

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan perkembangan seseorang dari anak-anak ke masa dewasa. Didalam masa remaja akan ada terjadinya masa perubahan secara psikologis maupun fisiologis. Menurut Santrock (1995) masa remaja awal dimulai pada usia 12 sampai 15 tahun dan diakhiri dengan fase remaja akhir diusia 18 sampai dengan 21 tahun. Remaja mengalami perubahan psikologis meliputi intelektual, kehidupan emosi, dan kehidupan sosial. Perubahan fisiologis yang terjadi pada remaja yaitu mencakup organ seksual yang dimana alat-alat reproduksi sudah mencapai kematangan dan mulai berfungsi dengan baik. Masa remaja adalah masa dimana mereka sedang sibuk-sibuknya mencari jati diri mereka, dan mereka akan mencoba hal-hal yang belum pernah mereka coba rasakan, mereka juga mencari apa saja kegiatan yang mereka sukai.

Pada masa remaja ini mereka akan memasuki ruang lingkup kehidupan yang cukup luas. Menurut Erickson dalam Retno, (2017) masa remaja berada pada tahap *Identity Versus Identity Confusion*, yaitu tahap yang di mana remaja mencari identitas dan jati diri mereka. Tahap ini sering disebut dengan tahapan *Psychological Moratorium*, atau tahapan krusial antara masa anak-anak dan masa dewasa. Jika remaja berhasil melewati tahap ini dengan baik maka mereka akan mampu menemukan jati diri mereka, dan sebaliknya jika remaja yang gagal pada tahap ini akan mengalami fase kehilangan identitas (Menurut Santrock 2002 dalam Hakim 2019).

Kehidupan pada masa remaja akan banyak terjadinya perubahan, antara lain meningginya tingkat emosi, perubahan fisik, minat, serta sikap pada seorang remaja. Perubahan-perubahan tersebut mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka karena akan adanya perasaan menerima dan kurang menerima atas perubahan yang mereka alami.

Psychological Well Being adalah kemampuan seseorang untuk menerima diri apa adanya, menjalin hubungan yang hangat dan damai dengan orang lain, memiliki kemandirian dalam menghadapi lingkungan sosialnya, bisa

mengontrol dirinya terhadap lingkungan eksternal, serta memiliki tujuan didalam kehidupannya Prabowo (2017). Seseorang yang memiliki *Psychological Well Being* yang positif dapat memaksimalkan dan mengembangkan potensi diri dan bisa menjalin relasi yang baik dengan lingkungan. Sebaliknya, jika seseorang yang memiliki *Psychological Well Being* yang rendah maka dapat menghambat seseorang untuk mengembangkan potensinya karena adanya keterpakuan terhadap kekurangan yang ada pada diri sendiri (Kartikasari, 2013).

Berdasarkan data awal survey yang peneliti lakukan kepada 25 responden yang masih tergolong Remaja dengan rentang usia 17-23 tahun dengan mayoritas usianya adalah 21 tahun di Kota Bekasi, dan dilakukan mulai tanggal 23 – 25 Oktober 2023. Pertanyaan yang diberikan peneliti kepada responden merangkap dari Dimensi *Psychological Well Being*. Hasil survey menunjukkan 100% adanya perubahan bentuk tubuh dimasa lalu dan saat ini, 100% juga individu selalu membandingkan bentuk tubuh dirinya dengan bentuk tubuh orang lain, 68% individu merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya, 72% individu merasa cemas ketika berat badannya terus bertambah, 72% merasa malu dengan bentuk tubuh yang ia miliki saat ini, 64% individu melakukan berbagai macam cara agar memiliki tubuh yang ideal dan 52% individu merasa marah ataupun tersinggung ketika bentuk tubuhnya dikritik oleh orang lain. Tetapi disamping itu semua ada 84% responden yang tetap bersyukur akan bentuk tubuh yang mereka miliki, 64% responden merasa Bahagia dengan bentuk tubuh yang mereka punya, dan 92% responden merasa bahwa bentuk tubuhnya tidak mengganggu aktifitas ataupun rutinitas keseharian mereka. Survey tersebut merujuk pada dimensi positif dan dimensi Negatif dari *Psychological Well Being*, dan hasil survey tersebut membuktikan adanya kecemasan terhadap bentuk tubuh remaja serta tidak puas dengan bentuk tubuh yang mereka miliki. Selain survey peneliti juga mengambil data melalui wawancara nonformal untuk memperkuat kembali fenomena yang akan diangkat.

Psychological Well Being atau kesejahteraan psikologi adalah kemampuan seorang individu untuk menerima diri apa adanya, membentuk

hubungan yang hangat dan erat dengan orang lain, memiliki kemandirian dalam menghadapi apapun misalnya tekanan social, mengontrol lingkungan, memiliki tujuan dalam hidup dan mampu merealisasikan potensi dikehidupannya Ryff (2013). Ryff dan Singer (2008) dalam Rahama & Izzati (2021) mengatakan bahwa *Psychological Well Being* merupakan suatu pemenuhan dari pertumbuhan seseorang yang dipengaruhi oleh konteks kehidupan manusia disekitarnya.

Menurut Seligman dalam Mariyanti (2017) menyatakan bahwa konsep Psychological Well-being (kesejahteraan psikologis) berawal dari teori Psikologi Positif. Tujuan dari psikologi positif tersebut untuk mengaktualisasi perubahan yang ada didalam psikologi dari yang hanya fokus mengubah hal yang buruk didalam kehidupan menjadi memperbaiki kualitas pada diri sendiri. Pernyataan tersebut menjelaskan bahwa psikologi mempunyai ruang lingkup yang cukup luas serta dapat dikembangkan untuk memperbaiki kualitas hidup suatu individu dengan tujuan mencapai suatu kesejahteraan psikologis individu. Dalam penelitian (Setyowati, 2017) Seligman mengatakan bahwa kebahagiaan (well-being) seseorang meliputi lima komponen yang terkenal dengan istilah PERMA, yaitu emosi positif (Positive Emotion/P), keterlibatan (Engagement/E), hubungan sosial positif (Positif Relationship/R), kebermaknaan hidup (Meaning/M), dan prestasi (Accomplishment/A).

Kesejahteraan yang baik menurut Seligman dalam (“Martin Seligman: Bapak Psikologi Positif,” 2023) terbagi menjadi tiga, yaitu (1) Hidup yang Penuh Kebahagiaan (Pleasure Life), dimensi ini mencakup kebahagiaan sementara yang dimiliki oleh seseorang yang muncul dari pengalaman positif seperti kenikmatan yang dimiliki dan juga kesenangan dalam hidupnya. (2) Hidup yang Bermakna (Engagement Life), dimensi ini yang berkaitan dengan terlibatnya kegiatan atau aktivitas yang dilakukan oleh seseorang dan membuat mereka merasa lebih hidup dan lebih bersemangat dalam menjalani hari-harinya. Seligman mengatakan bahwasannya sangat penting bagi seseorang untuk mengalami “flow” atau pengalaman-pengalaman dalam tugas yang kita lakukan. (3) Hidup yang Bertujuan (Meaningful Life),

dimensi ini mencakup bagaimana seseorang menemukan tujuan dan makna dalam kehidupannya. Kebahagiaan seseorang adalah hal yang paling penting untuk merasakan kesejahteraan psikologis mereka, suatu individu yang sudah merasakan kebahagiaan didalam dirinya mereka pasti juga akan merasakan kesejahteraan yang baik didalam dirinya.

Seseorang yang memiliki kebahagiaan pasti juga akan mempunyai kesejahteraan yang baik untuk dirinya sendiri. Kebahagiaan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang, seperti rasa puas, optimisme, dan kepercayaan diri, sementara kesejahteraan psikologis atau Psychological Well-being yang tinggi dapat menciptakan lingkungan yang mendukung kebahagiaan. *Psychological Well-being* merupakan salah satu bentuk rasa kesejahteraan yang cukup penting bagi remaja. Kesejahteraan yang dirasakan pada remaja membuat mereka merasakan adanya emosi positif serta dapat merasakan kepuasan dan kebahagiaan hidup sehingga menghindari pikiran dan perilaku negatif. Namun banyak pula remaja sekarang yang memiliki *Psychological Well Being* yang rendah, mereka akan memiliki tingkat penerimaan diri yang kurang baik, sering muncul perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, merasa kecewa dengan pengalaman masa lalu, dan mempunyai harapan untuk tidak menjadi dirinya saat ini, ingin merubah suatu hal yang mungkin akan merubah dirinya menjadi lebih terlihat sempurna, dan dari ciri itu semua mereka akan mengalami kurangnya rasa kebahagiaan terhadap dirinya sendiri.

Terdapat enam faktor menurut (Ryff, 1995) yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis yaitu, usia, jenis kelamin, budaya, status sosial ekonomi, dukungan sosial, dan kepribadian. Pertambahan usia yang awalnya masih kanak-kanak beranjak remaja akan ditandai dengan terjadinya perubahan fisik yang signifikan. Seorang remaja akan mengalami yang disebut perubahan fisik yang membuat mereka menjadi lebih memperhatikan dan memperlakukan bentuk tubuh yang mereka punya (Syabana & Ansyah, 2021). Remaja akan mengalami masa pubertas, mereka akan mengalami perubahan fisik, biologis, dan hormon dengan kata lain remaja akan mengalami permasalahan fisik. Remaja yang mengalami perubahan

fisik akan merasakan puas ataupun tidak puas terhadap bentuk tubuh dan penampilannya.

Kaloeti & Ardhiani (2020) menjelaskan bahwa standar masyarakat terhadap penampilan dan kecantikan serta penerimaan diri meliputi persepsi kurus, gemuk, dan cantik, dapat dipengaruhi oleh citra tubuh. Citra Tubuh seseorang mencakup evaluasi kepuasan individu terhadap penampilannya, mencakup perasaan, pemikiran, dan persepsi yang berkontribusi pada pandangan diri yang positif atau negatif. Pernyataan ini sejalan dengan penjelasan yang diuraikan oleh Cash & Pruzinsky (2002), di mana citra tubuh merujuk pada tingkat kepuasan individu terhadap aspek-aspek penampilan, termasuk dimensi seperti ukuran, bentuk, dan keseluruhan penampilan fisik.

Pada umumnya penampilan merupakan hal yang paling penting bagi semua orang, baik perempuan maupun laki-laki. Seseorang yang berpenampilan menarik lebih sering disukai banyak orang dibandingkan dengan orang yang kurang dalam berpenampilan. Bagi perempuan, penampilan merupakan hal yang harus selalu diperhatikan, sama halnya dengan laki-laki. Laki-laki juga memperhatikan penampilan, namun jika dibandingkan dengan perempuan, perempuan cenderung lebih banyak memperhatikan penampilan citra tubuhnya. Berbagai macam cara dilakukan seseorang untuk berpenampilan yang bagus dan menarik yaitu dengan cara merubah pola hidup mereka, contohnya berolahraga, diet, memakai skincare, mengkonsumsi obat pelangsing dan pemutih, atau dengan membayar orang profesional untuk menjalani bedah plastik. Permasalahan fisik pada remaja berhubungan dengan ketidakpuasan seseorang terhadap bentuk tubuh dan penampilannya (Hakim, 2019).

Perubahan fisik yang signifikan terjadi saat usia beranjak dari anak-anak ke remaja. Hal ini membuat remaja sangat memperhatikan tubuh mereka. Menurut Cash dan Pruzinsky (2002) dalam Amarina & Laksmiwati (2021) *Body Image* merupakan suatu perasaan dan sikap individu untuk memberikan penilaian positif atau negatif kepada bentuk tubuh yang mereka miliki. Terjadinya perubahan fisik menyebabkan remaja memiliki berbagai macam pandangan mengenai *Body Image*, perubahan fisik tersebut akan

memunculkan sikap dimana remaja merasa puas dan ada juga yang merasa kurang puas akan citra tubuh yang mereka miliki. Perubahan fisik yang dialami remaja yaitu pertumbuhan tinggi badan, berat badan serta atribut-atribut fisik lainnya. Pada hakikatnya remaja memiliki konsep *Ideal* bagi dirinya sendiri.

Pentingnya seorang individu memiliki Body Image positif ialah sangat beragam serta melibatkan beberapa aspek kehidupan, mulai dari kesejahteraan mental dan pola hidup yang lebih sehat dalam kesehatan fisik dan kualitas hidup secara keseluruhan. Body image yang positif tentunya akan membawa suatu individu pada persepsi yang positif tentang citra tubuhnya, antara lain adalah Kesejahteraan mental yang lebih baik yaitu suatu individu dengan body image yang positif cenderung lebih memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi dan meminimalisir terjadinya gejala depresi. Persepsi positif terhadap penampilan fisik akan melekat dengan perasaan positif pada diri individu secara keseluruhan. Maka ketika seseorang merasa baik akan penampilan fisiknya, mereka akan merasakan kebahagiaan dan lebih percaya diri dalam berbagai aspek kehidupan. Selain kesejahteraan mental, terdapat hubungan yang lebih sehat, kesehatan yang lebih baik, adanya penerimaan terhadap perubahan yang terjadi pada tubuh, dan kualitas hidup yang lebih baik secara keseluruhan (Development, 2022).

Berbeda dengan penilaian *Body Image* yang negatif akan membuat remaja mengalami ketidakpuasan terhadap tubuhnya. Hal tersebut menjadi salah satu faktor akan terganggunya *Psychological Well Being* pada remaja karena kurangnya penerimaan fisik dan ada perasaan ingin merubah bentuk tubuhnya.

Pada dasarnya seorang individu ingin memiliki tubuh yang ideal agar terlihat sempurna ketika dipandang dengan orang lain. Salah satu hal yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan adalah *First Impression*, yaitu sebuah penilaian terhadap diri kita pada saat pertama kali bertemu. Hal itu terbukti dengan adanya penilaian dari orang lain kepada seseorang yang baru pertama kali dijumpai, biasanya yang pertama kali mereka lihat adalah bagaimana cara berbicara kita, berpakaian dan berpenampilan (Iswari, Dita & Hartini, 2005).

Reaksi sosial membuat seseorang sadar terhadap citra tubuh dan daya tarik fisik, hal itupun dapat membuat seseorang menjadi cemas dan khawatir terhadap bentuk tubuh yang mungkin dirasa kurang sempurna atau tidak bisa dikatakan *Ideal*. Karena pada zaman sekarang orang-orang beranggapan bahwa standar kecantikan dan ketampanan seseorang bisa dilihat dari citra tubuh.

Penilaian diri sendiri mengenai tubuh dan penampilan fisik disebut sebagai Body Image. Body Image menurut Cash dan Pruzinsky (2002) adalah persepsi, keyakinan, pikiran, perasaan, dan perilaku tentang diri individu meliputi persepsi yang berhubungan dengan tubuh dan sikap seorang individu. Body Image merupakan suatu sikap atau perasaan puas dan tidak puas yang dimiliki seseorang atau suatu individu tertentu terhadap tubuhnya sehingga dapat melahirkan suatu penilaian positif maupun negatif pada dirinya tersebut (Rombe, 2013). Masa remaja merupakan masa peralihan suatu individu yang akan mengalami permasalahan kompleks, salah satu permasalahannya yaitu perubahan pada fisiknya. Menurut Cash dan Pruzinsky (2002) Body Image adalah suatu sikap yang dimiliki seseorang terhadap penilaian diri sendiri, namun penilaian tersebut terbagi menjadi positif dan negative. Perubahan fisik yang dialami remaja mengakibatkan mereka mempunyai cara pandang yang berbeda-beda mengenai body image, remaja yang menilai kondisi tubuhnya tidak sesuai dengan tubuh ideal maka akan mengalami rasa tidak puas terhadap kondisi tubuhnya ataupun penampilannya. Kondisi tersebut dikenal sebagai body image yang negative. Sebaliknya jika suatu individu memiliki body image positif, mereka akan merasa cukup puas dan bersyukur dengan bentuk tubuh serta penampilan yang mereka miliki tanpa adanya rasa kekhawatiran dan cemas akan pandangan dari orang lain.

Menurut Alidia (2018) terdapat perbedaan perasaan ketidakpuasan pada body image antara laki-laki dengan perempuan. Dimana laki-laki yang tergolong obesitas akan memiliki sedikit peluang untuk puas terhadap bentuk tubuh mereka, laki-laki ingin memiliki tubuh yang ideal dengan kriteria tinggi besar karena mereka ingin tampil percaya diri dan tidak banyak dari mereka

yang ingin mengikuti trend pada zamannya. Sedangkan kalangan perempuan ingin memiliki bentuk tubuh yang langsing menyerupai ideal agar bias tampil menarik untuk siapapun orang yang melihatnya ataupun pasangannya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Reel et al., 2015) remaja putri lebih rentan dalam mengalami body image yang negative, bahwasannya perempuan lebih mengutamakan penampilan fisik dengan berpikir perempuan harus berpenampilan cantik dan menarik.

Perilaku rentan yang dimiliki oleh remaja dalam mengembangkan body image yang negative sangat berpengaruh pada kesehatan dan kesejahteraan psikologis mereka. Salah satu contoh yang dijelaskan adalah remaja memiliki resiko tinggi terhadap gangguan makan akibat dari tingginya pemikiran negative pada body image, serta adanya tekanan dari teman sebaya dan juga media massa untuk berpenampilan dengan baik. Fenomena tersebut menunjukkan adanya indikasi rendahnya Psychological Well-being.

Rasa tidak puas dengan tubuh adalah penilaian negatif seseorang secara mendalam terhadap diri sendiri yang ada pada pemikiran tentang penampilan fisik mereka, yang menyebabkan perasaan tidak puas akan kondisi fisik mereka. Rasa tidak puas dengan tubuh menempatkan kepentingan yang tidak semestinya tentang penampilan, berat, ukuran, atau bentuk tubuh mereka, dan menyebabkan seseorang menghindari interaksi dengan orang lain karena mereka merasa bahwa mereka dinilai berdasarkan penampilan mereka. Rasa tidak puas terhadap bentuk tubuh akan membuat seseorang membandingkan persepsinya tentang tubuhnya dengan orang lain, orientasi berlebihan, atau merasa bahwa tubuhnya kurang menarik dari pada tubuh orang lain, dan merasa bahwa ukuran atau bentuk tubuhnya menyebabkan kegagalan pribadi, merasa malu, cemas, atau merasa aneh dan tidak nyaman dengan tubuhnya sendiri, ini dikenal sebagai ketidakpuasan tubuh.

Psychological Well Being dan *Body Image* yang negatif dapat memunculkan suatu permasalahan terkait dengan *Body Image Negativ*, yang mana didalam *Body image negativ* terdapat kesehatan fisik dan mental. Ketidaksehatan fisik dapat memunculkan perilaku negatif pada seseorang salah satu contohnya menjalankan diet secara ekstrim, penyalahgunaan obat,

dan pembedahan kosmetik. Dan dalam kesehatan mental terdapat efek negatif yaitu, munculnya stress dan depresi, serta gangguan makan. (Dittmar 2010 dalam Kartikasari 2013).

Menurut Grogan 2008 dalam Brilliantari (2015) Terdapat lima dimensi dalam mengukur *Body Image* menggunakan *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scales* (MBRSQ-RS), dan Dimensi yang ketiga adalah *Body Area Dissatisfaction*, yaitu rasa ketidakpuasan individu terhadap beberapa bagian tubuh maupun secara keseluruhan. Perubahan fisiologis yang dialami seseorang bisa mempengaruhi kehidupannya salah satunya kehidupan sosialnya, ada sebagian orang yang menghindari berhubungan sosial dikarenakan merasa begitu rendah diri dan malu. Perubahan ini seringkali membuat seseorang menjadi tidak yakin terhadap diri sendiri karena bentuk tubuh tidak *Ideal*.

Terdapat beberapa dimensi *Body Image* menurut Cash dan Pruzinsky (2002) yaitu, Evaluasi penampilan yaitu mengukur suatu perasaan menarik atau tidak menarik, kepuasan atau ketidakpuasan yang intrinsik terkait pada kebahagiaan atau ketidakbahagiaan suatu individu serta kenyamanan dalam berpenampilan. Kedua, Orientasi Penampilan yaitu mengukur banyaknya usaha yang dilakukan individu untuk memperbaiki serta meningkatkan penampilan seseorang. Ketiga ada Kepuasan area tubuh yaitu mengukur kepuasan dan ketidakpuasan dalam area tubuh tertentu suatu individu. Adapun area yang dimaksud adalah wajah, rambut, tubuh bagian bawah (bokong, paha, pinggul, kaki), tubuh bagian tengah (pinggang dan perut), serta tampilan otot, berat badan dan tinggi badan. Yang keempat Kecemasan menjadi gemuk yaitu menggambarkan kecemasan suatu individu terhadap kegemukan atau kewaspadaan akan kenaikan berat badan yang ditampilkan melalui perilaku nyata yaitu diet dan membatasi pola makan. Yang terakhir adalah pengkategorian area tubuh yaitu dimana seseorang mengukur dan melabel ukuran badannya.

Faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya *Body Image* antara lain yaitu, jenis kelamin, media massa, keluarga, hubungan interpersonal. Adanya tuntutan-tuntutan tersebut merupakan dorongan seseorang yang

menimbulkan perasaan puas ataupun tidak puas akan kondisi tubuh yang mereka miliki. Seseorang yang memiliki *Body Image negatif* adalah orang yang tidak nyaman dengan tubuhnya, karena mereka merasa bahwa bentuk tubuhnya tidak sempurna dan menginginkan bentuk tubuh yang lebih bagus. Hal itu ditunjukkan bahwa adanya kritik yang berlebihan dari lingkungan sekitarnya dan membuat mereka menjadi *Overthinking* terhadap kondisi tubuhnya. Adanya pandangan Negatif terhadap tubuh mereka seringkali mengakibatkan berkembangnya gangguan makan ataupun gangguan mood, serta rendahnya *Psychological Well Being* (Quick et al., 2013). Maka dari itu peneliti ingin membuktikan melalui mini survey yang telah peneliti buat untuk, memperkuat fenomena penelitian mengenai *Body Image* apakah mempengaruhi *Psychological Well Being* seseorang.

Berdasarkan hasil wawancara nonformal yang dilakukan dari lima (5) remaja di daerah Bekasi Timur pada tanggal 26 Oktober 2023 didapatkan beberapa pernyataan yang merujuk pada ketidakpuasan bentuk tubuh sebagai berikut, pada subjek pertama (1) dimana subjek merasa tidak puas dengan bentuk tubuh yang tidak *Ideal* dan membuat proporsi bentuk tubuh menjadi tidak bagus, hal tersebut membuat subjek merasa tidak percaya diri karena tidak semua model baju yang subjek sukai bisa dipakai. Subjek kedua (2) mengatakan kurang puas karena memiliki bagian tubuh yang cenderung besar pada bagian paha, perut, dan bagian lainnya. Berbeda dengan subjek ketiga (3) mengaku bahwa subjek merasa puas dan bersyukur dengan bentuk tubuh yang subjek punya karena bentuk tubuh itu pemberian dari Tuhan YME, selain itu subjek merasa jika ia merasa puas ia tidak akan mengalami perasaan *Insecure*. Subjek keempat (4) mengatakan tidak puas dengan bentuk tubuh karena terlalu kurus dan kurang tinggi, subjek pernah mengalami *Body Shaming* oleh kerabat dekatnya karena bentuk tubuh yang ia punya, dalam beberapa kesempatan subjek melakukan *Workout* yang dimaksud untuk membuat bentuk tubuhnya menjadi lebih berisi dan kencang namun hal tersebut belum mencapai titik dimana subjek merasa puas dengan bentuk tubuhnya. Subjek kelima (5) juga merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya karena tidak *Ideal*, subjek pernah berusaha untuk memenuhi target

menurunkan berat badan dan hal itu pun berhasil, namun seiring berjalannya waktu ketika subjek mulai menjalani kehidupan seperti awal berat badan subjek bertambah kembali dan membuat subjek merasa tidak puas.

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan diatas bahwa penulis ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara *Body Image* dengan *Psychological Well Being* pada Remaja di Kota Bekasi Utara. Oleh karena itu penulis mengangkat judul “Hubungan antara *Body Image* dengan *Psychological Well Being* pada Remaja di Bekasi Timur”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pada penelitian terdahulu, penulis menemukan terdapat beberapa perbedaan dari penelitian-penelitian tersebut.

Penelitian pertama yang dilakukan oleh Rombe (2013) dengan judul “Hubungan Body Image dan Kepercayaan Diri dengan Perilaku Konsumtif pada Remaja Putri di SMA Negeri 5 Samarinda “ pada penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknis analisis jalur. Subjek penelitian tersebut wanita muda yang bersekolah di SMAN 5 Samarinda, yang berjumlah 87 siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara citra tubuh dan kepercayaan diri dengan perilaku konsumen pada remaja putri di SMA 5 Samarinda

Penelitian kedua yang dilakukan oleh Syabana & Ansyah (2021) dengan jurnal yang berjudul “The Relationship Between Body Image And Psychological Well Being In Senior High School Students”. Penelitian tersebut menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan teknik pengumpulan data skala likert, berupa skala citra tubuh dan skala kesejahteraan psikologis. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Muhammadiyah 4 Porong yang berjumlah 62 siswa. Hasil dari penelitian tersebut, dapat disimpulkan terdapat hubungan yang positif antara Body Image dengan Psychological Well Being pada siswi SMA Muhammadiyah 4 Porong. Hal tersebut berarti semakin positif Body Image semakin tinggi juga Psychological Well Being pada siswi SMA Muhammadiyah 4 Porong. Begitu

sebaliknya, semakin Negatif Body Image maka semakin rendah Psychological Well Being pada siswi SMA Muhammadiyah 4 Porong.

Penelitian ketiga yang dilakukan oleh Lilishanty & Maryatmi (2019) yang berjudul “Hubungan Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri dengan Psychological Well-Being pada Remaja Kelas 11 di SMAN 21 Jakarta”. Penelitian tersebut menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan teknik multivariate correlation. Subjek penelitian ini adalah 165 remaja kelas 11 di SMAN 21 Jakarta. Penelitian tersebut menggunakan teknik pengambilan sampel Simple Random Sampling dan instrumen penelitian yang digunakan adalah berupa skala Likert. Hasil penelitian tersebut menunjukkan terdapat hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri dengan psychological well being pada remaja kelas 11 di SMAN 21 Jakarta.

Penelitian keempat yang dilakukan oleh Eva et al., (2022) dengan jurnal yang berjudul “Body Image as a Predictor of Psychological Well-being in Early Adolescent Girls” Penelitian tersebut menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan teknik pengumpulan data skala likert berupa skala Body Image dan skala kesejahteraan psikologis. Populasi dalam penelitian tersebut seluruh siswa SMPN 4 Kota Malang yang berjumlah 186 siswa. Berdasarkan hasil penelitian tersebut Psychological well-being pada remaja putri sebagian besar berada pada klasifikasi sedang. Hal itu terlihat pada persentase tertinggi sebesar 84,4% yang termasuk dalam tingkat sedang dengan perolehan 157 subjek. Sedangkan subjek dengan persentase 13,97% berada pada kategori skor tinggi sebanyak 26 orang, dan sisanya tiga subjek dengan persentase 1,61% berada pada kategori skor rendah.

Penelitian kelima yang dilakukan oleh Hardjo et al., (2020) dengan jurnal yang membahas tentang Psychological Well-being remaja dengan judul “Bagaimana Psychological well being Pada Remaja ? Sebuah Analisis Berkaitan Dengan Faktor Meaning In Life”. Penelitian tersebut menggunakan Metode penelitian menggunakan meta analisis ini dilakukan dengan pencarian jurnal dengan menggunakan kata kunci “Psychological well being, meaning in life dan adult”. Berdasarkan hasil analisis terhadap 9 jurnal, diketahui bahwa makna dalam hidup telah menjadi topik penyelidikan

empiris yang sangat diminati selama beberapa dekade. Dalam tulisan ini ada 9 jurnal dengan jenis penelitian kuantitatif dengan berbagai metode analisis data digunakan untuk membantu menyatukan temuan yang berbeda, dengan perhatian khusus terhadap hubungan antara makna dalam hidup dan kesejahteraan psikologis (Psychological well being). Pada hasil dari penelitian ini mengatakan bahwa Berdasarkan hasil analisis terhadap 9 jurnal diketahui bahwa penelitian ini telah memberikan wawasan untuk makna hidup dan Psychological well being (kesejahteraan psikologis) siswa dari masa remaja awal dan akhir. Jika seseorang menganggap hidupnya bermakna maka dia akan merasa lebih sejahtera secara psikologis daripada mereka yang tidak menganggap hidup mereka bermakna, bahwa makna hidup memainkan peran penting pada masa remaja akhir. Saat menghadapi situasi dan peristiwa baru, kaum muda mencoba menafsirkan dan mengatur pengalaman mereka dengan mengidentifikasi aspek- aspek penting dari kehidupan pribadi dan sosial mereka, dan menemukan makna yang lebih dalam terhadap hidup mereka keadaan tersebut menjadi faktor yang membentuk keadaan Psychological well being individu semakin baik.

Berdasarkan latar belakang penelitian dan dari beberapa penelitian yang sudah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara Body Image dengan Psychological Well Being pada Remaja di Bekasi Timur?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *Body Image* dengan *Psychological Well Being* pada remaja di Bekasi Timur.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis pada penelitian ini yaitu diharapkan dapat menjadi wawasan tambahan dalam bidang Psikologi terkait *Body Image* dan *Psychological Well Being* dan bisa menjadi tambahan bagi penelitian selanjutnya. Penelitian ini juga dapat menjadi sarana ilmu pengetahuan untuk masyarakat dan mahasiswa yang membutuhkan informasi terkait *Body Image* dan *Psychological Well Being*.

1.4.2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi penelitian selanjutnya mengenai *Body Image* dan *Psychological Well Being* pada khalayak Remaja, dan memberi pemahaman bagi individu yang belum tahu informasi tentang *Body Image* dan *Psychological Well Being*.