

ABSTRAK

Regina Solihatul Afyah (1211040104), 2025: **Pengaruh Syukur Terhadap *Body Image* Pada Pelajar Di Madrasah Aliyah Al-Mufassir Kabupaten Bandung.**

Ketidakpuasan terhadap tubuh merupakan isu yang kian marak di kalangan remaja, terutama akibat paparan media sosial yang menghadirkan standar kecantikan yang sulit dijangkau. Dalam konteks pendidikan Islam, syukur diyakini sebagai salah satu faktor protektif yang dapat membantu remaja menerima tubuhnya secara lebih positif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh syukur terhadap body image pada pelajar Madrasah Aliyah Al-Mufassir Kabupaten Bandung.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *ex post facto*. Sampel berjumlah 101 pelajar kelas X yang dipilih dengan teknik purposive random sampling. Instrumen penelitian berupa Skala Syukur berdasarkan teori Al-Ghazali dan Skala Body Image yang dimodifikasi dari MBSRQ-AS (Cash, 2000). Teknik analisis data menggunakan regresi linear sederhana.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pelajar memiliki tingkat syukur tinggi (93%) dan body image positif (98%). Analisis regresi menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara syukur terhadap body image dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ dan kontribusi sebesar 48,1% ($R^2 = 0,481$).

Dapat disimpulkan bahwa syukur berperan penting dalam membentuk body image yang positif pada remaja. Temuan ini menekankan pentingnya penguatan nilai-nilai spiritual dalam mendukung kesehatan mental dan penerimaan diri di kalangan pelajar.

Kata Kunci: Syukur, *Body Image*, Remaja, Madrasah, Psikologi Positif