

**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN *SUBJECTIVE*
WELL-BEING PADA REMAJA PUTRI DI DUKUH GAMPING
GEDE BAYAT KLATEN**

Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana

Strata1 Psikologi

Fakultas Psikologi Dan Kesehatan

Universitas Widya Dharma Klaten



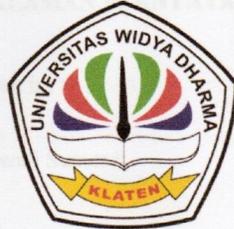
Diajukan oleh :

Elsa Rohmawati Sumardi

NIM : 1861100017

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS WIDYA DHARMA KLATEN**

2022



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan pada Sidang Ujian Skripsi pada hari Rabu, 22 Juli 2022, dengan susunan Dewan Penguji:

Anggota

Anggota

Anna Febrianty, S. S.Psi., M.Si., M.Psi., Psikolog
NIK.690 811 319

Winarno Heru Muriito, M.Psi.PSIK
NIK.690 811 319

Ketua

Sekretaris

Dra. Dwi Wahyuni U, S.Psi., M.Phill
NIK. 19670224 1999403 2 001

Hartanto, S.Psi., MA
NIK.690 313 334

Program Strata 1 Psikologi
Fakultas Psikologi & Kesehatan Universitas Widya Dharma
Dekan



Winarno Heru Muriito, M.Psi.PSIK
NIK.690 811 319

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Elsa Rohmawati Sumardi

NIM : 1861100017

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa karya skripsi yang berjudul **“HUBUNGAN ANTARA BODY IMAGE DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA REMAJA PUTRI DI DUKUH GAMPING GEDE BAYAT KLATEN”** adalah benar-benar karya saya sendiri. Hal-hal yang bukan merupakan karya saya dalam skripsi ini telah diberi tanda situasi yang ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar – benarnya. Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis

Klaten, 13 Juli 2022

Yang menyatakan,



Elsa Rohmawati Sumardi

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA BODY IMAGE DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING
PADA REMAJA PUTRI DI DUKUH GAMPING GEDE BAYAT KLATEN**

Diajukan Oleh :

ELSA ROHMAWATI SUMARDI

1861100017

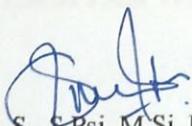
Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Skripsi Program Studi
Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Widya Dharma Klaten pada :

Hari : Rabu

Tanggal : 13 Juli 2022

Pembimbing 1

Pembimbing 2



Anna Febrianty, S., S.Psi., M.Si., M.Psi., Psikolog

NIK. 690 811 291



Winarno Heru Murjito, M.Psi. PSIK

NIK. 690 811318

MOTTO

Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), kerjakannlah dengan sungguh-sungguh (urusan yang lain)

-Q.S Al Insyirah: 6-7-

Bukan karena kita yang hebat, tapi karena Allah yang memudahkan urusan kita.

-Generus Gamping-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh kasih, karya ini penulis persembahkan untuk :

1. ALLAH SWT atas semua kenikmatan, Kesehatan, dan kebahagiaan dari-Nya.
2. Bapak Rais Sumardi dan ibu Sumiyati yang tersayang.
3. Seluruh keluarga yang telah memberi dukungan.
4. Teman – teman psikologi angkatan 2018 yang telah memberi dukungan.
5. Seluruh keluarga besar BEM Fakultas Psikologi dan Kesehatan.
6. Seluruh keluarga besar UKM KSR Unit Unwidha.
7. Almamaterku

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT. Yang selalu memberikan rahmat, berkah, inayah berupa kesehatan, kesempatan serta kebahagiaan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan lancar.

Penyusunan skripsi ini untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar Sarjana Strata Satu (S1) Jurusan Program Studi Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten, dengan judul **“HUBUNGAN ANTARA BODY IMAGE DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA REMAJA PUTRI DI DUKUH GAMPING GEDE BAYAT KLATEN”**.

Skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, dalam kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada semua pihak yang telah membantu, terutama kepada :

1. Dr. Purwo Haryono, M.Hum., selaku Wakil Rektor Bidang Akademik Universitas Widya Dharma Klaten yang telah memberikan izin penelitian.
2. Winarno Heru Murjito, S.Psi., M.Psi., PSIK, selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Widya Dharma Klaten, yang telah memberikan dukungan dan bimbingan kepada penulis selama belajar di Fakultas Psikologi Universitas Widya Dharma.

3. Ibu Anna Febrianty.S.,S.Psi.,M.Si.,M.Psi.,Psikologi_selaku pembimbing I yang dengan sabar dan ikhlas memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi hingga terselesaikannya skripsi ini.
4. Kepada semua dosen beserta staffnya di Fakultas Psikologi dan Kesehatan, yang telah membimbing saya selama masa perkuliahan, terimakasih.
5. Bapak Suyanta,.S.E selaku Kepala Desa di Dukuh Gamping Gede yang telah membantu kelancara penulis dalam melaksanakan penelitian.
6. Remaja putri di Dukuh Gamping Gede yang telah bersedia membantu untuk menjadi subjek penelitian.
7. Terima kasih untuk kedua orangtua ku, yang telah memberi dukungan secara materi, supportnya, dan do,a – do,anya.
8. Teman-teman psikologi angkatan 2018, terima kasih untuk kesempatan berharga selama kuliah ini.
9. Teman – teman UKM KSR Angkatan 22, terima kasih ilmu dan kenangan berharganya.
10. Teman-teman KKN jomboran 1 terima kasih untuk pengalaman berharganya.
11. Dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas bantuan serta dukungannya dalam penulis menyelesaikan skripsi ini.
12. Terima kasih untuk diriku sendiri, karena sudah berusaha keras untuk bisa menyelesaikan apa yang telah kita mulai ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Tegur sapa yang bersifat membangun dari semua pihak sangat penulis harapkan. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis pribadi dan kita semua, aamiin.

Klaten, 13 Juli 2022

Elsa Rohmawati Sumardi

DAFTAR ISI

Judul	
HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II.....	10
TINJAUAN PUSTAKA	10
A. <i>Body Image</i>	10
1. Definisi <i>Body Image</i>	10
2. Aspek – aspek <i>Body Image</i>	12
3. Faktor – faktor yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	14
B. <i>Subjective Well-being</i>	15
1. Definisi <i>Subjective Well-being</i>	15
2. Aspek – aspek <i>Subjective Well-being</i>	18
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Subjective Well-being</i>	19
C. Hubungan <i>Body Image</i> dan <i>Subjective Well-being</i>	20

D. Hipotesis	22
BAB III	23
METODE PENELITIAN.....	23
A. Jenis Penelitian.....	23
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	23
C. Definisi Operasional Penelitian	23
D. Tempat dan Waktu Penelitian	24
E. Populasi dan Sampel	24
a. Populasi.....	24
b. Sampel.....	25
F. Metode Pengumpulan Data.....	26
1. Skala <i>Body Image</i>	27
2. Skala <i>Subjective Well-Being</i>	27
G. Validitas dan Reliabilitas	28
1. Validitas	28
2. Reliabilitas	28
H. Metode Analisis Data.....	29
BAB IV	31
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	31
A. Deskripsi Subjek	31
B. Deskripsi Variabel Penelitian.....	31
1. Variabel <i>Body Image</i>	31
2. Variabel <i>Subjective Well-being</i>	33
C. Uji Asumsi	35
1. Uji Normalitas.....	35
2. Uji Linearitas	36
D. Uji Hipotesis	38
E. Pembahasan.....	39
BAB V	44
PENUTUP	44
A. Kesimpulan	44

B. Saran	44
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN.....	49

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Sampel Penelitian	26
Tabel 3.2 Penskoran Respon Skala	26
Tabel 3.3 Blueprint Skala Body Image	27
Tabel 3.4 Blueprint Skala Subjective Well-being.....	28
Tabel 4.1 Statistik Deskriptif Body Image.....	31
Tabel 4.2 Hasil Deskriptif Body Image.....	32
Tabel 4.3 Statistik Deskriptif Subjective Well-being	33
Tabel 4.4 Hasil Deskriptif Subjective Well-being	34
Tabel 4.5 Hasil Uji Normlaitas	35
Tabel 4.6 Hasil Uji Linearitas	37
Tabel 4.7 Hasil Uji Hipotesis	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Diagram Kategori Body Image	33
Gambar 2. Diagram Kategori Subjective Well-being	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian.....	50
Lampiran 2 Skala Penelitian	51
Lampiran 3 Skala Variabel Body Image.....	52
Lampiran 4 Skala Variabel Subjective Well-being.....	55
Lampiran 5 Data Responden Skala Body Image	59
Lampiran 6 Data Responden Skala Subjective Well-being	61
Lampiran 7 Uji Reliabilitas Body Image	64
Lampiran 8 Uji Reliabilitas Subjective Well-being	65
Lampiran 9 Hasil Uji Validitas Body Image.....	66
Lampiran 10 Hasil Uji Validitas Subjective Well-being	68
Lampiran 11 Hasil Analisis Deskriptif	70
Lampiran 12 Hasil Uji Normalitas	71
Lampiran 13 Hasil Uji Linearitas.....	72
Lampiran 14 Hasil Uji Korelasi	73

HUBUNGAN ANTARA BODY IMAGE DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA REMAJA PUTRI DI DUKUH GAMPING GEDE BAYAT KLATEN

Elsa Rohmawati Sumardi

NIM 1861100017

Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Widya Dharma Klaten

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan *subjective well-being* pada remaja putri pertengahan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Subjek pada penelitian ini sebanyak 35 orang remaja putri berusia 15-18 tahun yang berdomisili di dukuh Gamping Gede Bayat Klaten. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *sampling purposive*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala *body image* dan skala *subjective well-being* yang diadaptasi dari peneliti terdahulu. Selanjutnya data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik *korelasi Pearson Product Moment* dengan bantuan *SPSS 26.0 for windows*. Hasil analisis data menunjukkan nilai koefisien sebesar 0.665 ($r = 0.665$) dengan taraf signifikan sebesar 0.000 ($p < 0.005$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *body image* dengan *subjective well-being* pada remaja putri di dukuh Gamping Gede Bayat Klaten.

Kata Kunci: *Body Image, Subjective Well-being, Remaja Putri.*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa perkembangan transisi antara masa anak menuju masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan social emosional (Santrock, 2003). Masa transisi pada remaja mulai memasuki ruang lingkup kehidupan yang lebih luas dan kecenderungan untuk bertindak sesuai dengan keinginannya. Hal tersebut menunjukkan bahwa remaja mengalami proses pematangan diri. Keadaan ini menyebabkan banyaknya konflik yang terjadinya pada remaja (Sarwono, 2003).

Pada kalangan remaja putri kini muncul berbagai isu permasalahan, salah satunya adalah penilaian terhadap bentuk tubuh yang ideal yang harus dicapai untuk mendukung penampilan fisiknya (Ratnawati & Sofiah, 2012). Apabila hal tersebut dapat terpenuhi maka akan timbulnya rasa puas dan kebahagiaan didalam diri. Karena dengan kebahagiaan yang didapat akan membuat mereka lebih bermakna dan terhindar dari perasaan perasaan yang negatif (Herawaty, 2015).

Seperti halnya pada remaja putri pertengahan di dukuh Gamping Gede, yang mulai mengenal ruang lingkup kehidupan yang lebih luas karena adanya social media seperti cara berpenampilan. Yang sebelumnya remaja putri berusia 15-16 tahun belum mengenal skincare untuk

menunjang kecantikan, belum mengenal diet untuk menjaga bentuk tubuh agar seperti bentuk tubuh yang diinginkannya dan belum mengenal berpakaian modis. Tapi sekarang sudah banyak ditemui di dukuh Gamping Gede remaja usia 15-18 tahun sudah memakai skincare dan berpakaian modis. Dan beberapa remaja diusia tersebut juga sudah ada yang mulai melakukan diet karena merasa kurang percaya diri karena memiliki tubuh yang gemuk. Aja juga yang rela menyisihkan uang jajannya untuk pergi ke klinik kecantikan supaya memiliki kulit wajah yang diinginkan.

Individu yang memiliki citra tubuh positif akan mampu menerima dan menghargai tubuhnya, sedangkan seseorang yang memiliki *body image* negatif cenderung tidak menerima perubahan pada tubuhnya. Tingkat *body image* yang dimiliki individu dilihat dari seberapa jauh ia merasa puas dan menerima tubuh serta penampilan fisiknya secara keseluruhan (Cash & Smolak, 2011). Terdapat beberapa faktor yang membentuk *body image* individu, diantaranya yaitu jenis kelamin, berat badan, media, budaya, serta hubungan *interpersonal* (Cash & Smolak, 2011). Banyak penelitian sebelumnya melaporkan bahwa perempuan cenderung merasa tidak puas dan memiliki *body image* negatif dibandingkan laki-laki (Ryding & Kuss, 2020). Hal ini dikarenakan para perempuan lebih banyak membicarakan mengenai penampilan termasuk pakaian, berat badan, diet, serta membandingkan diri mereka satu sama lain (Ryding & Kuss, 2020).

Selain itu perempuan cenderung lebih kritis terhadap tubuh dan penampilannya sehingga lebih banyak perempuan memandang tubuhnya secara negatif dibandingkan laki-laki (Cash & Smolak, 2011).

Body image juga dipengaruhi oleh berkembangnya standar kecantikan ideal di masyarakat yang identik dengan perempuan. Hal ini terjadi di beberapa remaja putri di Dukuh Gamping Gede. Dukuh Gamping gede merupakan salah satu dukuh yang terletak di kelurahan Tegalrejo, kecamatan Bayat. Dukuh Gamping Gede masih bisa dibilang dukuh yang tertinggal.

Dan beberapa remaja putri menjadikan seseorang yang terkenal untuk menjadi *role model* penampilannya dan mengikuti trend yang sedang populer. Sehingga remaja putri di dukuh gamping gede beranggapan bahwa perempuan dianggap memiliki penampilan yang menarik jika memiliki tubuh yang langsing, proporsional, berkulit putih, dan memiliki wajah yang simetris, cerah, serta mulus.

Hal itu didukung dengan adanya model dalam produk fashion seringkali digambarkan dengan perempuan yang memiliki proporsi tubuh yang cenderung kurus. Pada beberapa acara televisi, drama atau film seringkali menunjukkan bahwa seseorang dengan tubuh yang tidak proporsional atau memiliki berat badan berlebih sering menjadi bahan lelucon, menjadi korban *bullying*, dan hal-hal negatif lainnya (Ryding & Kuss, 2020).

Pada umumnya di dukuh gamping gede perempuan akan benar – benar memperhatikan bentuk tubuhnya seperti halnya melakukan diet, mendatangi klinik kecantikan dan berpakaian modis saat mereka mulai memasuki usia dewasa awal. Tetapi saat ini usia remaja pertengahan sudah mulai memperhatikan bentuk tubuh dengan alasan merasa tidak percaya diri. Hal ini juga karena remaja pada masa pertengahan memiliki karakteristik berupa perhatian yang lebih besar terhadap bentuk tubuh atau penampilannya. Sehingga beberapa Remaja putri di dukuh Gamping Gede ini berpenampilan tidak seperti pada umumnya remaja usia 15-18 tahun di dukuh tersebut. Grogan (2008) menyatakan ketidakpuasan bentuk tubuh terjadi jika memiliki perasaan negatif pada tubuhnya, sehingga akan merasa bentuk tubuh dan penampilannya tidak sesuai dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan sosialnya.

Santrock (2003) menjelaskan bahwa pada masa remaja, banyak remaja yang disibukkan dengan bentuk tubuhnya dengan mengembangkan gambaran individual mengenai tubuh mereka (*body image*). Gambaran tubuh seseorang dapat dianggap sebagian dari hasil pengalaman pribadi, kepribadian, dan berbagai kekuatan sosial dan budaya. Seseorang menilai gambaran tubuhnya dengan cara merasakan dari penampilan fisik mereka sendiri, biasanya dalam hubungannya dengan orang lain atau dalam hubungan dengan budaya ideal dapat membentuk *body image* seseorang. Persepsi seseorang terhadap penampilannya terkadang berbeda dengan

persepsi orang lain saat melihat penampilannya (Naemeka & Solomon, 2014).

Para remaja mengembangkan gambaran pribadi tentang bagaimana bentuk tubuh mereka, dimana hal tersebut terkait erat dengan *body image*. *Body image* merupakan sikap seseorang terhadap tubuhnya baik disadari atau tidak, menyangkut persepsi sekarang dan masa lalu. *Body image* juga merupakan suatu sikap atau perasaan puas dan tidak puas yang dimiliki oleh seseorang atau suatu individu tertentu terhadap tubuhnya sehingga dapat melahirkan suatu penilaian yang positif atau negatif pada dirinya (Rombe, 2014). Menurut Cash dan Smolak (2011) *body image* adalah sebuah konstruk yang memiliki berbagai dimensi. Beberapa dimensi tersebut merepresentasikan bagaimana cara seseorang berpikir, merasakan, serta berperilaku berdasarkan pengalaman psikologis dan mempengaruhi global *subjective satisfaction* atau persepsi terhadap penampilan fisik.

Grogan (2008) menyatakan ketidakpuasan bentuk tubuh terjadi jika memiliki perasaan negatif pada tubuhnya, sehingga akan merasa bentuk tubuh dan penampilannya tidak sesuai dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan sosialnya. Hal ini juga telah dijelaskan oleh (Dolto, dkk : 2014) yang telah mengembangkan teori *body image*. Persepsi negatif dari seseorang tentang bentuk tubuhnya, seperti persepsi bahwa mereka memiliki bentuk badannya yang tidak ideal, dalam beberapa kasus dapat menyebabkan gangguan mental seperti depresi atau gangguan makan, meskipun sebenarnya dapat muncul berbagai alasan yang berbeda

mengapa gangguan ini dapat terjadi. Cash dan Pruzinsky (2002) juga menjelaskan bahwa *body image* yang positif akan memfasilitasi kepercayaan dan kenyamanan sosial, sedangkan *body image* negatif akan menyebabkan hambatan dan kecemasan sosial, rasa minder, serta dapat melakukan olahraga ataupun makan yang berlebihan.

Keadaan ini menyebabkan banyaknya konflik yang terjadinya pada remaja (Sarwono, 2003). Pada kalangan remaja putri munculnya berbagai isu permasalahan, salah satunya adalah penilaian terhadap bentuk tubuh yang ideal yang harus dicapai untuk mendukung penampilan fisiknya (Ratnawati & Sofiah, 2012). Apabila hal tersebut dapat terpenuhi maka akan timbulnya rasa puas dan kebahagiaan didalam diri. Karena dengan kebahagiaan yang didapat akan membuat mereka lebih bermakna dan terhindar dari perasaan-perasaan yang negatif (Herawaty, 2015).

Kebahagiaan adalah perasaan yang bisa dimiliki setiap orang tidak memandang umur maupun jenis kelamin, namun untuk mendapatkan kebahagiaan pada individu bisa diperoleh dari berbagai cara, tergantung bagaimana setiap individu mempersepsikan kebahagiaan tersebut. Setiap individu memiliki pandangan yang berbeda tentang menilai dan mengindikasikan kebahagiaannya masing-masing (Harmaini & Yulianti, 2014). Setiap perjalanan hidup individu tentunya mengalami beragam peristiwa. Peristiwa-peristiwa yang dialami oleh seseorang, menyenangkan atau tidaknya tergantung cara menyikapi dan cara menilai dari masing-masing individu. Kebahagiaan terbentuk dari evaluasi kehidupan individu

melalui reaksi emosional, suasana hati, dan penilaian terhadap kepuasan hidup (Diener, dkk : 2013).

Tujuan hidup dari individu adalah untuk mencapai kesejahteraan, kesenangan, mendapat kenikmatan serta terhindar dari rasa sakit. Hal tersebut biasa disebut dengan *subjective well-being* yang menyangkut 2 aspek yaitu aspek kognitif dan aspek afeksi. Aspek kognitif terdiri dari kepuasan hidup secara keseluruhan dan kepuasan hidup pada domain tertentu, sedangkan aspek afeksi terdiri dari afek positif seperti dorongan yang berupa halhal menyenangkan (*pleasantness*), dan adanya emosi-emosi positif seperti kesenangan, rasa bangga, kasih sayang, lalu pada afek negatif seperti kemarahan, kecemasan ketakutan, rasa bersalah, iri, malu, stress, dan depresi (Diener, dkk : 1999).

Beberapa remaja putri pertengahan di dukuh Gamping Gede merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya, sehingga mereka melakukan berbagai cara untuk membuat mereka puas terhadap bentuk tubuhnya. Sehingga remaja putri di dukuh Gamping Gede tidak bisa mencapai kebahagiaannya karena akan merasa selalu tidak puas dengan bentuk tubuhnya yang tidak seperti role modelnya.

Terbentuknya *subjective well-being* dari pengalaman individu dengan beberapa faktor yang mempengaruhi yaitu, faktor demografis, genetik, kepribadian, dukungan sosial, pengaruh budaya, dan proses kognitif (Diener, 1984). Untuk itu bila individu mengalami gangguan di dalam pengalamannya, maka akan timbul emosi yang tidak menyenangkan

dalam dirinya. Hal tersebut dapat menyebabkan ketidakpuasan dalam hidup, adanya ketidakbahagiaan individu dan bisa membahayakan dirinya sendiri maupun orang lain (Nisfiannor, dkk : 2004).

Subjective well-being dapat membuat hidup seseorang lebih berharga sehingga jika seseorang memiliki *subjective well-being* yang baik, maka ia lebih positif dalam menjalani hidupnya (Diener, dkk : 2015). Individu dapat dikatakan memiliki *subjective well-being* yang baik jika mereka puas dengan pekerjaannya dan lebih sering mengalami pengalaman emosi yang positif (Rottinghaus, 2013). Hal ini berlaku juga untuk remaja perempuan yang dalam tahapan perkembangan masih perlu memenuhi tugas-tugas perkembangan mereka, salah satunya adalah menerima perubahan fisik dan bisa memanfaatkannya secara positif untuk berkontribusi di lingkungannya (Kansky, dkk : 2016).

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *body image* dengan *subjective well-being* pada remaja putri ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan *subjective well-being* pada remaja putri.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan akan memberikan dan menambahkan pengetahuan dibidang psikologi perkembangan.

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan terhadap Remaja putri supaya dapat lebih mengenali *body image* dirinya sendiri.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan terhadap orangtua remaja supaya lebih memberhatikan perkembangan anaknya.
- c. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada peneliti selanjutnya yang akan meneliti pada bidang yang sama.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan. Yaitu, Ada hubungan positif antara *body image* dengan *subjective well-being* pada remaja putri. Dimana diketahui koefisien korelasi *body image* dengan *subjective well-being* pada remaja putri diperoleh nilai $r_{xy} = 0,665$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ dimana $p < 0,05$. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif *body image* dengan *subjective well-being* pada remaja putri dan membuktikan bahwa hipotesis penelitian ini diterima.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, saran yang dapat diberikan oleh peneliti adalah:

1. Bagi partisipan penelitian

Bagi remaja putri diharapkan untuk menumbuhkan *body image* yang positif, sehingga dapat membantu individu untuk lebih menghargai dan mengapresiasi tubuhnya. Selain itu, remaja putri yang merasa kurang puas dengan tubuhnya diharapkan tidak hanya terfokus pada kekurangan yang dimiliki dan mengembangkan potensi-potensi lain yang ada pada dirinya, sehingga hal ini dapat meningkatkan afek positif serta kepuasan individu terhadap kehidupannya.

2. Bagi penelitian selanjutnya

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti dalam melakukan penelitian selanjutnya terkait hubungan *body image* dengan *subjective well-being* pada remaja putri.
- b. Peneliti selanjutnya diharapkan lebih memperhatikan penyebaran skala penelitian untuk memperoleh data yang lebih akurat.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwis, Tesi Sakiva & Jimmy E.K (2018). Hubungan antara Body Image dan Subjective Well-Being pada Remaja Putri.Fakultas Psikologi Universitas Ciputra.
- Asiyah, Z. K. & Siti Nur A (2021). Hardiness Dengan Subjective Well-being Pada Remaja Panti Asuhan. Surabaya.
- Azwar , S. (2010). Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Denich, A. U., & Ifdil, I. (2015). Konsep body image remaja putri. Jurnal Konseling dan Pendidikan, 3(2), 55-61.
- Dewi, P. S., & Utami, M. S. (2008). Subjective well-being anak dari orang tua yang bercerai. Jurnal Psikologi, 35(2), 194-212.
- Dewi, L., & Nasywa, N. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi subjective well-being. Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan, 1(1), 54-62.
- Handayani, A. S. (2017). Hubungan Antara Coping Stress dengan Subjective Well-being Pada Karyawan.Universitas Muhammadiyah Malang.
- Ifdil., Denich, A, U., & Ilyas, A. (2017). Hubungan body image dengan kepercayaan diri remaja putri. Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling, 2 (3), 107-113

- Irawan, S. D., & Safitri, S. (2014). Hubungan antara Body Image dan Perilaku Diet Mahasiswi Universitas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 12(01), 126180.
- Khaira, P. (2018). Hubungan Antara Self Esteem dengan Body Image .Universitas Islam Indonesia.
- Lestari, N. R., Nofiartika, F., & Widodo, S. T. M. (2022). Body image perception, teman sebaya, dan kebiasaan makan pada remaja putri di Jurusan Seni Tari, SMKI Yogyakarta Body image perception, peers, and eating habits among girl adolescent at Dancing Department, SMKI Yogyakarta.
- Mustafidah, T.T. (2011). Penelitian Kuantitatif (Sebuah Pengantar) Myers, David. (2012). Psikologi sosial Edisi Ke Sepuluh jilid 2. Jakarta: Salemba Humanika.
- Nugraha, M. F. (2020). Dukungan Sosial dan Subjective Well Being Siswa Sekolah Singosari Delitua. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 1(1), 1-7.
- Nurvita, V. (2014). Hubungan antara self-esteem dengan body image pada remaja awal yang mengalami obesitas (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA).
- Purbaningtyas, Kusuma & Yohana Wuri S (2021). Hubungan Body Image dengan Subjective Well-being pada Perempuan Dewasa Awal yang

Mengalami Kelebihan Berat Badan. *Jurnal Penelitian Psikologi:UNESA*.

Sari, F. I. P., & Maryatmi, A. S. (2019). Hubungan antara konsep diri (dimensi internal) dan optimisme dengan subjective well-being siswa sma marsudirini bekasi. *IKRA-ITH humaniora: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 3(1), 23-29.

Savitri, W. (2015). Hubungan Body Image, Pola Konsumsi dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Siswi SMAN 63 Jakarta Tahun 2015.

Siregar, R. U. P. (2017). Hubungan Citra Tubuh Dengan Gangguan Makan Pada Remaja Putri Masa Pubertas: Relationship Body Image With Eating Disorders On Passenger Passenger. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 3(1), 1-7.

Tyas, W. C. (2017). Hubungan antara coping stress dengan subjective well-being pada mahasiswa luar jawa. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 4(2).

Yuliantari, M. I., & Herdiyanto, Y. K. (2015). Hubungan konformitas dan harga diri dengan perilaku konsumtif pada remaja putri di kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(1), 89-99.