

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *BODY*
DISSATISFACTION PADA REMAJA AWAL PUTRI**



Oleh:

MUTHIA NINDITA

14320059

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA
2018**

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *BODY*
DISSATISFACTION PADA REMAJA AWAL PUTRI**



Oleh:

MUTHIA NINDITA

14320059

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA**

2018



NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *BODY*
DISSATISFACTION PADA REMAJA AWAL PUTRI



Dosen Pembimbing Utama

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Retno Kumolohadi'.

(Retno Kumolohadi, S.Psi. M.Si. Psikolog)

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *BODY DISSATISFACTION* PADA REMAJA AWAL PUTRI

Muthia Nindita
Retno Kumolohadi

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *body dissatisfaction* pada remaja awal putri. Latar belakang dilakukannya penelitian ini adalah adanya perkembangan fisik yang pesat pada remaja awal putri yang mengakibatkan perubahan fisik yang megkhawatirkan sehingga tidak sedikit remaja putri mengalami ketidakpuasan akan sebagian tubuh yang dimiliki. Hipotesis dari penelitian ini adalah adanya hubungan yang negatif antara dukungan sosial dengan *body dissatisfaction* pada remaja awal putri. Penelitian ini menggunakan metode penyebaran kuesioner kepada 58 siswi disalah satu SMP di Yogyakarta. Skala yang digunakan adalah skala yang diadaptasi dari skala *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire- Appraisal Questionnaire* (MBSRQ-AS; Cash, 2000) dan skala dukungan sosial yang mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh House (1985). Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan *body dissatisfaction* pada remaja awal putri. Hasil ini ditunjukkan dari analisis korelasi *product moment pearson* yaitu $r = -0.321$ dengan nilai $p = 0.007$ ($p < 0.05$), dengan sumbangan efektif sebesar 10,3%. Hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Kata kunci: dukungan sosial, *body dissatisfaction*

ABSTRACT

This study was conducted with the aim to determine the correlation between social support and body dissatisfaction in early adolescent girls. The background of this study was the rapid physical development of early adolescent girls which causes physical changes which are worrying so that not a few young women experience dissatisfaction with some of their body. The hypothesis of this study is the existence a negative correlation between social support and body dissatisfaction in early adolescent girls. This study used a method of distributing questionnaires to 58 students in one of junior high school in Yogyakarta. The scale used is a scale adapted from the Multidimensional Body-Self Relationship Questionnaire scale-Appraisal Questionnaire (MBSRQ-AS; Cash, 2000) and a social support scale that refers to the aspects raised by House (1985). The results of this study indicate there is a negative relationship between social support with body dissatisfaction in early adolescent girls. These results are shown from Pearson's product moment

correlation analysis, which is $r = -0.321$ with $p = 0.007$ ($p < 0.05$), with an effective contribution of 10.3%. The hypothesis in this study was accepted.

Keyword: *social support, body dissatisfaction*

PENGANTAR

Bentuk tubuh yang ideal merupakan idaman untuk semua remaja. Pada masa remaja awal terjadi perkembangan fisik yang berlangsung cepat yang menyebabkan remaja menjadi sangat memperhatikan tubuh individu dan membangun citra tubuh (Santrock, 2003). Berkenaan dengan pertumbuhan dan perkembangan fisik pada masa remaja awal, ada beberapa hal yang secara umum biasa terjadi dan penting untuk diketahui, salah satunya adalah perubahan fisik yang mengkhawatirkan. Tidak sedikit remaja awal yang mengalami ketidakpuasan akan sebagian tubuhnya. Ketidakmampuan menyikapi ketidakpuasan ini akan menjadi salah satu yang menyebabkan remaja merasa rendah diri.

Menurut Mueller (Santrock, 2011), pada umumnya remaja putri merasa kurang puas dengan bentuk tubuhnya dan memiliki citra tubuh yang lebih negatif dibandingkan remaja putra. Hal ini serupa dengan yang diungkapkan oleh Nomate, Nur & Toy (2017) yang menyatakan bahwa remaja dengan rentang usia 10-19 tahun banyak mengalami perubahan baik fisik maupun psikologis. Perubahan yang tampak jelas pada aspek psikologis ini adalah remaja amat sering memperhatikan bentuk tubuhnya dan sering membangun citra tubuh sendiri. Kondisi ini paling sering dialami oleh remaja putri dibandingkan remaja putra. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesda) 2013, tertera bahwa di Indonesia memiliki prevalensi

gemuk pada remaja usia 13-15 tahun sebesar 10,8% yang terdiri dari 8,3% gemuk dan 2,5% sangat gemuk (obesitas). Remaja sering merasa tidak puas dengan *body image* atau citra tubuh dan ingin untuk mengubah tubuh mereka, terutama menurunkan berat badan.

Remaja *overweight* dan *obese* lebih sering merasa tidak puas dengan citra tubuh mereka dan *self-esteem* atau harga diri yang rendah. Dari hasil data yang diungkapkan oleh *yahoo health*, diketahui bahwa 94 persen remaja putri malu dengan fisik yang diduga karena individu cenderung menganggap tubuhnya aneh atau tidak sesuai dengan keinginan (liputan6.com, 2016). Banyak remaja putri yang merasa tubuhnya terlalu gemuk atau terlalu kurus dan tidak ideal. Pada kenyataannya, tubuh yang dimiliki remaja sudah termasuk tubuh yang ideal dan orang lain yang melihat belum tentu memandang negatif bentuk tubuhnya. Persepsi yang negatif mengenai bentuk tubuh ini akan menyebabkan *body dissatisfaction*. Persepsi negatif ini muncul karena adanya ketidakpuasan individu terhadap objek yang menjadi sumber persepsinya, adanya ketidaktahuan individu serta tidak adanya pengalaman individu terhadap objek yang dipersepsikan. Individu harusnya memiliki persepsi yang positif mengenai apapun yang ada di hidupnya, termasuk bentuk tubuh yang dimiliki. Individu yang memiliki persepsi positif akan menilai suatu objek atau informasi dengan pandangan yang positif atau sesuai dengan yang diharapkan dari objek yang dipersepsikan (Robbins, 2003).

Menurut Grogan (1999) *body dissatisfaction* merupakan pikiran dan perasaan negatif individu terhadap tubuhnya. Persepsi negatif mengenai tubuh ini dapat menimbulkan bahaya. Salah satunya yaitu mengakibatkan adanya usaha obsesif

terhadap kontrol berat badan pada remaja. Biasanya individu yang mepersepsikan tubuhnya negatif akan melakukan diet tanpa pengawasan dari para ahli. Banyak remaja yang melakukan diet karena saran dari teman-teman dan lingkungan sekitar bahkan dari internet yang belum terjamin keamanannya. Ogden (2002) menyampaikan bahwa *body dissatisfaction* dapat dikonseptualisasikan sebagai perbedaan antara persepsi individu terhadap ukuran dan bentuk tubuh individu dengan ukuran dan bentuk tubuh sebenarnya atau hanya sebagai perasaan ketidakpuasan dengan tubuh individu. Mendeteksi berat badan dan menilai lemak tubuh bagi kebanyakan orang dapat menggunakan IMT atau Indeks Massa Tubuh (*Centers For Disease Control and Prevention*, 2015). Firman (2015) mengatakan bahwa pengklasifikasian berat badan didasarkan pada indeks massa tubuh. Seseorang yang memiliki IMT kurang dari 18,5 maka dikategorikan kurus (*underweight*), IMT 18,5-24,9 masuk kedalam kategori normal (*normal weight*), IMT sebesar 25,0-29,9 masuk kedalam kategori gemuk (*overweight*), dan IMT diatas 30 masuk kedalam kategori obesitas (*obese*).

Berdasarkan wawancara singkat yang telah dilakukan pada Mei 2017 dengan beberapa remaja awal putri di Yogyakarta, subjek merasa dirinya memiliki beberapa kekurangan pada bagian tubuhnya. Subjek 1 yang memiliki tinggi badan 165 cm dan berat badan 49 kg merasa ukuran dan berat tubuhnya berlebihan sehingga merasa kurang percaya diri dengan keadaan tubuhnya. Selain itu, subjek 2 dengan tinggi badan 155 cm dan berat badan 52 kg menyampaikan adanya bagian tubuh yang tidak subjek senangi secara spesifik, seperti bentuk panggul dan bokong yang besar dan tidak sesuai dengan tubuh bagian atas.

Ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh remaja putri disebabkan oleh beberapa faktor penentu, seperti yang diungkapkan Ogden (2000) yaitu faktor sosial, etnisitas, kelas sosial, keluarga, faktor psikologis, keyakinan, hubungan ibu dan anak, dan *role control*. Dari beberapa faktor diatas, diketahui bahwa faktor sosial mempengaruhi *body dissatisfaction* pada remaja putri. Lingkungan sosial terdiri dari orang tua, keluarga, teman dan lain-lain. Dukungan dari orang tua diartikan sebagai adanya kehadiran orang tua yang membuat anak merasa nyaman dan membuat anak merasa bahwa dirinya diterima dan diakui sebagai individu (Lestari,2012). Keluarga merupakan lingkungan pertama dan terpenting bagi perkembangan dan penyesuaian diri individu. Keluarga juga merupakan lingkungan sosial yang sangat dekat hubungannya dengan seseorang terutama anak. Keluarga merupakan bagian terpenting untuk mengatasi stress dan lain sebagainya. Peran serta dukungan dari keluarga seperti informasi yang benar mengenai indeks massa tubuh sangatlah berarti dalam memberikan perhatian dan mengarahkan remaja pada pikiran yang positif mengenai diri sendiri, sehingga dibutuhkan hubungan yang baik dalam keluarga agar dapat menumbuhkan citra diri yang menguntungkan bagi anak (Saam & Wahyuni, 2012).

Sama halnya dengan keluarga, teman dan orang terdekat dapat mempengaruhi seseorang dalam berpikir mengenai tubuh individu. Stice, Presnell, dan Spangler (2002) menyatakan bahwa dukungan dari teman sebaya berhubungan dengan rendahnya ketidakpuasan tubuh di kalangan remaja. Dukungan dari teman seperti memberikan pandangan positif atau arahan kepada individu yang merasa kurang puas dengan tubuhnya dapat membantu individu untuk menekan pikiran negatifnya

mengenai bentuk tubuh. Dari berbagai bahaya yang ditimbulkan dari persepsi negatif mengenai bentuk tubuh dukungan sosial sangatlah penting. Remaja putri sangat memperhatikan bentuk tubuhnya jika dibandingkan remaja putra. Kerap kali remaja putri mengeluh tentang bentuk tubuh yang mereka miliki tidak sesuai dengan yang diinginkan. Peran sosial disini sangat dibutuhkan remaja putri yang tidak puas dan memandang negatif bentuk tubuh yang dimiliki. Dukungan sosial berperan dalam membentuk pandangan remaja putri untuk lebih menerima bentuk tubuh yang dimiliki tanpa harus mengeluh. Berdasarkan penjabaran di atas, dapat diasumsikan bahwa dukungan sosial dapat mempengaruhi *body dissatisfaction* pada remaja awal putri. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, peneliti tertarik untuk melihat apakah ada hubungan antara *dukungan sosial* dengan *body dissatisfaction* pada remaja awal putri?

METODE PENELITIAN

Responden dalam penelitian ini adalah awal putri di Yogyakarta dengan rentang usia 13-15 tahun berjumlah 58 orang. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah dengan pendekatan kuantitatif menggunakan dua macamskala, yaitu skala *body dissatisfaction* dan dukungan sosial. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *body dissatisfaction* dan skala dukungan sosial. Skala *body dissatisfaction* diadaptasi berdasarkan aspek *body dissatisfaction* yang dikemukakan oleh Cash dan Pruzinsky (2002). Skala *body dissatisfaction* ini diadaptasi dari 34 aitem MBSRQ-AS (*Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Apperance Scale*) yang terdiri dari 18 aitem *unfavorable* dan 16 aitem *favorable*. Skala dukungan sosial disusun oleh peneliti sendiri dengan

mengacu aspek yang dikemukakan oleh House (Smet, 2994). Skala dukungan sosial berjumlah 44 aitem yang terdiri dari 32 aitem *favorable* dan 12 aitem *unfavorable*.

Pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan perhitungan statistic dengan bantuan program SPSS 22 *for windows*. Dengan menggunakan bantuan program tersebut, peneliti melakukan sejumlah uji statistic, antara lain uji reliabilitas dan validitas skala, uji normalitas, linieritas, uji beda dan uji hipotesis. Uji hipotesis dilakukan dengan metode analisis korelasi *product moment* dari *Pearson*.

HASIL PENELITIAN

Setelah melakukan uji statistic, didapatkan data kedua variabel normal dan hubungan antara kedua variabel linier, sehingga dilakukan uji terhadap hipotesis teknik *product moment* dari *Pearson*. Berdasarkan perhitungan analisis korelasi *product moment* menggunakan SPSS 22 *for windows* didapatkan hasil sebagai berikut:

Variabel	Koefisien Korelasi (r)	Koefisien Determinasi (R ²)	Koefisien Signifikan (p)	Ket.
<i>Dukungan Sosial terhadap Body dissatisfaction</i>	-0.321	0.103	0.007	Hipotesis diterima

Berdasarkan perhitungan *Pearson Correlation one tailed* data yang didapat pada penelitian ini menunjukkan angka signifikansi sebesar 0.007 ($p < 0.05$) dengan koefisien korelasi sebesar -0.321. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi

dukungan sosial yang didapatkan maka semakin rendah kecenderungan *body dissatisfaction*, sebaliknya jika semakin rendah dukungan sosial yang didapat maka kecenderungan *body image* semakin tinggi. Perolehan angka tersebut menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial dengan *body dissatisfaction*. Adapun koefisien determinasi (R^2)= 0.103 (10.3%). Nilai ini menunjukkan bahwa perubahan *body dissatisfaction* seseorang pada remaja awal putri ditentukan sebesar 10.3% oleh faktor dukungan sosial dan 89.7% dipengaruhi oleh faktor lain.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *body dissatisfaction* pada remaja awal putri. Responden yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 58 responden dengan kisaran usia 13-15 tahun di salah satu SMP swasta di Yogyakarta. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan *body dissatisfaction* pada remaja awal. Hubungan tersebut dapat dilihat dari koefisien korelasi (r) sebesar -0.321 dan nilai p sebesar 0.007 ($p < 0.05$). Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah *body dissatisfaction* pada remaja awal putri, begitu pula sebaliknya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Evahani (2012) yang meneliti tentang hubungan *body dissatisfaction* ibu dan *body dissatisfaction* anak. Hasil menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *body dissatisfaction* ibu dengan *body dissatisfaction* pada anak dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0.3864 dan nilai p sebesar 0.003 ($p < 0.05$). Adanya

hubungan yang signifikan ini dapat terjadi karena ibu sebagai orang yang memberikan persepsi tentang *body dissatisfaction* yang dimilikinya melalui perilaku sehari-hari yang kemudian diperhatikan oleh anaknya. Hal lain yang menjadi alasan menurut Santrock (Evahani, 2012) adalah sosok ibu yang menjadi *role model* anak perempuan karena adanya persamaan jenis kelamin. Pada variabel dukungan sosial selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Najooan, Mulyadi & Kallo (2016) bahwa dukungan sosial dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan penerimaan diri pada pasien pasca stroke. Peran dan dukungan sosial berperan dalam membangkitkan individu untuk dapat menjalani kejadian-kejadian traumatis dan penuh tekanan.

Dalam penelitian ini didapatkan bahwa koefisien determinasi (R^2) = 0.103 (10,3%). Nilai ini menunjukkan bahwa perubahan *body dissatisfaction* seorang remaja awal putri ditentukan sebesar 10,3% oleh faktor dukungan sosial dan sisanya sebesar 89,7% dipengaruhi oleh faktor lain. Pada penelitian ini, dukungan sosial tidak hanya menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *body dissatisfaction*. Dengan kata lain meskipun dukungan sosial tinggi belum tentu menunjukkan tingkat *body dissatisfaction* yang rendah, ataupun sebaliknya. Hal ini membuktikan bahwa masih ada faktor-faktor yang mempengaruhi *body dissatisfaction* selain dukungan sosial. Menurut Wertheim dan Paxton (Cash & Smolak, 2011) faktor-faktor lain yang mempengaruhi *body dissatisfaction* adalah faktor biologis dan fisik serta tantangan perkembangan pubertas. Selain faktor-faktor diatas, Field (Berg, dkk, 2007) menyatakan bahwa harga diri rendah dan

suasana hati depresi serta indeks massa tubuh yang lebih tinggi merupakan faktor resiko untuk peningkatan ketidakpuasan tubuh.

Kategorisasi dalam penelitian ini responden yang memiliki *body dissatisfaction* rendah sebanyak 22 orang (37,94%), 10 orang (17,24%) masuk kedalam kategori sedang, dan 26 orang (44,82%) masuk kedalam kategori tinggi. Pada dukungan sosial, responden yang memiliki dukungan sosial rendah sebanyak 21 orang (36,21%), 13 (22,41%) orang untuk kategori dukungan sosial sedang dan 24 orang (41,38%) masuk kedalam kategori dukungan sosial yang tinggi. Berdasarkan kategorisasi diatas, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden pada penelitian ini berada pada tingkat dukungan sosial dan *body dissatisfaction* yang tinggi. Meskipun sebagian responden memiliki dukungan sosial yang tinggi, ternyata sebagian responden masih merasakan ketidakpuasan pada tubuhnya. Hal ini dapat terjadi karena faktor lain. Kurangnya informasi mengenai *body mass index* yang normal kepada subjek penelitian dapat menjadikan tingkat *body dissatisfaction* yang tinggi. Selain itu, tingkat kepercayaan diri responden juga dapat mempengaruhi pandangan individu terhadap tubuh yang dimiliki. Sehingga diperlukan sosialisasi untuk responden penelitian agar memiliki tingkat *body dissatisfaction* yang rendah.

Pada penelitian ini, peneliti melakukan analisis tambahan untuk melihat pola hubungan antara kedua variabel berdasarkan usia, berat badan, tinggi badan, dan bentuk tubuh berdasarkan *body mass index ideal* menurut *national institutes of health*. Berdasarkan hasil uji beda dengan menggunakan *One-way ANOVA* yang dilihat berdasarkan usia menunjukkan bahwa variabel *body dissatisfaction*

memiliki skor $F= 0.683$ dan nilai $p= 0.510$ ($p>0.05$), yang bermakna usia tidak ada hubungan yang signifikan antara usia dengan *body dissatisfaction*. Sedangkan pada variabel dukungan sosial memiliki skor $F= 0.272$ dan nilai $p= 0.763$ ($p>0.05$), yang bermakna tidak ada perbedaan rata-rata dukungan sosial berdasarkan usia.

Berdasarkan hasil uji beda dengan menggunakan *One-way ANOVA* yang dilihat berdasarkan berat badan, menunjukkan bahwa variabel *body dissatisfaction* memiliki skor $F= 1.345$ dan nilai $p= 0.213$ ($p>0.05$), yang artinya *body dissatisfaction* tidak memiliki perbedaan rata-rata jika berdasarkan berat badan. Sementara itu, pada variabel dukungan sosial didapatkan nilai $F=3.098$ dan nilai $p= 0.001$ ($p<0.05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan rata-rata dukungan sosial berdasarkan berat badan.

Selanjutnya, berdasarkan uji beda dengan *One-way ANOVA* yang dilihat berdasarkan tinggi badan, menunjukkan bahwa variabel *body dissatisfaction* memiliki skor $F=1.925$ dengan nilai $p= 0.041$ ($p<0.05$) yang bermakna ada perbedaan rata-rata *body dissatisfaction* jika dilihat berdasarkan tinggi badan. Sedangkan pada variabel dukungan sosial didapatkan nilai $F= 1.520$ dengan nilai $p= 0.131$ ($p>0.05$) yang artinya tidak ada perbedaan rata-rata dukungan sosial jika berdasarkan tinggi badan.

Hasil uji beda dengan menggunakan *One-way ANOVA* juga dilakukan yang dilihat berdasarkan bentuk tubuh menurut *body mass index ideal*. Hasil menunjukkan nilai $F=1.184$ dan nilai $p=0.281$ ($p>0.05$) pada variabel *body dissatisfaction* yang bermakna *body dissatisfaction* tidak memiliki perbedaan rata-rata berdasarkan bentuk tubuh. Sementara itu, pada variabel dukungan sosial

didapatkan nilai $F=6.333$ dengan nilai $p= 0.015$ ($p<0.05$) yang artinya ada perbedaan rata-rata dukungan sosial jika dilihat berdasarkan bentuk tubuh.

Pada akhirnya, peneliti menyadari bahwa yang telah peneliti lakukan dalam penelitian ini adalah bagian dari proses untuk memahami fenomena dukungan sosial dan *body dissatisfaction* secara komprehensif. Namun demikian, peneliti menyadari bahwa dalam pelaksanaan penelitian masih terdapat informasi yang belum bisa terungkap secara maksimal. Adapun kelemahan yang terdapat dalam penelitian kali ini yaitu metode penelitian yang hanya menggunakan kuesioner sehingga data yang didapat kurang akurat. Selain itu, pengambilan data untuk uji coba alat ukur dengan metode *online (google form)* membuat peneliti tidak dapat mengawasi secara langsung sehingga sangat mungkin terjadi bias.

KESIMPULAN

Penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan *body dissatisfaction* pada remaja awal putri. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka semakin rendah *body dissatisfaction* remaja awal putri. Berlaku sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi *body dissatisfaction* remaja awal putri. Sehingga hipotesis yang menyatakan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial dengan *body dissatisfaction* pada remaja awal putri diterima. Sumbangan efektif yang diberikan variabel dukungan sosial terhadap variabel *body dissatisfaction* kurang kuat, sehingga dapat dikatakan variabel dukungan sosial hanya sedikit mempengaruhi variabel *body dissatisfaction*.

Sebagian subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat *body dissatisfaction* dan dukungan sosial yang tinggi.

SARAN

1. Bagi Responden Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi pengetahuan bagi para remaja awal terutama putri untuk dapat menyaring masukan dari teman maupun orangtua yang dapat membuat pikiran menjadi lebih positif dan memandang diri sendiri sebagai keseluruhan yang baik karena sejatinya manusia adalah makhluk ciptaan Allah SWT. yang paling sempurna. Para remaja awal putri diharapkan untuk tidak menjadikan ketidakpuasan tubuh sebagai problem yang dapat menghambat dalam berperilaku maupun berpikir.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya apabila ingin meneliti dengan tema serupa diharapkan dapat melakukan penelitian yang lebih bervariasi dan dapat mempertimbangkan variabel lain seperti *self esteem*, indeks massa tubuh, suasana hati (depresi) dan lain-lain serta lebih memperdalam hal-hal yang berkaitan dengan variabel yang akan diteliti. Selain itu, sebaiknya peneliti selanjutnya dapat lebih aktif melakukan wawancara agar data yang diperoleh lebih akurat. Kemudian hal lain yang perlu dilakukan yaitu peneliti perlu menyempurnakan alat ukur agar lebih mudah dipahami dan sesuai dengan responden penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Berg, P. V. D., Paxton, S. J., Keery, H., Wall, M., dkk. (2007). Body dissatisfaction and body comparison with media images in males and females. *Science direct*.
- Cash, T. F., Pruzinsky, T. (2002). *Body Image : A Handbook Theory, Research and Clinical*. New York: Guilford Publications.
- Cash, T. F., Smolak, L. (2011). *Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention 2nd Ed*. New York: The Guilford Press.
- Centers For Disease Control and Prevention. (2015). About BMI for Children and Teens. Diunduh dari http://www.cdc.gov/healthyweight/assessing/bmi/childrens_bmi/about_childrens_bmi.html (5 Januari 2018).
- Evahani, L. (2012). Hubungan antara body dissatisfaction ibu dan body dissatisfaction pada anak perempuan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 1(1).
- Firman, S. (2015). Obesitas di Tempat Kerja. *CDK*, 42 (8), 578-584.
- Grogan, S. (1999). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women, and Children*. United States: Routledge.
- Lestari. (2012). *Psikologi Keluarga (Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga*. Jakarta : PT. Kencana Prenada Media Group.
- Najoan, K. T., Mulyadi, & Kallo, V. (2016). Hubungan dukungan sosial dengan penerimaan diri pasien pasca stroke. *e-journal Keperawatan*, 4(2)
- Ogden, J. (2000). *Health Psychology : Second Edition*. Buckingham : Open University press.
- Prawira, A.E. (2016). 94 Persen Remaja Putri Malu dengan Bentuk Tubuhnya. <http://m.liputan6.com/health/read/2404230/94-persen-remaja-putri-malu-dengan-bentuk-tubuhnya> diakses pada tanggal 6 April 2017.
- Riset Kesehatan Dasar. (2013). Laporan Nasional. Dapat diunduh pada <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Risikesdas%202013.pdf> diakses pada tanggal 23 September 2018.
- Robbins, S.P. (2003). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Gramedia.
- Saam, Z., Wahyuni, S. (2012). *Psikologi Keperawatan, Edisi 1*. Jakarta : Rajawali Press.

Santrock J. W. (2003). *Adolescence*. Jakarta : Erlangga.

Santrock, J.W. (2011). *Life Span Development, Edisi ke-13, Jilid 1*. Jakarta : Erlangga

Sarafino, E.P.(1998). *Health Psychology : Biopsychosocial Interactions. Third Edition*. United States of American: John Wiley & Sonc, In

Smet. B.(1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Grasindo.

BIODATA PENULIS

Nama Muthia Nindita

Jenis Kelamin : Perempuan

NIM : 14320059

Tempat, Tanggal Lahir : Tangerang, 25 Juni 1996

Email : muthianindita52@gmail.com

Nomor telepon/HP : 081225004469

Alamat : Niten, RT 5 RW 30, Wedomartani, Ngemplak,
Sleman, Yogyakarta