

**HUBUNGAN ANTARA BODY IMAGE DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL BEING PADA REMAJA DI
BEKASI TIMUR**

Skripsi



Disusun oleh :

Selly Anisya Anthony

202010515173

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2024**

**HUBUNGAN ANTARA BODY IMAGE DENGAN
PSYCHOLOGICAL WELL BEING PADA REMAJA DI
BEKASI TIMUR**

Skripsi



Disusun oleh :

Selly Anisya Anthony

202010515173

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Body Image Dengan
Psychological Well-being Pada Remaja Di
Bekasi Timur

Nama Mahasiswa : Selly Anisya Anthony

Nomor Pokok Mahasiswa : 202010515173

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 22 Juli 2024

Jakarta, 22 Juli 2024

MENYETUJUI,

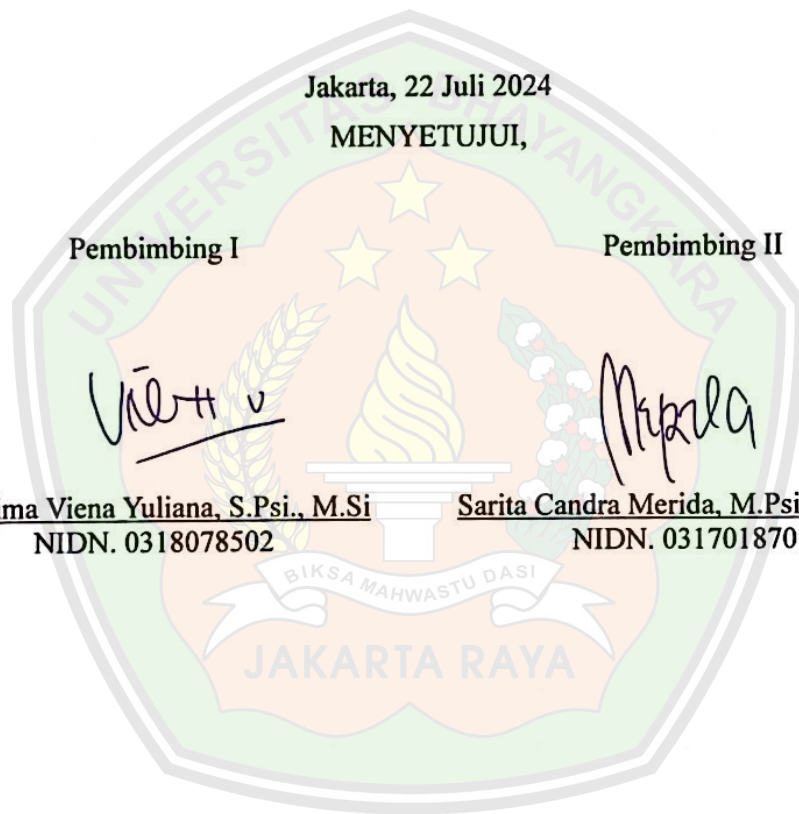
Pembimbing I

Pembimbing II



Yomima Viena Yuliana, S.Psi., M.Si
NIDN. 0318078502

Sarita Candra Merida, M.Psi., Psikolog
NIDN. 0317018701




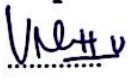

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Body Image* Dengan *Psychological Well-Being* Pada Remaja Di Bekasi Timur
Nama Mahasiswa : Selly Anisya Anthony
Nomor Pokok Mahasiswa : 202010515173
Program Studi : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 22 Juli 2024

Jakarta, 22 Juli 2024

MENGESAHKAN


Ketua Tim Penguji : Andreas Corsini Widya, S.Fil., MA
NIDN. 0316028901
Penguji I : Yomima Viena Yuliana, S.Psi., M.Si
NIDN. 0318078502
Penguji II : Sarita Candra Merida, M.Psi., Psikolog
NIDN. 0317018701

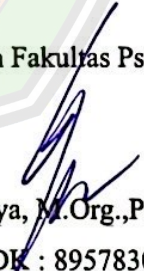

.....

.....

.....

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi


Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.
NIDN. 0314078503


Dr. Wustari L. Mangundjaya, M.Org., Psy., S.E., Psikolog
NIDN : 8957830022

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara *Body Image* dengan *Psychological Well-being* Pada Remaja Di Kota Bekasi”, ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan di fotocopy melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Jakarta, 1 Agustus 2024

Yang Membuat Pernyataan



Selly Anisya Anthony

ABSTRAK

Selly Anisya Anthony. 202010515173. Hubungan Antara *Body Image* Dengan *Psychological Well-being* pada Remaja Di Bekasi Timur.

Memiliki penampilan yang menarik adalah salah satu hal yang penting bagi sebagian remaja baik perempuan maupun laki-laki. Seorang individu yang memiliki *Body Image* yang positif akan merasakan kesejahteraan psikologis yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara *Body Image* dan *Psychological Well-being* pada remaja. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif korelasional. Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian kuesioner melalui google form dengan jumlah sampel sebanyak 131 partisipan, yang diperoleh menggunakan teknik *Nonprobability Sampling* dengan *Model Purposive Sampling*. Alat ukur yang digunakan yaitu skala *Psychological Well-being* yang disusun berdasarkan dimensi *Psychological Well-being* menurut Ryff (1989). dan skala *Body Image* yang disusun berdasarkan aspek citra tubuh menurut Cash & Pruzinsky (2002). Teknik analisis data untuk menguji hipotesis menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara *Body Image* dan *Psychological Well-being*, dinyatakan tidak signifikan dengan memperoleh nilai $>0,062$ dan memiliki tingkat hubungan yang lemah dengan memperoleh nilai 0,136. Maka H_0 diterima H_a ditolak artinya semakin tinggi *Body Image* maka semakin tinggi *Psychological Well-being*. Sebaliknya, semakin rendah *Body Image* maka semakin rendah *Psychological Well-being*.

Kata Kunci: Kesejahteraan Psikologis, Citra Tubuh.

ABSTRACT

Selly Anisya Anthony. 202010515173. The Relationship Between Body Image and Psychological Well-being in Adolescents in East Bekasi.

Having an attractive appearance is one of the important things for some teenagers, both girls and boys. An individual who has a positive body image will experience good psychological well-being. This study aims to explore the relationship between Body Image and Psychological Well-being in adolescents. The research method used is a correlational quantitative method. Data collection was carried out by filling out a questionnaire via Google Form with a sample size of 131 participants, which was obtained using a non-probability sampling technique with a purposive sampling model. The measuring instrument used is the Psychological Well-being scale which is compiled based on the Psychological Well-being dimensions according to Ryff (1989). and the Body Image scale which is arranged based on aspects of body image according to Cash & Pruzinsky (2002). The data analysis technique for testing hypotheses uses the Pearson Product Moment correlation test. The research results show that there is no relationship between Body Image and Psychological Well-being, it is declared insignificant with a value of >0.062 and has a weak level of relationship with a value of 0.136. So H_0 is accepted and H_a is rejected, meaning that the higher the Body Image, the higher the Psychological Well-being. Conversely, the lower the Body Image, the lower the Psychological Well-being.

Keywords: *Psychological Well-being, Body Image.*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT, atas Rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara *Body Image* dengan *Psychological Well-being* Pada Remaja Di Bekasi Timur”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Selama penyusunan skripsi ini, peneliti mendapat bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Wustari L. Mangundjaya., M.Org., Psy., S.E., Psikolog., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
2. Ibu Yomima Viena, S.Psi., M.Si dan Ibu Sarita Candra Merida, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah membimbing dan memberikan bantuan, ilmu yang bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Rijal Abdillah, S.Psi., MA selaku Dosen Pembimbing Akademik, seluruh Dosen, dan staff Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, yang telah memberikan bantuan, dukungan, serta ilmu yang bermanfaat.
4. Kepada kedua orangtua saya yang sangat saya cintai dan saya sayangi, yang sangat berjasa dalam hidup saya, Ibu Nesa dan Bapak Anthony yang selalu menjadi penyemangat penulis untuk menyelesaikan penelitian ini dan tiada hentinya selalu memberikan kasih sayang, doa dan motivasi dengan penuh keikhlasan yang tak terhingga kepada penulis.
5. Sahabat sekaligus saudara saya Azizah dan Shinta sebagai partner Skripsi saya yang selalu memberikan bantuan, dukungan dan semangat dalam mengerjakan penelitian ini untuk terus maju tanpa kenal kata menyerah.
6. Sahabat saya Diva, Christine, Mutiara, Ody, Gebi, Japira, Mbaer, Adhist, dan semua teman yang selalu memberikan kebahagiaan untuk saya.
7. Kepada seseorang yang menjadi penyemangat dan kebahagiaan untuk saya, M.I
8. Serta keluarga besar saya yang selalu mendoakan dan memberi support kepada saya.
9. Dan untuk diri saya sendiri Selly Anisya Anthony, yang telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai macam tekanan diluar keadaan, berusaha untuk menyelesaikan tanggung jawab yang saya miliki.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga peneliti sangat menerima kritik dan saran yang membangun. Peneliti juga berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi setiap orang yang membacanya.

Bekasi, 8 Juli 2024

Selly Anisya Anthony

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACK	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	x
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	11
1.3 Tujuan Penelitian.....	14
1.4 Manfaat Penelitian.....	14
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	14
1.4.2. Manfaat Praktis	14
BAB II.....	15
TINJAUAN PUSTAKA	15
2.1 Uraian Variabel	15
2.1.1. <i>Psychological Well Being</i>	15
2.1.2. Body Image.....	21
2.2 Hubungan Antara Body Image dengan Psychological Well Being	24
2.3 Hipotesis Penelitian.....	26
2.4 Model atau Kerangka Berpikir Penelitian.....	27

BAB III.....	28
METODE PENELITIAN	28
3.1 Tipe Penelitian.....	28
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian	28
3.3 Definisi Operasional.....	28
3.3.1. Definisi Operasional Psychological Well-being.....	28
3.3.2. Definisi Operasional <i>Body Image</i>	29
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	29
3.4.1. Populasi.....	29
3.4.2. Sampel dan Sampling	30
3.5 Teknik Pengambilan Data	31
3.5.1. Instrumen Penelitian	31
3.5.2. Skala <i>Psychological Well Being</i>	32
3.5.3. Skala <i>Body Image</i>	33
3.5.4. Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian	35
3.6 Analisis Data	36
BAB IV	38
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	38
4.1 Profil Responden Penelitian	38
4.2 Pelaksanaan Penelitian	39
4.2.2. Persiapan Penelitian	39
4.2.3. Pelaksanaan Penelitian.....	40
4.2.4. Validitas dan Reliabilitas	40
4.3 Hasil Penelitian	43
4.3.1. Profil Demografis.....	43
4.3.2. Uji Asumsi Penelitian	45

4.3.3. Kategorisasi Penelitian.....	46
4.3.4. Uji Hipotesis	50
4.4 Diskusi dan Pembahasan	51
BAB V	56
KESIMPULAN DAN SARAN	56
5.1 Kesimpulan.....	56
5.2 Saran.....	56
5.2.1. Saran Teoritis	56
5.2.2. Saran Praktis	56
DAFTAR PUSTAKA	57



DAFTAR TABEL

Tabel 1: Blueprint Skala Psychological Well Being.....	32
Tabel 2: Blueprint Skala Body Image.....	33
Tabel 3: Klasifikasi Indeks Daya Beda Aitem.....	35
Tabel 4: Klasifikasi Skor Reliabilitas	36
Tabel 5: Profil Responden Penelitian	38
Tabel 6: Validitas <i>Psychological Well-being</i>	40
Tabel 7: Validitas <i>Body Image</i>	41
Tabel 8: Reliabilitas Skala Penelitian	43
Tabel 9: Profil Demografis Hasil Hitung Skala Penelitian	44
Tabel 10: Profil Demografis Hasil Hitung Karakteristik.....	44
Tabel 11: Uji Asumsi Penelitian	45
Tabel 12: Hasil Perhitungan SPSS dan Manual Psychological Well Being	47
Tabel 13: Kategorisasi <i>Psychological Well-being</i>	47
Tabel 14: Hasil Perhitungan SPSS dan Manual Body Image	49
Tabel 15: Kategorisasi Body Image.....	49
Tabel 16: Hasil Uji Korelasi	50
Tabel 17: Koefisien Korelasi	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Penelitian..... 27



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 - Aitem Skala <i>Psychological Well-being</i>	62
Lampiran 2 - Aitem Skala <i>Body Image</i>	64
Lampiran 3 – Hasil Survei Awal Melalui Gform	67
Lampiran 4 – Tabel Coding <i>Psychological Well-Being</i>	70
Lampiran 5 – Tabel Coding <i>Body Image</i>	73
Lampiran 6 – Output Spss Validitas Skala Penelitian	76
Lampiran 7 – Output Spss Reliability Skala Penelitian.....	80
Lampiran 8 – Output Spss Uji Asumsi	81
Lampiran 9 - Output Spss Uji Hipotesis dan Kategorisasi	82
Lampiran 10 – Output Spss Profil Demografis.....	83
Lampiran 11 – Screenshot Google Form Pengambilan Data.....	84
Lampiran 12 – Screenshot Data Excel.....	85
Lampiran 13 – Screenshot Bukti Penyebaran Skala Penelitian	87
Lampiran 14 – Kartu Bimbingan	88