik yang ideal bagi ras *Caucasian* yaitu langsing, tinggi, putih, mancung, dan berambut lurus. Citra tampilan fisik yang ideal itu masih berlaku sampai sekarang karena masyarakat Indonesia kerap menjadikan ras *Caucasian* sebagai trend model sehingga dengan demikian citra fisik yang ideal adalah jika bisa memiliki tubuh langsing, tinggi, putih, mancung, dan berambut lurus sesuai trend yang masih berlaku bagi masyarakat dari ras *Caucasian*. Sering kali remaja-saat ini tidak menyadari bahwa masyarakat Indonesia memiliki bentuk, ciri, dan perawakan tubuh yang berbeda dengan ras *Caucasian*. Masyarakat Indonesia, khususnya remaja yang tidak menyadari hal ini kemudian berlomba-lomba untuk meniru dan merasa bangga jika dapat memperoleh bentuk tubuh yang kurus dan langsing. Tetapi sering kali karena tidak dapat memperoleh bentuk tubuh yang kurus, maka remaja tersebut kemudian merasa tidak nyaman dan sulit menerima dirinya, dan ini adalah hal yang menyebabkan remaja tersebut merasa tidak puas terhadap dirinya dan kemudian menyebabkan ia berpendapat negatif terhadap bentuk tubuhnya.

Setiap remaja memiliki gambaran diri ideal seperti apa yang diinginkannya termasuk bentuk tubuh ideal seperti apa yang ingin dimilikinya. Ketidaksesuaian antara tubuh yang dipersepsikan oleh remaja tersebut dengan bentuk tubuhnya

kemudian memunculkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya. Hal ini berkaitan erat dengan *body image*, yaitu bagaimana seseorang memandang dan menilai tubuhnya. *Body image* yang dikatakan ideal bagi remaja pada umumnya adalah bentuk badan proporsional dan langsing bagi remaja wanita, sehingga dalam hal ini salah satu cara yang digunakan adalah dengan cara mengikuti kegiatan tari dan yang saat ini populer adalah kegiatan tari tradisional di sanggar tari.

Kebutuhan seseorang untuk tampil menarik, menjadikan remaja melakukan berbagai usaha untuk menjadi seseorang yang sesuai dengan citra dan tuntutan dirinya sendiri, lingkungannya, baik lingkungan sekolah, lingkungan kerja, maupun lingkungan pergaulan. Fenomena yang terjadi pada sanggar tari dapat dilihat betapa individu yang mengikuti kegiatan tari memiliki *body image* negatif. Ini terlihat dari hasil wawancara penulis dengan salah seorang anggota sanggar. Di dalam wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan responden pada tanggal 1 Februari 2013, responden mengatakan bahwa sebelum ia memasuki sanggar, responden ingin memiliki bentuk tubuh yang ideal sesuai keinginannya yaitu kurus dan langsing. Responden mengatakan bahwa ia ingin mengikuti sanggar tari yang berada di Taman Budaya Medan agar memiliki kegiatan guna menunjang tercapainya keinginan responden dalam memiliki *body image* yang ideal.

Berdasarkan uraian data yang diperoleh diatas, timbul permasalahan apakah ada hubungan antara *body image* dengan motivasi mengikuti kegiatan tari pada anggota sanggar Taman Budaya. Atas dasar itu, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul: Hubungan *Body Image* dengan Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari Di Sanggar Tari Taman Budaya Medan.

## B. Identifikasi Masalah

Motivasi seseorang dalam mengikuti kegiatan tari berbeda-beda. Ada yang memang didasari karena hobby atau minat, ada yang ingin mendapatkan tubuh yang sehat, dan ada juga yang ingin mengubah *body image* nya. Tidak semua orang memiliki *body image* yang positif. Beberapa orang mengikuti kegiatan tari karena memiliki *body image* yang negatif. Dengan adanya motivasi untuk mendapatkan bentuk tubuh ideal (*body image* negatif), maka beberapa orang memutuskan untuk melakukan berbagai cara salah satunya adalah dengan mengikuti kegiatan tari di sanggar tari.

## C. Batasan Masalah

Batasan masalah dalam penelitian ini adalah untuk mengkaji hubungan antara *body image* dengan motivasi mengikuti kegiatan tari. Dalam masalah ini, populasi yang digunakan adalah seluruh remaja anggota sanggar tari yang aktif di sanggar

## D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *body image* dengan motivasi mengikuti kegiatan tari.

## E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *body image* dengan motivasi mengikuti kegiatan tari pada sanggar tari di Taman Budaya Medan.

## F. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 12/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)12/8/24

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan psikologi khususnya terhadap masalah-masalah yang berhubungan dengan hubungan antara *body image* terhadap motivasi mengikuti kegiatan tari.

## 2. Manfaat Praktis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan satu wacana pemikiran baru sebagai upaya memasyarakatkan tari-tarian tradisional dan meningkatkan anggota sanggar tari, dan diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran seseorang untuk mengikuti kegiatan tari bukan hanya karena *body image* negatif tetapi lebih kearah kesadaran untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh.

1. Manfaat bagi sanggar tari : dapat menanamkan pandangan yang benar dimana menari dilakukan adalah agar setiap individu memiliki tubuh yang sehat, memiliki pikiran yang positif. Mereka yang datang dengan motivasi merubah bentuk tubuh (*body image* negatif) agar nantinya menyadari alasan sebenarnya mengikuti kegiatan tari yaitu untuk kesehatan, kebugaran dan kelenturan, dengan demikian setiap anggota sanggar tari melakukan kegiatan tari secara rutin dan disiplin untuk jangka waktu yang panjang bukan demi alasan yang urak-urakan.

2. Manfaat bagi anggota : agar para anggota hidup dengan pandangan yang lebih positif, bahwa setiap individu unik sehingga harus lebih mampu mensyukuri kelebihan dan kekurangannya masing-masing.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Remaja

##### 1. Pengertian Remaja

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin (*adolescere*) (kata bendanya, *adolesentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Bangsa primitif, demikian pula orang-orang zaman purbakala memandang masa puber dan masa remaja tidak berbeda dengan periode-periode lain dalam rentang kehidupan. Anak dianggap sudah dewasa apabila sudah mampu mengadakan reproduksi.

Menurut Piaget (dalam Hurlock, 1980) mengatakan bahwa secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia di mana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan beradadalam tingkat yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber. Termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok. Transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.

Monks (1982) mengatakan bahwa anak remaja sebetulnya tidak mempunyai tempat yang jelas. Ia tidak termasuk golongan anak, tetapi ia tidak pula termasuk

golongan orang dewasa atau golongan tua. Remaja ada diantara anak dan orang dewasa. Remaja masih belum mampu untuk menguasai fungsi-fungsi fisik maupun psikisnya. Ditinjau dari segi tersebut mereka masih termasuk golongan kanak-kanak, mereka masih harus menemukan tempat dalam masyarakat.

Menurut Calon (dalam Monks, 1982) masa remaja menunjukkan dengan jelas sifat-sifat masa transisi atau peralihan karena remaja belum memperoleh status dari orang dewasa tetapi tidak lagi memiliki status kanak-kanak. Menurut penelitian Roscoe dan Peterson (dalam Monks, 1982) mengungkapkan bahwa remaja mempunyai suatu posisi marginal yang dipandang dari segi sosialnya.

Ausubel (dalam Monks, 1982) mengatakan bahwa remaja ada dalam *status interim* sebagai akibat daripada posisi yang sebagian diberikan oleh orang tua dan sebagian diperoleh melalui usaha sendiri yang selanjutnya memberikan prestise tertentu padanya.

Menurut Hall (dalam Santrock, 2007) masa remaja yang usianya berkisar antara 12 hingga 23 tahun diwarnai oleh pergolakan. Pandangan badai-dan-stress (strom-and-stress view) adalah konsep dari Hall yang menyatakan bahwa remaja merupakan masa pergolakan yang dipenuhi oleh konflik dan perubahan suasana hati.

Menurut Rosenblum dan Lewis (dalam Santrock, 2007) tidak selamanya remaja berada dalam situasi “Badai dan Stres”, tetapi fluktuasi emosi dari tinggi ke rendah memang meningkat pada masa remaja awal.

## 2. Ciri-ciri masa remaja

Hurlock (1980) mengatakan bahwa ciri-ciri masa remaja, yaitu:

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 12/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From repository.uma.ac.id 12/8/24

a. Masa Remaja sebagai Periode yang Penting.

Pada periode remaja, baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetap penting. Ada periode yang penting karena akibat fisik dan ada lagi karena akibat psikologis. Pada periode remaja kedua-duanya sama-sama penting. Perkembangan fisik yang cepat dan penting disertai dengan cepatnya perkembangan mental yang cepat, terutama pada awal masa remaja.

b. Masa Remaja sebagai Periode Peralihan

Peralihan tidak berarti terputus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, melainkan lebih-lebih sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Artinya, apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan dating

c. Masa Remaja sebagai Periode Perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Kalau perubahan fisik menurun, maka perubahan sikap dan perilaku menurun juga.

d. Masa Remaja sebagai Usia Bermasalah

Setiap periode mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan.

e. Masa Remaja sebagai Masa Mencari Identitas

Sepanjang usia geng pada akhir masa kanak-kanak, penyesuaian diri dengan standar kelompok adalah jauh lebih penting bagi anak yang lebih besar daripada individualitas. Pada tahun-tahun awal remaja, penyesuaian diri dengan kelompok masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan.

#### f. Masa Remaja sebagai Usia yang Menimbulkan Ketakutan

Anggapan stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapi yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak dan berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja muda takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.

#### g. Masa Remaja sebagai Masa yang Tidak Realistik

Remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya.

#### h. Masa Remaja sebagai Ambang Masa Dewasa

Dengan semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa.

### 3. Tugas-tugas perkembangan remaja

Beberapa tugas-tugas perkembangan menurut Hurlock (1980), yaitu:

- a. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita
- b. Mencapai peran sosial pria dan wanita

- c. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif
- d. Mengharapkan dan mencapai perilaku social yang bertanggung jawab
- e. Mencapai kemandirian emosional dari oarng tua dan orang-orang dewasa lainnya
- f. Mempersiapkan karir ekonomi
- g. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga
- h. Memperoleh peringkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berpartisipasi mengembangkan ideologi

## **B. Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari**

### **1. Pengertian Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari**

Motivasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah dalam hal mengikuti kegiatan tari. Motivasi mengikuti kegiatan tari adalah suatu proses yang terjadi dalam diri manusia dengan pengaturan tingkah laku individu karena adanya stimulus atau dorongan dari dalam maupun dari luar untuk menerima materi pengajaran tari tradisional di Taman Budaya Medan agar memperoleh pengetahuan tentang tari tradisional. Crow dan Crow (dalam Caroline, 2008) mendefinisikan motivasi sebagai suatu proses yang terjadi dalam diri manusia (suatu proses psikologis), sehingga tidak dapat dihubungkan hanya dengan tindakan dan perilaku yang tampak nyata. Motivasi merupakan proses psikologi yang terjadi antara sikap, kebutuhan, persepsi, proses belajar dan pemecahan persoalan.

Motivasi adalah hal yang menyebabkan; menyalurkan; mendukung perilaku manusia, agar mau bekerja giat dan antusias mencapai hasil yang optimal.

Menurut Gray (dalam Bidasari, 2009) motivasi merupakan sejumlah proses, yang bersifat internal atau eksternal bagi seseorang individu, yang menyebabkan timbulnya sikap antusiasme dan persistensi, dalam hal hal melaksanakan kegiatan-kegiatan tertentu.

Rivai (dalam Caroline, 2008) mengartikan motivasi sebagai serangkaian sikap dan nilai-nilai yang mempengaruhi individu untuk mencapai hal yang spesifik sesuai dengan tujuan individu. Sikap dan nilai tersebut merupakan suatu yang *invisible* yang memberikan kekuatan untuk mendorong individu bertingkah laku dalam mencapai tujuan. Apabila individu termotivasi, maka individu akan membuat pilihan yang positif untuk melakukan sesuatu karena dapat memuaskan keinginannya. Suratman (dalam Caroline, 2008) menjelaskan bahwa motivasi (*motivation*) berasal dari kata dasar motif (*motive*) yang berarti dorongan, sebab atau alasan seseorang melakukan sesuatu. Oleh karena itu motivasi dapat berarti suatu yang mendorong atau menjadi sebab seseorang melakukan suatu perbuatan atau kegiatan, yang berlangsung secara sadar.

Motivasi dianggap sebagai suatu istilah umum yang berkenaan dengan pengaturan tingkah laku individu karena adanya stimulus atau dorongan dari dalam maupun dari luar untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Dengan kata lain motivasi adalah peranan pemunculan aktivitas yang terarah sesuai dengan pendorongnya.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2005), motivasi adalah:

1. Dorongan yang timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan sesuatu tindakan dengan tujuan tertentu.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 12/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)12/8/24

2. Usaha yang dapat menyebabkan seseorang atau kelompok orang tertentu bergerak melakukan sesuatu karena ingin mencapai tujuan yang dikehendakinya atau mendapat kepuasan dengan perbuatannya.

Chaplin (2008) menyatakan bahwa motivasi ialah suatu variabel penyalang (ikut campur tangan) yang digunakan untuk menimbulkan faktor-faktor tertentu di dalam organisme yang membangkitkan, mengelola, mempertahankan dan menyalurkan tingkah laku menuju satu sasaran.

Epstein (dalam Citra, 2011) menyatakan bahwa motivasi adalah pernyataan dari dalam berupa gerakan yang sering muncul, sebelum dalam melakukan tingkah laku, hubungan antara motivasi dan tingkah laku sangatlah dekat. Murray (dalam Citra, 2011) menyatakan bahwa motivasi adalah sebagai sesuatu yang bersumber dari dalam atau luar diri. Ia mempunyai tugas dan arah sehingga akan terus terjadi sehingga menghasilkan apa yang individu tersebut hayati. Proses terus berjalan sebagai suatu perputaran didalam perilaku seseorang.

Motivasi menari juga dapat mendorong individu untuk berkembang dan tumbuh serta ingin maju menelusuri tangga keberhasilan, karena motivasi menari merupakan dorongan dari dalam diri individu untuk mengatasi segala tantangan dan hambatan dalam upaya mencapai tujuan. Mengacu beberapa definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa motivasi menari adalah dorongan yang mengarahkan tingkah laku seseorang dengan titik berat pada tercapainya suatu tertentu dalam menari.

## 2. Faktor-faktor Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari

Motivasi mengikuti kegiatan tari dipengaruhi oleh beberapa faktor. Dalam kondisi tertentu orang dapat memiliki motivasi yang dirangsang oleh faktor dari dalam maupun dari luar dirinya. Menurut Martaniah (dalam Valentinus, 2008) faktor yang mempengaruhi motivasi adalah:

- a. Energi; adanya sumber energi yang mempengaruhi tingkah laku
- b. Keturunan; mekanisme motivasional yang telah diprogramkan secara genetik pada organisme
- c. Belajar; ada interaksi antara belajar dan motivasi dalam tingkah laku
- d. Kondisi fisik
- e. Kondisi psikis
- f. Interaksi sosial; interaksi dengan orang lain dapat memberi motivasi
- g. Proses kognitif; berbagai macam informasi yang diserap dan cara-cara bagaimana suatu informasi diproses mempunyai pengaruh yang penting pada seseorang

Menurut Gage dan Barliner (dalam Valentinus, 2008) faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi adalah:

### a. Kebutuhan

Proses adanya motivasi terjadi karena adanya kebutuhan atau rasa kekurangan terhadap sesuatu. Individu yang mempunyai kebutuhan biasanya akan termotivasi untuk menggerakkan tingkah lakunya untuk memuaskan kebutuhan tertentu

### b. Sikap

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 12/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)12/8/24

Sikap individu terhadap suatu objek akan melibatkan emosi (baik perasaan senang maupun tidak senang), pengarahannya atau penghindaran terhadap objek tersebut

c. Nilai

Nilai merupakan suatu pandangan individu akan suatu hal atau suatu tujuan yang diinginkan atau yang dianggap penting dalam hidupnya

d. Minat

Dengan adanya minat, maka akan ada perhatian khusus terhadap suatu objek. Suatu minat yang besar akan mempengaruhi atau menimbulkan motivasi

e. Aspirasi

Aspirasi merupakan harapan individu akan sesuatu. Dengan adanya aspirasi, maka individu akan termotivasi untuk mencoba berusaha mencapai hal-hal yang diharapkan.

Fathurrohman dan Sutikno (dalam Caroline, 2008) mengatakan bahwa motivasi dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu:

a. Faktor Internal, faktor yang berasal dari dalam diri individu, terdiri atas:

1. Persepsi individu mengenai diri sendiri

Seseorang termotivasi atau tidak untuk melakukan sesuatu banyak tergantung pada proses kognitif berupa persepsi. Persepsi seseorang tentang dirinya sendiri akan mendorong dan mengarahkan perilaku seseorang untuk bertindak.

## 2. Harga diri dan prestasi

Faktor ini mendorong atau mengarahkan individu (memotivasi) untuk berusaha agar menjadi pribadi yang mandiri, kuat, dan memperoleh kebebasan serta mendapatkan status tertentu dalam lingkungan masyarakat; serta dapat mendorong individu untuk berprestasi.

## 3. Harapan

Adanya harapan-harapan akan masa depan. Harapan ini merupakan informasi objektif dari lingkungan yang mempengaruhi sikap dan perasaan subjektif seseorang. Harapan merupakan tujuan dari perilaku.

## 4. Kebutuhan

Manusia dimotivasi oleh kebutuhan untuk menjadikan dirinya sendiri yang berfungsi secara penuh, sehingga mampu meraih potensinya secara total. Kebutuhan akan mendorong dan mengarahkan seseorang untuk mencari atau menghindari, mengarahkan dan memberi respon terhadap tekanan yang dialaminya.

## 5. Kepuasan kerja

Lebih merupakan suatu dorongan afektif yang muncul dalam diri individu untuk mencapai goal atau tujuan yang diinginkan dari suatu perilaku.

b. Faktor Eksternal; faktor yang berasal dari luar diri individu, terdiri atas:

### 1. Jenis dan sifat pekerjaan

Dorongan untuk bekerja pada jenis dan sifat pekerjaan tertentu sesuai dengan objek pekerjaan yang tersedia akan mengarahkan individu untuk menentukan sikap atau pilihan pekerjaan yang akan ditekuni. Kondisi ini juga

dapat dipengaruhi oleh sejauh mana nilai imbalan yang dimiliki oleh objek pekerjaan dimaksud.

## 2. Kelompok kerja dimana individu bergabung

Kelompok kerja atau organisasi tempat dimana individu bergabung dapat mendorong atau mengarahkan perilaku individu dalam mencapai suatu tujuan perilaku tertentu.

## 3. Situasi lingkungan pada umumnya

Setiap individu terdorong untuk berhubungan dengan rasa mampunya dalam melakukan interaksi secara efektif dengan lingkungannya.

## 4. Sistem imbalan yang diterima

Imbalan merupakan karakteristik atau kualitas dari objek pemuas yang dibutuhkan oleh seseorang yang dapat mempengaruhi motivasi atau dapat mengubah arah tingkah laku dari suatu objek ke objek lain yang mempunyai nilai imbalan yang lebih besar.

Motivasi adalah suatu hal yang merupakan perpaduan antara pembawaan dan faktor luar individu, yang biasanya disebut dengan faktor *intern* dan faktor *ekstern*. Suryabrata dan Slameto (dalam Zulaiha, 2006) mengatakan faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi adalah:

1. Faktor *intern* yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu sendiri, meliputi:

a. Faktor fisiologis, kondisi fisiologis pada umumnya sangat berpengaruh terhadap kondisi seseorang sebagai contohnya kondisi seorang siswa yang sedang

belajar. Siswa yang sedang dalam keadaan segar jasmani akan lebih mudah menerima pelajaran daripada siswa yang berada dalam kondisi kelelahan.

b. Faktor Psikologis, faktor psikologis yang mempengaruhi motivasi terdiri atas :

1. Minat, minat dapat mempengaruhi motivasi seseorang. Kalau seseorang berminat untuk mengetahui sesuatu maka ini akan menjadi motivasi yang mendorongnya untuk mengetahui sesuatu tersebut dengan lebih baik, sebaliknya jika seseorang tidak berminat untuk mengetahui sesuatu maka motivasi atau dorongan untuk mengetahui ssuatu tersebut akan lebih rendah.

2. Kecerdasan, kecerdasan telah menjadi hal yang cukup populer, bahwa kecerdasan memiliki pengaruh yang besar terhadap motivasi belajar seseorang untuk mencapai suatu hasil yang diharapkan.

3. Bakat, bakat merupakan faktor yang berpengaruh terhadap motivasi seseorang. Hampir tidak ditemukan bantahan bahwa belajar pada bidang yang sesuai dengan bakat dan kemampuan akan memperbesar kemungkinan berhasilnya usaha seseorang atau hasil belajar seseorang.

2. Faktor *Ekstern* yang berasal dari lingkungan atau luar diri individu, yaitu:

a. Faktor sosial, faktor sosial adalah faktor manusia dan faktor representasinya atau wakilnya yang berwujud hal-hal lain yang langsung berpengaruh terhadap motivasi. Kehadiran dan peran-peran orang disekeliling individu dapat menimbulkan dampak yang positif maupun dampak yang negatif terhadap motivasi individu. Bila peran orang-orang disekitar individu mendukung, maka akan membuat individu lebih termotivasi melakukan sesuatu, begitu pula

sebaliknya. Jika orang-orang di lingkungan individu tidak memberikan kontribusi yang positif dan cenderung menghambat maka hal itu dapat menyebabkan penurunan motivasi.

b. Faktor non-sosial memiliki pengaruh yang besar terhadap motivasi seseorang, seperti kelembaban udara.

Robert dan Jessica (dalam Citra, 2011) faktor-faktor penggerak motivasi antara lain:

1. Tergantung pada gen seperti susunan keturunan.
2. Sejarah lingkungan seperti kumpulan-kumpulan pengalaman yang kita alami sampai saat ini.
3. Faktor berubah-ubah yang dapat dimanipulasi untuk menambah semangat, setidaknya ada 13 faktor, antara lain: latihan, nutrisi yang sehat, tidur, penghargaan, tantangan, persahabatan, kebaikan, keamanan, kekuasaan, kebebasan, lingkungan yang menyenangkan, ungkapan yang kreatif dan arti.

### **3. Aspek-aspek Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari**

Irwanto (dalam Caroline, 2008) menyatakan bahwa aspek dari motivasi mengikuti tari adalah:

a. Pengaturan diri

Pengaturan diri ini bersifat dari lingkungan seperti adanya desakan dari luar

b. Pengarahan

Pengarahan ini berasal dari dalam individu antara lain seperti harapan, cita-cita, emosi dan keinginan

c. Tujuan

Tujuan adalah suatu nilai dari suatu objek dan merupakan faktor-faktor yang berasal dari dalam individu atau dari luar individu.

Menurut Purwanto (dalam Caroline, 2008) ada tiga aspek motivasi, yaitu:

- a. Menggerakkan; menimbulkan kekuatan individu. Memimpin seseorang untuk bertindak dengan cara tertentu
- b. Mengarahkan; motivasi menyediakan suatu orientasi tujuan. Tingkah laku individu diarahkan terhadap sesuatu
- c. Menopang; untuk menjaga tingkah laku, lingkungan sekitar harus menguatkan intensitas dan arah dorongan-dorongan kekuatan individu

Denny (dalam Caroline, 2008) mengemukakan aspek dari motivasi adalah:

- a. Memiliki sikap yang positif

Aspek ini menunjukkan adanya keyakinan dari dalam diri individu yang kuat, penerimaan diri yang tinggi serta selalu optimis dalam menghadapi suatu hal

- b. Berorientasi pada pencapaian suatu tujuan

Aspek ini menunjukkan bahwa motivasi menyediakan suatu orientasi tujuan tingkah laku yang diarahkan pada sesuatu yang dianggap penting dalam kehidupan individu tersebut

- c. Kekuatan yang mendorong individu

Aspek ini menunjukkan bahwa timbulnya suatu kekuatan akan dapat mendorong individu untuk melakukan sesuatu. Kekuatan ini bisa berasal dari dalam diri individu, lingkungan sekitar serta keyakinan akan kekuatan yang bersifat kodrati.

#### **4. Fungsi Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari**

Sardiman (dalam Zulaiha, 2006) mengatakan fungsi motivasi adalah:

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 12/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)12/8/24

- a. Mendorong seseorang untuk berbuat sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak setiap kegiatan yang akan dilakukan.
- b. Menentukan arah perbuatan, yakni kearah yang dicapai, dengan demikian motivasi dapat memberikan arah bagi kegiatan yang akan dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuan.
- c. Menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan dan sesuai guna tujuan yang diinginkan.

Campbell dkk (dalam Zulaiha, 2006) menambahkan fungsi motivasi adalah:

- a. Menggerakkan, yang berarti menimbulkan kekuatan pada individu, memimpin seseorang untuk bertindak dengan cara tertentu.
- b. Mengarahkan atau menyalurkan tingkah laku.
- c. Untuk menjaga dan menopang tingkah laku, lingkungan sekitar harus member penguatan dan arah dorongan-dorongan serta kekuatan-kekuatan individu.

### ***C. Body Image***

#### **1. Pengertian *Body Image***

Santrock (2003) menyatakan bahwa *body image* adalah salah satu aspek psikologis dari perubahan fisik pada remaja dimana menjadi sangat memperhatikan tubuh dan membangun dirinya sendiri mengenai bagaimana tubuh mereka terlihat. Remaja menunjukkan minat yang amat besar terhadap citra tubuh mereka. Remaja usia muda menunjukkan perhatian yang lebih besar dan kurang puas terhadap gambaran tubuh yang mereka miliki, daripada remaja akhir. Anak

perempuan memiliki lebih banyak gambaran negatif selama masa pubertas, daripada anak laki-laki.

Richards dkk (dalam Santrock, 2007) salah satu aspek psikologis dari perubahan fisik di masa pubertas adalah: Remaja menjadi amat memperhatikan tubuh mereka dan membangun citranya sendiri mengenai bagaimana tubuh mereka tampaknya. Barangkali mereka memandangi cermin setiap hari bahkan sampai berjam-jam lamanya untuk melihat apakah mereka dapat melihat perbedaan yang terjadi pada tubuhnya yang sedang berubah. Perhatian yang berlebihan terhadap citra tubuh sendiri, amat kuat pada masa remaja, terutama amat mencolok saat masa pubertas, saat remaja lebih tidak puas akan keadaan tubuhnya dibandingkan dengan akhir masa remaja.

Chaplin (2008) *body image* adalah konsep tubuh atau gambaran tubuh, ide seseorang mengenai betapa penampilan badan diharapkan bagi orang lain. Kadang kala dimasukkan pula konsep mengenai fungsi tubuh. Papalia (2008) memberikan definisi *body image* sebagai pendeskripsian dan penilaian yang diyakini mengenai penampilan seseorang. McCabe dan Ricciardelli (dalam Santrock, 2007) mengatakan bahwa *body image* merupakan salah satu aspek psikologis yang akan muncul pada laki-laki dan perempuan dimana hal itu merupakan praokupasi (perhatian) remaja erhadap tubuhnya.

Rice (dalam Monique dan Soekamto, 2006) *body image* adalah gambaran mental yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya yang meliputi pikiran-pikiran, perasaan-perasaan, penilaian-penilaian, sensasi-sensasi kesadaran dan perilaku

terkait dengan tubuhnya. Menurut Rosen (dalam Monique dan Sukamto, 2006) *body image* merupakan suatu pengalaman individual seseorang tentang tubuhnya.

Richards dkk (dalam papalia, 2008) memberikan definisi bahwa *body image* ialah:

- a. Bagaimana seseorang melihat dirinya sendiri ketika sedang bercermin atau ketika seseorang menggambarkan dirinya sendiri dalam pikirannya.
- b. Apa yang dirasakan seseorang mengenai penampilan dirinya (termasuk memori, asumsi, dan generalisasi).
- c. Bagaimana seseorang merasakan mengenai tubuh termasuk tinggi, berat, dan bentuk tubuh.
- d. Bagaimana seseorang merasakan dan mengontrol tubuhnya ketika sedang tidak bergerak, dimana seseorang merasakan apa yang ada di dalam tubuhnya, tidak hanya mengenai tubuhnya.

Brooks dkk (dalam Santrock, 2007) menyatakan bahwa *body image* adalah bagaimana seseorang melihat dirinya sendiri ketika ia bercermin. *Body image* adalah persepsi dinamis mengenai tubuh seseorang, bagaimana kelihatannya, perasaannya, dan gerakannya. *Body image* ini dipertajam dengan persepsi, emosi, dan sensasi fisik, dan ia tidak statis melainkan dapat berubah dalam kaitannya dengan suasana hati, pengalaman fisik adan lingkungan. Beberapa pengalaman saat remaja akan memberi pengaruh secara signifikan terhadap perubahan fisik dalam tubuh mereka dimasa pubertas, mereka mungkin mengalami beberapa pengalaman yang memberikan persepsi dinamis yang berbeda mengenai *body image* pada masa itu.

*Body image* dipengaruhi secara kuat oleh kepercayaan diri dan evaluasi diri, lebih lanjut terpengaruh oleh pesan kultural dan standar sosial dari penampilan dan daya tarik, dan hal tersebut memberikan prevalensi yang besar terhadap gambaran wanita yang kurus dan tidak berlemak dan juga gambaran pria yang kurus kuat dan tidak berlemak sebagai gambaran umum untuk komunitas, *body image* demikian telah menjadi perhatian secara luas oleh remaja.

Feingold dkk (dalam Santrock, 2007) menyatakan bahwa *body image* ialah gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang mempersepsikan dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan dirasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya atas pandangan dan penilaian orang lain terhadap dirinya. Pada dasarnya apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh seseorang terhadap bentuk dan ukuran fisiknya, belum tentu benar-benar mempresentasikan keadaan yang aktual, namun lebih merupakan hasil penilaian diri yang subjektif.

Grinder (dalam Bidasari, 2009) menyatakan bahwa *body image* adalah produk dari serangkaian pengalaman yang nyata maupun fantasi yang berasal dari perkembangan fisik seseorang, perhatian dari teman-teman sebaya terhadap atribut-atribut fisik, maupun dari meningkatnya kesadaran terhadap harapan-harapan cultural. Dalam *body image* individu digambarkan seberapa jauh individu merasa puas terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan.

Dari pengertian diatas disimpulkan bahwa *body image* adalah gambaran atau konsep tubuh yang dimiliki seseorang didalam pikirannya sehubungan

dengan penampilan dan bentuk fisik tubuhnya meliputi hal-hal seperti pikiran-pikiran, perasaan-perasaan, sensasi-sensasi, kesadaran, penilaian-penilaian yang dipengaruhi oleh berbagai macam kondisi baik yang berasal dari dalam maupun dari luar diri seseorang.

*Body image* adalah apa yang diyakini individu terhadap dirinya sendiri walaupun dipengaruhi oleh budaya dan hal lainnya akan tetapi *body image* lebih bersifat psikologis. Oleh karena sifatnya penilaian bersifat pribadi dan diartikan berbeda oleh setiap individu.

## 2. Aspek-aspek *Body Image*

Menurut Leghstone (dalam Bidasari, 2009) menyatakan bahwa aspek-aspek *body image* meliputi:

- a. Persepsi seseorang terhadap bentuk tubuhnya, bagaimana individu memberikan penilaian terhadap kondisi tubuh yang dimilikinya, apakah individu memandang tubuhnya sebagai kondisi yang sudah ideal atau sebaliknya.
- b. Imajinasi seseorang terhadap tubuhnya, bagaimana harapan dan khayalan terhadap keadaan tubuh yang dimilikinya. Individu yang memiliki *body image* yang negatif, biasanya berimajinasi seandainya keadaan tubuhnya lebih baik dari yang dimilikinya saat ini.
- c. Emosi yang dirasakan seseorang terhadap tubuh, berupa perasaan yang ekspresi emosi yang dirasakan individu terhadap kondisi tubuh yang dimilikinya, apakah berupa perasaan bahagia, sedih, kecewa atau marah.
- d. Sensasi fisik yang dirasakan, suatu proses merasakan serta menghayati setiap bagian dari tubuh yang dimiliki individu.

Menurut Thompson (dalam Papalia, 2008) menyatakan bahwa ada tiga aspek *body image* yang terkait dengan tampilan fisik:

- a. Aspek Perseptual merupakan suatu aspek yang dapat dipakai sebagai akurasi ukuran persepsi seseorang. Ini berhubungan dengan kesamaan persepsi antara persepsi individu terhadap penampilan dan indikator seperti berat badan, tinggi badan dan indeks masa tubuh.
- b. Aspek Subjektif merupakan aspek yang terdiri dari berbagai macam segi seperti kepuasan, perhatian, evaluasi, kognisi dan kecemasan.
- c. Aspek perilaku, aspek perilaku berfokus pada penghindaran diri pada suatu situasi yang menyebabkan individu terlibat pada suatu situasi yang terkait dengan penampilan fisik yang menyebabkan individu tersebut merasa tidak nyaman.

### 3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Body Image*

Santrock (2007) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* antara lain :

- a. Reaksi orang lain. Manusia sebagai makhluk sosial selalu berinteraksi dengan orang lain, agar dapat diterima oleh orang lain. Ia akan memperhatikan pendapat atau reaksi yang dikemukakan oleh lingkungannya termasuk pendapat mengenai fisiknya.
- b. Perbandingan dengan orang lain atau dengan perbandingan *cultural idea*. Wanita cenderung lebih peka terhadap penampilan dirinya dan selalu membandingkan dirinya dengan orang lain atau lingkungan disekitarnya.

c. Identifikasi terhadap orang lain. Beberapa orang merasa perlu menyulap diri agar serupa atau mendekati idola atau simbol kecantikan yang dianut agar merasa lebih baik dan lebih menerima keadaan fisiknya.

Menurut Meiliana (dalam Bidasari, 2009) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* antara lain:

- a. *Self Esteem*. *Body image* mengacu pada gambaran seseorang tentang tubuhnya yang dibentuk dalam pikirannya, yang lebih banyak dipengaruhi oleh *self esteem* individu itu sendiri.
- b. Perbandingan dengan orang lain. *Body image* ini secara umum dibentuk dari perbandingan yang dilakukan seseorang atas fisiknya sendiri dengan standar yang dikenal oleh lingkungan sosial dan budayanya.
- c. Bersifat dinamis, *body image* bukanlah konsep yang bersifat statis atau menetap seterusnya, melainkan mengalami perubahan terus-menerus.
- d. Proses pembelajaran, *body image* merupakan hal yang dipelajari. Proses pembelajaran citra tubuh inising kali dibentuk lebih banyak oleh orang lain diluar individu sendiri, yaitu keluarga dan masyarakat.

#### 4. Ciri-ciri *Body Image*

*National Eating Disorder* menyebutkan terdapat 2 jenis *body image* yang masing-masing memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

##### a. *Body image* negatif

1. Individu salah mempersepsikan bentuk tubuhnya dimana individu mempersepsikan bagian-bagian tubuhnya tidak sesuai dengan apa yang seharusnya ada.

2. Individu meyakini bahwa orang lain menarik dan memiliki ukuran dan bentuk tubuh seperti sekarang adalah sebuah tanda dari kegagalan pribadi.

3. Individu merasa malu dan cemas terhadap bentuk tubuhnya sendiri,

4. Individu merasa tidak nyaman dan aneh dengan tubuhnya.

#### b. *Body image* positif

1. Individu mempersepsikan bentuk tubuh dengan tepat dan merasa bagian dari tubuhnya sudah sesuai dengan yang seharusnya ada.

2. Individu menghargai bentuk badan alaminya dan mengerti bahwa untuk melihat karakter seseorang dan menilai seseorang tidak hanya berdasarkan penampilan fisik seseorang.

3. Individu merasa bangga dan menerima keunikan tubuhnya dan menolak untuk menghabiskan waktu memikirkan mengenai berat badan dan kalori.

4. Individu merasa nyaman dan percaya diri terhadap tubuhnya.

### D. Tari

#### 1. Pengertian Tari

Haukin menyatakan bahwa tari adalah ekspresi jiwa manusia yang diubah oleh imajinasi dan diberi bentuk melalui media gerak sehingga menjadi bentuk gerak yang simbolis dan sebagai ungkapan si pencipta (dalam Nurwani, 2012). Secara tidak langsung disini Haukin memberi penekanan bahwa tari seperti jiwa menjadi sesuatu yang dilahirkan melalui media ungkap yang disamakan. La Mery menyatakan bahwa tari adalah ekspresi yang berbentuk simbolis dalam wujud yang lebih tinggi yang harus diinternalisasikan.

Suryo mengedepankan tentang tari dalam ekspresi subyektif yang diberi bentuk obyektif. Sedangkan Soedarsono menyatakan bahwa tari merupakan ekspresi jiwa manusia yang diubah melalui gerak ritmis yang indah. Soeryadiningrat menyatakan bahwa tari adalah gerak anggota tubuh yang selaras dengan bunyi musik atau gamelan diatur oleh irama sesuai dengan maksud tujuan tari (dalam Nurwani, 2012).

Tari merupakan salah satu cabang seni, dimana media ungkap yang digunakan oleh tubuh. Tari ibarat bahasa gerak yang merupakan alat ekspresi manusia sebagai media komunikasi yang universal dan dapat dinikmati oleh siapa saja, dan pada waktu kapan saja. Dalam konteksnya, beberapa beberapa unsur gerak tari yang tampak meliputi gerak, ritme, dan bunyi musik, serta unsur pendukung lainnya. John Martin, dalam *The Modern Dance* (dalam Hadi, 2005) menyatakan bahwa tari adalah gerak sebagai pengalaman yang paling awal kehidupan manusia.

Nurwani (2012) menyatakan bahwa tari adalah gerak-gerak anggota tubuh yang selaras dengan bunyi musik. Dengan demikian pengertian tari secara menyeluruh merupakan gerak tubuh manusia yang indah diiringi musik ritmis yang memiliki maksud tertentu.

## 2. Jenis-jenis Tari

Menurut Hadi (2005), tarian dapat dibedakan menurut jenisnya yaitu:

### 1. Jenis tari menurut koreografi

Istilah koreografi adalah suatu istilah yang digunakan untuk penyusun tari.

Tari menurut koreografi dapat dibedakan menjadi:

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 12/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area  
Access From repository.uma.ac.id 12/8/24

### a. Tari Rakyat

Tari rakyat adalah tari yang hidup dan berkembang pada masyarakat tertentu sejak jaman primitif sampai sekarang.

Ciri-ciri tari rakyat adalah:

- Sederhana (pakaian, rias, gerak, dan iringan).
- Tidak mengindahkan norma-norma keindahan.
- Memiliki kekuatan magis.

Contoh: Tari Lengger, Tari Tayub, Tari Sintren.

### b. Tari Klasik

Tari klasik adalah tari yang mengalami kristalisasi keindahan yang tinggi dan sudah ada sejak jaman feudal. Tari ini biasanya hidup di jaman keraton.

Ciri-ciri tari klasik adalah:

- Mengalami kristalisasi keindahan yang tinggi.
- Hidup di kalangan raja-raja.
- Adanya standarisasi.

Contoh: Tari Bedaya, Tari Srimpi, Tari Lawug.

### c. Tari Kreasi dan Modern

Tari kreasi baru adalah tari-tari klasik yang dikembangkan sesuai dengan perkembangan jaman dan diberi nafas Indonesia baru. Contoh: Tari Kupu-Kupu, Tari Merak, dan Tari Roro Ngigel. Tari modern adalah sebuah tari yang mengungkapkan emosi manusia secara bebas atau setiap penari bebas dalam mewujudkan ekspresi emosionalnya yang tidak terikat oleh sebuah bentuk yang terstandar. Contoh: Caca, Breakdance, penari latar, Samba.

## 2. Jenis tari menurut fungsinya

Jenis tari menurut fungsinya dapat dibedakan menjadi:

### a. Tari Upacara

Tari upacara banyak hidup dan berkembang pada masyarakat primitif. Yang termasuk tari-tarian upacara adalah sebuah tari yang mempunyai kekuatan magis yang digunakan untuk mempengaruhi alam.

### b. Tari Hiburan

Tari hiburan adalah sebuah tari yang menitikberatkan pada hiburan bukan pada segi keindahan, dan umumnya adalah tari pergaulan. Contoh tari hiburan adalah tari Joget dari Bali, tari Ronggeng dan tari Kethuk Tilu.

### c. Tari Pertunjukan

Tari pertunjukan adalah sebuah tari yang menitikberatkan pada segi keindahannya bukan pada segi hiburan. Contoh tari pertunjukan adalah tari Pendet, dan tari Gambyong.

## 3. Jenis tari menurut tema/isi

Jenis tari menurut tema atau isidapat dibedakan menjadi:

### a. Tari Pantomim

Tari pantomim adalah sebuah tari yang menirukan obyek diluar diri manusia. Contoh tari pantomim adalah Tani, Kupu-Kupu,dan Tenun.

### b. Tari Erotik

Tari erotik adalah sebuah tari yang mengandung unsur cerita erotik atau percintaan. Contoh tari erotik adalah tari Serampang 12, tari Karonsih, dan tari Enggar-enggar.

### c. Tari Kepahlawanan

Tari kepahlawanan adalah tari yang mengandung unsur-unsur heroik atau kepahlawanan. Contoh tari kepahlawanan adalah tari Kuda Kepang, tari Sedati, dan tari Soreng.

### d. Dramatari

Dramatari adalah sebuah tari yang dalam penyajiannya menggunakan plot/alur cerita, tema dan dilakukan dengan cara kelompok. Contoh dramatari adalah dramatari Roro Mendut Pranacitra, dramatari Ranggalawe Gugur, dan dramatari Gajah Mada.

## 3. Fungsi dan Peranan Seni Tari

Fungsi kegiatan tari menurut Hadi (2005), yaitu:

a. Tari sebagai sarana upacara. Tari ini memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Hidup dan berkembang dalam tradisi yang kuat,
2. Sebagai sarana memuja dewa,
3. Bersifat kebersamaan dan diulang-ulang.

Contoh: tari Ngaben.

b. Tari sebagai sarana hiburan. Contohnya tari Sekarputri.

c. Tari sebagai sarana pergaulan. Contohnya tari Kethuk Tilu

d. Tari sebagai penyalur terapi. Jenis tari ini biasanya dimainkan oleh penyandang cacat fisik ataupun cacat mental.

e. Tari sebagai media pendidikan,

f. Tari sebagai pertunjukan,

g. Tari sebagai media katarsis. Katarsis berarti pembersihan jiwa.

Selain beberapa fungsi tari di atas, tari juga memiliki peranan yang sama, yaitu sebagai media ekspresi, komunikasi, berfikir kreatif, dan mengembangkan bakat.

#### **D. Kegiatan Tari**

Kegiatan tari adalah aktivitas seni kreatif, yang umumnya dihargai sebagai suatu pengalaman kreatif, sejalan dengan aktifitas yang dapat memberikan peran pada pertumbuhan sesuai dengan jiwa remaja, yang merupakan perwujudan jalinan aktivitas mental, dan fisik yang harmonis, serta mengandung nilai pendidikan.

Kegiatan tari juga merupakan program dalam dunia pendidikan, umumnya menjadi suatu sarana untuk merangsang dan membangkitkan, serta menumbuhkan kreatifitas dan nilai-nilai estetik bagi setiap remaja. Kegiatan seni tari dapat berfungsi sebagai pembentuk tingkah laku remaja, menjadi berbudaya dan terdidik sesuai pertumbuhan, kemampuan pikiran, dan bakat mereka.

#### **E. Hubungan *Body Image* dengan Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari**

Motivasi mengikuti kegiatan tari muncul karena adanya keinginan untuk lebih diterima dalam masyarakat yang memiliki persepsi terhadap *body image*, dengan modal *body image* yang positif setidaknya telah memberikan *first impression* untuk lebih dapat diterima dalam pergaulan, dunia kerja serta soal pasangan hidup.

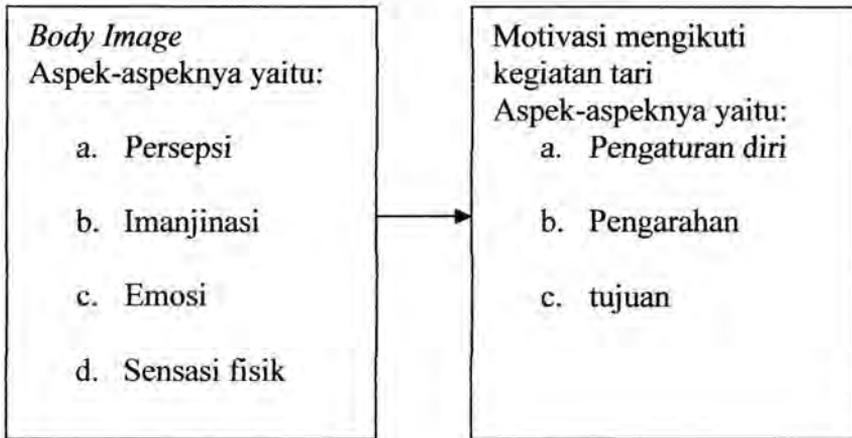
Keinginan untuk memiliki bentuk tubuh yang menarik para perempuan untuk melakukan usaha, baik untuk melakukan perubahan pada tubuhnya secara

keseluruhan maupun pada bagian-bagian tubuh tertentu dan tentunya dengan bermacam-macam cara salah satunya adalah dengan mengikuti kegiatan tari.

*Body image* saat ini sangat berperan dalam banyak hal, dalam pergaulan, dalam dunia kerja, dan bahkan dalam mencari pasangan hidup. Seseorang yang memiliki *body image* negatif cenderung sulit untuk meyakinkan dirinya bahwa mereka memiliki hak yang sama untuk memperoleh hal-hal sebagaimana disebutkan di atas. Disamping itu walaupun individu tersebut telah meyakinkan dirinya sendiri, namun penolakan dari orang lain dapat mengakibatkan mereka yang memiliki *body image* negatif cenderung terpukul baik dari segi psikis maupun fisik.

Motivasi disini lebih bersifat dorongan internal psikologis individu. Jika dipandang dari sisi psikologis, motivasi mengikuti pengembangan diri individu dipandang sebagai kekuatan psikologis yang dapat memunculkan keinginan individu untuk mengikuti berbagai kegiatan salah satunya adalah mengikuti kegiatan tari di sanggar. Murray (dalam Nurwani, 2011) berpendapat bahwa kontrol terhadap tubuh seseorang berarti awal dari kontrol pribadi secara umum. Dalam menggerakkan tubuhnya, seseorang akan mulai memahami akan dirinya secara lebih baik, dan akan menumbuhkan kepercayaan terhadap kemampuannya, untuk mengontrol tindakan dan lingkungannya, serta untuk mencapai aktualitas pada diri. Selanjutnya M.Oh.Surya menyatakan bahwa motivasi dan kebutuhan merupakan tenaga pendorong bagi individu untuk bertingkah laku atau berkegiatan dalam arti luas, sehingga makin kuat kebutuhan dan motivasi dalam diri individu maka makin kuat pula kegiatan yang akan dilakukannya.

### F. Kerangka Konseptual



### G. Hipotesis

Berdasarkan uraian tersebut, dapat diajukan hipotesis bahwa "ada hubungan yang negatif antara *body image* dengan motivasi mengikuti kegiatan tari" dengan asumsi bahwa semakin negatif *body image* seseorang maka semakin tinggi motivasi mengikuti kegiatan tari, sebaliknya semakin positif *body image* seseorang maka semakin rendah motivasinya mengikuti kegiatan tari.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

Dalam bab ini akan membahas tentang : (a) identifikasi variabel, (b) definisi operasional, (c) populasi, sampel dan teknik pengambilan data, (d) metode pengumpulan data, (e) validitas dan reliabilitas alat ukur, (f) metode analisis data.

#### A. Identifikasi Variabel Penelitian

Identifikasi penelitian yang akan dibahas dalam penelitian ini meliputi:

1. Variabel terikat : Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari.
2. Variabel bebas : *Body Image*.

#### B. Defenisi Operasional Penelitian

Adapun definisi operasional dari variabel penelitian ini dirumuskan sebagai berikut :

##### 1. Motivasi Mengikuti Kegiatan Tari

Motivasi mengikuti kegiatan tari adalah dorongan dalam diri individu yang dapat mendorong timbulnya suatu tingkah laku, dan tingkah laku ini dapat berupa dilakukannya kegiatan tari. Skala motivasi disusun berdasarkan aspek-aspeknya, yaitu pengaturan diri, pengarahan, dan tujuan.

##### 2. *Body Image*

*Body Image* merupakan gambaran atau konsep tubuh yang dimiliki seseorang didalam pikirannya sehubungan dengan penampilan dan bentuk fisik tubuhnya. Skala *body image* menyatakan bahwa aspek-aspek *body image* antara lain : persepsi, imajinasi, emosi, dan sensasi fisik.

### C. Populasi, Sampel, dan Metode pengambilan sampel

#### 1. Populasi

Populasi merupakan salah satu faktor yang harus diperhatikan. Menurut Arikunto (2010) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Studi penelitiannya juga disebut studi populasi atau studi sensus. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja anggota sanggar tari di Taman Budaya di kota Medan yang berjumlah 210 orang.

#### 2. Sampel

Suatu populasi biasanya sangat luas, sehingga tidak mungkin untuk mengambil seluruhnya sebagai subjek penelitian. Dengan berbagai keterbatasan, antara lain dalam segi waktu dan kemampuan, sehingga peneliti hanya meneliti sebagian dari populasi yang disebut dengan sampel. Sampel adalah sebagian dari populasi sejumlah penduduk yang jumlahnya kurang dari jumlah populasi. Dinamakan penelitian sampel apabila kita bermaksud untuk menggeneralisasikan hasil penelitian sampel. Sampel paling sedikitnya harus memiliki sifat yang sama dengan populasi (Arikunto, 2010). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah anggota sanggar tari Taman Budaya Medan yang masih aktif. Taman Budaya memiliki 6 buah sanggar. Dengan mempertimbangkan tersedianya tenaga peneliti, waktu, dana, maka sampel diambil sejumlah 60 orang.

#### 3. Metode pengambilan sampel

Menurut Arikunto (2010) pengambilan sampel harus dilakukan sedemikian rupa sehingga diperoleh sampel yang benar-benar dapat berfungsi sebagai contoh

atau dapat menggambarkan keadaan populasi yang sebenarnya. Teknik yang digunakan dalam penelitian adalah teknik *purposive sampling*, karena pemilihan sampel dilakukan berdasarkan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti.

Adapun ciri-ciri atau karakteristik sampel dalam penelitian ini adalah :

1. Remaja putri yang berusia antara 17 sampai dengan 21 tahun.
2. Remaja putri yang aktif mengikuti kegiatan tari di sanggar tari.

Berdasarkan karakteristik sampel di atas, maka jumlah remaja yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah 60 orang.

#### **D. Metode pengumpulan data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah skala. Skala adalah suatu daftar yang berisikan sejumlah pertanyaan yang harus dijawab atau dikerjakan oleh orang yang menjadi subjek penelitian agar dapat meningkatkan kondisi-kondisi yang ingin diketahui. Hadi (1987) menyatakan bahwa skala merupakan teknik pengumpulan data yang terdiri dari daftar-daftar pertanyaan yang diajukan secara tertulis atau dikerjakan oleh orang yang menjadi objek penelitian dan diberikan dengan tujuan untuk mengungkapkan kondisi-kondisi dalam diri subjek yang ingin diketahui. Menurut Hadi (1987), alasan digunakannya skala adalah:

1. Subjek adalah orang yang paling tahu mengenai dirinya sendiri.
2. Apa yang dikatakan subjek adalah benar dan dapat dipercaya.
3. Interpretasi subjek tentang pernyataan-pernyataan yang diajukan sama dengan apa yang dimaksud oleh peneliti.

Tipe skala yang digunakan adalah tipe skala langsung yaitu skala yang langsung dikerjakan oleh subjek penelitian dan subjek tinggal memilih salah satu alternatif jawaban yang telah disediakan dan jawaban yang diberikan tersebut adalah berupa informasi tentang dirinya sendiri. Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert. Skala Likert yaitu skala yang menggunakan jawaban setuju, sangat setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Untuk item *favourable* nilai 4 untuk jawaban sangat setuju, 3 untuk jawaban setuju, 2 untuk jawaban tidak setuju, dan 1 untuk jawaban sangat tidak setuju. Untuk item *unfavourable* nilai 4 untuk jawaban sangat tidak setuju, 3 untuk jawaban tidak setuju, 2 untuk jawaban setuju dan 1 untuk jawaban sangat setuju.

Skala motivasi mengikuti kegiatan tari dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek motivasi yaitu aspek fisik, psikis, sosial, moral, seksual, keluarga, dan aspek diri secara keseluruhan. Skala *body image* ini disusun berdasarkan aspek-aspek dari *body image*, yaitu persepsi, imajinasi, emosi, dan sensasi fisik.

## E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

### 1. Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau keshahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau shahih mempunyai validitas tinggi. Sebaliknya, instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya

validitas instrumen menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang validitas yang dimaksud (Arikunto, 2010).

Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur, dalam hal ini angket diuji validitasnya dengan menggunakan teknik analisa *Product Moment* rumus angka kasar dari Pearson, yaitu mencari koefisien korelasi antar tiap butir dengan skor total dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{N}}{\sqrt{\left[ \sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N} \right] \left[ \sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{N} \right]}}$$

Keterangan :

- $r_{xy}$  = Koefisien korelasi antar tiap butir dengan skor total.
- $\sum XY$  = Jumlah hasil kali antar setiap butir dengan skor total.
- $\sum X$  = Jumlah skor keseluruhan subjek untuk tiap butir.
- $\sum Y$  = Jumlah skor keseluruhan butir pada subjek.
- $\sum X^2$  = Jumlah kuadrat skor x
- $\sum Y^2$  = Jumlah kuadrat skor y
- $N$  = Jumlah subjek.

Nilai validitas setiap butir (koefisien *r product moment*) sebenarnya masih perlu dikoreksi karena kelebihan bobot. Kelebihan bobot ini terjadi karena skor butir yang dikorelasikan dengan skor total, ikut sebagai komponen skor total, dan

hal ini menyebabkan koefisien  $r$  menjadi lebih besar (Hadi, 2004). Teknik untuk membersihkan kelebihan bobot ini dipakai formula *part whole*. Adapun formula *part whole* adalah sebagai berikut :

$$r_{bt} = \frac{(r_{xy})(SD_y) - (SD_x)}{\sqrt{(SD_y)^2 + (SD_x)^2 - 2(r_{xy})(SD_x)(SD_y)}}$$

Keterangan :

$r_{bt}$	=	Koefisien $r$ setelah dikoreksi
$r_{xy}$	=	Koefisien $r$ sebelum dikoreksi ( <i>product moment</i> )
$SD_x$	=	Standar Deviasi skor butir
$SD_y$	=	Standar Deviasi skor total
$(SD_x)^2$	=	Standar Deviasi kuadrat skor x
$(SD_y)^2$	=	Standar Deviasi kuadrat skor y

## 2. Realibilitas

Reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai pengumpul data karena instrumen ini sudah baik. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dipercaya juga. Apabila datanya memang benar sesuai dengan kenyataannya, maka berapa kali pun diambil, tetap akan sama. Reliabilitas menunjuk pada tingkat keterandalan sesuatu. Reliabel artinya, dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan (Arikunto, 2010).

Analisis reliabilitas alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik Anava Hoyt (Hadi, 2000) dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{tt} = 1 - \frac{M_{ki}}{M_{ks}}$$

Keterangan :

- $r_{tt}$  = Indeks reliabilitas alat ukur  
 1 = Bilangan konstanta  
 $M_{ki}$  = Mean Kuadrat antar butir  
 $M_{ks}$  = Mean Kuadrat antar subjek

### F. Metode Analisis Data

Berdasarkan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, maka analisis data dilakukan dengan menggunakan metode analisis *Product Moment*, dengan tujuan utama penelitian ini yakni ingin melihat hubungan antara satu variabel bebas dengan satu variabel terikat. Variabel bebas (Y) dalam penelitian ini yaitu *body image* dan variabel terikatnya (X) adalah motivasi mengikuti kegiatan tari.

Rumus product moment adalah sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{\left\{ \sum x^2 - \frac{(\sum X)^2}{N} \right\} \left\{ \sum y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{N} \right\}}}$$

Keterangan:

- $r_{xy}$  = koefisien korelasi antara variabel bebas X dengan variabel terikat Y

$\sum XY$  = jumlah dari hasil perkalian antara variabel X dengan variabel Y

$\sum X$  = jumlah skor keseluruhan variabel X

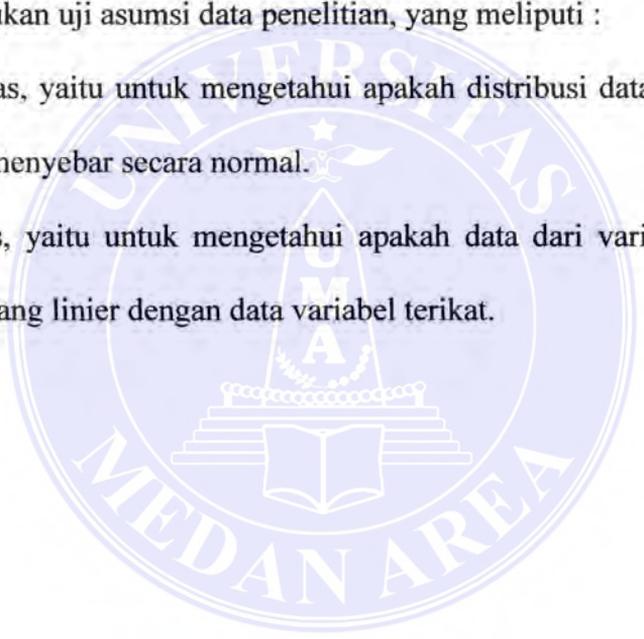
$\sum Y$  = jumlah skor keseluruhan variabel Y

$\sum X^2$  = jumlah kwadrat skor variabel X

$\sum Y^2$  = jumlah kwadrat skor variabel Y

Sebelum dilakukan analisis data dengan menggunakan product moment maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi data penelitian, yang meliputi :

- a. Uji normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian setiap variabel telah menyebar secara normal.
- b. Uji linieritas, yaitu untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan data variabel terikat.



## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berpedoman pada hasil-hasil yang telah diperoleh dan melalui pembahasan yang telah dibuat, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara body image dengan motivasi mengikuti kegiatan tari. Hal ini ditunjukkan oleh koefisien linieritas  $F = 4,861$  dengan  $p < 0,05$ . Artinya semakin negatif *body image* individu, semakin tinggi motivasinya mengikuti kegiatan tari. Dari hasil penelitian ini, hipotesis yang peneliti ajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.
2. Kontribusi yang diberikan oleh *body image* terhadap motivasi mengikuti kegiatan tari adalah sebesar 68%. Masih terdapat 32% pengaruh dari faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Faktor-faktor lain tersebut antara lain ialah harga diri dan prestasi, harapan, kebutuhan, dan kepuasan kerja.
3. Nilai mean empirik variabel *body image* sebesar 80,10 dan mean hipotetik sebesar 57,5, dengan bilangan satu simpangan baku sebesar 4,371. Selisih dari perbandingan mean empirik dan mean hipotetik variabel orientasi body image sebesar 22,5. Jika dibandingkan dengan bilangan satu simpangan baku, maka selisih antara mean empirik dan mean hipotetik ( $22,5 >$

bilangan satu simpangan baku (4,371) variabel orientasi religius intrinsik.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *body image* anggota sanggar tari Taman Budaya Medan tergolong buruk.

4. Hasil analisis pada variabel motivasi mengikuti kegiatan tari menunjukkan bahwa mean empirik variabel kepribadian tangguh sebesar 151,93 dan mean hipotetik sebesar 125, dengan bilangan satu simpangan baku sebesar 6,876. Selisih dari perbandingan mean empirik dan mean hipotetik variabel motivasi mengikuti kegiatan tari sebesar 26,93. Jika dibandingkan dengan bilangan satu simpangan baku, maka selisih antara mean empirik dan mean hipotetik  $(26,93) >$  bilangan satu simpangan baku (6,876) variabel motivasi mengikuti kegiatan tari. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa motivasi mengikuti kegiatan tari anggota sanggar tari Taman Budaya Medan tergolong tinggi.

## B. Saran

Sejalan dengan hasil penelitian serta simpulan yang telah dibuat, maka hal-hal yang dapat disarankan, sebagai berikut:

### 1. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa motivasi mengikuti kegiatan tari remaja tergolong tinggi, oleh sebab itu peneliti berharap. Hal yang dapat dilakukan untuk menjaga motivasi untuk mengikuti kegiatan tari mereka ialah dengan mendukung kegiatan positif ini untuk memberikan kegiatan yang positif dimasa perkembangan mereka. Serta juga memberikan pendidikan dengan kualitas yang baik, serta menjadi sahabat yang bisa

mengajak remaja berbagi dan bercerita mengenai apapun yang mereka alami. Dengan demikian, ketika remaja ingin melakukan kegiatan positif tersebut, mereka merasa didukung dan dirangkul sepenuhnya oleh orang tua mereka sehingga akan lebih bersemangat lagi dalam melakukan kegiatan tarinya.

## 2. Bagi Tenaga Pendidik

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa *body image* dapat menjadi salah satu faktor penyebab motivasi untuk mengikuti kegiatan tari. Oleh sebab itu, peneliti menyarankan kepada tenaga pendidik atau pelatih tari untuk menerapkan pola pemikiran yang sehat bagi anggota sanggar tari.

## 3. Bagi Subjek (Penari)

Berpedoman pada hasil penelitian diatas yang menyatakan bahwa anggota sanggar Taman Budaya Sumatra Utara memiliki motivasi mengikuti kegiatan tari yang tinggi dan hal ini merupakan hal yang baik dan diharapkan dapat terus dipertahankan. Selain itu, peneliti menyarankan untuk memperkuat keyakinan dan pola pikir (*mindset*) yang penuh akan rasa syukur. Para penari seharusnya menyadari bahwa setiap orang adalah unik dengan kelebihan dan kekurangannya masing-masing. Maka untuk menjadi penari yang baik bukanlah semata-mata untuk mendapatkan bentuk tubuh yang bagus atau ideal tetapi lebih didasari kepada rasa menyukai dan menyenangi tari tradisional itu sendiri.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Mengingat masih banyaknya kekurangan yang ada dalam penelitian ini, peneliti selanjutnya menyarankan kepada peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan penelitian ini untuk meneliti faktor-faktor lain yang memiliki kaitan dengan motivasi mengikuti kegiatan tari. Dengan demikian, penelitian lanjutan tersebut diharapkan dapat memperkaya khazanah kajian psikologi.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Mohammad dkk. 2010. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bidasari. 2009. "*Hubungan Body Image dengan Motivasi Membeli Produk Kosmetik Pemutih Wajah pada Remaja Wanita*". FAPSI UMA. Tidak diterbitkan.
- Chaplin. J. P. 2008. *Kamus Lengkap Psikologi*. (Terjemahan : Kartono). Jakarta: Rajawali Pers.
- Citra, SW. 2006. "*Hubungan Body Image dengan Motivasi Mengikuti Senam pada Anggota Sanggar Senam Bugar di Jalan Pancing No. 13 Simpang Unimed*". FAPSI UMA. Tidak diterbitkan.
- Caroline, Mei. 2008. "*Hubungan Motivasi Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Seni dengan Kepercayaan Diri pada Siswa SMA di Semarang*". FAPSI Universitas Katolik Soegijapranata. Tidak diterbitkan.
- Eviandaru, M. 2003. *Hubungan Antar Sikap Terhadap Stereotip Peran Gender dengan Objektifikasi Tubuh*. Anima Indonesian Psychological Journal. Volume 18. Nomor 4. Juli 2003.
- Hadi, Prof. DR. Y. Sumandiyo. 2005. *Sosilologi Tari*. Yogyakarta: Pustaka.
- Hadi, S. 1987. *Metodologi Riset*. Yogyakarta. Penerbit: Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- <http://anwarsasake.wordpress.com/2009/08/06/body-imagepadaremaja/>
- <http://www.duniaPsikologi.com/Pengertian-motivasi/>
- <http://www.healthy.concordia.ca/pdfheathinfo.bodyimage.pdf>
- <http://www.psychologymania.com>
- Hurlock, EB. 1980. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* Edisi Kelima. Jakarta : Erlangga.
- Maslow, Abraham H. 1984. *Motivasi & Kepribadian*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Monique., Sukamto. 2006. *Citra Tubuh Perempuan di Media Massa*. Anima Universitas Medan Area Journal. Volume 21. Nomor 3. April 2006.

- Monks, FJ, Knoers, AMP, Haditono, SR. 1982. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta : Gajah Mada Press.
- Nurwani, SS.T., M.Hum. 2011. *Pengetahuan Seni Tari*. Medan : Penerbit Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Medan.
- Papalia, Diane E dkk. 2008. *Human Development : Psikologi Perkembangan*. Edisi kesembilan. Jilid 2. Jakarta: Kencana.
- Santrock, JW. 2003. *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, JW. 2007. *Perkembangan Anak*. Edisi kesebelas. Jilid 1. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, JW. 2007. *Remaja*. Edisi kesebelas. Jilid 1. Jakarta: Erlangga.
- Siagian, SP. 1989. *Teori Motivasi dan Aplikasinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Surya, M.Oh. (diunduh : 2012). *Konsep Dasar Tari*. Artikel (tidak ditampilkan). Repository Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sumardjo, Jakob. 1999. *Filsafat Seni*. Bandung. Penerbit: ITB Bandung.
- Tim Pengajar Mata Kuliah Perkembangan Peserta Didik. 2012. *Perkembangan Peserta Didik*. Medan : Universitas Negeri Medan.
- Tim Pengelola Mata Kuliah Seminar UMA. (2012). *Pedoman Penulisan Skripsi Fakultas Psikologi*. Penerbit UMA. Medan.
- Wade, C., Travis., 2007. *Psikologi Edisi Kesembilan Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.