

PEMBENTUKAN IDENTITAS DIRI DAN GAMBARAN DIRI (*SELF BODY IMAGE*) PADA REMAJA PUTRI BERTATO DI SAMARINDA

Uswatun Hasanah¹

*Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman Samarinda*

ABSTRACT. *This research was conducted to see how the formation of self identity and self body image in young girls tattooed in samarinda. Subjects in this study were, tattooed girls in samarinda, many as three people, with the age category (15-18 years old). Sampling was done by using purposive sampling. The data was taken by interviewing deeply which are using self identity and self body image variable indicator, the data which was taken from this research was using descriptive methods. Based on the result of the study indicate that, subjects in this study that girls with tattoos having a positive self body image, it is also supported by several factors of self identity, which is genetic, subjective, reciprocal psychosocial and existential status. Which supports youngs girls with tattoos have a positive self body image.*

Keywords: *self body image, self identity, adolescence, tattoos*

ABSTRAK. Penelitian ini dilakukan untuk melihat bagaimana pembentukan identitas diri dan citra diri pada remaja putri yang di tatto di samarinda. Subjek dalam penelitian ini adalah, gadis bertato di samarinda, sebanyak tiga orang, dengan usia kategori (15-18 tahun). Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan purposive sampling. Data diambil dengan wawancara mendalam yang menggunakan identitas diri dan indikator variabel citra tubuh, data yang diambil dari penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa, subjek dalam penelitian ini bahwa perempuan dengan tato memiliki citra diri positif, juga didukung oleh beberapa faktor identitas diri, yaitu genetik, subyektif, psikososial timbal balik dan status eksistensial. Yang mendukung gadis-gadis muda dengan tato memiliki citra diri yang positif.

Kata kunci: gambaran diri, identitas diri, remaja, tato

PENDAHULUAN

Dewasa ini masa remaja merupakan masa yang menarik untuk diperhatikan karena pada masa ini remaja dihadapkan pada berbagai tantangan dan masalah, baik itu masalah perkembangan maupun masalah lingkungan, peran remaja yang penting dalam kelangsungan hidup di Indonesia telah mendudukan remaja sebagai salah satu sumber inspirasi yang terus digali dan dipelajari aspek kehidupannya. Salah satu hal yang menarik diteliti dalam kehidupan remaja adalah fenomena tato dikalangan remaja khususnya remaja putri yang sekarang ini sudah mulai banyak terlihat. Perkembangan tato di Indonesia, walaupun tidak cepat, namun penggunaan tato di Indonesia semakin banyak. Meskipun belum ada perhitungan statistik yang signifikan mengenai jumlah pengguna tato di Indonesia, namun hal ini dapat dilihat dari maraknya tempat pembuatan tato yang menawarkan

jasa pembuatan tato diberbagai kota-kota besar di Indonesia.

Perkembangan tato di Indonesia, walaupun tidak cepat, namun penggunaan tato di Indonesia semakin banyak. Meskipun belum ada perhitungan statistik yang signifikan mengenai jumlah pengguna tato di Indonesia, namun hal ini dapat dilihat dari maraknya tempat pembuatan tato yang menawarkan jasa pembuatan tato diberbagai kota-kota besar di Indonesia. Awalnya di Indonesia tato dianggap sebagai momok atau sesuatu yang tabu. Setiap orang yang menggunakan tato identik dengan penjahat, perampok, pemabuk dan *trouble maker*, selain itu, awalnya tato banyak dimiliki oleh para pria dan dianggap sebagai sesuatu yang wajar, namun sekarang wanita pun banyak yang menggunakannya. Walau dulu tato dianggap hal yang tabu dan jelek, kini tato di Indonesia menjadi trend dengan terlihat adanya peningkatan pemujanya, bahwa tato adalah sebuah seni yang kian

¹ Email: uswatunatun@gmail.com

hidup menjadi sebuah gaya hidup yang mengikat. Berkembangnya trend tato di Indonesia juga dapat terlihat dari masuknya seni menghias tubuh ini di kalangan para profesional. Sebut saja beberapa *entertainer*, model, para selebritis nasional lain kini mulai melengkapi ciri khas dirinya melalui tato

Fenomena tato dikalangan remaja tidak hanya terjadi dikota-kota besar, tetapi di kota-kota kecil khususnya kota Samarinda juga sudah mulai banyak remaja yang menggunakan tato khususnya remaja putri, berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan di tempat pembuatan tato yang terletak di Samarinda, dimana berdasarkan hasil pengamatan peneliti disana tidak hanya laki-laki yang membuat tato, tetapi juga terdapat beberapa remaja putri yang sedang melakukan pembuatan tato. Pengasosiasian remaja putri bertato sebagai “wanita nakal” tampaknya tidak membuat para remaja putri untuk mengurungi niatnya bertato karena nyatanya semakin banyak remaja putri yang memiliki tato, baik tato temporer (yang sifatnya sementara) maupun tato permanen (yang sifatnya tetap) yang mereka anggap dengan menggunakan tato membuat mereka lebih cantik dan menarik (Olong, 2006).

Kecenderungan remaja putri untuk terlihat cantik, menarik, dan menjadi pusat perhatian dengan memiliki tato merupakan suatu alasan bagi para remaja putri untuk bertato. Para remaja ingin menciptakan kesan, senang dilihat dan didengar, membuat orang lain bergairah, kagum, terpesona, terhibur, terkejut, tergelitik, senang, atau terpicat dengan dirinya yang terlihat lebih menarik (Olong, 2006). Remaja menyadari bahwa mereka yang menarik biasanya diperlakukan lebih baik dari pada anak-anak yang kurang menarik. Tidak heran jika sekarang semakin banyak para remaja khususnya remaja putri mentato tubuhnya karena alasan untuk terlihat menarik, modis, trendi dan untuk mempercantik penampilan. Menurut Erikson (1994) hal ini disebut sebagai salah satu proses dalam pembentukan identitas diri bagi para remaja, dimana mereka cenderung berusaha untuk melepaskan diri sendiri dari ikatan psikis orang tuanya dan berusaha untuk mencari jati dirinya sendiri dengan berekspresi dan melakukan apa yang mereka sukai.

Selain pembentukan identitas diri, gambaran diri juga sangat mempunyai peranan penting dalam proses perkembangan diri remaja, terutama mengenai persepsi remaja terhadap tubuhnya, pada masa ini para remaja memiliki gambaran diri yang belum begitu jelas atau masih labil sehingga para remaja terkadang memiliki kebingungan dalam melihat gambaran diri pada dirinya. Apabila remaja mempunyai gambaran diri yang positif maka ia merasa puas terhadap kondisi tubuhnya, memiliki harga diri yang tinggi, penerimaan jati diri yang tinggi, memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan mampu melihat hal-hal

yang positif yang ada pada dirinya. Tetapi apabila remaja mempunyai gambaran diri yang negatif, remaja akan cenderung merasa tidak puas atau malu terhadap kondisi tubuhnya sehingga tidak jarang menimbulkan depresi, memiliki harga diri yang rendah atau bahkan merasa dirinya tidak berharga.

Semakin banyaknya remaja putri yang memiliki tato memberikan gambaran bahwa remaja pada umumnya peka dan sangat perhatian terhadap daya tarik pribadi. Mereka akan selalu memperhatikan penampilannya, bentuk tubuhnya, wajahnya, dan penerimaannya terhadap diri sendiri. Menurut Duffy dan Atwater (2005) gambaran diri adalah suatu cara pada individu dalam memandang dirinya, bagaimana perasaan seseorang tentang tubuhnya dan bagaimana kepuasan dan ketidakpuasan seseorang terhadap dirinya.

Berkaitan dengan hal diatas maka remaja putri yang bertato dapat memiliki gambaran diri yang positif jika tato yang dimilikinya membuat dirinya merasa lebih percaya diri, lebih menarik, lebih terlihat eksotik atau berbeda dari remaja wanita lainnya. Sebaliknya, remaja wanita bertato akan memiliki gambaran diri yang negatif jika tato yang dimilikinya membuat dirinya merasa tidak percaya diri, tidak diterima dilingkungan, dijauhi oleh orang-orang sekitarnya, dikucilkan, atau hal negatif lainnya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa penggunaan tato dikalangan remaja putri merupakan salah satu hal dalam proses pembentukan identitas diri pada remaja, dan dimana gambaran diri (*self body image*) merupakan salah satu hal yang berpengaruh pada proses perkembangan tersebut tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran diri (*self body image*) dan pembentukan identitas diri pada remaja putri bertato.

TINJAUAN PUSTAKA

Gambaran Diri

Ada beberapa tokoh yang mendefinisikan mengenai gambaran diri, diantaranya adalah menurut (Duffy & Atwater, 2005) gambaran diri (*self body image*) adalah suatu cara pada diri individu dalam memandang dirinya, bagaimana perasaan seseorang tentang tubuhnya dan bagaimana kepuasan dan ketidakpuasan seseorang terhadap tubuhnya. Bukan hanya apa yang tampak dalam cermin tapi juga bagaimana kita mempersepsikan apa yang ada pada tubuh individu.

Menurut Stuart dan Sundeen (1997) gambaran diri (*self body image*) adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran dan bentuk, fungsi, penampilan dan potensi tubuh. Gambaran diri merupakan sesuatu yang dinamis sebab terus menerus berubah dengan persepsi dan pengalaman baru, yang merupakan sasaran atau pelindung penting

dari perasaan-perasaan seseorang, kecemasan dan nilai-nilai. Selain itu defenisi lain diberikan Schwartz, Phares, Tantleff-Dunn dan Thompson (1999) bahwa gambaran diri merupakan gambaran yang dimiliki seseorang mengenai tubuhnya dalam bentuk kepuasan dan ketidakpuasan yang merupakan hasil dari pengalaman subjektif individu.

Komponen Gambaran Diri

Gambaran diri memiliki beberapa komponen komponen, yaitu:

- a. Komponen persepsi, merupakan ketepatan seseorang dalam memperkirakan ukuran tubuhnya.
- b. Komponen sikap atau subjektif, berkaitan dengan kepuasan seseorang terhadap tubuhnya, ketepatan, kecemasan dan *cognitive evaluation* mengenai tubuhnya.
- c. Komponen behavioral, berkaitan dengan perilaku seseorang untuk menghindari situasi yang menakutkan (berkaitan dengan tubuhnya).

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Gambaran Diri

Atwater (1999), mengatakan bahwa cara seseorang menerima gambaran diri yang ia miliki tergantung pada pengaruh sosial dan budaya, dengan penjelasan sebagai berikut:

- a. Kebudayaan
Gambaran diri (*self body image*) dipengaruhi oleh budaya disekitar individu dan cara bagaimana budaya mengkomunikasikan norma yang ada tentang berat badan, ukuran tubuh, bentuk badan dan daya tarik fisik.
- b. Faktor sosial
Faktor sosial diantaranya adalah media massa, bahwa media massa telah melakukan manipulasi dengan memberikan gambaran yang stereotipe yang menitik beratkan pada pesona daya tarik tanpa memperlihatkan kekurangan-kekurangan yang ada. Hal ini dapat berakibat buruk bagi individu.

Pembagian Gambaran Diri

Menurut Potter dan Perry (2005) gambaran diri di bagi menjadi dua yaitu:

- a. Gambaran diri positif
Kesadaran akan diri berdasarkan atas observasi mandiri dan perhatian yang sesuai akan kesehatan diri sendiri dan perasaan tentang ukuran fungsi, penampilan dan potensi tubuh, serta bisa menerima perubahan fisik yang terjadi.
- b. Gambaran diri negatif.
Menarik diri dengan perubahan yang terjadi, tidak sadar akan dirinya dan memiliki persepsi yang tidak benar terhadap tubuhnya, gambaran

ini dapat mempengaruhi proses yang berkaitan dengan bentuk dan fungsi tubuhnya

Pembentukan Identitas Diri

Tokoh yang dianggap sebagai penemu dan penggagas istilah pembentukan identitas diri adalah Erikson (1994). Menurutnya identitas diri adalah kesadaran individu untuk menempatkan diri dan memberikan arti pada dirinya dengan tepat di dalam konteks kehidupan yang akan datang menjadi sebuah kesatuan gambaran diri yang utuh dan berkesinambungan untuk menemukan jati dirinya.

Menurut Erikson (1994) pembentukan identitas (*identity formation*) merupakan tugas psikososial yang utama pada masa remaja, identitas diri adalah merupakan potret diri yang disusun dari bermacam-macam tipe identitas, meliputi identitas karir, identitas politik, identitas agama, identitas hubungan dengan orang lain, identitas intelektual, identitas seksual, identitas etnik, identitas minat, identitas kepribadian, dan identitas fisik.

Sumber-Sumber Identitas Diri

Menurut Erikson (1994) terdapat beberapa Sumber yang mempengaruhi pembentukan identitas diri yaitu:

- a. Lingkungan sosial, dimana remaja tumbuh dan berkembang seperti keluarga, tetangga dan kelompok teman sebaya.
- b. Kelompok acuan (*reference group*), yaitu kelompok yang terbentuk pada remaja misalnya kelompok agama atau kelompok yang memiliki minat yang sama dimana melalui kelompok tersebut remaja dapat memperoleh nilai-nilai dan peran yang dapat menjadi acuan bagi dirinya.
- c. Tokoh idola, yaitu seseorang yang sangat berarti seperti sahabat, guru, kakak atau orang yang mereka kagumi.

Teori Identitas Diri

Menurut Erikson (1994) Identitas diri melibatkan tujuh dimensi, antara lain:

- a. Subyekif
Berdasarkan pengalaman individu yakni bahwa individu dapat merasakan suatu perasaan kohesif atau pun tidak adanya kepastian dari dalam dirinya.
- b. Genetik
Hal ini berkaitan dengan suatu sifat yang diwariskan oleh orang tua pada anaknya.
- c. Dinamis
Proses ini muncul dari identifikasi masa kecil individu dengan orang dewasa yang kemudian menarik mereka kedalam bentuk identitas baru

yang sebaliknya, menjadi tergantung dengan peran masyarakat bagi remaja.

d. Struktural

Hal ini terkait dengan perencanaan masa depan yang telah disusun oleh remaja, atau dengan kata lain remaja telah mempersiapkan kehidupan di masa depannya.

e. Adaptif

Perkembangan identitas remaja dapat dilihat sebagai suatu hasil atau prestasi yang adaptif. Identitas adalah penyesuaian remaja mengenai keterampilan-keterampilan khusus, kemampuan, dan kekuatan kedalam masyarakat dimana mereka tinggal.

f. Timbal balik psikososial

Menekankan hubungan timbal balik antara remaja dengan dunia dan masyarakat sosialnya.

g. Status eksistensial

Bahwa remaja mencari arti dalam hidupnya sekaligus arti dari hidup secara umum.

Remaja

Menurut Sarwono (2004) masa *adolescence* atau masa remaja dapat dipandang sebagai suatu masa saat individu dalam proses pertumbuhan telah mencapai kematangan. Kematangan disini tidak hanya berarti kematangan fisik, tetapi kematangan sosial-psikologis pula.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa remaja merupakan masa transisi menuju kedewasa yang diikuti perubahan fisik, psikis, seksual dan sosial-ekonomi dalam batasan usia tertentu. Batasan usia masa remaja dibagi menjadi tiga bagian, yaitu masa remaja awal 12-15 tahun, masa remaja pertengahan (madya) 15-18 tahun dan masa remaja akhir 18-21 tahun.

Tato

Tato adalah suatu produk dari kegiatan menggambar pada kulit tubuh dengan menggunakan alat sejenis jarum atau benda dipertajam yang terbuat dari flora (Olong, 2006). Menurut Olong (2006) terdapat berbagai macam faktor yang memotivasi seseorang untuk mentato tubuhnya yang semakin marak dalam masyarakat, yaitu:

- a. Tato sebagai alat untuk mencerminkan kebebasan Dengan adanya tato, modifikasi tubuh merupakan suatu bentuk penegasan kebebasan menentukan diri sebagai individu yang merdeka terhadap berbagai aturan dan kontrol.
- b. Tato merupakan ajang ekspresi kaum muda Tato mengandung pemaknaan ekspresi diri yang dilakukan secara sengaja dan sadar.
- c. Tato dimiliki seseorang karena untuk mengikuti sang idola. Karena tergilagila dan mengidolakan

sosok San Cai (kekasihnya Tao Ming She dalam sinetron Meteor Garden), banyak remaja putri yang memutuskan untuk mentato tubuhnya.

- d. Tato bukan merupakan tindakan penyiksaan diri. Dengan ditemukannya peralatan canggih untuk mentato diri dapat meminimalkan rasa sakit ketika tato sedang diukir sehingga muncul pandangan bahwa tato bukan merupakan tindakan penyiksaan diri.

- e. Adanya teknik penghilangan tato Karakter permanen tato kini telah dapat diatasi dengan teknik penghilangan, dan atau karakter permanen tato dapat digantikan dengan tato temporer.

Olong (2006) juga menambahkan bahwa motivasi tato pada masyarakat tradisional pedalaman, secara garis besar terdiri dari lima motivasi utama, yaitu:

- a. Tato sebagai alat pertahanan baik dari serangan musuh maupun gangguan makhluk halus.
- b. Tato merupakan ungkapan keberanian dan maskulinitas di kalangan laki-laki.
- c. Tato merupakan daya tarik tubuh dalam menarik lawan jenis.

Tato merupakan pertanda atau batas seseorang dalam melewati masa-masa krisis dalam kehidupan, seperti kematian, kelahiran, pernikahan, dan memasuki masa-masa dewasa.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 3 orang terdiri dari remaja putri yang memiliki tato. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Data diambil dengan teknik wawancara mendalam dengan menggunakan indikator-indikator pembentukan identitas diri dan gambaran diri.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dapat diketahui bahwa ketiga subjek memiliki gambaran diri yang cenderung positif karena ketiga subjek adalah orang yang memang pada dasarnya memiliki sikap santai, tidak memeperdulikan dan tidak menanggapi segala komentar orang lain atas penampilan dirinya. Apapun komentar orang, anggapan orang mengenai diri subjek, anggapan tersebut tidak mempengaruhi kepercayaan diri subjek sendiri.

Hal tersebut bisa dijelaskan bahwa pada saat ketiga subjek mendapatkan komentar negatif atas tato yang subjek miliki, subjek tidak merasa rendah diri, minder dan menarik diri dari lingkungannya ataupun malu untuk memperlihatkan tatonya. Hal tersebut disebabkan karena subjek menganggap tato yang subjek miliki adalah suatu seni yang bertujuan untuk

kepuasan subjek sendiri, dimana setelah bertato membuat diri ketiga subjek menjadi semakin percaya diri.

Ketiga subjek juga pernah mendapatkan komentar yang negatif dari keluarga teman dekat subjek. Akan tetapi, komentar negatif tersebut tidak membuat subjek merasa malu atas tato yang subjek punya karena subjek tidak memperdulikan komentar tersebut. Ketiga subjek beralasan bahwa, yang mengetahui diri subjek adalah subjek sendiri dan apapun yang orang lain katakan, subjek tetaplah subjek.

Berkaitan dengan pembentukan identitas diri merupakan salah satu hal yang memiliki peranan penting dalam proses pencarian identitas diri remaja. Ada tujuh faktor yang mempengaruhi pembentukan identitas diri diantaranya adalah faktor subyektif, genetik, dinamis, struktural, adaptif, timbal balik psikososial dan status eksistensial dan pada ketiga subjek dari ketujuh faktor yang mempengaruhi pembentukan identitas diri ketiga subjek memiliki masing-masing faktor lebih mempengaruhi dalam proses pencarian identitas diri mereka yang pada akhirnya memberikan dampak positif pada diri mereka.

Pada subjek pertama dari ketujuh faktor yang mempengaruhi identitas diri subjek, faktor subyektif dan status eksistensial merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap diri subjek untuk memiliki tato dimana subjek tidak memiliki rasa ragu untuk bertato selain itu subjek juga memiliki tokoh atau figur idola yang menginspirasi subjek untuk bertato sehingga membuat dirinya semakin yakin dan hal ini juga yang mendasari subjek memiliki gambaran diri yang positif setelah bertato dimana subjek menjadi semakin percaya diri dan merasa lebih menarik.

Pada subjek kedua faktor subyektif dan faktor timbal balik psikososial merupakan faktor dari pembentukan identitas diri yang paling berpengaruh didalam diri subjek untuk bertato dikarenakan dengan tidak adanya keraguan dalam dirinya untuk bertato dan dengan adanya dukungan dari teman-teman dilingkungan sekitarnya membuat subjek menjadi semakin yakin dan untuk bertato yang pada akhirnya memberikan dampak positif pada dirinya dan membuat subjek memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan menjadikan subjek memiliki gambaran diri yang positif.

Berbeda dengan subjek pertama dan kedua, subjek ketiga selain faktor subyektif faktor genetik juga merupakan faktor yang berpengaruh dalam diri subjek dimana rasa yakin dan tidak adanya rasa ragu dalam diri subjek untuk bertato serta adanya dukungan dari orang tua yang membuat diri subjek semakin merasa yakin untuk bertato yang pada akhirnya memberikan dampak positif pada diri subjek dan menjadikan subjek memiliki gambaran diri yang positif dimana setelah bertato subjek menjadi semakin percaya diri, menjadi merasa lebih menarik dan menjadi semakin cantik.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa, faktor subyektif, genetik, timbal balik psikososial dan status eksistensial adalah merupakan faktor dari pembentukan identitas diri yang paling berpengaruh pada diri subjek dalam proses pencarian identitas ketiga diri subjek, dan yang paling berperan dalam diri subjek yang pada akhirnya membuat diri subjek memiliki gambaran diri yang positif.

Berdasarkan hal yang telah dijelaskan diatas, dapat diketahui bahwa tato yang dimiliki oleh ketiga subjek tidak memiliki pengaruh negatif terhadap gambaran diri ketiga subjek. Akan tetapi, menyebabkan subjek memiliki gambaran diri yang positif hal ini dikarenakan ketiga subjek memang pada dasarnya memiliki gambaran diri yang positif, Artinya, baik sebelum maupun setelah bertato, subjek memiliki gambaran diri yang positif. Selain itu faktor-faktor dari pembentukan identitas diri tadi yakni subyektif, genetik, timbal balik psikososial dan status eksistensial merupakan faktor yang mendukung subjek memiliki gambaran diri yang positif dan Lebih lanjut berdasarkan dari hasil seluruh penelitian di atas membuktikan bahwa pembentukan identitas diri yang baik merupakan salah satu hal mendasari seseorang memiliki gambaran diri yang positif.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil wawancara dan pembahasan yang telah diuraikan maka dapat diperoleh kesimpulan dari penelitian ini, yaitu:

- Remaja putri bertato memiliki alasan yang mendasari untuk bertato adalah untuk mengekspresikan suatu seni dan untuk membuat ketiga subjek terlihat lebih cantik, keren dan menarik.
- Remaja putri bertato dalam penelitian ini memiliki gambaran diri yang positif dimana setelah bertato, ketiga subjek lebih mampu memandang dan menilai diri mereka secara lebih positif.
- Penilaian negatif dari masyarakat tentang remaja putri bertato tidak membuat subjek menarik diri dari pergaulan, subjek tidak menanggapi apapun komentar orang lain mengenai diri remaja wanita bertato dan lebih memilih untuk berpikir positif
- Faktor subyektif, genetik, timbal balik psikososial dan status eksistensial merupakan faktor dari pembentukan identitas diri, yang mendukung atau mempengaruhi subjek sehingga memiliki gambaran diri yang positif setelah bertato.

Saran

Setelah memperoleh hasil dari penelitian, maka peneliti memiliki beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan sebagai berikut:

- a. Bagi subjek penelitian, peneliti menyarankan agar subjek dapat mempertahankan gambaran diri yang positif. Hal tersebut dikarenakan dengan gambaran diri yang positif, dapat membuat subjek lebih bisa mengaktualisasikan potensi yang dimiliki dan membuat kepercayaan diri subjek juga menjadi lebih baik.
- b. Bagi para orang tua, peneliti menyarankan agar para orang tua dapat membantu dalam mengembangkan gambaran diri yang positif pada remaja dan juga membimbing anaknya didalam proses pencarian identitas diri mereka. Agar para remaja dapat melakukan hal yang positif dan para remaja bisa lebih bisa memandang diri mereka secara lebih positif.
- c. Bagi para peneliti yang tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai remaja wanita bertato, disarankan agar bisa menambahkan variabel-variabel yang berhubungan dengan pembentukan identitas diri dan gambaran diri, agar lebih bisa mendalami dan mempelajari hal-hal apa saja yang dimiliki oleh remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Duffy, K. G., & Atwater, E. (2005). *Psychology for living. Adjustment, growth, and behavior today* (Eight edition). New Jersey: Prentice-Hall
- Erikson, E. H. (1994). *Identitas dan Siklus Hidup Manusia; Bunga Rampai* (terjemahan Agus Cremers). Jakarta: PT. Gramedia.
- Olong, H. A. K. (2006). *Tato*. LKIS Pelangi Aksara.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2005). *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, dan praktik*. Jakarta: EGC.
- Sarwono, S. W. (2004). *Psikologi remaja* (Edisi ke-2). Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Stuart, G. W., & Sundeen, S. J. (1997). *Stuart and Sundeen's mental health nursing: Principles and practice*. Elsevier Health Sciences.
- Schwartz, D. J., Phares, V., Tantleff-Dunn, S., & Thompson, J. K. (1999). Body image, psychological functioning, and parental feedback regarding physical appearance. *International Journal of Eating Disorders*, 25(3), 339-343.