

# PENGARUH CITRA TUBUH TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA REMAJA PUTRI DI KABUPATEN GOWA

**Fadhilah Nurkhalishah**  
Universitas Negeri Makassar

**Basti Tetteng**  
Universitas Negeri Makassar

**Irdianti**  
Universitas Negeri Makassar

Journal of Correctional Issues  
2025, Vol.8 (1)

Politeknik Ilmu  
Pemasarakatan

Review  
25-01-2025

Accepted  
18-06-2025

## **Abstract**

*The psychological well-being of teenage girls is starting to be worrying, as evidenced by the low self-acceptance of teenage girls which can give rise to feelings of discomfort with themselves, who will use various means to change their physical appearance. This research aims to determine the influence of body image on the psychological well-being of teenage girls in Gowa Regency. The respondents in this study were 447 teenage girls in Gowa Regency. The sampling technique uses accidental sampling. The significance level of 0.00 ( $p < 0.05$ ), reveals that there is an influence of body image on the psychological well-being of teenage girls in Gowa Regency. The research results show that there is a positive influence, this is proven by a score of  $R = 0.376$  which shows in the direction positive, which means the higher the body image, the higher the psychological well-being, and vice versa. The implications of this research can be used as a basis for teenage girls not to reject the physical changes that occur during the process of growth and development in adolescence.*

**Keywords:** *Body Image, Psychological Well-Being, Teenage Girls.*

## **Abstrak**

Kesejahteraan psikologis pada remaja putri mulai mengkhawatirkan, terbukti dengan rendahnya penerimaan diri remaja putri yang dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman dengan dirinya, yang akan melakukan berbagai cara untuk mengubah penampilan fisiknya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh citra tubuh terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja putri di Kabupaten Gowa. Responden dalam penelitian ini sebanyak 447 remaja putri di Kabupaten Gowa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*. Adapun taraf signifikansi 0,00 ( $p < 0,05$ ), mengungkapkan bahwa terdapat pengaruh citra tubuh terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja putri di Kabupaten Gowa, hasil penelitian mengatakan bahwa terdapat pengaruh positif, hal ini dibuktikan dengan skor  $R = 0,376$  yang menunjukkan ke arah positif, yang berarti semakin tinggi citra tubuh maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis, begitupun sebaliknya. Implikasi dalam penelitian ini dapat digunakan sebagai landasan bagi remaja putri untuk tidak melakukan penolakan terhadap perubahan-perubahan fisik yang terjadi selama proses pertumbuhan dan perkembangan di masa remaja.

**Kata Kunci:** Citra Tubuh, Kesejahteraan Psikologis, Remaja Putri.

## Pendahuluan

Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa remaja adalah masa yang diartikan sebagai “storm and stress” dimana remaja mengalami luapan emosional yang tidak terkontrol, suatu waktu bisa menjadi sangat bersemangat, tetapi kemudian merasa tertekan dan bersikap ceroboh (Rice & Dolgin, 2005). Masa remaja ditandai dengan perubahan-perubahan baik perubahan biologis maupun perubahan psikologis.

Remaja akan menghadapi perubahan yang datang secara bersamaan, tapi tidak semua remaja mampu dalam memenuhi tugas perkembangannya, dibebberapa remaja akan membutuhkan bantuan untuk mengatasi rintangan saat berada di masa ini (Papalia, Olds, & Feldman, 2009). Kesejahteraan hidup secara psikologis akan ditemui dengan keadaan stabil apabila tugas pada masa remaja dapat terlewati dengan baik. Sejalan dengan ini Papalia, Olds dan Feldman (2009) mengatakan bahwa apabila terjadi ketidakmampuan dalam mencapai tugas perkembangan khususnya remaja putri yang lebih mudah merasakan depresi dibandingkan laki-laki, maka dapat mengganggu kesejahteraan psikologis atau yang biasa disebut dengan *psychological well-being*.

Menurut Ryan dan Deci (2001) mengungkapkan bahwa kesejahteraan psikologis atau yang biasa disebut dengan *psychological well-being* seringkali disamakan dengan kesehatan mental psikologis yang menggambarkan individu berfungsi secara optimal atau dalam keadaan *well-being*. Ryff, Keyes, dan Shmotkin (2002) mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis menunjukkan makna dari pemenuhan diri manusia. Individu yang sejahtera akan mengisi kehidupannya dengan memiliki tujuan dan melihat makna hidup, sehingga individu dapat menjalankan kehidupan dengan memiliki pandangan positif dan dapat berfungsi secara optimal merupakan ciri dari suatu kondisi kesejahteraan psikologis (Tanujaya, 2014).

Menurut Lilishanty dan Maryatmi (2019) mengungkapkan bahwa individu yang berada di dalam keadaan kesejahteraan psikologis akan mampu mengembangkan diri, mampu menerima keadaan diri apapun yang terjadi dan akan memiliki kesejahteraan diri. Individu dapat dikatakan dalam kondisi *well-being* apabila mendapatkan seluruh aspek dan menerima potensi diri apa adanya (*self-acceptance*), membangun hubungan baik sesama individu (*positive relations with others*), mengekspresikan segala bentuk emosinya dan tidak bergantung pada orang lain (*self-determination*), kontrol diri dibangun secara positif (*autonomy*), menjalani hidup dengan sebaik-baiknya dan memenuhi kewajiban sehari-hari (*environmental mastery*), mempunyai rencana hidup yang jelas dan selalu berusaha untuk meningkatkan potensi diri (*purpose in life*), serta selalu menyambut pengalaman dalam hidup dan mencoba tantangan baru (*personal growth*) (Fernandes, Vasconcelos-Raposo, & Teixeira, 2010).

Saat ini, kesejahteraan psikologis individu mulai terancam, hal ini diketahui berdasarkan data penduduk yang mengalami gangguan emosional terus meningkat dari tahun ke tahun. World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa sejak tahun 2019 terdapat peningkatan individu dengan gangguan emosional yang terdapat 264 juta orang mengalami depresi. Depresi masuk ke dalam tingkatan teratas dalam gangguan emosional yang paling banyak dirasakan oleh orang-orang. Penelitian I-NAMHS dilansir dari Okezone (2022) mengungkapkan bahwa sekitar 6,1% dari jumlah penduduk Indonesia atau sama dengan 11 juta orang di usia 15 tahun menunjukkan gejala-gejala depresi dan kecemasan yang berlebih.

Kesejahteraan psikologis penduduk Indonesia sangat memprihatinkan khususnya di Kabupaten Gowa, Provinsi Sulawesi Selatan yang menunjukkan penurunan secara signifikan mengenai kesejahteraan psikologis penduduk. Penelitian Maulinda (2022) di

Puskesmas Kabupaten Gowa menunjukkan hasil bahwa, tahun 2019 pasien gangguan depresi terdapat 55 orang, tahun 2020 pasien skizofrenia terdapat 73 orang, dan pada tahun 2021 pasien gangguan psikologis terdapat 109 orang. Data tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan secara signifikan individu yang mengalami berbagai macam gangguan psikologis di Kabupaten Gowa.

Kalangan remaja khususnya remaja putri terdapat berbagai permasalahan yang dapat mengganggu kesejahteraan psikologis pada dirinya, salah satunya yakni pandangan terhadap bentuk tubuh ideal yang harus dimiliki sehingga dapat membantu penampilan fisik individu (Ratnawati & Sofiah, 2012). Perasaan puas akan timbul pada diri remaja apabila penampilan fisik terpenuhi, serta akan memberikan kebahagiaan karena dengan kebahagiaan yang diperoleh akan membuat remaja terhindar dari emosi negatif dan menjadikan remaja lebih bermakna (Herawaty, 2015). Alwis dan Kurniawan (2018) menambahkan bahwa penyesuaian fisik akibat perubahan pada masa remaja adalah tantangan besar bagi remaja yang dapat menimbulkan masalah. Setiap remaja memiliki kriteria dari bentuk tubuh ideal yang diinginkan. Penilaian atau cara pandang individu yang berbeda terhadap bentuk tubuh disebut dengan citra tubuh atau *body image*.

Cash (2000) mengungkapkan bahwa citra tubuh atau biasa disebut dengan *body image* merupakan evaluasi terhadap berat tubuh, ukuran tubuh ataupun dari aspek tubuh yang berfokus pada penampilan fisik seseorang. Menurut Cash dan Pruzinky (2002) citra tubuh adalah sikap individu yang memiliki cara pandang terhadap tubuh bisa bernilai positif atau bisa juga bernilai negatif. Citra tubuh adalah penilaian dari keyakinan dan perasaan puas atau tidak puas yang dirasakan individu dari penampilan fisik, jika citra tubuh individu mengalami tingkat kepuasan yang tinggi maka dikatakan *body satisfaction* sebaliknya jika citra tubuh individu mengalami tingkat kepuasan yang rendah maka dikatakan

mengalami *body dissatisfaction* (Marshall & Lengyel, 2012).

Ketidaksesuaian bentuk tubuh yang dirasakan remaja akan membuat perasaan tertekan dan malu. Hal ini berarti akan mengarahkan penilaian remaja terhadap tubuh menuju negatif. Sejalan dengan yang diungkapkan Izzaty, Suardiman, Ayriza, Purwandari, Hiryanto, Rosita dan Kusmaryani (2008) memandang diri secara negatif adalah hal yang bertentangan dalam tugas perkembangan di masa remaja, yang akan membuat remaja mengalami ketidakpuasan terhadap tubuh.

Provinsi Sulawesi Selatan khususnya di Kabupaten Gowa, sudah mulai banyak remaja yang melakukan perubahan-perubahan pada fisiknya, dilansir dari detikhealth (2015) zaman sekarang remaja putri berpenampilan seperti wanita dewasa walaupun usianya masih tergolong belasan tahun. Kemudahan dalam mendapatkan informasi di berbagai media, membuat remaja putri memiliki banyak sumber terkait citra tubuh yang ideal dari berbagai versi. Ketidakmampuan dalam memenuhi standar ideal dengan tubuh bagi remaja putri dapat memberikan dampak besar terhadap kesejahteraan psikologisnya. Maraknya bullying di berbagai kalangan remaja putri di Kabupaten Gowa terkait dengan ukuran ataupun bentuk tubuh yang berbeda dengan kelompok pertemanan menjadi salah satu penyebab rendahnya kesejahteraan psikologis, hal ini dilansir dari Fajar.co.id (2023). Rasa cemas yang berlebih apabila tampil yang berbeda dengan kelompok pertemanan membuat para remaja putri berusaha lebih keras supaya dapat diterima dengan baik di dunia pertemanan.

Citra tubuh dan kesejahteraan psikologis ternyata saling memiliki keterkaitan dan saling memberikan pengaruh. Penelitian Chairinna (2015) mengungkapkan bahwa pengaruh yang dihasilkan searah atau bersifat positif. Hal ini berarti semakin positif citra tubuh yang diciptakan individu maka semakin tinggi pula

kesejahteraan psikologis remaja, dan begitu sebaliknya.

Berdasarkan penjelasan di atas, penampilan fisik merupakan kunci utama untuk bisa menjadi pusat perhatian di depan umum. Khususnya bagi seorang remaja putri, dalam tahap perkembangannya masih mencari pembuktian atau pengakuan dari suatu kelompok masyarakat. Selama perjalanan pembuktian diri, remaja akan menerima suatu permasalahan terkait perbandingan sosial yang dinilai berdasarkan kacamata masyarakat, hal ini akan memengaruhi kesejahteraan psikologis. Permasalahan ini akan menimbulkan sebuah rasa ketidakpuasan terhadap tubuh yang akan membuat remaja putri depresi hingga memiliki citra tubuh negatif dan akan mengalami anoreksia, kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD), dan gangguan makan (Rozin & Falon, 1988).

Berangkat dari permasalahan tersebut, maka peneliti tertarik untuk menggali lebih dalam pengaruh citra tubuh terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja putri. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh citra tubuh terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja putri di Kabupaten Gowa.

### Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, Pada penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling*, dimana pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling*. Teknik ini menentukan sampel dengan mencari secara kebetulan, siapa saja yang ditemui dan sesuai dengan kriteria dari data penelitian. Peneliti menggunakan rumus slovin dalam menentukan ukuran sampel yang memperoleh 447 responden remaja putri di Kabupaten Gowa yang berusia 12-15 tahun.

### Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kesejahteraan

psikologis yang dimodifikasi dari Ardiansyah (2016), dan skala citra tubuh dari Karsin (2015). Skala yang digunakan adalah skala *Likert* dengan menyediakan lima alternatif pernyataan untuk aitem pada kesejahteraan psikologis dan empat alternatif pernyataan untuk pada aitem citra tubuh.

### Hasil

Berikut ini adalah hasil penelitian citra tubuh terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja putri di Kabupaten Gowa:

#### Deskriptif Karakteristik Responden

Penelitian yang dilakukan melibatkan 447 responden remaja putri di Kabupaten Gowa. Berikut deskripsi responden penelitian yang dipaparkan secara lengkap:

**Tabel 1.** Deskriptif Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Presentase
Usia	12	110	25%
	13	162	36%
	14	150	33%
	15	25	6%
	Suku	Bugis	99
	Dayak	6	1,4%
	Jawa	23	5,1%
	Makassar	301	67,3%
	Minahasa	6	1,4%
	Muna	1	0,2%
	Timor	1	0,2%
	Tolaki	2	0,4%
	Toraja	8	1,8%
Agama	Hindu	4	1%
	Islam	424	95%
	Katolik	4	1%
	Protestan	15	3%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa responden pada penelitian ini paling banyak berusia 13 tahun sebanyak 162 orang

(36%), kemudian responden paling banyak memiliki suku makassar sebanyak 301 orang (67,3%), serta agama yang paling banyak dianut responden adalah agama islam sebanyak 424 orang (95%).

### Deskriptif Kesejahteraan Psikologis

Skala kesejahteraan psikologis terdiri dari 39 aitem dengan skor 1-5. Adapun persebaran data yang didapatkan adalah skor minimal 39, skor maksimal 195, skor mean 117, dan skor standar deviasi (SD) 26.

**Tabel 2.**

Variabel	R	R Square	P (sig)	Keterangan
Citra tubuh dengan kesejahteraan psikologis	0,376	0,141	0,000	Signifikan
< 91	Rendah	7		1,57%
91 - 143	Sedang	383		85,68%
143 <	Tinggi	57		12,75%
<b>Total</b>		<b>447</b>		<b>100%</b>

*Persentase Kategorisasi Hipotetik Kesejahteraan Psikologis*

Berdasarkan tabel kategorisasi hipotetik, diketahui bahwa responden pada penelitian ini sebagian besar memiliki kesejahteraan psikologis dalam ketegori sedang, maka dapat disimpulkan bahwa remaja putri di Kabupaten Gowa yang menjadi responden pada penelitian ini memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang berada dalam kategori sedang.

### Deskriptif Citra Tubuh

Skala citra tubuh terdiri dari 12 aitem dengan skor 1-4. Berdasarkan persebaran data tersebut, maka diperoleh hasil dari skor minimal 12, skor maksimal 48, skor mean 36, dan skor standar deviasi (SD) 6.

**Tabel 3. Persentase Kategorisasi Hipotetik Citra Tubuh**

Tabel di atas menunjukkan bahwa responden penelitian lebih banyak dalam kategori rendah untuk kondisi citra tubuh, sehingga dapat disimpulkan bahwa remaja putri di Kabupaten Gowa yang menjadi

responden pada penelitian ini memiliki tingkat citra tubuh yang berada pada kategori rendah.

### Hasil Uji Hipotesis

Adapun hipotesis pada penelitian ini adalah terdapat pengaruh positif citra tubuh terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja putri di Kabupaten Gowa. Hipotesis ini kemudian diuji menggunakan uji regresi sederhana yang diolah dengan bantuan perangkat lunak SPSS 25.0 for Windows.

**Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis**

Tabel di atas menjelaskan bahwa nilai R merupakan nilai yang dapat dilihat untuk mengetahui besarnya pengaruh antar variabel, yaitu sebesar 0,376. Adapun nilai R square menunjukkan bahwa pengaruh citra tubuh terhadap kesejahteraan psikologis memberikan sumbangan relatif sebesar 0,141. Nilai signifikansi yang diperoleh dari hasil analisis uji hipotesis sebesar  $0,00 < 0,05$ , yang menunjukkan bahwa ada pengaruh citra tubuh terhadap kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan hasil yang diperoleh, maka dapat diketahui bahwa  $H_0$  yang mengatakan bahwa tidak ada pengaruh antara citra tubuh terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja putri di Kabupaten Gowa ditolak.

### Pembahasan

Berdasarkan data yang telah diperoleh dari pengujian hipotesis dengan menggunakan analisis regresi sederhana, hasil penelitian menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima yang menandakan terdapat pengaruh positif yang signifikan antara citra tubuh terhadap

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
< 24	Rendah	161	36.02%
24 - 36	Sedang	159	35.57%
36 <	Tinggi	127	28.41%
<b>Total</b>		<b>447</b>	<b>100%</b>

kesejahteraan psikologis pada remaja putri di

Kabupaten Gowa. Hasil penelitian yang diperoleh sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chairinna (2015) yang menyatakan bahwa pengaruh yang dihasilkan citra tubuh terhadap kesejahteraan psikologis siswi sekolah menengah atas bersifat searah atau positif. Syabana dan Ansyah (2022) juga menguatkan keterkaitan dan pengaruh, dalam studinya menyatakan terdapat hubungan positif antara citra tubuh dengan kesejahteraan psikologis pada siswi SMA Muhammadiyah 4 Porong dan mengungkapkan bahwa citra tubuh dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 6,1%.

Hasil uji regresi sederhana memiliki nilai signifikansi  $0,00 < 0,05$  sehingga pada kedua variabel dalam penelitian ini bernilai positif yang menandakan bahwa apabila citra tubuh mengalami peningkatan, maka kesejahteraan psikologis juga akan mengikuti kenaikan. Hasil yang diperoleh menggambarkan bahwa kecenderungan sampel yang menjadi subjek pada penelitian ini memiliki citra tubuh negatif sebanyak 161 responden (36,02%) yang sejalan dengan kesejahteraan psikologis yang dimiliki juga hanya sedang sebanyak 383 responden (85,68%), atau yang berarti tidak terjadi peningkatan dan tidak tercapainya kesejahteraan psikologis yang tinggi. Penelitian Chairinna (2015) menguatkan bahwa semakin positif citra tubuh yang diciptakan individu maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis remaja. Begitu sebaliknya semakin negatif citra tubuh yang diciptakan individu maka akan semakin rendah pula kesejahteraan psikologis remaja.

Pengaruh antara citra tubuh dengan kesejahteraan psikologis terbukti lebih banyak dirasakan pada remaja putri, hal ini didukung oleh Papalia, Old, dan Feldman (2011) yang mengungkapkan bahwa anak perempuan lebih tinggi dalam memiliki perasaan tidak suka dibandingkan dengan anak laki-laki, hal ini menandakan atribut fisik pada wanita lebih ditekankan terhadap penekanan budaya yang

lebih besar. Tingkat tekanan yang rendah akan berdampak pada positif dan tingginya kesejahteraan psikologis yang remaja putri rasakan.

Ketidakmampuan dalam memenuhi tuntutan sosial juga akan menimbulkan adanya tekanan psikologis tersendiri bagi remaja putri yang akan memengaruhi evaluasi terhadap tubuhnya, seperti tidak merasa puas dengan tubuhnya dan tidak menerima diri sendiri apa adanya. Hal ini yang akan membuat remaja putri melakukan berbagai macam cara untuk mengubah penampilannya sedemikian rupa. Sependapat dengan yang diungkapkan Januar dan Putri (2007), apabila seorang remaja memiliki penilaian yang baik terhadap tubuhnya maka remaja tersebut akan memiliki perilaku positif terhadap hubungan sosialnya. Hal ini berkaitan dengan aspek hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with other*) pada kondisi kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, maka diketahui bahwa pengaruh citra tubuh terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja putri di Kabupaten Gowa berbanding lurus atau sejalan. Hal ini saling berkaitan dengan aspek penerimaan diri apa adanya, membangun hubungan positif dengan lingkungan sosialnya, tujuan hidup yang jelas, dan terbuka pada pengalaman baru.

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dijabarkan dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh positif yang signifikan antara citra tubuh terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja putri di Kabupaten Gowa. Penelitian ini menjelaskan bahwa semakin tinggi citra tubuh pada remaja putri maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis. Sebaliknya, semakin rendah citra tubuh maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis pada remaja putri.

## Implikasi

Adapun saran yang dipertimbangkan dalam penelitian ini, yaitu bagi remaja putri disarankan untuk lebih banyak mengikuti kegiatan-kegiatan sosial seperti ekstrakurikuler di dalam sekolah maupun komunitas di luar sekolah, seperti bakti sosial dan proyek kemanusiaan. Bagi orang tua, dan pihak sekolah untuk memberikan edukasi, perhatian dan dukungan yang lebih banyak kepada remaja putri dengan memberikan kalimat positif, seperti pujian pada penampilan fisik yang dimiliki, serta memberikan dukungan positif terhadap penampilan fisik yang tidak disukai. Serta bagi peneliti selanjutnya, ketika melakukan penelitian untuk lebih memperhatikan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi tinggi atau rendahnya kesejahteraan psikologis pada remaja putri, sehingga dapat memiliki kajian baru pada bidang yang sama.

## Referensi

- Alwis, Testi S., & Kurniawan, Jimmy. E. (2018). Hubungan antara body image dan subjective well-being pada remaja putri. *Psychopreneur Journal*. Vol. 2, No. 1. Hal. 52-60.
- Amalia, L. (2007). Citra tubuh (body image) remaja perempuan. *Jurnal Musawa*. Vol. 5, No. 4. Hal. 441-464.
- Ardiansyah, A. (2016). *Psychological well-being ditinjau dari coping strategy mahasiswa salah jurusan*. (Skripsi). Universitas Negeri Makassar.
- Arsyad, E. (2023, 16 Mei). Ibu korban perundungan dan penganiayaan di Gowa minta pihak sekolah beri rasa aman dan nyaman bagi anak. Fajar.co.id. Tersedia: <https://fajar.co.id/2023/05/16/ibu-korban-perundungan-dan-penganiayaan-di-gowa-minta-pihak-sekolah-beri-rasa-aman-dan-nyaman-bagi-anak/>
- Azwar, S. (2001). Asumsi-asumsi dalam inferensi statistika. *Buletin Psikologi*. Vol. 9, No. 1. Hal 8-17.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas, Edisi 4*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi, Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi, Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Banfield, S., & McCabe, Marita P. (2002). An evaluation of the construct of body image. *Libra Publishers, Inc*. Vol. 37, No. 146. Hal. 373-393.
- Bestiana, Desi. (2012). Citra tubuh dan konsep tubuh ideal mahasiswi FISIP Universitas Airlangga Surabaya. *AntroUnairDotNet*. Vol. 1, No. 1. Hal. 1-12.
- Brennan, M. A., Lalonde, C. E., & Bain, J. L. (2010). Body image perceptions: Do gender differences exist. *Psi Chi Journal of Undergraduate Research*. Vol. 15, No. 3. Pg. 130-138.
- Brown, T.A. (2006). *Confirmatory factor analysis for applied research*. New York, NY: The Guilford Press.
- Bulan, N. (2022, 20 Oktober). Hasil survei kesehatan mental nasional, tunjukkan remaja alami 6 gangguan ini. Okezone. Tersedia: <https://edukasi.okezone.com/read/2022/10/20/624/2691256/hasil-survei-kesehatan-mental-nasional-tunjukan-remaja-alami-6-gangguan-ini?page=2>
- Carroll, A., & Spangler, Diane L. (2001). A comparison of body image satisfaction among latter day saint and non-letter-day saint college age student. *Amcap Journal*. Vol. 26. Hal. 6-18.
- Cash, T. F. (2000). *Body Image, Eating Disorders, and Obesity*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Cash T. F., & Pruzinsky T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: Guilford.
- Chairinna, Nurmala H. (2015). *Pengaruh citra tubuh terhadap kesejahteraan psikologis siswi sekolah menengah atas (SMA) di Jakarta*. (Skripsi). Universitas Negeri Jakarta.

- Croll, J. (2005). Body image and adolescents. *Chest*. Vol. 40, No. 35. Hal 50.
- Cripps, Kayla &, Zyromski, Brett. (2009). Adolescents' psychological well-being and perceived parental involvement: implications for parental involvement in middle schools. *Research in Middle Level Educations (RMLE) Online*. Vol. 33, No. 4. Hal. 1-13.
- Dacey dan Kenny. (1997). *Adolescence Development. Second Edition*. New York: McGraw-Hill.
- Denich, Amandha, U., & Ildil. (2015). Konsep body image remaja putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. Vol. 3, No. 3. Hal. 55-61.
- Destriyana. (2012, 28 Juli). Fenomena operasi plastik di kalangan remaja. Merdeka.com. Tersedia: <https://www.merdeka.com/gaya/ironis-gadis-18-tahun-putuskan-operasi-payudara.html>
- Detikhealth.com. (2015, 19 Januari). Fenomena ABG yang tampil 'terlalu dewasa' ini kata psikolog. Detik.com. Tersedia: <https://health.detik.com/anak-dan-remaja/d-2807463/fenomena-abg-yang-tampil-terlalu-dewasa-ini-kata-psikolog>
- Durkin, Sarah J., & Paxton, Susan J. (2002). Predictors of vulnerability to reduced body image satisfaction and psychological well-being in response to exposure to idealized female media images in adolescent girls. *Journal of Psychosomatic Research*. Vol. 53. Hal. 995-1005.
- Fernandes, Helder M., Vasconcelos-Raposo J., & Teixeira, Maria C. (2010). Preliminary analysis of the psychometric properties of ryff's scales of psychological well-being in portuguese adolescents. *The Spanish Journal of Psychology*. Vol. 13, No. 2. Hal. 1032-1043.
- anifah, S. (2021, 17 Juni). Insecure: permasalahan remaja masa kini, bagaimana melawannya?. Psikologi UNNES. Tersedia: <https://smpn7yogyakarta.sch.id/library/details/127/insecure-permasalahan-remaja-masa-kini-bagaimana-melawannya>
- Hanum, R., Nurhayati, E., & Riani S., N. (2014). Pengaruh body image dissatisfaction dan self-esteem dengan perilaku diet Mahasiswa Universitas "X" serta tinjauan dalam Islam. *Jurnal psikogenesis*. Vol. 2, No. 2. Hal. 180-190.
- Herawaty, Y. (2015). Hubungan antara penerimaan teman sebaya dengan kebahagiaan pada remaja. *An – Nafs*. Vol. 9, No. 3. Hal. 15-25.
- Herboenangin, Boentje. (1996). "Mengenal dan Memahami Remaja" dalam Masalah-Masalah Tipikal Remaja. Jakarta: Pustaka Antara PT.
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied psychology: health and well-being*. Vol. 1, No. 2. Pg. 137-164.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Hogan, Marjorie J., & Strasburger, Victor C. (2008). Body image, eating disorders, and the media. *Adolesc Med*. Vol. 19. Hal. 521-546.
- Izzaty, Rita E., Suardiman Partini S., Ayriza Y., Purwandari., Hiryanto., E, Rosita., Kusmaryani, R. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Januar, V., & Putri, Dona. E. (2007). Citra tubuh pada remaja putri menikah dan memiliki anak. *Gunadarma Jurnal Psikologi*. Vol.1, No. 1. Hal 52-52.
- Kartikasari, N. Y. (2013). Body dissatisfaction terhadap psychological well-being pada karyawan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol. 1, No. 2. Hal. 304-323.
- Karsin, Mutia U. (2015). *Hubungan antara body image dengan komunikasi*



- interpersonal pada mahasiswi*. (Skripsi). Universitas Negeri Makassar.
- Lilishanty, E. D., & Maryatmi, A. S. (2019). Hubungan citra tubuh dan kepercayaan diri dengan psychological well being pada remaja kelas 11 di SMAN 21 Jakarta. *Ikra-lth Humaniora: Jurnal Sosial dan Humaniora*. Vol. 3, No.1. Hal. 1-8.
- Lyubomirsky, S., Dickerhoof, R., Boehm, J. K., & Sheldon, K. M. (2011). *Becoming happier takes both a will and a proper way: An experimental longitudinal intervention to boost well-being*. *Emotion*. Vol. 11, No. 2. Pg. 391–402.
- Marshall, C., & Lengyel, C. (2012). Body dissatisfaction among middle-aged and older women. *Canadian Journal Of Dietetic Practice And Research*. Vol. 73, No. 2. Hal 241-247.
- Maulinda, M. (2022). *Analisis faktor yang berhubungan dengan kekambuhan pasien gangguan jiwa di wilayah kerja puskesmas samata Kabupaten Gowa*. (Skripsi). Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Mellor, D., Ricciardelli, L. A., McCabe, M. P., Yeow, J., bt Mamat, N. H., & bt Mohd Hapidzal, N. F. (2010). Psychosocial correlates of body image and body change behaviors among Malaysian adolescent boys and girls. *Sex roles*. Vol. 63. Hal. 386-398.
- Nuryadi., Astuti, T. D., Utami, Endang S., & Budiantara, M. (2017). *Dasar-Dasar Statistik Penelitian*. Yogyakarta: Sibuku Media.
- Oktiani, V. (2019, 22 Agustus) Billie elish takut bercermin karena menderita body dysmorphia, apa itu?. Wolipop. Tersedia: <https://wolipop.detik.com/entertainment-news/d-4676532/billie-eilish-takut-bercermin-karena-menderita-body-dysmorphia-apa-itu>
- Papalia, Diane E., Old, Sally W., & Feldman, Ruth D. (2009). *Human Development*. *Buku 2. Cetakan Kesepuluh*. New York: McGraw-Hill.
- Papalia, Diane E., Old, Sally W., & Feldman, Ruth D. (2011). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Edisi Kesembilan. Jakarta: Kencana.
- Periantalo, J. (2015). *Penyusunan skala psikologi: asyik, mudah & bermanfaat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Peternel, Lana dan Sujoldžić, Anita. (2009). Adolescents eating behavior, body image and psychological well-being. *Coll. Antropol*. Vol. 33, No. 1. Hal. 205- 212.
- Ratnawati, V., & Sofiah, D. (2012). Percaya diri, body image dan kecenderungan anorexia nervosa pada remaja putri. *Jurnal Psikologi Indonesia*. Vol. 1, No. 2. Hal.130-142.
- Rice, F. Philip., & Dolgin, Kim G. (2005). *The adolescent: development, relationships, and culture. Eleventh edition*. United States: Allyn & Bacon.
- Rozin, P., & Fallon, A. (1988). Body image, attitudes to weight, and misperceptions of figure preferences of the opposite sex: a comparison of men and women in two generations. *Journal of Abnormal Psychology*. Vol. 97, No. 3. Hal. 342-345.
- Ryan, Richard M., & Deci, Edward L. (2001). On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annu. Rev. Psychol*. Vol. 52. Hal. 141-166.
- Ryff, Carol D. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 57, Hal. 1069-1081.
- Ryff, Carol. D., & Keyes, Corey. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*. Vol. 69, No. 4. Hal. 719-727.
- Ryff, Carol D., Keyes, Corey L. M., & Shmotkin, Dov. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social*

- Psychology*. Vol. 82, No. 6. Hal. 1007-1022.
- Ryff, Carol D., & Singer, B. H. (2008). *Know thyself and become what you are a eudaimonic approach to psychological well-being*. *Journal of Happiness Studies*. Vol. 9. Hal. 13-39.
- Sabarrudin., Andariska, O., & Fitriani, W. (2022). Perilaku insecure pada anak usia dini. *Jurnal Sinestesia*. Vol. 12, No. 1. Hal. 223-232.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span development perkembangan masa hidup, edisi kelima*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: perkembangan remaja, edisi keenam*. Jakarta: Erlangga.
- Schiemberg, Lawrence B. & Smith, Karl U. (1982). *Human development*. New York: Macmillan Publishing Co., Inc.
- Sousa, Pedro M. (2008). Body image and obesity in adolescence: a comparative study of social demographic, psychological, and behavioral aspect. *The Spanish Journal of Psychology*. Vol. 11, No. 2. Hal. 551-563.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumanty, Dessy., Sudirman, Deden., Puspasari, Diah. (2018). Hubungan religiusitas dengan citra tubuh pada wanita dewasa awal. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*. Vol. 1, No. 1. Hal. 9-28.
- Syabana, Amaliyah., & Ansyah, Hardi E. (2022). Hubungan antara body image dengan psychological well-being pada siswi sekolah menengah atas. *Academia Open*. Vol. 6. Hal. 1-11.
- Tanujaya, W. (2014). Hubungan kepuasan kerja dengan kesejahteraan psikologis (psychological well-being) pada karyawan cleaner (studi pada karyawan cleaner yang menerima gaji tidak sesuai standar UMP di PT. Sinergi Integra Services, Jakarta). *Jurnal Psikologi Esa Unggul*. Vol. 12, No. 02, Hal. 67-17.
- Thompson, J. Kevin. (2000). *Body image, eating disorders, and obesity: an integrative guide for assessment and treatment*. Washington DC: American Psychological Association.
- WHO. (2019, 19 September). Maternal mortality key fact. Tersedia: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>
- Wowkoren.com. (2014, 05 Maret). Aurel Hermansyah dituduh lakukan operasi plastik gara-gara berubah drastis. Wowkoren.com. Tersedia: <https://www.wowkoren.com/berita/tampil/00047460.html>
- Yazdani, N., Hosseini, Sayed V., Amini, M., Sobhani, Z., Sharif, F., Khazraei, H. (2018). Relationship between body image and psychological well-being in patients with morbid obesity. *International Journal of Community Based Nursing Midwifery*. Vol. 6, No. 2. Hal. 175-184.