

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konsep *Imago Dei*

Imago Dei merupakan istilah yang berasal dari bahasa Latin. Kata *Imago* mengandung arti tiruan dan kata *Dei* berarti Allah.¹⁶ Brueggemann sebagaimana dikutip dalam Sugiarto *et al* mengatakan bahwa istilah *Imago Dei* terinspirasi dari budaya mendirikan patung penguasa di Timur Kuno yang direpresentasikan sebagai kehadiran dewa atau pemimpin mereka di tempat itu seperti pada kisah raja Nebukadnesar di dalam Daniel 3:1 yang mendirikan patung di wilayah kekuasaannya istilah ini kemudian diadopsi ke dalam narasi penciptaan manusia dalam Kejadian 1:26. Dalam konteks penciptaan kata ini mengandung makna relasi antara Sang Pencipta dan ciptaan-Nya, serta relasi antar sesama makhluk.¹⁷

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, kata “gambar” memiliki arti tiruan barang, orang, binatang, tumbuhan dan sebagainya. Kata “gambar” juga bisa berarti lukisan atau patung.¹⁸ Dalam bahasa Inggris kata “gambar” diterjemahkan sebagai *Image* dan Allah diterjemahkan dengan kata *God*¹⁹ sehingga gambar Allah dalam bahasa Inggris adalah *God Image*. Dalam *Hebrew and Lexicon of Old*

¹⁶Harun Hadiwijono, *Iman Kristen* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2018), 189.

¹⁷Jimmy Sugiarto, Rinaldi Frans Gaol, and Samuel Grashellio Litaay, “*Imago Dei* Sebagai Suatu Relasi: Analisis Tentang Dampak Dosa Terhadap Gambar Dan Rupa Allah,” *HUPERETES: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen* 3 (June 30, 2022): 138–147.

¹⁸Gunawan et al., *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Semarang: Widya Karya, 2011), 148.

¹⁹Jhon M. Echols and Hassan Shadily, *Kamus Indonesia Inggris* (Jakarta: PT. Gramedia, 2022), 14, 190.

Testament, kata “gambar” yaitu *tselem* merupakan turunan dari akar yang memiliki makna mengukir atau memotong. Kata tersebut dapat digunakan untuk menggambarkan ukiran yang berbentuk hewan atau manusia. Dalam konteks penciptaan, istilah *tselem* memiliki makna bahwa manusia mencerminkan Allah. Sedangkan untuk kata “rupa” yaitu *demuth* dalam Kejadian 1 mengandung makna menyerupai. Sehingga kata *demuth* dalam kejadian 1 bisa diartikan “gambar yang menyerupai Kita”. Kedua kata ini hendak memberi pemahaman bahwasanya manusia mencerminkan dan memiliki kemiripan dengan Allah dalam aspek-aspek yang terbatas.²⁰

1. Manusia Sebagai *Imago Dei* Dalam Perspektif Alkitab

a. Perjanjian Lama

Alkitab menuliskan bahwa oleh karena manusia diciptakan menurut gambar Allah maka terjalinlah relasi yang dekat antara manusia dan Allah sebagai Pencipta. Frasa “gambar” dan “rupa” muncul dalam Kejadian 1:26-27. Ayat ini menceritakan bagaimana Allah menciptakan manusia. Di dalam bahasa Ibrani yang adalah teks asli Perjanjian Lama tidak terdapat kata sambung di antara kedua kata tersebut dalam teks asli hanya dituliskan “marilah kita menjadikan manusia menurut gambar rupa kita”, hanya saja baik terjemahan bahasa Yunani (Septuaginta) dan Bahasa Latin (Vulgata) menambahkan kata “dan” sehingga memberikan kesan

²⁰Hoekema, *Manusia : Ciptaan Menurut Gambar Dan Rupa Allah*, 18.

seolah kedua kata tersebut mengandung makna yang berbeda. Penggunaan kata gambar dan rupa secara sinonim dan saling menggantikan mengindikasikan bahwa kedua istilah tersebut tidak memiliki perbedaan makna. Hal ini didasarkan pada kitab Kejadian 1:26 kedua kata dipakai, namun pada ayat ke 27 hanya menggunakan kata menggunakan kata “gambar”.²¹ Pendapat ini didukung dengan adanya penggunaan kata “gambar” dan “rupa” secara bersamaan dan bergantian dalam beberapa bagian Alkitab di antaranya Kejadian 5:1 hanya menggunakan kata “rupa” dan pada ayat 3 kedua kata digunakan, Kejadian 9:6 hanya menggunakan kata “gambar”, pernyataan ini dengan tegas menolak pandangan bahwa kedua kata ini memiliki makna yang berbeda.

Di samping itu, Alkitab dengan jelas menuliskan bahwa hanya kepada manusia saja Allah berfirman: “Baiklah Kita menjadikan manusia menurut gambar dan rupa Kita” (Kej. 1:26). Frasa ini secara eksplisit menyatakan bahwa Allah bermaksud menciptakan manusia sebagai representasi gambar dan Rupa-Nya²². Kitab Kejadian pasal 1 ayat 26 dan 27 menarasikan bagaimana Allah membentuk manusia sesuai dengan citra dan keserupaan-Nya. Hoekema mengatakan bahwa memang Alkitab tidak menyebutkan secara spesifik bilamanakah manusia itu dikatakan

²¹Berkhof, *Teologi Sistematika Volume 2: Doktrin Manusia*, 59.

²²Komisi Kepemudaan and Konferensi Wali Gereja Indonesia, *DOCAT: Apa Yang Harus Dilakukan? Ajaran Sosial Gereja* (Yogyakarta: Kanisius, 2016), 58.

segambar dengan Allah. Namun Hoekema menuliskan bahwa terdapat keserupaan-keserupaan tertentu dalam bagian ini yakni: *Pertama*, sebagai representasi Allah manusia dikaruniai kemampuan berpikir, berinteraksi, dan mengambil keputusan. Selain itu, manusia juga dilengkapi dengan akal budi dan kebebasan berkehendak. *Kedua*, manusia sebagai gambar Allah memiliki kemampuan atau kekuasaan dalam memerintah serta memelihara ciptaan yang lebih rendah. *Ketiga*, manusia juga dikarunia sifat-sifat Allah yang adalah kasih, adil, dan bijaksana namun dalam kapasitas yang terbatas.²³ Sekalipun, manusia merupakan gambar Allah, hal ini tidak berarti bahwa manusia setara atau sederajat dengan Allah melainkan terdapat beberapa aspek yang tidak dimiliki oleh manusia seperti kekekalan, maha hadir (*omni present*), maha kuasa (*omni potence*) dan maha tahu (*omni science*).

b. Perjanjian Baru

Kejatuhan manusia dalam dosa menyebabkan gambar Allah dalam dirinya menjadi rusak, dosa berkuasa atas diri manusia sehingga manusia tidak lagi dapat menyenangkan Allah secara total. Kehendak bebasnya di kendalikan oleh dosa sehingga konsep diri yang dibentuk tidak lagi sejalan dengan Amanah yang telah ditentukan oleh Allah. Perkembangan pemikiran menjerumuskan manusia pada parakek etika dan estetika yang

²³Hoekema, *Manusia : Ciptaan Menurut Gambar Dan Rupa Allah*, 18-19.

berorientasi pada humanism semata. Berdasarkan hal ini manusia hendaknya mengerti akan konsep gambar Allah yang telah diperbarui Kembali oleh Kristus.²⁴

Di dalam Perjanjian Baru, kata “gambar” Allah ditujukan kepada Yesus Kristus. Teladan Yesus merupakan sarana bagi manusia untuk mengerti apa yang dikehendaki Allah baginya. Karena alasan inilah Yesus dikenal sebagai representasi Allah yang sempurna (2 Korintus 4:4)²⁵ Beberapa surat Paulus menyatakan bahwa Yesus adalah representasi abadi dari Allah. Perjanjian Baru menegaskan bahwa Yesus merupakan wujud Allah yang sejati (Kol 1:15; Ibr 1:3a).²⁶ 2 Korintus 4:4 menegaskan bahwa setiap orang yang hidup mengikut Kristus mereka akan diubah menjadi serupa dengan Kristus. Ibrani 1:3a melukiskan Kristus sebagai gambar Allah yang berwujud dan menyebutnya sebagai Cahaya Ilahi.²⁷ Dalam pandangan Perjanjian Baru, Allah menyeru manusia untuk mencontoh Kristus, Sang gambar sempurna. Sebab, hanya melalui relasi yang mendalam dengan Kristuslah gambar Allah yang telah terdistorsi dapat dipulihkan serta mendapat pembaruan. Harapan yang begitu istimewa ini diperuntukkan bagi setiap jiwa yang percaya kepada Kristus.

²⁴Parel, “Membangun Identitas Diri Remaja Dengan Ajaran Imago Dei, 58.”

²⁵Hoekema, *Manusia : Ciptaan Menurut Gambar Dan Rupa Allah*, 27.

²⁶Kristian Kusumawardana, *Kontekstualisasi Teologi Imago Dei Melalui Konsep Sangkan Paraning Dumadi* (Bandung: Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STTB, 2023), 42.

²⁷Hoekema, *Manusia : Ciptaan Menurut Gambar Dan Rupa Allah*, 28.

Dapat dipahami bahwa baik Perjanjian Lama maupun Perjanjian Baru menyatakan bahwa manusia diciptakan menurut gambar Allah. Perjanjian Lama tidak memberikan arti yang berbeda terhadap makna kata gambar dan rupa melainkan memiliki makna yang sama dan dapat dipertukarkan. Sekalipun diciptakan menurut gambar Allah, hal ini tidak berarti bahwa manusia memiliki derajat atau setara dengan Allah namun gambar Allah termanifestasi dalam hal-hal tertentu seperti kemampuan berpikir, berelasi, membuat keputusan, berkuasa atas ciptaan yang lain, manusia juga dikarunia sifat-sifat Allah yang adalah kasih, adil dan bijaksana. Oleh karena itu, sebagai makhluk yang diciptakan menurut gambar Allah, manusia secara inheren memiliki nilai, martabat, dan tanggung jawab. Manusia dipanggil untuk merepresentasikan Allah lewat sifat-sifat yang diteladankan oleh Yesus sebagai gambar Allah yang sempurna seperti kasih, kerendahan hati, taat kepada kehendak Bapa, kudus, dan teladan dalam membangun relasi yang Sempurna dengan Allah Bapa. Sehingga melalui pengorbanan Kristus yang menebus, gambar Allah yang telah ternoda dan rusak dapat dipulihkan, memungkinkan manusia untuk sekali lagi mencerminkan Allah dengan sempurna.

2. Manusia Sebagai *Imago Dei* Menurut Para Ahli

a. Yohanes Calvin

Calvin Salah satu tokoh reformator yang menentang pandangan-pandangan para teolog pada abad pertengahan mengenai manusia. Calvin memberi interpretasi yang lebih alkitabiah dalam pandangan-pandangannya tentang keberadaan manusia.²⁸ Langkah pertama Calvin dalam membahas topik ini adalah menentang perbedaan antara konsep "gambar" dan "rupa". Menurut Calvin kedua kata ini mengandung makna yang sama atau bersinonim sehingga dapat dipertukarkan. Pandangan Calvin ini senada dengan Alkitab, dalam beberapa bagian Alkitab kita dapat menemukan kedua kata ini digunakan secara bersama dan terkadang hanya salah satunya (Kej. 1:26-27 ; 5:1; 9:6; 1 Kor. 11:7; Kol. 3:10; Yak. 3:9).²⁹ Hal ini hendak menekankan bahwa tidak terdapat perbedaan yang hakiki dari kedua kata tersebut.

Bagi Calvin Gambar Allah dalam diri manusia terutama terletak di dalam jiwanya sekalipun gambar Allah itu terpancar lewat manusia yang lahiriah atau dimensi fisik (tubuh) manusia.³⁰ Dengan demikian Calvin mengakui bahwa kendati jiwa manusia adalah tempat utama gambar Allah, ini tidak berarti bahwa bagian-bagian lain dari eksistensi manusia

²⁸Hoekema, *Manusia : Ciptaan Menurut Gambar Dan Rupa Allah*, 54.

²⁹Hoekema, *Manusia : Ciptaan Menurut Gambar Dan Rupa Allah*, 15-16.

³⁰Silva S. Thesalonika Ngahu, "Mendamaikan Manusia Dengan Alam," *Pengarah: Jurnal Teologi Kristen* 2 (2020), 80.

tidak turut merefleksikan gambar Allah.³¹ Dengan demikian, Calvin tidak hanya melihat gambar Allah terbatas pada jiwa, melainkan berpendapat bahwa seluruh aspek keberadaan manusia, termasuk tubuh, memiliki potensi untuk memancarkan gambar Allah.

Dalam bukunya yang berjudul: *Institutio: Pengajaran Agama Kristen*, Calvin menjelaskan makna kata jiwa sebagai tempat utama gambar Allah dalam diri manusia. Calvin berpendapat bahwa jiwa manusia terdiri dari dua komponen, yakni intelek dan kehendak. Akal budi bertugas untuk membedakan setiap hal yang di temui apakah hal itu sesuatu yang harus dibenarkan atau disalahkan. Sementara itu, kemauan berfungsi untuk memilih dan mengikuti apa yang dinilai baik oleh akal budi, serta menghindari segala sesuatu yang dianggap salah atau menyimpang.³² Singkatnya, Calvin hendak menekankan bahwa melalui jiwa (Roh) Allah memberikan akal budi (kemampuan untuk mengetahui) kepada manusia agar dapat memilah antara yang baik dan yang buruk lalu dengan kemauan manusia dapat menentukan dan menetapkan pilihannya.

Hodge memiliki pandangan yang selaras dengan Calvin sebagaimana dikutip di dalam tulisan Djadi, Hodge mengatakan bahwa Allah adalah Roh dengan demikian gambar Allah dalam manusia terdapat dalam rohnya (jiwa). Ketika Allah menciptakan manusia Ia telah

³¹Hoekema, *Manusia : Ciptaan Menurut Gambar Dan Rupa Allah*, 54-55.

³²Calvin, *Institutio- Pengajaran Agama Kristen*, 47-48.

memperlengkapi manusia itu dengan sifat-sifat roh-Nya. Hakikat dari roh ialah :akal budi, hati Nurani dan kehendak).³³ Pendapat yang lain yang selaras dengan pandangan Calvin yaitu pandangan Agustinus dalam tulisan Sianturi *et al* yang mengatakan sebagai penyandang gambar Allah manusia mencerminkan gambar yang sempurna itu dalam substansi tubuh dan jiwa manusia. Sehingga dalam tulisan terakhirnya Agustinus menegaskan untuk menghormati tubuh dan jiwa karena keduanya merupakan hakikat dari manusia.³⁴ Berdasarkan hal itu dapat dipahami bahwa sekalipun letak kesegambaran Allah dengan manusia berada dalam jiwanya, bagian yang lain dari keberadaan manusia juga berpotensi untuk memancarkan citra Allah.

b. Jhon Wesley

Wesley merupakan teolog yang lebih baru setelah Karl Barth yang pada dasarnya memiliki pandangan yang senada dengan Karl Barth dan Calvin. Dikutip dari tulisan Budiyono Wesley memahami gambar Allah dalam diri manusia lebih menekankan pada hubungan/ relasi antara Allah dan manusia. Wesley juga menekankan bahwa pada awalnya manusia mencerminkan Allah secara sempurna, kudus sama seperti Penciptanya. Manusia memiliki kasih dan tinggal di dalam kasih itu, manusia adalah gambar yang tidak bercacat cela dan mulia, manusia itu suci sebagaimana

³³Jermia Djadi, "Gambar Dan Rupa Allah," *Jurnal Jaffray*, 2004, 5.

³⁴Adi Haryono Sianturi, Zulkarnain Siagian, and Janhotner Saragih, "Manusia Sebagai Gambar Dan Rupa Allah," *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research* 2 (2023), 6.

Allah suci dari segala dosa, manusia tidak mengenal kejahatan, tidak berdosa dan tidak tercemar. Namun semua itu telah berubah, rusak bahkan hilang.³⁵ Menurut Wesley, gambar Allah pada manusia memiliki tiga dimensi kunci:

1) Gambar Natural (*Natural Image*)

Gambar natural mencakup keadaan asli manusia saat diciptakan yang terdiri dari kekekalan, kehendak bebas, pengertian, berbagai jenis perasaan kasih, kekebalan terhadap rasa sakit, ketidakfanaan dan kemampuan menguasai ciptaan. Elemen inilah yang menjadi perlengkapan manusia sebagai makhluk hidup. Dua tanda pada gambar alami yaitu kehendak dan kebebasan, kedua hal ini selalu beriringan. Namun kehendak itu telah rusak setelah kejatuhan manusia ke dalam dosa yang berakhir pada kekacauan hubungan antara Allah dan manusia, keadaan yang sudah rusak ini membuat manusia cenderung menjadi sombong dan menjadi budak dosa. Akal budi merupakan kemampuan manusia untuk memahami segala sesuatu yang terjadi di luar dirinya. Akal budi dan kehendak berhubungan erat dengan emosi dan hati. Sementara itu, kebebasan adalah kemampuan untuk dapat secara bebas memilih bagaimana mempergunakan akal budi dan kehendak. Wesley menegaskan bahwa

³⁵Sih Budiyo, *Jhon Wesley: Manusia Dibenarkan, Dikuduskan, Dan Disempurnakan* (Yogyakarta: Penerbit ANDI, 2014), 59.

kehendak dan kebebasan yang dimiliki manusia sekarang bukanlah gambar alami sebab telah tercemari oleh dosa.³⁶

2) Gambar Politik (*Political Image*)

Gambar politik menekankan aspek relasional keberadaan manusia yaitu bahwa manusia diciptakan untuk persekutuan dan hidup dalam komunitas, serta memiliki mandat untuk mengelola ciptaan Allah (tidak berarti perbudakan, tetapi pemeliharaan dan penatalayanan yang tepat). Allah menganugerahkan kemampuan secara khusus untuk memimpin dan mengelola alam ciptaan, manusia diangkat menjadi mandataris Allah di dunia. Manusia diberi kuasa, tugas khusus dan tanggungjawab atas ciptaan yang lain. Jadi, manusia sebagai gambar politik bertugas untuk merefleksikan kebaikan hati Allah kepada ciptaan yang lain melalui perbuatannya.³⁷

3) Gambar Moral (*Moral Image*)

Menurut Wesley dimensi ketiga gambar Allah dan diri manusia yaitu gambar moral. Hal ini merupakan tanda utama dalam hubungan manusia dengan Allah, namun juga yang paling muda berubah bentuk. Gambar moral ialah kebenaran, kesucian, dan kasih yang dimiliki manusia sejak diciptakan menurut gambar Allah. Wesley mengatakan

³⁶Budiyono, *Jhon Wesley: Manusia Dibenarkan, Dikuduskan, Dan Disempurnakan*, 61.

³⁷Budiyono, *Jhon Wesley: Manusia Dibenarkan, Dikuduskan, Dan Disempurnakan*, 63.

bahwa Allah menciptakan manusia menurut gambar-Nya tidak hanya pada gambar alami yang dikaruniai pengertian, kehendak bebas, berbagai perasaan kasih dan juga bukan hanya pada gambar politik dimana manusia hadir sebagai wakil dalam merefleksikan kasih Allah kepada ciptaan yang lain lewat perbutannya. Gambar moral berarti manusia diciptakan dalam kekudusan dan kebenaran yang meliputi: kasih, keadilan, belas kasihan, kebenaran, dan kesucian. Gambar moral ini sangat penting sebab dalam gambar inilah manusia menyerupai Allah secara istimewa serta membedakan manusia dengan makhluk hidup lainnya.

Menurut Wesley setelah kejatuhan manusia ke dalam dosa hanya gambar moral saja yang hilang sedangkan gambar alami dan politiknya masih ada. Artinya setelah jatuh ke dalam dosa manusia masih memiliki dimensi spiritualitas dan intelektual. Kerusakan gambar politik berdampak pada kesombongan, keangkuhan, keegoisan dan ketidaktaatan dalam diri manusia.³⁸

Dari pendapat kedua ahli di atas dapat dipahami bahwa diciptakan menurut gambar Allah membuat manusia menjadi istimewa dan berharga sebab manusia memiliki nilai dan martabat yang melekat tidak sama dengan ciptaan yang lain. Dengan rasio/akal

³⁸Budiyono, *Jhon Wesley: Manusia Dibenarkan, Dikuduskan, Dan Disempurnakan*, 64.

budinya manusia memiliki kehendak serta dapat membedakan antara yang baik dan yang jahat, dengan adanya otoritas atas ciptaan yang lain manusia menjadi wakil Allah yang dapat berkuasa dengan penuh tanggungjawab di dunia dan dengan kemampuan berelasi manusia dapat membangun relasi antara dirinya dengan Allah penciptanya, dengan sesama manusia dan dengan alam. Tentang tubuh meski tidak dinyatakan sebagai gambar Allah secara eksplisit namun tubuh adalah media dalam memancarkan citra Allah sehingga kita harus menghargai, menerima serta merawat tubuh sebagai pemberian Tuhan terlepas dari bagaimanapun bentuknya.

Gambar Allah dalam diri manusia yang ada sejak manusia itu diciptakan telah rusak akibat dosa. Pada keadaan awal manusia dianggap menggambarkan Allah secara utuh tidak bercacat cela bahkan dikatakan hampir sama seperti Allah. Namun akibat kejatuhan ke dalam dosa karunia-karunia yang diterima manusia sebagai gambar Allah telah ternoda dan rusak dengan kata lain karunia itu masih ada namun dalam kapasitas yang terbatas. Berdasarkan hal itulah Allah melalui Yesus hendak memperbaiki yang telah rusak itu lewat karya penebusan dan penyelamatan oleh korban Yesus. Manusia dituntut untuk meneladani Yesus sebagai gambar Allah yang sempurna agar manusia sekali lagi dapat menggambarkan Allah dengan benar.

B. Pendidikan Kristiani

1. Pengertian Pendidikan Kristiani

Ditinjau dari etimologinya, kata pendidikan berasal dari bahasa Latin *educere* yang maknanya adalah "...membimbing keluar dari...". Awalan "e" menunjukkan arti keluar atau *out*. Berdasarkan pada pengertian itu dapat dikatakan bahwa pendidikan adalah sebuah upaya terencana untuk membekali individu atau kelompok melalui bimbingan keluar dari suatu fase satu menuju tahap yang lebih baik.³⁹ Dalam Ensiklopedi Pendidikan, pendidikan secara umum dipandang sebagai upaya generasi terdahulu untuk mewariskan pengetahuan dan pengalaman mereka dan juga kecakapan yang dimiliki bagi generasi muda dengan maksud agar mereka mampu memenuhi fungsi hidup secara menyeluruh.⁴⁰ Manusia secara kodrati memiliki kemampuan berpikir sebagai motorik dalam membawa perubahan, merestorasi serta membawa kemajuan taraf hidupnya, semuanya ini didapatkan melalui Pendidikan dengan demikian Mercy mengatakan bahwa Pendidikan merupakan bagian integral dalam hidup manusia.⁴¹ Secara sederhana, pendidikan merupakan usaha sadar yang hendak membawa perubahan dari kehidupan sebelumnya agar seseorang mengerti fungsi kehidupannya.

³⁹B.S. Sidjabat, *Strategi Pendidikan Kristen* (Yogyakarta: ANDI Offset, 1996), 13.

⁴⁰Sidjabat, *Strategi Pendidikan Kristen*, 13.

⁴¹Mercy F. Halamury, *Pendidikan Agama Kristen Dan Teori Belajar* (Jawa Timur: Akademika Publication, 2024), 2.

Menurut Mercy hakikat Pendidikan Kristiani adalah membentuk individu untuk berakar di dalam iman Kristen, mengamalkan nilai dan karakter Kristiani, untuk selalu siap mengabdikan kepada Allah dan sesama. Pendidikan Kristiani berbasis Holistik yang berfokus pada pembentukan dan pengembangan spiritual, moral serta intelektual siswa dalam kerangka ajaran Kristen.⁴² Seorang ahli bernama Ngalim Purwanto yang dikutip dalam tulisan Harianto berpendapat bahwa pendidikan adalah upaya yang dilakukan oleh orang dewasa dalam hubungannya dengan individu yang lebih muda dalam hal membimbing, mengarahkan, dan mengembangkan potensi mereka untuk membimbing serta memimpin perkembangan mereka baik jasmani maupun rohani dalam proses pendewasaan agar dapat berguna bagi diri sendiri dan masyarakat.⁴³ Poerbakawartja dalam Harianto menambahkan bahwa pendidikan merupakan usaha orang dewasa dalam memberi pengaruh bagi anak-anak untuk meningkatkan kedewasaan dalam hal ini yang dimaksudkan ialah kemampuan dalam mengemban tanggungjawab moral atas semua perbuatannya.⁴⁴ Berdasarkan hal itu, dapat disimpulkan bahwa Pendidikan terjadi di dalam relasi orang dewasa dengan anak-anak yang bertujuan untuk memberi dukungan serta pengajaran untuk mempersiapkan anak-anak masuk ke dalam masyarakat dan menjadi individu yang memiliki sikap

⁴²Halamury, *Pendidikan Agama Kristen Dan Teori Belajar*, 2.

⁴³Harianto, *Pendidikan Agama Kristen Dalam Alkitab Dan Dunia Pendidikan Masa Kini*, ed. Tri Widyatmaka, 1st ed. (Surabaya: Penerbit ANDI, 2012), 2.

⁴⁴Harianto, *Pendidikan Agama Kristen Dalam Alkitab Dan Dunia Pendidikan Masa Kini*, 2.

bertanggungjawab atas hidupnya. Melalui pendekatan yang holistik Pendidikan Kristiani tak hanya berfokus pada pertumbuhan spiritual tapi mencakup pengembangan moral, emosional dan intelektual dalam lingkaran ajaran Kristen.

Dalam ranah pendidikan kristiani, pendidikan mencakup semua upaya yang dilakukan untuk membimbing seseorang menuju ke arah yang lebih baik yang berdasar dan berorientasi pada ajaran kristiani.⁴⁵ Pazmino mendefinisikan pendidikan kristiani sebagai upaya sistematis dan terencana, didukung oleh usaha spiritual dan manusiawi, untuk menyampaikan pengetahuan, nilai, sikap, keterampilan, serta perilaku yang selaras dengan iman Kristen dengan tujuan memperbaiki individu agar hidup sesuai dengan kehendak Allah.⁴⁶ Pendidikan Kristiani bertugas untuk membimbing manusia agar mampu mengenal diri serta panggilan hidupnya berdasarkan Firman Allah. Oleh karena itu, Pendidikan Kristiani dapat dipahami sebagai suatu usaha yang terstruktur dan sadar untuk membimbing seseorang dalam memperbaiki perilaku agar mampu hidup dalam jalan yang dikehendaki Allah dalam rangka memenuhi kebutuhan spiritual, fisik serta batinnya.

Berdasarkan berbagai definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa pendidikan adalah upaya yang disadari dan terstruktur untuk mengarahkan kehidupan ke arah yang lebih baik. Dalam konteks

⁴⁵Sidjabat, *Strategi Pendidikan Kristen*, 27.

⁴⁶Robert W. Pazmino, *Foundation Issue in Christian Education* (Yogyakarta: ANDI, 2000), 26.

Pendidikan Kristiani, pendidikan merupakan jalan untuk menuntun individu menuju pemahaman dan penghayatan nilai-nilai Kristiani, serta pertumbuhan rohani yang *transformative* untuk membawa anak-anak atau individu kepada perubahan perilaku yang semakin menyerupai Kristus dengan Kristus sendiri sebagai dasar atau pijakan.

2. Dasar Alkitab Tentang Pendidikan Kristiani

Dalam Alkitab Pendidikan mendapatkan perhatian khusus. Alkitab menuliskan terjadinya proses Pendidikan yang diperankan oleh pendidik (Allah) dan peserta didik (umat-Nya).⁴⁷ Beberapa bagian dari Alkitab memberi kesaksian bahwa Allah adalah pendidik. Dalam kitab Ayub 36:22 menyatakan bahwa Allah adalah pendidik yang tidak tertandingi. Oleh karena itu tidak ada yang dapat mengajari-Nya (Ayb. 21:22; Yes. 40:14). Allah mengajarkan pengetahuan kepada manusia (Mzm. 94:10). Frasa tentang Allah sebagai Pendidik masih terdapat dalam beberapa bagian yakni ketika Ia mengajar manusia pertama di taman Eden, berlanjut kepada generasi setelah manusia pertama yakni kepada anak-anak Adam, Allah mendidik lewat perjanjian dengan Nuh, Allah mendidik Abraham, Allah juga bertindak sebagai pendidik bagi bangsa Israel sejak mereka berada di Mesir hingga sampai ke tanah perjanjian.⁴⁸ Dalam konteks ini, Tuhan tidak hanya berperan sebagai pengajar,

⁴⁷Halamury, *Pendidikan Agama Kristen Dan Teori Belajar*, 2.

⁴⁸Halamury, *Pendidikan Agama Kristen Dan Teori Belajar*, 2.

tetapi juga sebagai yang merancang dan menjalankan sistem pendidikan itu sendiri.

Dalam konteks Perjanjian Baru, Tuhan Yesus pun bertindak sebagai seorang pendidik. Pendidikan adalah aspek yang paling penting dan fundamental dalam bentuk pengabdian-Nya. Hal ini jelas terlihat dalam setiap pengajaran yang dikerjakan oleh Yesus dan sampai pada puncaknya ketika Ia memberikan mandat kepada murid-muridnya untuk melanjutkan karya-Nya. Mandat ini tercantum dalam kitab Injil Matius Pasal 28 ayat 19-20 yang mengatakan:

Karena itu pergilah, jadikanlah semua bangsa murid-Ku dan baptislah mereka dalam nama Bapa dan Anak dan Roh Kudus, dan ajarlah mereka melakukan segala sesuatu yang telah Kuperintahkan kepadamu. Dan ketahuilah, Aku menyertai kamu senantiasa sampai kepada akhir zaman.⁴⁹

Mandat ini dikenal sebagai amanat agung. Pendidikan Kristiani bertitik tolak dari amanat agung yang disampaikan oleh Tuhan Yesus.

3. Tujuan Pendidikan Kristiani

Secara garis besar pendidikan Kristiani memiliki tujuan yang sama dengan tujuan Pendidikan Nasional yakni membentuk peserta didik yang memiliki karakter kuat, cerdas, berdaya saing, serta berkontribusi positif bagi bangsa dan negara berdasarkan nilai-nilai Pancasila. Seorang pakar

⁴⁹Indonesia, *Alkitab Dan Kidung Jemaat*, 40.

pendidikan berkebangsaan Inggris mengatakan bahwa tujuan pendidikan ialah membentuk manusia seutuhnya, dimana pendidikan harus berusaha untuk membangun manusia terdidik dalam hal ini terdidik tidak hanya sampai pada pengertian memiliki pengetahuan mengenai sesuatu hal melainkan memiliki pengertian yang jauh lebih luas dari pengetahuan yang dimiliki.⁵⁰

Tujuan utama Pendidikan Kristiani adalah memberikan kemampuan bagi orang untuk hidup sebagai orang yang benar-benar Kristen yang mendasarkan hidupnya pada ajaran Iman Kristen.⁵¹ Homrighousen dan Enklaar berpendapat bahwa Pendidikan Kristiani bertujuan untuk menyampaikan kebenaran Tuhan dalam Alkitab. Tegasnya Pendidikan Kristiani hendak memberikan pengajaran yang mendalam tentang iman Kristen yang berdasar pada Alkitab. Pendidikan Agama Kristen bertujuan untuk membantu siswa memahami cerita-cerita dalam Alkitab, sehingga mereka dapat lebih mengenal Allah dan ajaran-Nya. Proses belajar ini juga memberikan pengetahuan kepada para siswa mengenai keselamatan menurut Alkitab, serta mendorong mereka untuk mengimplementasikan ajaran-ajaran tersebut dalam aktivitas sehari-hari. Selain itu, Pendidikan Agama Kristen membantu siswa menemukan jawaban Alkitab untuk masalah-masalah moral,

⁵⁰Sidjabat, *Strategi Pendidikan Kristen*, 32.

⁵¹Thomas H. Groome, *Christian Religion Education-Pendidikan Agama Kristen* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2010), 48.

sosial, dan politik yang dihadapi dunia.⁵² Dengan demikian, diharapkan siswa dapat mengembangkan karakter Kristen yang kuat dan menjalani kehidupan yang sesuai dengan kehendak Allah.

Tujuan lain pada Pendidikan Kristiani sebagaimana diungkapkan oleh Andar dalam Tanduklangi adalah sebuah upaya dalam membantu siswa sehingga mereka dapat berkembang dan tumbuh dalam mewujudkan kepribadian manusia sebagai representasi Allah (*Imago Dei*), yang hidup dalam ketaatan kepada Allah dan berpengaruh dalam interaksi dengan orang lain. Tujuan dari Pendidikan Kristiani dimulai dari Perintah Agung yang diberikan oleh Yesus dalam Matius 28:19-20, yaitu untuk membimbing semua bangsa, menjadikan mereka sebagai murid Kristus, serta mengajarkan mereka untuk menjalani sesuai dengan ajaran Yesus.⁵³ Secara ringkas dapat diartikan bahwa sasaran Pendidikan Kristiani ialah memberikan ajaran yang membimbing siswa dalam mengenal Kristus dengan benar sehingga mereka dapat memahami keberadaannya sebagai representasi Allah di dunia.

C. Body Image Negatif

1. Pengertian *Body Image*

Seorang ahli psikolog bernama Thomas Cash yang berkonsentrasi pada bidang psikologi penampilan fisik mengatakan bahwa gambar tubuh (*body*

⁵²I.H. Enklaar and E.G. Homrighousen, *Pendidikan Agama Kristen* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2009), 95.

⁵³Rinaldus Tanduklangi, "Analisis Tentang Tujuan Pendidikan Agama Kristen (PAK) Dalam Matius 28:19-20," *PEADA: Jurnal Pendidikan Kristen* 1 (2020): 47-58.

image) mengacu pada bagaimana seseorang secara pribadi memberi gambaran mengenai tubuhnya.⁵⁴ Cash menegaskan bahwa gambar tubuh memiliki pemahaman yang lebih luas, bukan hanya sekedar gambaran mental terkait penampilan seseorang, lebih dari sekedar penampilan, citra tubuh mencakup pandangan, kepercayaan, pikiran, emosi, dan semua, jenis perilaku yang terhubung dengan fisik seseorang. Singkatnya, gambar tubuh tidak mencakup pengertian yang sederhana atau tunggal melainkan cukup rumit dan kompleks.⁵⁵ *Body image* juga mengandung arti Gambaran mental seorang individu tentang tubuhnya yang terbentuk dari pengalaman dan interaksi dengan lingkungan sosial.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia kata “gambar” merupakan kata sifat yang mengandung arti: rupa, citra, dan gambaran. Sedangkan istilah “Tubuh” memiliki makna: keseluruhan fisik manusia atau hewan yang tampak dari ujung kaki hingga ujung kepala.⁵⁶ Kata *Body* dan *Image* berasal dari bahasa Inggris, dalam bahasa Indonesia kedua istilah ini diterjemahkan menjadi tubuh untuk kata *body*, dan gambar atau citra untuk *image*. Dengan demikian, citra tubuh mengacu pada *body image*.

Menurut Priyatna dikutip dari tulisan Cahyati *body image* adalah dugaan seorang individu terhadap penampilan fisiknya sendiri. Pendapat yang senada diungkapkan oleh Sri Wahyuni dalam Cahyati berpendapat

⁵⁴Cash, *The Body Image Workbook*, 1.

⁵⁵Cash, *The Body Image Workbook*, 1.

⁵⁶Gunawan et al., *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, 148.

bahwa citra tubuh merupakan cara individu dalam memberi persepsi terhadap ukuran, penampilan fisik serta fungsi tubuh.⁵⁷ Pendapat yang lain dikemukakan oleh Potter dan Perry dalam Cahyati mengatakan bahwa citra tubuh meliputi segala bentuk perilaku seseorang yang terhubung dengan aspek fisik seperti bentuk, komposisi, dan kegiatan tubuh. Secara ringkas, citra tubuh merupakan pandangan pribadi seseorang mengenai tubuhnya, terutama terkait dengan penampilan luar.⁵⁸

Honigam dan Istana dalam Ageng mengungkapkan bahwa citra tubuh adalah Gambaran mental individu tentang penampilan fisik mereka, termasuk dimensi dan bentuk fisik. Ini meliputi cara seseorang melihat, mengestimasi, dan merasakan tubuhnya sendiri, serta persepsi orang lain terhadap dirinya.⁵⁹ Citra tubuh dapat diartikan sebagai pengalaman subjektif seseorang terhadap kondisi fisiknya, yang melibatkan perasaan, pemikiran, dan tindakan terkait dengan penampilan.

Berdasarkan sejumlah penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa citra tubuh merupakan pandangan atau persepsi individu yang bersifat subjektif terhadap tampilan fisik/tubuh yang juga dipengaruhi oleh faktor-faktor luar atau pengaruh eksternal yang datang dari luar lingkungan.

⁵⁷ Namira Mitawahyu Cahyati, "Hubungan Body Image (Citra Tubuh) Dengan Self Esteem (Harga Diri Pada Remaja" (Institut Teknologi Sains dan Kesehatan Insan Cendekia Medika, 2025), 22.

⁵⁸ Cahyati, "Hubungan Body Image (Citra Tubuh) Dengan Self Esteem (Harga Diri Pada Remaja, 23."

⁵⁹ Ageng Saipuddin Kanda and Ayu Oktaviani, "Dampak Media Sosial Terhadap Rasa Percaya Diri Terksait Citra Tubuh Generasi Z Di Kota Cimahi," *Jurnal Janaloka 2* (2023), 69.

2. Pengertian *Body Image* Negatif

Cash dan Prunzsky sebagaimana dikutip di dalam Smolak mengatakan bahwa citra tubuh yang negatif adalah kondisi dimana seseorang merasa tidak senang dengan penampilan fisik/tubuhnya. Berdasarkan hal ini orang dengan citra tubuh negatif sering kali memiliki sudut pandang yang selalu merendahkan, mengkritik serta tidak menerima bentuk tubuhnya secara keseluruhan atau hanya pada bagian-bagian tertentu.⁶⁰ Menurut Grogan dalam Sumarni *body image* yang buruk adalah merupakan ketidakpuasan terhadap penampilan fisik, yang ditandai dengan penilaian negatif terhadap ukuran tubuh, bentuk, warna kulit, dan berat badan. Fenomena ini terjadi akibat adanya kesenjangan antara bentuk tubuh seseorang dengan standar tubuh yang dianggap ideal yang seharusnya terlihat.⁶¹ Singkatnya, *body image* negatif ini adalah kondisi dimana seseorang tidak senang akan penampilannya karena tubuhnya tidak sesuai dengan standar ideal yang dipikirkannya yang didasarkan pada standar ideal yang ditetapkan dalam masyarakat atau budaya tertentu.

Body image negatif adalah kondisi dimana seseorang memiliki pemikiran yang negatif dan tidak realistis dalam memandang tubuh mereka. Orang yang memiliki pandangan buruk terhadap tubuhnya akan cenderung

⁶⁰Thomas F. Cash and Linda Smolak, *Body Image: A Handbook of Science, Practice and Prevention*, ed. Thomas F. Cash (USA: The Guildford Press, 2011), 250.

⁶¹Wati and Sumarni, "Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan Gemuk Dan Tidak Gemuk: Studi Cross Sectional, 95."

merasa tidak senang dengan penampilannya. Seseorang yang mempunyai citra tubuh yang kurang baik akan memiliki sikap ketidakpuasan terhadap segala sesuatu yang berkenaan dengan penampilan fisiknya.⁶² Pendapat yang senada dikatakan oleh Rizal dalam Sumarni mengatakan bahwa citra tubuh negatif adalah situasi di mana seseorang mengalami ketidakpuasan terhadap fisiknya disebabkan oleh perbedaan pada kondisi tubuh yang dimiliki dengan tubuh sempurna yang diimpikan.

Berdasarkan beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa *body image* negatif merupakan sebuah kondisi dimana seorang individu merasa tidak puas dengan penampilan fisik/tubuhnya akibatnya adanya perbedaan yang nampak pada kondisi fisik yang nyata dengan tubuh yang diinginkan atau diidealkan dalam pandangan Masyarakat dan budaya tertentu.

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

Terbentuknya *body image* negatif tentunya dipengaruhi oleh beberapa faktor. Cash dalam bukunya menuliskan bahwa terdapat tiga faktor utama yang membentuk *body image* negatif diantaranya: media massa, jenis kelamin dan hubungan interpersonal.⁶³ Selain itu, Grogan memberikan pendapat yang senada dengan Cash, dalam tulisannya Grogan memberikan menambahkan satu elemen yang menjadi salah satu faktor yang berpengaruh di dalam membentuk *body image* negatif yaitu usia.

⁶²Ibid, 95.

⁶³Cash, *The Body Image Workbook 2*.

a. Media Sosial

Media sosial adalah salah satu elemen luar yang memberi dampak yang signifikan terhadap pembentukan *body image*, secara khusus bagi kaum perempuan yang biasanya berada pada usia remaja dan dewasa awal yang biasanya mengutamakan penampilan fisiknya. Remaja sendiri merupakan individu yang dekat dengan media sosial, melalui media sosial ini remaja akan mengonstruksi *body image* mereka dengan melihat standar tubuh ideal yang ditampilkan media ini akan mendorong mereka dalam merasa, mengubah dan memandangi tubuhnya.

Dalam konteks budaya Indonesia saat ini tubuh ideal bagi seorang perempuan berdasarkan data yang diperoleh dalam majalah Radio Republik Indonesia pada tahun 2024 mencatat beberapa standar kecantikan yakni memiliki kulit yang putih/cerah, wajah yang simetris dan bertubuh langsing, rambut hitam lurus. *Body image* negatif akan terbentuk apabila penampilan tubuh mereka berbeda dengan standar yang diidealkan di media sosial.

b. Jenis Kelamin dan Usia

Jenis kelamin dan usia juga menjadi salah satu faktor yang berdampak dalam membentuk *body image*. Dari segi usia *body image* mulai menjadi pusat perhatian ketika seseorang telah memasuki fase remaja. Menurut WHO remaja merupakan fase transisi antara usia anak-anak dan kedewasaan, dengan rentang umur 12-24 tahun (remaja awal, remaja

madya, remaja akhir). Pada usia ini remaja cenderung memiliki sikap agresif, sensitive, emosional yang tidak terkendali. Pada masa remaja juga merupakan tahap terjadinya pubertas. Masa pubertas ditandai dengan munculnya perubahan yang terbilang sangat cepat. Perubahan ini mencakup beberapa aspek seperti fisik, psikis dan emosional.⁶⁴ *Body image* merupakan salah satu perubahan pada aspek psikis yang nampak pada remaja dalam hal ini dengan dipengaruhi oleh beberapa faktor mereka dapat membentuk *body image* yang positif ataupun *body image* negatif.

Body image negatif umumnya banyak terjadi di kalangan perempuan dibanding laki-laki. Santrock mengatakan bahwa pada masa pubertas remaja putri cenderung dominan mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuhnya dibanding dengan remaja putra.⁶⁵ Masa pubertas pada remaja perempuan yang membawa perubahan pada bentuk fisik menjadi problematika tersendiri bagi mereka. Tubuh yang gemuk akibat hormon dalam tubuh akan membuat semakin menjauh dari bentuk fisik yang diharapkan, sementara itu remaja putra akan mengalami peningkatan massa otot di bagian tertentu lebih puas dengan tubuhnya.⁶⁶ Cash berpendapat bahwa seorang perempuan lebih banyak mengalami

⁶⁴Erni Musmiller and Firda Damba Eahyuni, *Determinan Yang Berhubungan Dengan Kenakalan Remaja*, ed. Moh Suardi (Sumatra Barat: CV. Azka Pustaka, 2024), 12.

⁶⁵Santrock, *Adolescence Perkembangan Remaja*, 57.

⁶⁶Wati and Sumarni, "Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan Gemuk Dan Tidak Gemuk: Studi Cross Sectional."

body image yang negatif sebab adanya standar kecantikan tentang tubuh yang ideal sedang laki-laki tidak demikian.⁶⁷

c. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal juga merupakan salah satu faktor dalam menunjang pembentukan *body image* negatif dalam diri seseorang. Hubungan yang terjalin dalam lingkungan sosial dapat membawa dampak bagi setiap individu tergantung bagaimana seorang individu mengelolanya. Hubungan yang tidak baik akan memberikan efek yang negatif terhadap Kesehatan fisik dan juga mental. Adapun lingkungan sosial dalam kehidupan remaja ialah keluarga, teman sebaya dan masyarakat secara umum. Terkait dengan citra tubuh, hubungan interpersonal dapat membentuk *body image* yang negatif karena mendapat kritik serta komentar negatif pada tubuh mereka. Pada penelitian yang dilakukan oleh Nabilla dan rekan-rekannya, ditemukan bahwa teman sebaya berperan penting dalam membentuk citra tubuh melalui tindakan perbandingan sosial dimana seseorang terus membandingkan dirinya dengan orang lain.⁶⁸

Berdasarkan beberapa penjelasan tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa terbentuknya *body image* yang negatif pada seorang

⁶⁷Cash and Smolak, *Body Image: A Handbook of Science, Practice and Prevention*, 251.

⁶⁸Nabilah Risky Ary Budianto, Harlina Hamid, and Ahmad Ridfah, "Pengaruh Perbandingan Sosial Pada Teman Sebaya Terhadap Citra Tubuh Siswa SMPN 6 Makassar," *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah* 3 (2023): 75–88.

individu dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti media sosial, jenis kelamin, usia dan hubungan interpersonal.

4. Dampak *Body Image* Negatif

Body image yang negatif dapat membawa dampak yang negatif dan signifikan dalam berbagai aspek hidup yakni Kesehatan mental, kehidupan sosial dan Kesehatan fisik. Cash dalam bukunya menuliskan beberapa dampak nyata dari *body image* negatif yakni:

a. Harga diri rendah dan ketidakpercayaan diri

Harga diri rendah dan ketidakpercayaan diri, merupakan situasi di mana individu sering kali memiliki perasaan tidak bermanfaat dan juga tidak percaya dengan kemampuan yang dimiliki. Selain itu, harga diri yang rendah membuat seseorang merasa malu dan tidak nyaman dengan tubuh mereka. Pada penelitian yang dilakukan oleh Zhafira dan Dinardinata tentang korelasi antara citra tubuh dengan harga diri pada siswi di sebuah sekolah hasilnya mengungkapkan bahwa terdapat korelasi positif antara persepsi tubuh dan harga diri menunjukkan bahwa semakin baik seseorang memandang tubuhnya, maka semakin tinggi harga dirinya. Sebaliknya, jika seseorang memiliki pandangan negatif tentang tubuhnya, harga dirinya cenderung lebih rendah. Berikut pada studi yang dilakukan oleh Dianningrum dan Satwika mengenai hubungan antara penampilan fisik dengan tingkat kepercayaan diri pada remaja siswi hasilnya mengungkapkan bahwa penampilan fisik memiliki dampak signifikan

dalam membangun kepercayaan diri remaja perempuan, Dian mengungkapkan semakin baik pandangan seseorang terhadap tubuhnya, maka kepercayaan dirinya akan meningkat. Sebaliknya, semakin negatif seseorang dalam memandang tubuhnya hal itu akan mengurangi kepercayaan diri seseorang.

b. Penerimaan diri

Cash mendefinisikan penerimaan diri dalam konteks citra tubuh merujuk pada pengertian dimana seseorang mampu menerima serta menghargai tubuh sendiri apa adanya terlepas dari bentuk, ukuran bahkan penampilan yang berbeda dengan standar ideal yang dianut dalam budaya masyarakat.⁶⁹ Namun, orang yang memiliki *body image* yang negatif mengalami kesulitan dalam menerima diri mereka. Uyun *et all* dalam penelitiannya tentang penerimaan diri remaja putri yang beranjak dewasa sering kali menanyakan apakah ada hubungan antara citra tubuhnya. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara penerimaan diri dan citra tubuh pada remaja perempuan. Para remaja putri dengan citra tubuh yang negatif sulit dalam menerima diri.⁷⁰

c. Kecemasan sosial

Dalam kaitannya dengan citra tubuh Cash mendefinisikan kecemasan sosial adalah kondisi ketika seseorang mengalami ketakutan

⁶⁹Cash and Smolak, *Body Image: A Handbook of Science, Practice and Prevention*.

⁷⁰Jauharotul Uyun, A Matulesy, and Amherstia Pasca Rina, "Penerimaan Diri Remaja Putri Akhir: Adakah Peranan Citra Tubuh?," *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia* 1, No. 1 (2023): 1–6.

dan kecemasan yang begitu intens dan konsisten yang timbul dalam situasi sosial karena khawatir berlebihan terhadap penampilan luar dan cara orang lain akan mengevaluasi tampilan mereka. Individu yang memiliki citra tubuh yang buruk.⁷¹ Individu dengan *body image* yang negatif dalam lingkungan sosial akan semakin diperkuat oleh pendapat negatif mereka akan keadaan tubuh sehingga memberi rasa takut bahwa orang lain akan memberikan evaluasi yang negatif terhadap tubuh mereka yang menimbulkan rasa malu, dipermalukan bahkan ditolak. Adanya keterkaitan antara citra tubuh dan kecemasan sosial ini terbukti melalui studi yang dilakukan oleh Said dan Herdajani mengenai hubungan antara persepsi tubuh dan kecemasan sosial pada pelajar kelas X di sebuah SMA di Jakarta yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan langsung antara persepsi tubuh dan kecemasan sosial pada siswi tersebut dengan jumlah responden 106 tingkat korelasi sebesar 24,8% .⁷²

d. Ketidakpuasan tubuh

Ketidakpuasan tubuh adalah suatu kondisi dimana seseorang memiliki sikap negatif atas tubuhnya dikarenakan adanya perbedaan pada bentuk tubuh yang aktual dengan bentuk tubuh yang diinginkan. Ketidakpuasan tubuh merupakan bagian dari *body image*. Karena pada

⁷¹Cash and molak, *Body Image: A Handbook of Science, Practice and Prevention*, 274.

⁷²Rasha Said and Febi Herdajani, "Hubungan Citra Tubuh Dan Harga Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswi Kelas X SMA Negeri ' X ' Jakarta" *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif* 3 (2023): 6–13.

dasarnya *body image* terbentuk dilihat dari segi kepuasan dan ketidakpuasan seseorang akan tubuhnya. *Body image* yang negatif pada seseorang adalah bentuk dari ketidakpuasan tubuh seseorang. Pendapat yang senada diutarakan oleh Grogan seorang peneliti terkenal dalam bidang citra tubuh mendefinisikan ketidakpuasan terhadap tubuh merupakan masalah yang muncul dari perasaan, pikiran serta penilaian yang negatif akibat adanya perbedaan yang muncul pada kondisi tubuh yang ada dengan tubuh yang diidealkan.

e. Perilaku diet tidak sehat

Remaja merupakan individu yang mulai memberikan perhatian lebih terhadap berat serta bentuk tubuh. Hal tersebut mendorong para remaja untuk melakukan diet. Para remaja secara khusus remaja perempuan melakukan diet untuk mengontrol berat badannya. Namun, akibat kurangnya pengetahuan yang benar dalam melakukan diet banyak remaja yang melakukan diet yang tidak sehat.⁷³ Bagi remaja yang bertubuh gemuk (*overweight*) mereka akan terus berusaha untuk menemukan cara yang efektif di dalam menurunkan berat badan mereka yang mana hal ini dapat membahayakan kesehatan tubuh mereka adapun diet yang tidak sehat ini seperti makan yang tidak teratur bahkan melewatkan jam makan tertentu, melewatkan sarapan di pagi hari karena alasan malas dan

⁷³Anastasia Lintang, "Diet Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 9 Manado" 3 (2015), 2.

menghindari makan malam karena perasaan takut menjadi gemuk.⁷⁴ Perilaku polamakan yang buruk ini berkaitan langsung dengan pandangan negatif seseorang tentang tubuhnya. Penelitian oleh Wati dan Sumarni menunjukkan hal ini terkait dengan citra tubuh pada wanita yang memiliki berat badan lebih serta yang tidak hasilnya mengungkapkan bahwa perempuan gemuk (*overweight*) cenderung memiliki citra tubuh yang negatif dibanding dengan perempuan yang tidak gemuk.⁷⁵

f. Kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal

Body image negatif juga membawa dampak yang signifikan serta merugikan yakni sulit dalam membangun hubungan interpersonal seseorang. Cash dalam bukunya menuliskan bahwa *body image* yang negatif dalam diri seorang individu memicu rasa tidak aman serta ketakutan yang mendalam ketika berada dalam situasi sosial. Hal tersebut membuat mereka sulit untuk membuka diri dan membangun relasi dengan orang lain karena adanya perasaan takut dihindari atau ditolak. Cash juga menekankan adanya dampak yang signifikan dari *body image* negatif terhadap hubungan interpersonal dalam hal ini seseorang selalu berusaha untuk menghindari situasi sosial atau isolasi sosial. Perilaku ini

⁷⁴Lintang, "Diet Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 9 Manado, 2."

⁷⁵Wati and Sumarni, "Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan Gemuk Dan Tidak Gemuk: Studi Cross Sectional, 404."

tentu saja menjadi penghambat dalam membangun hubungan dengan orang lain.⁷⁶

Berdasarkan pemaparan di atas mengenai faktor serta dampak dari citra tubuh yang negatif, dapat di pahami bahwa citra tubuh yang buruk terbentuk oleh berbagai faktor yang saling berkaitan satu sama lain seperti media, usia dan jenis kelamin serta hubungan interpersonal. Disamping itu *body image* yang negatif membawa dampak yang signifikan dalam berbagai sisi kehidupan seperti kesehatan mental, hubungan sosial serta kesehatan tubuh.

D. Manifestasi Pemahaman Diri sebagai *Imago Dei* dan Konsekuensi

Ketidakhahaman Diri sebagai *Imago Dei*

Mengingat konsep teologis *imago Dei* bahwa manusia diciptakan sesuai dengan gambar Allah. Akan tetapi, realita saat ini menunjukkan banyaknya individu yang bergumul dengan *body image* negatif yang memiliki pandangan merendahkan diri sendiri yang begitu kontras bertentangan dengan nilai dan martabat melekat yang pada manusia.

Dalam kaitannya dengan *Body Image* negatif, konsep *Imago Dei* tentu bertolak belakang dengan hal tersebut. Seperti yang telah dijabarkan di atas bahwasanya *body image* negatif merupakan sebuah pandangan atau persepsi yang negatif terhadap penampilan fisik tubuh yang cenderung tidak menerima bentuk

⁷⁶Cash, *The Body Image Workbook*, 3.

tubuh dan memandang rendah tubuh. Namun dalam realitanya banyak manusia yang cenderung memiliki *body image* negatif yang secara tidak langsung menunjukkan bahwa mereka tidak menghargai keberadaan tubuh mereka sebagai ciptaan yang berharga dan harus di hormati dan di jaga. Bagi setiap orang yang memiliki pemahaman yang benar dalam melihat diri sebagai *imago Dei* maka mereka umumnya mampu menjelaskan keadaan dirinya yang berharga dan bermartabat, menempatkan diri pada kesadaran akan tanggungjawab atas diri sendiri dan ciptaan yang lain, ada usaha untuk hidup di dalam kebenaran, kebaikan dan keindahan, hidup berelasi dan mampu membangun komunitas serta adanya kesadaran untuk menggunakan kapasitas kehendak bebasnya dengan penuh tanggungjawab. Sebaliknya, seseorang dengan pemahaman yang dangkal atau bahkan sama sekali tidak mengerti akan keberadaannya sebagai *imago Dei* tentu akan cenderung hidup dalam keadaan jauh dari bagaimana seharusnya manusia hidup sebagai *imago Dei* khususnya dalam hubungan manusia dengan diri sendiri dan sesamanya misalnya krisis martabat dalam hal ini adanya perasaan rendah diri atau sebaliknya merasa superioritas dan merendahkan orang lain, melakukan tindakan eksploitasi terhadap diri sendiri dan lingkungan, sulit di dalam membangun hubungan yang sehat, diskriminasi dan penolakan terhadap berubah sehingga terjebak di dalam pola pikir dan perilaku negatif.

Body image adalah elemen dari citra diri (*self-image*). dalam *Webster's Ninth New Collegiate Dictionary* sebagaimana di kutip di dalam Hoekema mendefinisikan citra diri sebagai gambaran seseorang terhadap dirinya atau peran akan dirinya

termasuk penampilan tubuhnya sebagai eksistensi dari diri itu sendiri.⁷⁷ Hoekema menjelaskan bahwa citra diri pada seseorang bisa bernilai negatif atau positif. Bagi Hoekema seorang Kristen haruslah memiliki citra yang positif dalam memandang diri. sekalipun Hoekema mengatakan bahwa pada saat ini citra diri yang negatif lebih mungkin dialami oleh manusia karena efek dosa yang senantiasa membuat manusia berfokus pada ketidakberdayaannya. Orang Kristen hendaknya memiliki citra diri yang positif karena ini merupakan salah satu dari proses penebusan serta pembaruan gambar Allah.⁷⁸

Berdasarkan pemaparan mengenai bagaimana manusia hendaknya melihat tubuhnya sebagai ciptaan yang harus dihormati terlepas dari bagaimanapun bentuknya sebab tubuh merupakan salah satu aspek penyanggah gambar Allah sehingga patut untuk di hormati. Adanya pemikiran negatif dalam memandang diri termasuk tubuh ialah karena adanya pengaruh dari kejatuhan dalam dosa yang membuat manusia selalu memikirkan ketidakmampuan serta keterbatasannya. Namun, sebagai orang Kristen setiap orang hendaknya memiliki pandangan yang positif terhadap dirinya karena ini merupakan salah satu aspek dari proses penebusan serta pembaruan gambar Allah dalam diri manusia.

⁷⁷Hoekema, *Manusia : Ciptaan Menurut Gambar Dan Rupa Allah*, 133.

⁷⁸Hoekema, *Manusia : Ciptaan Menurut Gambar Dan Rupa Allah*, 137.