

TESIS

**HARGA DIRI SEBAGAI MEDIATOR ANTARA CITRA
TUBUH DAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA REMAJA
PEREMPUAN DI KULONPROGO**



Oleh:

Eka Putri Desy Rahmawati Sholeha

17731251001

**Tesis ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan
untuk mendapatkan gelar Magister Psikologi**

PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI

PROGRAM PASCASARJANA

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2020

ABSTRAK

EKA PUTRI DESY RAHMAWATI SHOLEHA: Harga Diri Sebagai Mediator Antara Citra Tubuh Dan *Subjective Well-Being* Pada Remaja Perempuan Di Kulonprogo. Tesis. Yogyakarta: Program Pascasarjana, Universitas Negeri Yogyakarta, 2020.

Kesejahteraan subjektif muncul sebagai masalah kesehatan mental di kalangan masyarakat, khususnya di kalangan para remaja. Hal ini terlihat dari kecenderungan para remaja yang memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah. Penelitian ini bertujuan untuk menguji harga diri sebagai mediator antara citra tubuh dan *subjective well-being* pada remaja.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis *ex-post facto*. Penelitian ini dilakukan di Kecamatan Nanggulan, Kulonprogo, Yogyakarta dengan jumlah sampel sebanyak 306 orang remaja. Penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, sedangkan pengumpulan data penelitian ini menggunakan skala kesejahteraan subjektif, citra tubuh dan harga diri. Validasi instrumen menggunakan validitas isi dan reliabilitas berdasarkan rumus *Alpha Cronbach* dengan α skala kesejahteraan subjektif = 0,664, α skala citra tubuh = 0,700, α skala harga diri = 0,791. Analisis data menggunakan analisis regresi berganda.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat efek mediasi pada pengaruh variabel citra tubuh terhadap *subjective well-being* sebesar 30,2%. Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya variabel harga diri sebagai mediator pada pengaruh citra tubuh terhadap *subjective well-being* pada remaja. Oleh karena itu, dapat diambil kesimpulan bahwa harga diri dapat menjadi mediator antara citra tubuh terhadap *subjective well-being* pada remaja.

Kata Kunci : citra tubuh, harga diri, kesejahteraan subjektif, remaja.

ABSTRACT

EKA PUTRI DESY RAHMAWATI SHOLEHA: Self-Esteem as a Mediator Between Body Image and Subjective Well-Being in Adolescent Girls at Kulonprogo. **Thesis. Yogyakarta: Graduate School, Yogyakarta State University, 2020.**

Subjective well-being arises as a mental health problem in the community, especially among teenagers. This can be seen from the tendency of teenagers who have low levels of happiness. This study aims to examine self-esteem as a mediator between body image and subjective well-being in adolescents.

This research is quantitative research of the ex-post facto type. It was conducted in Nanggulan Subdistrict, Kulonprogo, Yogyakarta with a total sample of 306 teenagers. The sample was established using the purposive sampling technique. The research data were collected using the scale of subjective wellbeing, body image and self-esteem. The instrument validation uses content validity and the reliability is based on the Formula of Cronbach Alpha with the α for subjective well-being scale = 0,664, with the α for body image scale = 0,700, with the α for self-esteem scale = 0,791. The data analysis uses the multiple regression analysis.

The results of this study indicate that there is a mediating effect on the influence of body image variables on subjective well-being by 30.2%. This shows that the existence of variable self-esteem as a mediator on the influence of body image on subjective well-being in adolescents. Therefore, it can be concluded that self-esteem can be a mediator between body image and subjective well-being in adolescents.

Keywords: *adolescents, body image, self-esteem, subjective well-being.*

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : EKA PUTRI DESY RAHMAWATI SHOLEHA

Nim : 17731251001

Program Studi : Psikologi S2

Dengan Judul :

**“ harga diri sebagai mediator antara citra tubuh dan *subjective well-being*
pada remaja perempuan di kulonprogo”**

Dengan ini menyatakan bahwa tesis ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar magister di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya dalam tesis saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis.

Yogyakarta, 10 - Maret - 2020

Yang Membuat Pernyataan



(Eka Putri Desy Rahmawati Sholeha)
NIM 17731251001





LEMBAR PENGESAHAN

HARGA DIRI SEBAGAI MEDIATOR ANTARA CITRA TUBUH DAN
SUBJECTIVE WELL-BEING PADA REMAJA PEREMPUAN DI
KULONPROGO

EKA PUTRI DESY RAHMAWATI SHOLEHA
NIM 17731251001

Dipertahankan di depan Tim Penguji Tesis
Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 21 Februari 2020

TIM PENGUJI

Nama Lengkap	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Sugito M.A. (Ketua/Penguji)		5/3/2020
Dr. Farida Agus Setiawati, M.Si. (Sekretaris/Penguji)		5/3/2020
Yulia Ayriza, Ph.D. (Pembimbing/Penguji)		6/3/2020
Dr. Siti Rohmah Nurhayati, M.Si (Penguji Utama)		4/3/2020

Yogyakarta, 20-3-2020
Program Pascasarjana
Universitas Negeri Yogyakarta
Direktur,


Prof. Dr. Marsigit, M.A.
NIP. 19570719 198303 1 004

LEMBAR PERSETUJUAN

**HARGA DIRI SEBAGAI MEDIATOR ANTARA CITRA TUBUH DAN
SUBJECTIVE WELL-BEING PADA REMAJA PEREMPUAN DI
KULONPROGO**

EKA PUTRI DESY RAHMAWATI SHOLEHA
NIM 17731251001

Tesis ini ditulis untuk memenuhi sebagai persyaratan untuk mendapat gelar
Magister Psikologi
Program Studi Psikologi

Menyetujui untuk diajukan pada ujian tesis

Pembimbing,



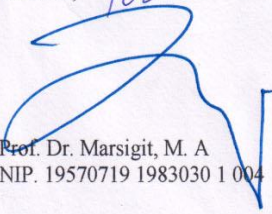
Yulia Ayriza, Ph.D

Mengetahui:

Program Pascasarjana
Universitas Negeri Yogyakarta


Direktur,

04/2020
/02



Prof. Dr. Marsigit, M. A
NIP. 19570719 1983030 1 004

Ketua Program Studi



Yulia Ayriza, Ph.D
NIP. 19590703 198702 2 003

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur atas izin dan petunjuk Allah SWT, sehingga tesis yang berjudul Pengaruh Citra Tubuh dan Harga Diri terhadap *Subjective WellBeing* pada Remaja dapat diselesaikan oleh penulis sesuai dengan waktu yang direncanakan, serta tidak lupa shalawat serta salam kepada junjungan Nabi Muhammad SAW.

Ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, baik berupa moril maupun materil dalam penyelesaian tesis ini. Ucapan terima kasih yang tak terhingga dan teristimewa untuk orang yang penulis cintai dengan sepenuh hati yaitu papa dan mama. Terimakasih atas segala pengorbanannya dan motivasinya selama ini, sehingga penulis bias menyelesaikan tesis ini, dan juga tidak lupa penulis ucapkan terima kasih yang tulus dan sebesar-besarnya kepada Ibu Yulia Ayriza, Ph.D selaku dosen pembimbing yang dengan sabar, ikhlas, dan pengertian untuk memberikan bimbingan dan motivasi selama proses penulisan tesis ini. Selain itu, penulis tak lupa mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta dan Direktur Program Pascasarjana beserta staf, yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran sehingga tesis ini dapat terselesaikan.
2. Kepada Ibu Yulia Ayriza, Ph.D selaku Ketua Program Studi serta pembimbing yang telah memberikan waktu, membimbing, membantu dan memberi semangat untuk menyelesaikan tesis.
3. Kepada Ibu Dr. Rita Eka Izzaty, M.Si selaku penasihat akademik, yang telah memberikan nasihat, dan motivasi untuk menyelesaikan tesis dengan baik.

4. Kepada seluruh Dosen Penguji Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta, terimakasih untuk mempermudah dalam proses penyusunan tesis.
5. Kepada seluruh Dosen Psikologi Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta, terimakasih untuk waktu dan keikhlasan hatinya dalam membagikan ilmu yang sangat bermanfaat selama perkuliahan.
6. Kepada kepala Sekolah dan bapak/ibu guru yang telah membantu dan memberikan kesempatan kepada saya untuk mengambil data penelitian di sekolah.
7. Kepada Orang tua saya, Syarifudin Nur dan Nelwiza Lasmi Brig yang telah memberikan *support*, perhatian serta do'a demi kelancaran terselesainya tesis ini.
8. Kepada Saudara-saudariku, Dwi Putra Muhammad Dhiya Hibatullah dan Aulia Intan Zakia Thoyibah yang senantiasa tidak henti-hentinya memberikan semangat dalam menyelesaikan tesis ini.
9. Kepada Meyen Airmasaha sebagai partner terbaikku yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan menemaniku selama ini.
10. Kepada teman-teman seperjuangan Pascasarjana Psikologi 2017, terimakasih atas kerja samanya, ide serta informasi yang diberikan selama menempuh studi di Pascasarjan Psikologi Universitas Negeri Yogyakarta.
11. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, yang telah membantu dalam menyelesaikan tesis ini. Semoga mendapatkan balasan dari Allah SWT.

Tiada Imbalan yang dapat diberikan oleh penulis, hanya kepada Allah SWT penulis menyerahkan segalanya dan semoga bantuan yang diberikan selama ini bernilai ibadah disisi-Nya.

Yogyakarta,

2020

Eka Putri Desy Rahmawati Sholeha
17731251001

DAFTAR ISI

TESIS	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
PENGESAHAN/PERSUTUJUAN NASKAH TESIS	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	10
C. Pembatasan Masalah	10
D. Rumusan Masalah	10
E. Tujuan Penelitian	11
F. Manfaat Penelitian	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
A. <i>Subjective Well-Being</i>	12
B. Citra Tubuh	18
C. Harga Diri	24
D. Remaja	31
E. Penelitian yang Relevan	35
F. Kerangka Pikir	40
G. Hipotesis Penelitian	44
BAB III	45
A. Jenis Penelitian	45
B. Tempat dan Waktu Penelitian	45
C. Populasi dan Sampel Penelitian	46

D. Variabel Penelitian	48
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	49
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	53
G. Teknik Analisis Data	55
BAB IV	59
A. Deskripsi Hasil Penelitian	59
B. Hasil Uji Prasyarat, dan Hipotesis	63
C. Hasil Pembahasan	74
D. Keterbatasan Penelitian	79
BAB V	81
A. Simpulan	81
B. Implikasi.....	81
C. Saran.....	82
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN	96

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jadwal Pengambilan Data Penelitian	46
Tabel 2. Sampel Penelitian	48
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen <i>Subjective Well-being</i>	50
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Citra Tubuh	51
Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Harga Diri	52
Tabel 6. Rentang Skor Kategori <i>Subjective Well-being</i>	56
Tabel 7. Rentang Skor Kategori Citra Tubuh	56
Tabel 8. Rentang Skor Kategori Harga Diri	57
Tabel 9. Pengkategorian Variabel <i>Subjective Well-being</i>	60
Tabel 10. Pengkategorian Variabel Citra Tubuh	61
Tabel 11. Pengkategorian Variabel Harga Diri	62
Tabel 12. Hasil Uji Heteroskedastisitas	66
Tabel 13. Hasil Uji Multikolinieritas	67
Tabel 14. Signifikansi Regresi Citra Tubuh Terhadap <i>Subjective Well-Being</i> Pada Remaja	68
Tabel 15. Signifikansi Regresi Citra Tubuh Terhadap Harga Diri Pada Remaja	69
Tabel 16. Signifikansi Regresi Harga Diri Terhadap <i>Subjective Well-Being</i> Pada Remaja	70
Tabel 17. Signifikansi Regresi Citra Tubuh Terhadap <i>Subjective Well-Being</i> Melalui Harga Diri Pada Remaja	71
Tabel 18. Skor r Kuadrat	71

Tabel 19. Koefisien regresi citra tubuh terhadap harga diri	73
Tabel 20. Koefisien regresi harga diri dan citra tubuh terhadap <i>subjective well-being</i>	73

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Peta Konsep Peneliti	44
Gambar 2. Histogram Kategori Variabel Kesejahteraan Subjektif	60
Gambar 3. Histogram Kategori Variabel Citra Tubuh	61
Gambar 4. Histogram Kategori Variabel Harga Diri	63
Gambar 5. Histogram Normalitas Residual Ketiga Variabel	64
Gambar 6. P-P Plot Uji Normalitas Residual Ketiga Variabel	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rekapitulasi Data Penelitian	96
Lampiran 2. Hasil Uji Validasi dan Reliabilitas Instrumen	105
Lampiran 3. Hasil Uji Deskriptif Statistik	108
Lampiran 4. Hasil Uji Prasyarat Analisis	111
Lampiran 5. Kisi-Kisi dan Instrumen Penelitian	119
Lampiran 6. Surat Keterangan Validasi	141
Lampiran 7. Surat Rekomendasi Penelitian	146
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian	148

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi tumbuh dan kembang antara masa anak-anak menuju dewasa yang di tandai dengan perubahan biologis, kognitif, dan sosial. Masa remaja yang berlangsung dari usia 18-25 tahun cenderung masih mengalami krisis identitas dan kebingungan, dimana remaja mulai membentuk identitas didalam dirinya (Jacky, Vince & Victor, 2019: 247). Masa remaja merupakan masa “*storm and stress*” di mana remaja memiliki perubahan suasana hati yang tidak menentu (Santrock, 2012). Selain itu, remaja yang lebih sering mengalami emosi yang tidak menyenangkan seperti kemarahan, kecemasan, depresi, perasaan yang tidak stabil, individu tersebut cenderung memiliki afek negatif dan merasa kurang puas dengan kehidupan mereka maka akan berdampak pada *subjective well-being* (Lampropoulou, 2018: 18-19). Namun sebaliknya, apabila remaja memiliki kepribadian yang lebih stabil dan tenang, mereka lebih mudah bergaul, energik, merasa puas dengan diri mereka dan kehidupan, oleh karena itu penting bagi remaja untuk memiliki *subjective well-being*.

Subjective well-being merupakan hasil penilaian aspek kognitif dan afektif seseorang terhadap kualitas hidup yang dijalannya (Diener, Oishi, & Lucas, 2012:63; Doralucia & Debora, 2016: 300). *Subjective well-being* pertama kali muncul setelah perang kedua ketika sebuah organisasi didirikan oleh Progam Pembangunan PBB (UNDP, 1965). Organisasi ini diciptakan untuk memberikan

kerjasama bagi negara-negara dalam rencana pembangunan berkelanjutan. Sejak saat didirikan, *subjective well-being* menjadi tujuan yang strategis global dan regional (Alatartseva, 2016).

Subjective well-being yang baik memiliki manfaat bagi kehidupan manusia, selain itu *subjective well-being* sebagai salah satu faktor yang dapat menurunkan resiko kematian pada individu, memicu kreativitas, kemampuan sosial (De Neve, Diener, Tay dan Xuereb, 2013). Individu yang bahagia lebih mudah menjalin hubungan sosial, membantu orang lain, percaya diri, memiliki perasaan puas didalam hidupnya, mampu merubah kehidupannya (Armenta, Ruberton & Lyubomirsky, 2015) serta individu dengan *subjective well-being* yang tinggi lebih baik dari pada individu dengan *subjective well-being* yang rendah (Lomas, 2016:10). Banyak penelitian menunjukkan bahwa *subjective well-being* memiliki keterkaitan dengan kesehatan mental, usia, dukungan sosial, pengaruh teman sebaya, hubungan keluarga dan kepribadian (Scriffin & Nelson, 2010), Afek positif (Lyubomirsky, Diener & King, 2005) serta harga diri (Cheng & Furnham, 2003).

Subjective well-being yang rendah pada remaja akan memiliki perasaan tidak bahagia dan berdampak pada kebiasaan yang buruk seperti merasa putus asa, sedih, suka mengeluh, iri, menyimpan masalah, serta tidak meningkatkan diri dilansir dari halaman CNN Indonesia (2016). Pernyataan tersebut didukung oleh Proctor, Maltby and Linley (2009: 167) yang menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai masalah seperti depresi, kecemasan, perilaku yang

menyimpang, upaya bunuh diri dan gangguan makan dapat menyebabkan *subjective well-being* yang rendah.

Subjective well-being dan kebahagiaan merupakan konsep yang sama dan banyak dipakai di kajian-kajian sebagai kebahagiaan individu (Wei, 2011: 47). Kebahagiaan mengarah pada suasana hati dan emosi yang menyenangkan meliputi kepuasan hidup atau *subjective well-being*. Laporan Kebahagiaan Dunia 2018 yang dikeluarkan oleh PBB, diurutkan berdasarkan tingkat kebahagiaannya menyatakan bahwa Indonesia berada di peringkat 96 dari 156 negara yang dimana mengalami penurunan 15 peringkat dari peringkat 81 ditahun sebelumnya (Anonim, 2018). Walaupun peringkat Indonesia naik menjadi 92 pada tahun 2019, namun angka ini masih tertinggal jauh dari beberapa Negara tetangga Singapura dan Thailand yang menduduki peringkat 34 dan 52 (Halliwey, Layard, dan Sachs, 2019: 24-25). Selain itu, selama kurun waktu 2015-2018 Indonesia mengalami perubahan tingkat kebahagiaan sebesar -0,160 dari skala 1-10 dan menduduki peringkat 88 dari 156 negara berdasarkan perubahan tingkat kebahagiaan (Halliwey, Layard, dan Sachs, 2018: 31).

Data demografi menunjukkan bahwa jumlah populasi penduduk di dunia sebagian besar remaja. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014, remaja merupakan penduduk dengan rentang usia 10-18 tahun. Sekitar 900 juta remaja berada di Negara sedang berkembang dan di Indonesia jumlah penduduk remaja berjumlah 66.3 juta jiwa dari total penduduk berjumlah 258.7 juta jiwa, sehingga satu diantara empat penduduk adalah remaja (BKKBN, 2017). Salah satu pulau yang memiliki jumlah remaja terbesar di Indonesia yaitu

pulau Jawa yang berjumlah 5,6 juta jiwa. Yogyakarta tercatat sebagai kota yang memiliki jumlah remaja terbesar dengan jumlah 266,40 juta jiwa yang berusia 10-14 tahun dan 268,60 juta jiwa remaja yang berusia 15-19 tahun (BPS, 2018).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2017) menunjukkan indeks *subjective well-being* mencapai 72,69. Sementara itu, berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2017) di kota Yogyakarta indeks *subjective well-being* yaitu sebesar 72,93%. Masing-masing dimensi memiliki kontribusi sebagai berikut: kepuasan hidup sebesar 34,80%, perasaan (*affect*) sebesar 31,18% dan makna hidup sebesar 34,02%. Sedangkan, dimensi perasaan yang meliputi perasaan senang, riang, gembira dalam menjalani hidup sebesar 75,06% dan perasaan khawatir atau cemas sebesar 64,33%. Pada klasifikasi jenis kelamin indeks *subjective well-being* dimensi perasaan remaja laki-laki sebesar 73,20% sedangkan remaja perempuan sebesar 72,66%. Dari data tersebut menunjukkan bahwa dimensi perasaan dan makna hidup laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan.

Pada usia remaja salah satu tugas perkembangan yang penting adalah remaja menerima kondisi fisiknya (Jahja, 2011). Penampilan fisik merupakan hal yang penting bagi remaja, persepsi remaja mengenai daya tarik fisik dan citra tubuhnya memiliki hubungan yang kuat terhadap harga diri (Damon & Lerner, 2006). Beberapa masalah yang terjadi pada remaja perempuan yaitu bahwa remaja sering kali memperhatikan bentuk tubuhnya dan membandingkan dengan teman-temannya, mengkonsumsi obat pelangsing untuk mencapai tubuh yang ideal, ingin memiliki tubuh yang kurus dan cantik seperti model atau idolanya,

takut memiliki bentuk tubuh yang gemuk, merasa kurang puas dengan bentuk tubuhnya dan penampilan fisiknya serta tidak percaya diri. Sementara itu, hasil penelitian Viren (2015: 712) menunjukkan bahwa 89 % perempuan memiliki ketidakpuasaan terhadap bentuk tubuhnya terutama berat badan dan ingin menjadi lebih kurus. Ketika seseorang mengalami ketidakpuasaan terhadap bentuk tubuhnya seringkali mereka tidak percaya diri dan membandingkan dengan teman-temannya yang memiliki tubuh yang ideal sehingga mempengaruhi harga dirinya (Jones, 2004).

Penelitian Asri dan Setiasih (2004) menunjukkan bahwa tidak percaya diri dengan bentuk tubuhnya yang obesitas tergolong tinggi sebanyak 45,5% dan mereka memilih untuk melakukan akupuntur untuk mendapatkan tubuh yang ideal. Berdasarkan permasalahan-permasalahan yang telah dijelaskan diatas *World Health Organization* (WHO, 2014) juga memperlihatkan persentase penduduk dunia lebih dari 1,9 miliar orang mengalami kelebihan berat badan, 31,6% mengalami obesitas dan 39% diantaranya remaja. Sementara itu hasil survey nasional di Amerika Serikat menunjukkan bahwa remaja yang mengalami kelebihan berat badan mengalami peningkatan dari 14,8% 2015-2016 menjadi 18,1% 2017- 2018 dan menjadi 18,4% ditahun 2019 (*National Center for Health Statistic*, 2019).

Berdasarkan data tersebut, remaja yang mengalami kelebihan berat badan berdampak pada psikologisnya yaitu remaja akan timbul rasa malu dan tidak percaya diri (Suandi, 2010), hal tersebut dapat menyebabkan harga diri yang rendah (Serber, 2012). Selain itu, Dieny (2007) menyatakan bahwa remaja usia

14-17 tahun sebanyak 68,2% menginginkan tubuh yang ideal, langsing dan tinggi, 50,4% melakukan upaya pencapaian tubuh yang ideal dengan cara yang tidak tepat, 22,2% melakukan diet tidak sehat, 9,3% mengkonsumsi obat pelangsing dan 37 % melakukan olahraga berlebih. Artinya ketidaksesuaian persepsi seseorang terhadap bentuk tubuhnya, maka semakin besar kemungkinan seseorang memiliki harga diri yang rendah (Bessenoff, 2006).

Salah satu penyebab seseorang mengalami *subjective well-being* adalah citra tubuh pada remaja, salah satu kepuasan yang harus terpenuhi adalah kepuasan terhadap bentuk tubuhnya, dimana hal itu dapat menimbulkan perasaan bahagia, lebih mampu menghargai dirinya, dan puas dengan keadaan fisiknya sehingga dapat meningkatkan *subjective well-being* (Firdevs, 2015). Penelitian Viren, Ulrich, Stefan & Martin (2014) menyatakan bahwa 9667 wanita, menunjukkan bahwa 89% terbukti memiliki ketidakpuasan dengan bentuk tubuh yaitu berat badan dan 84,1% menginginkan tubuh menjadi lebih kurus sehingga berdampak pada *subjective well-being* yang rendah. Penelitian lain Samuel & Sadiq (2017) menunjukkan bahwa 3.684 remaja berusia 15-18 tahun mengalami *subjective well-being* rendah karena tidak puas dan memiliki penilaian yang negatif terhadap bentuk tubuhnya sehingga melakukan upaya diet yang berlebihan.

Penelitian Antonio (2013: 2) menunjukkan bahwa dari 4877 remaja yang tinggal diportugal, 49,6 % responden laki-laki menunjukkan lebih puas terhadap bentuk tubuhnya di bandingkan 50,4 % responden perempuan. Hal ini menunjukkan adanya ketidakpuasan pada responden perempuan yang

merupakan penilaian individu tentang tubuhnya sendiri (Firdevs Savi, 2015: 538), yang mana citra tubuh berdampak langsung pada tingkat *subjective well-being* (Antonio, 2013: 2). Penelitian lain dari Kinley (2010: 321) menunjukkan bahwa 62% perempuan yang berusia 13-19 tahun dan 46% perempuan pada usia 30 tahun keatas mengatakan bahwa mereka tidak puas dengan keadaan bentuk tubuhnya.

Permasalahan yang muncul pada citra tubuh yang negatif pada remaja dapat menyebabkan gangguan makan, diet yang berlebihan (Neumark, 2006), gejala bulimia, obesitas (Van den berg & Neumark, 2007). Citra tubuh juga terbukti berhubungan dengan *subjective well-being* yang lebih buruk terutama gejala depresi (Paxton, 2006), suasana hati yang tidak stabil (mond, 2011). Remaja yang mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh akan memiliki dampak psikologis yang terkait *subjective well-being* yaitu tekanan sosial sehingga membuat mereka memiliki perasaan yang negatif seperti perasaan sedih, depresi (Daniela, et. al, 2016). Hal yang dapat meningkatkan citra tubuh pada remaja dengan membantu individu tersebut untuk menghargai penampilan tubuh mereka, mengajarkan mereka untuk fokus pada fungsi tubuh daripada penampilan, menjadi sadar akan kebutuhan tubuh (Tylka, 2012). Artinya menghormati dan menerima tubuh menjadi cara yang lebih efektif dalam meningkatkan citra tubuh pada remaja.

Subjective well-being yang tinggi juga dapat mendorong seseorang untuk melakukan hal-hal yang positif yang akan berdampak pada harga diri seseorang (Hongfei, Ronnel, & Peilian, 2017: 1). Harga diri juga sebagai faktor penting untuk memprediksi kesehatan mental dan *subjective well-being* (Sasa, 2015: 112). Penelitian Xuji, Xia & Baoguo (2017) menunjukkan bahwa dari 692 (351 laki-laki dan 341 perempuan) sebanyak 230 (33,2%) berasal dari sekolah umum sedangkan 462 (66,8%) berasal dari sekolah migran, mengalami *subjective well-being* yang rendah karena remaja yang berasal dari sekolah migran mengalami diskriminasi yang mana diperlakukan dengan negatif yaitu kurangnya penerimaan sosial dan pengucilan yang menimbulkan harga dirinya rendah. Penelitian lain dari Feng, Jingjing & Xuqun, 2012) menunjukkan bahwa dari 391 siswa (260 pria dan 131 perempuan) mengalami *subjective well-being* yang rendah karena mengalami penolakan sosial dengan lingkungan sekitar sehingga membuat harga diri remaja rendah. Tingginya pengaruh diskriminasi dan penolakan sosial dapat menimbulkan rendahnya harga diri dan menurunnya *subjective well-being* yang rendah.

Permasalahan yang muncul pada harga diri remaja yang rendah yaitu akan membuat remaja mengalami emosi yang negatif (Shen, 2009), ketidakbahagiaan (Simsek, 2011), kesepian (Lin, 2009), stress (Deng, 2013), depresi dan kecemasan (Fischer & Holz, 2007) serta *subjective well-being* yang rendah (Douglass & Duffy, 2014). Harga diri memiliki pengaruh terhadap penerimaan sosial, ketika remaja diditerima oleh anggota satu kelompok, maka mereka akan merasa diterima dan merasa aman, bahagia dan memiliki kepercayaan diri

dengan demikian individu tersebut akan lebih puas dengan hidup mereka dan berdampak pada *subjective well being*. Sebaliknya, ketika seseorang ditolak oleh suatu kelompok, akan merasakan depresi, kecemasan dan kepuasan hidup yang rendah dan menimbulkan *subjective well being* yang rendah (Kavanagh & Scrutton, 2015).

Harga diri yang rendah dapat berdampak pada aspek psikologis individu tersebut, mereka akan cenderung memiliki emosi negatif, kesulitan dalam menentukan tujuan hidup, memecahkan masalah, suasana hati yang negatif, depresi, ketidakpuasan dengan hidup dan berdampak pada *subjective well-being* yang rendah (Firdevs, 2015: 538-545). Harga diri rendah merupakan faktor resiko utama untuk gangguan depresi (Che Lin, 2015: 30), akan lebih mudah cemas dan memiliki perasaan negatif (Zhang, 2013:1), kesepian dan tidak memiliki pendirian (Zhai, 2015: 2). Kondisi remaja yang demikian mengakibatkan *subjective well being* remaja menjadi rendah (Diener, Lucas & Oishi, 2002).

Berdasarkan uraian permasalahan yang telah dijabarkan diatas, mengarahkan peneliti pada asumsi bahwa citra tubuh, harga diri dan *subjective well being* merupakan variabel yang perlu dilakukan suatu penelitian. Mengacu pada paparan tersebut peneliti mengajukan suatu penelitian mengenai bahwa harga diri dapat menjadi mediator pada citra tubuh dan *subjective well-being* pada remaja. Sehingga dapat memberikan masukan bagi praktisi dalam memberikan intervensi yang tepat terhadap permasalahan *subjective well-being*, terkait dengan citra tubuh dan harga diri remaja.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Adanya kecenderungan sebagian remaja yang memiliki *subjective well-being* yang rendah.
2. Adanya remaja yang mengalami citra tubuh yang negatif, padahal citra tubuh negatif dapat menimbulkan masalah gejala bulimia, obesitas, depresi dan suasana hati yang tidak stabil.
3. Adanya remaja yang memiliki harga diri yang rendah.
4. Belum ada peneliti sebelumnya yang menghubungkan antara citra tubuh dan *subjective well-being* melalui harga diri sebagai mediator.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka peneliti memfokuskan masalah pada hubungan antara citra tubuh dengan harga diri, sementara harga diri mempengaruhi *subjective well-being*. Namun demikian belum ada faktor-faktor peneliti yang menghubungkan antara citra tubuh dan *subjective well-being* melalui harga diri sebagai mediator.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah yang dikemukakan, maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini. Apakah harga diri dapat memediasi antara citra tubuh dengan *subjective well-being* pada remaja.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah harga diri sebagai mediator antara citra tubuh dengan *subjective well-being* pada remaja.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian ini adalah:

1. Manfaat teoritis: untuk menambah pengetahuan atau wawasan di bidang psikologis seseorang berupa data hasil penelitian yang terkait dengan harga diri sebagai mediator pada citra tubuh dan *subjective well-being* pada remaja, yang dapat di gunakan sebagai bahan rujukan bagi penelitian lain yang relevan di masa mendatang.
2. Manfaat praktis: Penelitian ini dapat memberikan pemahaman pada remaja betapa pentingnya *subjective well-being*, serta dapat digunakan sebagai bahan referensi yang lebih tepat pada permasalahan *subjective well-being* yang terkait dengan citra tubuh dan harga diri pada remaja.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. *Subjective well-being*

1. Definisi *Subjective well-being*

Subjective well-being merupakan domain keseluruhan mengenai kehidupan yang menciptakan kesejahteraan subjektif bagi individu secara menyeluruh (Priscilla & Gaithri, 2016:6) seperti kepuasan hidup, kebahagiaan, *fulfilment*, kepuasan terhadap area-area tertentu seperti pernikahan dan pekerjaan (Daniel, 2017:4; Diener & Ryan, 2009: 391). Pendapat lain juga dikemukakan Kroll (2011: 28) menyatakan bahwa *subjective well-being* merupakan penilaian individu terhadap kehidupannya, dimana penilaian ini meliputi kepuasan hidup, perasaan nyaman, kepuasan terhadap pencapaian didalam hidupnya dan merasa bahagia dan berarti. Kepuasan hidup yang dimaksud adalah dalam arti kehidupan yang baik, dimana individu lebih merasakan kenyamanan dibandingkan ketidaknyamanan (Maddux, 2017:7).

Subjective well-being berfokus pada penilaian individu terhadap kepuasan hidup serta kebahagiaan dan ketenangan, penilaian yang dimaksud adalah kognitif dan afektif (Diener, Lucas & Oishi, 2012: 63; Brule & Maggino, 2017:5). Jadi seseorang yang merasa puas dengan kehidupannya dan memiliki emosi positif maka individu tersebut dapat di katakan mempunyai kesejahteraan yang tinggi dan selalu merasa bahagia (Mark, 132-133). Sejalan dengan hal tersebut, Seligman (2011: 108) menyebutkan bahwa seseorang yang memiliki *subjective well-being* yang positif maka mereka

mampu merasakan kepuasan hidup dan mencapai tujuan yang diinginkan dibandingkan seseorang yang memiliki kesejahteraan yang negatif. Berdasarkan pendapat tersebut individu dengan pikiran dan emosi yang dirasakan dapat menilai hidupnya.

Robert S. Feldman (2013:239) mengenai *subjective well-being* adalah evaluasi seseorang mengenai hidup mereka meliputi pikiran dan emosi. Selanjutnya, Nayana (2013: 233) mengemukakan bahwa *subjective well-being* merupakan evaluasi seseorang terhadap kesejahteraan psikologinya atau sering disebut sebagai kebahagiaan (*Happiness*). Pendapat lain dikemukakan oleh De Neve, Diener, Tay dan Xuereb (2013) yang menyebutkan bahwa bahwa *subjective well-being* secara objektif mempengaruhi setiap perilaku dan pencapaian dalam kehidupan individu tersebut. Faktanya, terdapat hubungan dinamis antara kebahagiaan dan aspek penting yang lain dalam kehidupan. Pendapat lain Xuji, Xia, Baoguo (2017: 2) menyebutkan *subjective well-being* merupakan pandangan individu terhadap hidupnya yang terdiri dari penilaian secara kognitif dan afektif. Artinya penilaian kognitif mengacu pada kepuasan didalam hidupnya sedangkan penilaian afektif mengacu pada tingkat emosi yang positif dan negatif (Anderson, Hildreth, & Howland 2015:576).

Darusmin dan Himam (2015: 195) menyatakan bahwa *subjective well-being* merupakan komponen penting seseorang terhadap kehidupannya. Hampir senada dengan beberapa pernyataan diatas, menurut *Encyclopedia of Quality of Life Research* (esti, 2014:66) *subjective well-being* merupakan

persepsi dan pengalaman individu mengenai emosi yang positif dan negatif serta evaluasi kognitif dari kepuasan hidup. Apalagi beberapa penelitian menunjukkan bahwa *subjective well-being* lebih menekankan pada evaluasi kognitif terhadap kehidupan secara menyeluruh dan perasaan emosional setiap individu serta diukur terkait dengan kepuasan dalam hubungan sosial (Diener et, al, 2016). Sejalan dengan pendapat Jati Ariati (2010: 119) menyebutkan *subjective well-being* merupakan pandangan individu terhadap hidupnya yang terdiri dari aspek kognitif dan afeksi. Seorang individu memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi secara afektif apabila seseorang tersebut merasakan kebahagiaan sedangkan secara kognitif yaitu seseorang yang memiliki kepuasan di dalam hidupnya.

Berdasarkan uraian dari beberapa pengertian *subjective well-being* di atas, *subjective well-being* dapat di artikan sebagai penilaian kognitif dan afektif mengenai kehidupan seseorang yang meliputi kepuasan hidup serta reaksi emosional positif yang lebih dominan terhadap yang negatif.

2. **Komponen *Subjective well-being***

Menurut Diener (1984) terdapat dua komponen *subjective well-being* yaitu

1. Komponen Kognitif

Life satisfaction atau kepuasan hidup merupakan komponen kognitif, karena evaluasi seseorang diukur berdasarkan kehidupannya secara keseluruhan (Nickerson & Nagle, 2004: 97). Eddington dan Shuman (2005: 2) *Life satisfaction* sebagai evaluasi kognitif seseorang terhadap kepuasan hidup yang dikategorikan berdasarkan kepuasan saat ini,

kepuasan dengan masa lalu, kepuasan dengan masa depan. Komponen kognitif dapat diukur menggunakan *life satisfaction scale* (Diener, Emmons, Larsen, and Griffin, 1985)

2. Komponen Afektif

Komponen afektif terbagi atas afek positif dan afek negatif. Evaluasi afektif merupakan perasaan seseorang terhadap pengalaman emosi dari kesenangan, gembira, sedih, dan marah. Afek positif menunjukkan emosi yang menyenangkan meliputi perasaan senang, percaya diri dan antusiasme, sedangkan afek negatif merupakan faktor emosional yang menunjukkan emosi yang tidak menyenangkan meliputi perasaan sedih, marah, rasa bersalah, dan ketakutan (Diener, Scollon & Lucas, 2009: 97). Komponen afektif dapat diukur menggunakan skala PANAS (*Positive and Negative Affect Schedule*) yang di kembangkan oleh Watson, Clark, and Tellegan (1988).

Pendapat lain dari Aspek-aspek *subjective well-being* yang di kemukakan oleh Diener, Oishi dan Lucas (2012) terdiri dari tiga komponen dalam *subjective well-being*:

1. Afek positif merupakan perasaan seseorang yang sifatnya menyenangkan, menunjukkan kegembiraan, antusiasme, dan kebahagiaan selama hidupnya. Emosi positif merupakan bagian dari *subjective well-being* karena emosi-emosi tersebut menunjukkan bahwa hidup berjalan sesuai dengan apa yang diinginkan.

2. Afek negatif merupakan perasaan seseorang yang sifatnya tidak menyenangkan seperti kemarahan, kebencian, rasa bersalah, perasaan sedih. Emosi negatif dapat merefleksikan respon negatif yang dialami oleh individu tersebut.
3. Kepuasan hidup merupakan perasaan seseorang yang merasa puas dan damai didalam pencapaian kehidupannya meliputi komponen baik kognitif dan penilaian individu dari kepuasan hidup diberbagai bidang kehidupan

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa komponen *subjective well-being* mengacu pada Diener (1984) yaitu a) komponen kognitif yang meliputi penilaian terhadap kepuasan hidup seseorang. b) Komponen afektif yang meliputi afek positif, merupakan emosi yang menyenangkan, sedangkan komponen afek negatif merupakan emosi yang tidak menyenangkan.

3. **Faktor – Faktor yang Mempengaruhi *Subjective well-being***

1. Perbedaan jenis kelamin

Perbedaan jenis kelamin memiliki hubungan yang kuat terhadap *subjective well-being*. Laki-laki lebih menunjukkan kebahagiaannya dan kepuasan terhadap hidupnya merupakan hal yang penting. Sedangkan pada perempuan hal itu tidak sepenuhnya berlaku, karena perempuan cenderung menunjukkan emosi positif dan negatif serta rasa bahagia kepada orang lain dan hubungan yang seimbang dengan orang lain merupakan hal yang penting.

2. Kualitas hubungan sosial

Subjective well-being yang tinggi selalu berhungan dengan rasa sosial yang tinggi. Individu yang memiliki teman dan keluarga di lingkungan baik maka individu memiliki tingkat *subjective well-being* yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki teman dan keluarga. Hubungan erat akan terjalin bila individu memiliki teman dan keluarga.

3. Konsep Diri

Miller (2013: 2) mengatakan bahwa konsep diri adalah keyakinan di dalam diri seseorang tentang bagaimana dia memandang dirinya secara keseluruhan. Salah satu komponen penting dalam konsep diri yaitu terbentuk dari citra tubuh (*body image*) sebagai emosi individu tentang tubuhnya sendiri (Ramlan, 2004: 125). Citra tubuh membentuk aspek penting dari *subjective well-being* (Harter, 1990).

4. Harga diri

Harga diri yang positif merupakan variabel penting dalam *subjective well-being* karena penilaian terhadap diri akan mempengaruhi bagaimana seseorang menilai kepuasan dalam hidup yang mereka rasakan. Seseorang yang memiliki harga diri yang tinggi mereka akan mampu mengontrol dengan baik perasaan marah, mempunyai hubungan sosial yang baik dengan lingkungan sekitar (Compton and Hoffman, 2013: 55-68).

Berdasarkan uraian diatas, beberapa faktor dapat disimpulkan bahwa dalam meningkatkan *subjective well-being*, seseorang harus mampu mengontrol emosi yang negatif. Hal ini berkaitan dengan seseorang yang memiliki *subjective well-being* yang rendah akan terus memiliki emosi yang

negatif. Selain itu, adanya citra tubuh yang positif maka akan mempengaruhi seseorang untuk mendapatkan *subjective well-being* yang tinggi. Kondisi ini berlanjut dengan perasaan layak melalui harga diri yang tinggi dalam berhubungan sosial yang juga berdampak pada *subjective well-being*nya.

B. Citra Tubuh

1. Definisi Citra Tubuh

Citra tubuh merupakan gambaran mengenai bentuk tubuh, ukuran tubuh dan karakteristik seseorang yang terbentuk dalam pikiran individu itu sendiri Hence & Rosen (Bell & Rushforth, 2008: 1). Potter, et.al (2017) mengatakan bahwa citra tubuh merupakan sikap yang berhubungan dengan tubuh, fisik, struktur dan fungsi tubuh. Sejalan dengan hal tersebut, Fristy (2012: 2) menyatakan bahwa citra tubuh merupakan penilaian terhadap bentuk tubuh, berat badan ataupun keadaan tubuh seseorang yang berhubungan dengan penampilan fisik individu tersebut. Sependapat dengan Fristy, Justin Healey (2014: 1) menyatakan citra tubuh merupakan persepsi terhadap dirinya sendiri secara fisik, namun pemikiran dan perasaan tersebut sebagai hasil persepsi dari pengalaman individu itu sendiri. Citra tubuh bukan hanya persepsi kognitif saja melainkan pandangan dari sikap dan interaksi dengan orang lain, karena penampilan fisik merupakan salah satu karakteristik individu yang paling diperhatikan oleh orang lain dan interaksi sosial (Cristiana, 2017 : 3).

Lina & Zali (2016: 74) mengatakan bahwa citra tubuh merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif dan negatif. Penilaian positif terhadap kondisi tubuh yang ditandai

dengan perasaan puas dengan bentuk tubuhnya sering disebut citra tubuh positif dan penilaian negatif terhadap kondisi tubuh seseorang yang ditandai dengan ketidakpuasan dan mengalami kekhawatiran tentang bentuk tubuhnya sering disebut dengan citra tubuh negatif (Cash dan Puruzinsky, 2010: 20). Sementara menurut Melliana (2013: 84) citra tubuh adalah pengalaman psikologis yang mencakup pada sikap dan perasaan individu terhadap bentuk tubuhnya.

Rombe (2014: 108) menyatakan bahwa citra tubuh merupakan perasaan puas dan tidak puas terhadap tubuhnya yang dimiliki oleh seseorang sehingga dapat memunculkan penilaian positif dan negatif. Sejalan dengan hal itu, Moeen, Muazzam & Zubair (2013) menjelaskan bahwa citra tubuh seseorang di gambarkan bagaimana seseorang merasa puas terhadap penampilan fisik secara keseluruhan. Citra tubuh dipandang sebagai sebuah keyakinan deskriptif dan evaluatif terhadap penampilan seseorang yang dimulai dari masa kanak-kanak dan semakin intens ketika beranjak ke masa remaja (Papalia, 2008:23).

Citra tubuh dapat diartikan sebagai komponen sentral dari kesejahteraan emosional dan persepsi diri, yang melibatkan pengalaman dan penilaian subyektif dari penampilan tubuh seseorang Rachel Millstein (Marc D. Gellman, 2013 : 245). Citra tubuh memiliki tiga komponen yaitu pertama persepsi, dimana individu menilai tentang penampilan bentuk tubuhnya. Kedua sikap, bagaimana perasaan individu terhadap penampilan bentuk

tubuhnya. Ketiga perilaku, dimana persepsi dan sikap individu mempengaruhi perilaku individu itu sendiri (Bell & Rushforth, 2008: 97).

Berdasarkan beberapa pengertian citra tubuh yang telah dikemukakan diatas, dapat disimpulkan bahwa citra tubuh merupakan penilaian mengenai penampilan diri sendiri secara keseluruhan yang berupa penilaian positif dan negatif.

2. Aspek-Aspek Citra Tubuh

Menurut Cash dan Pruzinsky (2002), citra tubuh terdiri dari beberapa aspek yaitu:

- a. Evaluasi penampilan (*appearance evaluation*).

Evaluasi penampilan yaitu penilaian mengenai penampilan secara keseluruhan baik penilaian dari diri sendiri maupun reaksi dari orang lain.

- b. Orientasi penampilan (*appearance orientation*).

Orientasi penampilan yaitu usaha yang dilakukan individu untuk memperbaiki penampilannya baik merubah penampilan atau melakukan perawatan.

- c. Kepuasan terhadap bagian tubuh (*body area satisfaction*).

Kepuasan terhadap bagian tubuh yaitu tingkat kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik, baik itu tubuh bagian atas (wajah, rambut, dll), tubuh bagian tengah (pinggang, dan perut), dan tubuh bagian bawah (kaki, paha, pantat, dll).

- d. Kecemasan terhadap berat badan (*overweight preoccupation*)

Kecemasan terhadap berat badan yaitu kecemasan individu mengenai berat badannya baik itu kegemukan atau kekurusannya dan akan mengatur pola makan.

e. Pengkategorian ukuran tubuh (*self classified weight*)

Pengkategorian ukuran tubuh yaitu persepsi individu mengenai berat badannya dari kurus sampai gemuk.

Febriana (2012: 37) terdapat 3 aspek yang terkandung dalam citra tubuh seseorang yaitu:

a. Daya pikat fisik

Remaja yang memiliki penampilan yang menarik dipandang akan mudah bergaul dengan teman dan dapat diterima di lingkungan teman sebayanya dibandingkan dengan remaja yang tidak menarik. Seorang remaja yang atraktif cenderung dipandang memiliki kepribadian yang hangat, pintar dan ramah. Remaja yang memiliki daya pikat fisik yang kuat memiliki pengaruh terhadap perkembangan kepribadiannya dalam berhubungan sosial dan perilaku sosial.

b. Tipe tubuh ideal

Ada beberapa tipe tubuh ideal yang dimiliki oleh remaja yaitu pertama *endomorph*, dimana tubuh seseorang itu pendek, gemuk, dan besar. Kedua *mesomorph*, dimana tubuh seseorang itu kekar, kuat, berotot dan bahu serta pinggul yang membesar. Ketiga *ectomorph*, dimana tubuh seseorang itu tinggi, kurus dan struktur tulang menonjol).

c. Berat badan

Remaja yang mengalami kegemukan mereka akan merasa terganggu dalam hubungan sosialnya dan remaja yang memiliki kecemasan tentang berat badannya mereka akan cenderung untuk melakukan diet.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek citra tubuh merujuk pada Cash dan Pruzinsky (2002) antara lain evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan berat badan, dan pengkategorian ukuran tubuh.

3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh

Banyak hal yang dapat mempengaruhi citra tubuh, antara lain jenis kelamin, media massa yang memberikan gambaran ideal tentang wanita cantik dan sempurna. Secara lebih jelas dan terperinci maka Bell dan Rushforth (2008: 3-8), menyebutkan ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh (*body image*), di antaranya sebagai berikut:

a. Jenis kelamin (*Gender*)

Jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi perkembangan citra tubuh seseorang. Ketidakpuasan terhadap tubuh lebih banyak terjadi pada remaja perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Field dan Rosenblum, dkk (dalam Cobb, 2007: 86), “laki-laki lebih mempunyai citra tubuh yang positif dibandingkan dengan perempuan”. Perempuan biasanya lebih memperhatikan penampilan tubuhnya sedangkan laki-laki lebih memperhatikan bentuk otot yang kekar (Longe, 2008).

b. Media massa

Media massa seperti majalah fashion, baik televisi, maupun internet saat ini banyak menampilkan citra perempuan sebagai sosok yang ideal (Nemeroff dalam Bell dan Rushforth, 2008:3). David, Derald, Diane, & Stanley (2016:142) menyatakan bahwa media berperan penting bagi remaja, sebagian remaja ingin memiliki tubuh yang ideal sehingga menimbulkan bahwa tubuh langsing merupakan tubuh yang ideal. Sosok model yang di tunjukkan oleh media massa dapat mempengaruhi individu untuk meniru, sehingga perempuan berusaha untuk memperhatikan berat badannya, jika harapan yang diinginkan tidak tercapai bisa membuat individu tidak puas dengan bentuk tubuhnya.

c. Keluarga dan sosial (*Family and Social*)

Proses pembelajaran sering kali dibentuk oleh orang sekitar yaitu keluarga, teman sebaya dan orang yang ditemuinya, mengenai penampilan fisiknya untuk membandingkan dirinya dan orang lain. Keluarga dan lingkungan sekitar dapat mempengaruhi perkembangan citra tubuh pada remaja.

Selain itu, Melliana (2013: 84-88) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi citra tubuh yaitu:

a. Perbandingan dengan orang lain

Citra tubuh secara umum terbentuk dari perbandingan yang dilakukan individu atas fisiknya dengan standar ideal yang ada didalam lingkungan sosial dan budaya. Salah satu penyebab antara citra tubuh ideal dengan keadaan tubuh seringkali dipengaruhi oleh media massa. Media massa sering menampilkan bintang idola dengan bentuk tubuh yang ideal,

sehingga individu terus-menerus membandingkan bentuk tubuhnya dengan idolanya dan akan sulit menerima bentuk tubuhnya.

b. Keluarga

Proses pembelajaran citra tubuh sering kali dibentuk oleh orang sekitar terutama keluarga. Keluarga sangat berperan mempengaruhi perkembangan citra tubuh seseorang melalui modelling, instruksi, dan umpan balik.

c. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal individu dengan orang lain seringkali membanding-bandingkan dirinya dengan temannya. Hal tersebut akan mempengaruhi individu dalam memandang penampilan fisiknya.

Berdasarkan uraian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi citra tubuh adalah Jenis kelamin (*Gender*), media massa, keluarga dan sosial (*Family and Social*), perbandingan dengan orang lain dan hubungan Interpersonal.

C. Harga Diri

1. Definisi Harga Diri

Harga diri merupakan sebuah kebutuhan akan penghargaan diri seseorang. Selain itu, Zeigler (2013: 14) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki harga diri tinggi lebih mempertahankan atau meningkatkan perasaan harga dirinya sedangkan individu yang memiliki harga diri rendah mereka mempunyai resiko kegagalan/penolakan terhadap dirinya. Harga diri merupakan perasaan seseorang yang ditandai dengan rasa bahagia, pantas, dan kemampuan seseorang dalam menghadapi tantangan hidup (Branden

1994: 27). Sejalan dengan pendapat Branden, Murk (2006: 22-23) bahwa harga diri memiliki dua faktor yaitu *competent* dan *worthiness*. *Competence* terjadi dimana seseorang mampu melakukan tindakan untuk menangani masalah secara efektif dalam meraih kesuksesannya selain itu kompetensi juga mencakup hal-hal yang memotivasi seseorang. Sedangkan *Worthiness* perasaan berharga yang terjadi dimana seseorang merasa “layak” dihadapan orang lain.

Ghufro dan Risnawati (2015: 40) mengartikan harga diri merupakan evaluasi yang dilakukan oleh seseorang terhadap dirinya yang berdasarkan pada hubungan orang lain. Selanjutnya Baumeister (2013) menyatakan bahwa harga diri merupakan penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri dimana berhubungan dengan kemampuan sosial dengan masyarakat sekitar. Santrock (2012:329-330) mengatakan bahwa harga diri sama dengan gambaran diri yang meliputi penilaian diri secara menyeluruh. Seperti halnya anak menganggap dirinya sebagai individu yang baik bukan sebagai individu yang tidak baik.

Menurut Siqueira, Oliveira (2017) harga diri merupakan penilaian seseorang dalam memandang dirinya untuk mengekspresikan sikap kesetujuan atau ketidaksetujuan dan menunjukkan seberapa jauh individu percaya pada dirinya sendiri bahwa individu tersebut mampu, berarti, sukses dan berharga. Sedangkan menurut Minev (2018) bahwa harga diri merupakan faktor mendasar tentang kesadaran terhadap diri sendiri dan kesehatan mental seseorang. Naderi (2009:26-37) menyatakan harga diri merupakan keyakinan

yang dimiliki oleh individu tentang dirinya yang mempengaruhi tingkat kecakapan remaja dalam berbagai aspek kehidupan antara lain kesuksesan, pekerjaan, prestasi akademik, hubungan interpersonal serta kebahagiaan.

Harga diri sering diartikan sebagai evaluasi positif atau negatif individu terhadap dirinya sendiri (Smith, Mackle & Claypool, 2014: 107). Pendapat tersebut sejalan dengan (Ghufron & Risnawati, 2010: 39) menyatakan bahwa harga diri merupakan penilaian terhadap seseorang dari segi positif atau negatif yang di hubungkan dengan sikap seseorang. Lain halnya dengan pendapat Branden (2010:39) mengatakan bahwa harga diri merupakan kemampuan seseorang dalam menghadapi sebuah tantangan di dalam hidupnya, keyakinan untuk memperoleh hak untuk hidup bahagia, serta memiliki perasaan berharga.

Harga diri biasanya di gambarkan sebagai “perasaan seseorang bahwa mereka cukup baik”, dan seseorang dengan harga diri yang tinggi selalu percaya diri bahwa mereka lebih unggul dibandingkan orang lain Orth dan Robins (2014: 123). Hal tersebut didukung oleh Coopersmith (Guindon, 2010, Ranguti & Mardiawan, 2014, Mackinnon, 2015) yang menyatakan bahwa harga diri merupakan penilaian yang dilakukan oleh individu terhadap dirinya sendiri baik secara positif dan negatif serta menganggap dirinya berharga dan berarti. Artinya ketika seseorang memiliki harga diri yang positif mereka akan merasa senang dan merasa penting sedangkan seseorang dengan harga diri yang negatif mereka akan memiliki rasa ambivalen dan

kurang percaya diri bahwa mereka memiliki kualitas positif (David & Katherine, 2014).

Harga diri yang rendah memiliki emosi yang negatif seperti kecemasan, permusuhan, depresi, kecemasan sosial, kesepian, dan rasa bersalah sebaliknya individu yang memiliki harga diri yang tinggi maka mereka memiliki kesadaran yang positif, konsep diri, tanggung jawab, ketegasan, memiliki integritas hidup dan mempunyai tujuan hidup (mruk, 2013:3). Namun apabila seseorang tidak memiliki keenam hal tersebut, maka individu tersebut memiliki harga diri yang rendah dan hal ini dapat menimbulkan perilaku yang negatif sehingga individu mempunyai masalah dengan harga dirinya (Branden, 1994; Brann, Owens & Williams, 2012; Friel & Friel, 2012).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa harga diri merupakan penilaian yang dilakukan oleh seseorang terhadap dirinya secara keseluruhan serta menganggap bahwa dirinya berharga dan berarti.

2. Aspek-aspek Harga Diri

Aspek-aspek harga diri menurut coopersmith (1967) terbagi 4 diantaranya:

a. Kekuasaan (*Power*)

Perasaan yang dimiliki oleh seseorang pada saat dirinya merasa mampu untuk mempengaruhi orang lain dan mengontrol tingkah laku, serta perlunya pengakuan dan penghormatan yang diterima individu dari orang lain.

b. Keberartian (*Significance*)

Perasaan yang dimiliki oleh seseorang pada saat dirinya diterima dan diperlakukan sama oleh suatu kelompok dilingkungan sekitar yang memiliki rasa kepedulian, perhatian dan kasih sayang yang diterima oleh individu dari orang lain, serta penghargaan yang diekspresikan dengan adanya penerimaan dari orang lain.

c. Kebajikan (*Virtue*)

Perasaan yang dimiliki oleh seseorang pada saat dirinya merasa mampu untuk berperilaku yang sesuai dengan standar moral, kode etik dan prinsip yang sesuai dengan lingkungan sekitar.

d. Kompetensi (*Competence*)

Perasaan yang dimiliki oleh seseorang pada saat dirinya merasa yakin atas kemampuan yang dimilikinya dalam mengambil sebuah keputusan dan memecahkan masalah serta mampu melaksanakan tugas atau kewajiban dengan baik.

Pendapat lain dari Aspek-aspek dari harga diri yang dikemukakan oleh Steinberg (2011) terdiri dari:

1. Kompetensi sosial yaitu individu mampu berhubungan sosial dan mengevaluasi diri dalam berhubungan dengan orang tua, teman dan lingkungan sekitar.
2. Akademik yaitu individu menunjukkan dan mengevaluais kemampuan-kemampuan yang ada pada dirinya kemudian di bandingkan dengan individu lain.

3. Fisik yaitu secara fisik, individu memperhatikan penampilan yang merupakan bagian terpenting dalam meningkatkan harga diri.

Berdasarkan penjelasan di atas, untuk mengukur tingkat harga diri pada remaja menggunakan aspek-aspek dari Coopersmith (1967) di antaranya kekuasaan (*power*), keberartian (*significance*), kebajikan (*virtue*), kompetensi (*competence*).

3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Harga Diri

Menurut Tracy (2012) mengemukakan 5 faktor yang dapat mempengaruhi harga diri seseorang, sebagai berikut:

- a. Melatih pemikiran secara terus-menerus untuk meningkatkan kepercayaan diri, sehingga akan berdampak pada kepribadian kita.
- b. Tidak mudah menyerah dalam mencoba segala hal sesuatu bukan menghindari apa yang terjadi di depan.
- c. Bagaimana individu menampilkan perilaku yang berhubungan dengan kepribadian diri seseorang, yang termasuk harga diri.
- d. Mampu memahami dan menilai diri sendiri, mengenai kemampuan yang dimiliki oleh individu tersebut .
- e. Memahami diri sendiri mengenai apa yang diinginkan dan nilai-nilai yang dipercaya.

Menurut Reber & Reber (2016) harga diri seseorang dapat di pengaruhi oleh beberapa faktor antara lain:

- a. Citra tubuh

Merupakan gambaran diri yang dimiliki oleh individu melalui interaksi dengan lingkungan sekitarnya dan akan mempengaruhi dan membentuk harga diri orang tersebut.

b. Self Evaluation

Merupakan keyakinan-keyakinan individu mengenai dan bagaimana orang dalam mengevaluasi dirinya. Disini individu menilai dirinya sendiri sejak mereka berinteraksi dengan lingkungannya. Tingkah laku yang diperoleh sesuai dengan lingkungan sosial sesuai dengan tahap perkembangannya.

c. Evaluasi terhadap kesuksesan

Evaluasi terhadap kesuksesan merupakan bagian dari identitas diri, hal ini membuat individu melakukan sesuatu yang membuat dirinya merasa berarti secara sosial, hal ini dapat memberikan kekuatan yang dapat meningkatkan rasa penghargaan terhadap diri.

Menurut Weisman, Daniel, Schiefer, Mollering dan Noam-Kanfo (2015) harga diri seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain:

- a. Individu memiliki perasaan yang bermakna dan rasa aman baik di lingkungan pekerjaan maupun teman yang membuat seseorang merasa aman dan diterima oleh orang-orang sekitar dalam lingkungannya
- b. Bagaimana identitas sosial individu dapat mempengaruhi harga dirinya.
- c. Individu mampu mengekspresikan dirinya terhadap orang lain dan bagaimana individu berperilaku di sekitar lingkungan mereka.
- d. Individu mampu memahami lingkungan keluarga dan sekolah di mana tempat mereka dapat mengenali kepribadian mereka.

- e. Pengalaman yang dimiliki oleh individu tentang cara berpikir seseorang dari positif menjadi negatif.

Berdasarkan pendapat dari Tracy (2012) dan Weisman dkk (2015), dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi harga diri yaitu apabila individu mengembangkan pikiran positif, maka dapat meningkatkan kepercayaan diri, tidak mudah menyerah, menampilkan perilaku positif, memahami kemampuan diri sendiri, mengenali kepribadian diri sendiri, memiliki perasaan bermakna, identitas sosial yang baik, mampu mengekspresikan dirinya, mampu memahami lingkungan keluarga serta cara berpikir seseorang berdasarkan pengalaman didalam kehidupan sehari-harinya. Oleh karena itu, apabila faktor-faktor ini tidak diperoleh, maka individu memiliki ketidakpuasan di dalam hidupnya, dalam hal ini dapat menurunkan *subjective well-being* pada remaja dan harga diri pada remaja akan berpengaruh.

D. Remaja

1. Definisi Remaja

Papalia (2008: 534) mengatakan bahwa remaja adalah masa transisi perkembangan dari masa kanak-kanak hingga masa dewasa yang mengalami perubahan baik secara fisik, kognitif dan psikososial yang dimulai dari usia 11-12 tahun dan berakhir pada awal usia 20 tahunan. Sejalan dengan pendapat Sarwono (2012) remaja yang menuju masa remaja awal mereka cenderung menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai mencapai kematangan seksual.

Masa remaja juga sering disebut sebagai masa perubahan, di mana pada masa ini remaja menunjukkan perubahan dalam bentuk sikap dan mengalami perubahan secara fisik (Pratiwi, 2012). Pertumbuhan yang terjadi sangat cepat terhadap remaja awal dalam segi fisik maupun psikis antara usia 13-24 tahun (Malahayati, 2010: 10). Selanjutnya Dariyo (2004: 13-14) membagi 3 tahap perkembangan masa remaja sebagai masa remaja awal pada rentan usia 13-14 tahun, masa remaja pertengahan pada rentan usia 15-17 tahun dan masa remaja akhir pada rentan usia 18-21 tahun. Tahap perkembangan remaja sangat penting dalam tugas perkembangannya, apabila tugas perkembangan remaja dapat di selesaikan dengan baik maka akan membawa kebahagiaan dan kesuksesan sebaliknya apabila tugas perkembangan remaja tersebut gagal maka akan muncul ketidakbahagiaan serta menimbulkan penolakan di dalam masyarakat (Yusuf, 2006: 65). Tugas-tugas perkembangan ini meliputi sikap, tingkah laku, perilaku dan keterampilan yang dimiliki oleh individu tersebut.

2. Tahap Perkembangan Remaja

Menurut Yusuf (2011: 193-209) tahap perkembangan remaja antara lain yaitu:

a. Perkembangan Fisik

Pada perkembangan fisik dibagi menjadi perkembangan fisik primer dan perkembangan fisik sekunder. Perkembangan fisik primer meliputi perubahan tumbuhnya testis, mimpi basah dan mengalami menstruasi, sedangkan perkembangan fisik sekunder meliputi perubahan dalam tinggi badan, berat badan, proporsi tubuh, serta pubertas.

b. Perkembangan Kognitif

Pada masa ini remaja mencapai tahap perkembangan kognitif operasional formal. Pada tahap ini remaja sudah mampu berpikir secara abstrak, sistematis, dan rasional.

c. Perkembangan Emosi

Pada masa ini remaja memiliki emosi yang meluap-luap, pada masa ini remaja mengalami kematangan reproduksi. Remaja pada tahap ini memiliki emosi yang tidak stabil dibandingkan dengan remaja pada fase akhir.

d. Perkembangan Sosial

Pada masa ini remaja didorong untuk menjalin hubungan interpersonal yang lebih intim terutama dengan teman sebaya.

e. Perkembangan Penalaran Moral

Pada masa ini perkembangan moral terbentuk melalui interaksi dengan lingkungan sekitar. Perkembangan moral disini tidak mengabaikan hak dan kewajiban yang dimiliki orang lain dalam pemenuhan hak dan kewajiban pribadi.

Pendapat lain mengenai tahap perkembangan remaja menurut Sarwono (2012) ada tiga, yaitu :

d. Remaja awal (*early adolescence*) usia 11-13 tahun

Pada tahap ini remaja ingin merasakan kebebasan dan mulai berfikir abstrak. Seorang remaja mulai mengembangkan pikiran-pikiran yang baru antara lain, mulainya tertarik dengan lawan jenis, dan mudah terangsang

secara erotis. Remaja cenderung egosentris, di mana mereka sulit untuk mengerti dan di mengerti oleh orang dewasa

b. Remaja Madya (*middle adolescence*) 14-16 tahun

Pada tahap ini remaja mulai timbul keinginan untuk berkencan dengan lawan jenisnya dan mulai berkhayal tentang aktivitas seksual yang mereka inginkan. Pada masa remaja madya mereka mulai mempunyai sifat “*narcistic*”, dimana mereka mencari teman yang mempunyai sifat sama pada dirinya. Remaja cenderung merasa kebingungan saat mereka harus memilih yang mana antara teman yang baik dan buruk.

c. Remaja akhir (*late adolesence*) 17-20 tahun

Pada tahap ini remaja memiliki sifat konsolidasi untuk menuju periode dewasa yang di tandai dengan 5 hal pencapaian, yaitu: memiliki minat yang semakin mantap terhadap fungsi-fungsi intelektual. Sifat egosentrisnya mulai berkembang untuk mencari kesempatan dengan orang-orang yang memiliki pengalaman-pengalaman yang baru dan di inginkannya. Mulai terbentuknya identitas seksual yang tidak akan berubah lagi. Tumbuhnya sifat tertutup yaitu adanya jarak antara dirinya dengan orang lain atau *private self*.

Selain itu, menurut Lestari (2016: 29) mengenai tahap perkembangan pada remaja terdiri dari beberapa tahapan yaitu :

a. Menjalin hubungan yang baik dengan teman sebaya baik kepada perempuan maupun laki-laki.

- b. Mampu belajar memiliki peran sosial dengan masing-masing jenis kelamin.
- c. Mampu menerima kondisi fisiknya serta dapat menggunakannya secara efektif.
- d. Mencapai kebebasan dari ketergantungan orang tua dan orang sekitar.
- e. Mampu memilih dan mempersiapkan diri untuk menentukan suatu pekerjaan yang sesuai dengan bakatnya.
- f. Mampu mengembangkan dan malakukan tanggung jawab terhadap kehidupan bermasyarakat.
- g. Memiliki konsep nilai dan etika tentang tingkah laku sosial dalam kehidupan bermasyarakat.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa setiap perkembangan remaja terhadap tugas-tugas perkembangan yang harus dicapai. Apabila tugas-tugas perkembangan tersebut tidak tercapai maka akan menimbulkan ketidakbahagiaan namun sebaliknya jika tugas perkembangan pada remaja tercapai maka akan menimbulkan kebahagiaan pada remaja.

E. Penelitian yang Relevan

1. “*Body image and Subjective well-being in Adolescent Portuguese*” oleh Antonio, Margarida dan Jose (2013). Penelitian ini menguji tentang dampak citra tubuh terhadap *subjective well-being* remaja dengan sampel 4.877 remaja. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa remaja laki-laki Portugal menganggap penampilan mereka lebih baik dan lebih puas dengan bentuk tubuh mereka dibandingkan dengan remaja putri. Persamaan dari penelitian Antonio,

Margarida dan Jose dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sama meneliti variabel citra tubuh dan variabel *subjective well-being*. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu subyek penelitian menggunakan remaja laki-laki dan perempuan, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan remaja putri saja. Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala Kidscreen10 untuk mengukur kualitas hidup, sedangkan mengukur kepuasan hidup menggunakan (Cantril, 1965) dan kebahagiaan. Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif yang membandingkan uji t-independent dan anova untuk menganalisis perbedaan yang signifikan dari ketergantungan antar variabel, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan analisis regresi berganda untuk mengetahui ada pengaruh antar variabel.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Daniela, Sheila, Gehysa dan Denise (2016) dengan judul penelitian "*Body image satisfaction and subjective well-being among ninth graders attending public schools in Canoas, Brasil*". Penelitian ini menguji tentang *subjective well-being* secara keseluruhan (kepuasan hidup, persepsi kesehatan, kebahagiaan dan optimisme) terhadap remaja yang puas dengan citra tubuh dan yang tidak puas dengan citra tubuh. Subyek dalam penelitian ini 1460 remaja sekolah yang duduk di kelas Sembilan. Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sama meneliti tentang citra tubuh dalam mempengaruhi *subjective well-being*. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu penelitian yang mana tidak hanya fokus meneliti tentang *subjective well-being* nya saja

namun secara keseluruhan seperti kepuasan hidup, persepsi kesehatan, kebahagiaan dan optimisme juga diukur, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan hanya berfokus pada *subjective well-being* nya saja yang meliputi afek kognitif dan afek afeksi. Selain itu, penelitian ini menggunakan instrument dalam pengumpulan data menggunakan kuesioner demografi, kriteria klasifikasi ekonomi, untuk mengukur *subjective well-being* menggunakan *the happiness measures* (HM), untuk mengukur citra tubuh menggunakan skala *the body shape questionnaire* (BSQ), sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan skala *Life Satisfaction* dan PANAS untuk mengukur *subjective well-being* nya dan citra tubuh menggunakan MBSRQ dari Cash T. F (2000).

3. “*Self Esteem and Subjective Wellbeing: Correlates of Academic Achievement of Student*” oleh Meera, Suvashisa dan Manisha (2011). Penelitian ini menyelidiki tentang harga diri, *subjective well-being*, prestasi akademik dan usia terhadap mahasiswa yang melibatkan 120 peserta. Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sama meneliti variabel harga diri dan variabel *subjective well-being*, akan tetapi pada penelitian ini juga meneliti tentang prestasi akademik dan usia. Selain itu skala dalam pengukuran harga diri sama yaitu menggunakan skala *Self Esteem Inventory*. Adapun perbedaan pada penelitian dengan penelitian yang akan dilakukan adalah subyek pada penelitian, yaitu mahasiswa sedangkan penelitian yang akan dilakukan subyeknya adalah remaja, sedangkan untuk mengukur *subjective well-being* menggunakan skala kesejahteraan (SWS) dan lembar demografi untuk menentukan jenis kelamin dan usia, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan *Life*

satisfaction dan PANAS. Peneliti ini menggunakan analisis data uji t independent sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan analisis regresi berganda.

4. “*Self-esteem and subjective well-being revisited: The roles of personal, relational, and collective self-esteem*” oleh Hongfei, Ronnel dan Peilian (2017). Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki apakah harga diri relasional, harga diri kolektif dan harga diri pribadi dapat mempengaruhi *subjective well-being* pada mahasiswa di Cina. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sama meneliti tentang harga diri dan *subjective well-being*. Skala yang digunakan untuk mengukur *subjective well-being* yaitu sama-sama menggunakan skala *life satisfaction* dan PANAS. Pengukuran skala harga diri menggunakan skala Rosenberg Self Esteem, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan skala Self Esteem Inventory. Adapun perbedaan penelitian Hongfei, Ronnel dan Peilian adalah hanya berfokus pada mahasiswa sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan berfokus pada remaja putri, penelitian ini menggunakan 5 study dalam mengukur harga diri yang mempengaruhi *subjective well-being*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan hanya memfokuskan pada pengaruh dari harga diri individu terhadap *subjective well-being* yang mengadaptasi skala dari Coopersmith (1967).
5. “*The Relations Among Social Media Addiction, Self-Esteem, and Life Satisfaction in University Students*” yang dilakukan oleh Nazir dan Maya (2017). Penelitian ini mengungkap tentang hubungan antara penggunaan adiktif media sosial, harga diri dan kepuasan hidup. Penelitian ini dilakukan pada 396

responden dengan cara mengisi survei secara online. Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu sama-sama meneliti variabel harga diri terhadap *subjective well-being*, hanya saja dalam penelitian ini juga meneliti mengenai penggunaan aktif media sosial. Adapun perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan dimana subjek penelitian Nazir dan Maya yaitu mahasiswa, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan subjeknya adalah remaja. Skala yang digunakan antara lain SMAQ sebanyak 8 aitem yang menilai kecanduan facebook, pada penelitian ini menggunakan skala Rosenberg *self-esteem* sebanyak 10 aitem, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan skala *Self esteem Inventory* dari Coopersmith (1967) dan skala *Life Satisfaction* untuk mengukur kepuasan hidup sebanyak 5 aitem.

6. Viren Swami, Ulrich S. Tran, Stefan Stieger dan Martin Voracek (2014) "Associations Between Women's Body Image and Happiness: Results of the YouBeauty.com Body Image Survey (YBIS)" penelitian ini untuk menguji hubungan antara citra tubuh perempuan dan *subjective well-being* pada wanita barat sebesar 9.667 (penduduk AS= 8.925, bukan penduduk AS= 742). Persamaan dengan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang citra tubuh dan *subjective well-being*, hanya saja dalam penelitian ini juga meneliti dampak usia responden dan pendidikan dalam hubungan citra tubuh dan *subjective well-being* nya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian ini menggunakan subjek wanita barat saja, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan remaja perempuan. Skala yang

digunakan menggunakan skala Body Image Survey (BIS), sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan skala MBSRQ, kemudian metode penelitian yang akan dilakukan yaitu mencari hubungan antar variabel sedangkan penelitian yang akan dilakukan mencari pengaruh antar variabel citra tubuh terhadap *subjective well-being*.

Berdasarkan uraian dari beberapa penelitian-penelitian sebelumnya, adapun keterbaruan yang didapatkan dan yang membedakan dari penelitian-penelitian yang lain adalah rumusan masalahnya yang meneliti tentang citra tubuh dan harga diri secara bersama-sama terhadap *subjective well-being* remaja, sedangkan pada penelitian terdahulu melakukan penelitian secara sendiri-sendiri antara pengaruh citra tubuh terhadap *subjective well-being* dan harga diri terhadap *subjective well-being*. Selain itu dalam penelitian terdahulu citra tubuh dan harga diri dijadikan sebagai variabel mediator dalam mempengaruhi *subjective well-being*, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan citra tubuh dan harga diri dijadikan sebagai prediktor dalam mempengaruhi *subjective well-being*.

F. Kerangka Berpikir

Setiap individu pasti akan mengalami berbagai peristiwa selama masa hidup yang dijalaninya. Peristiwa yang terjadi selama masa hidupnya akan dievaluasi oleh individu tersebut. Evaluasi yang dilakukan oleh individu terdiri dari evaluasi kognitif dan afektif. Evaluasi kognitif dan afektif yang dialami oleh individu dalam kehidupan sehari-hari disebut sebagai *subjective well-being*. Berdasarkan data *subjective well-being* orang remaja di Indonesia

mengalami penurunan sehingga memerlukan perhatian lebih untuk ditangani. Apabila individu yang memiliki *subjective well-being* yang rendah cenderung memiliki masalah seperti kecemasan, merasa putus asa, iri, sedih, serta merasa tidak puas dengan diri mereka dan kehidupannya. Untuk menghadapi kondisi tersebut, maka penting bagi remaja untuk memiliki *subjective well-being* yang tinggi.

Subjective well-being merupakan hasil penilaian seseorang terhadap kehidupan yang dijalannya baik secara kognitif yang mengarah pada kepuasan hidup seseorang secara keseluruhan, maupun afektif yang mengarah pada afek positif maupun negatif. Afek positif seseorang dapat ditunjukkan dengan perasaan individu merasa senang, bahagia dan antusiasme, sedangkan afek negatif seseorang dapat ditunjukkan dengan perasaan sedih, marah, kecewa, iri dan khawatir. *Subjective well-being* dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya seperti perbedaan jenis kelamin, kualitas hubungan sosial, kepribadian, citra tubuh, harga diri, kontrol diri, ekstraversi, optimis dan relasi sosial yang positif, namun dalam penelitian ini hanya dibahas dua faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif yaitu citra tubuh dan harga diri.

Selain itu, citra tubuh juga dapat berpengaruh terhadap harga diri seseorang. citra tubuh yang tinggi akan berdampak pada rasa percaya diri yang tinggi, selalu merasa puas dengan bentuk tubuhnya, tidak selalu merasa cemas dengan keadaan fisiknya. Remaja yang dapat menerima keadaan fisiknya dengan baik akan memiliki perasaan yang positif dan memiliki harga diri yang tinggi. Dengan perasaan yang positif dan harga diri yang tinggi remaja akan merasa

nyaman dengan bentuk tubuhnya sehingga tidak merasa khawatir lagi akan dilecehkan atau dijauhi oleh lingkungan sekitarnya. Perasaan nyaman dan berharga tersebut akan membuat remaja dapat melakukan kegiatan yang lebih baik lagi dan memandang dirinya bahwa dia berharga dan layak. Hal tersebut menunjukkan bahwa harga diri dapat menjadi mediator pada citra tubuh dan *subjective well-being* pada remaja.

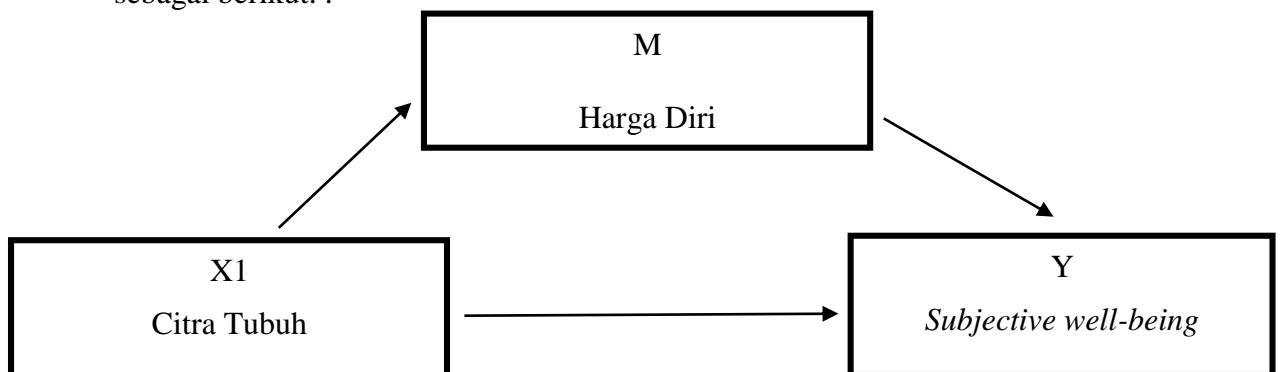
Subjective well-being yang tinggi akan berpengaruh pada kepuasan hidup seseorang yang kemudian akan berpengaruh terhadap citra tubuhnya. Seseorang yang memiliki citra tubuh positif cenderung individu tersebut dapat menerima kondisi fisiknya, lebih percaya diri serta dapat menerima kekurangan maupun kelebihan yang dimilikinya, sedangkan seseorang yang memiliki citra tubuh negatif cenderung tidak menerima kondisi fisiknya, merasa tidak menarik serta tidak memiliki rasa percaya diri. Citra tubuh yang positif dapat mempengaruhi *subjective well-being* tinggi pada remaja, sebaliknya individu yang memiliki citra tubuh yang negatif maka ia akan merasa bahwa dirinya tidak menarik di bandingkan dengan orang lain dan cenderung tidak puas dengan penampilan tubuhnya. Berdasarkan pada paparan sebelumnya remaja yang memiliki *subjective well-being* yang tinggi akan selalu berusaha untuk mengejar tujuan hidupnya yaitu salah satunya adalah memiliki kepuasan terhadap bentuk tubuhnya. Remaja yang memiliki *subjective well-being* akan selalu termotivasi untuk selalu berkembang. Hal tersebut dapat menuntut tumbuhnya motivasi pada remaja sehingga remaja tersebut dapat mengembangkan citra tubuh yang positif.

Subjective well-being pun memiliki peran penting dalam dalam hal meningkatkan harga diri remaja. Harga diri yaitu evaluasi yang dilakukan oleh individu mengenai sejauh mana individu percaya diri untuk menjadi seseorang yang berharga, mampu, layak dan berarti yang ditunjukkan oleh individu kepada orang lain melalui sikap-sikap yang ada pada dirinya. Seseorang yang memiliki harga diri tinggi maka mereka akan lebih mudah dalam menerima kehidupan mereka dan menjalin hubungan yang baik dengan orang lain dibandingkan dengan seseorang yang memiliki harga diri rendah, di mana seseorang yang memiliki harga diri tinggi cenderung memiliki emosi yang positif yang ditandai dengan adanya rasa bahagia, pantas, optimisme serta mampu melakukan tindakan secara efektif. Harga diri dan *subjective well-being* memiliki hubungan yang positif. Artinya bahwa individu yang memiliki harga diri tinggi maka *subjective well-being* nya juga meningkat begitupun sebaliknya apabila individu memiliki harga diri rendah maka *subjective well-being* nya juga rendah.

Remaja yang memiliki *subjective well-being* yang baik akan berusaha untuk menjalin hubungan yang positif dengan lingkungan sekitar, menganggap dirinya berharga dan memiliki optimisme yang tinggi dan kepuasan hidup yang baik. Remaja yang menunjukkan *subjective well-being* yang tinggi juga mereka akan lebih menghargai dirinya sendiri, menganggap dirinya layak, dan selalu memiliki perasaan yang positif sehingga akan berdampak pada harga dirinya yang tinggi.



Berdasarkan paparan tersebut, maka dapat dikatakan bahwa harga diri yang tinggi dapat berpengaruh terhadap citra tubuh pada remaja. Citra tubuh

yang positif pada remaja dapat berpengaruh terhadap *subjective well-being* remaja. Jadi dapat dikatakan bahwa pengaruh citra tubuh negatif terhadap *subjective well-being* dapat ditingkatkan dengan harga diri yang tinggi. Berdasarkan penjelasan diatas, maka kerangka berpikir dapat digambarkan sebagai berikut. .



Gambar 1. Peta Konsep Peneliti

Keterangan :

-  = penghubung antar variabel
-  = penjelasan masing-masing variabel yang digunakan

G. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan penjasalna diatas, maka hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Ada pengaruh citra tubuh terhadap *subjective well-being* pada remaja.
2. Ada pengaruh citra tubuh terhadap harga diri pada remaja.
3. Ada pengaruh harga diri terhadap *subjective well-being* pada remaja.
4. Ada pengaruh citra tubuh terhadap *subjective well-being* melalui harga diri pada remaja.

BAB III **Metode Penelitian**

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Dalam pendekatan kuantitatif, peneliti menjelaskan dan menguji data berdasarkan suatu teori yang sudah ada. Jenis penelitian yang digunakan adalah *ex-post facto* atau disebut juga *restropective study* karena bertujuan untuk menelusuri suatu peristiwa dan kemudian merunut kebelakang untuk mengetahui faktor-faktor yang dapat menimbulkan kejadian tersebut. Penelitian ini mengungkapkan sebuah data yang sudah dimiliki tanpa memanipulasi dan menunjukkan hubungan sebab akibat pada variable bebas (citra tubuh dan harga diri) dan variable terikat (kesejahteraan subjektif) Sugiyono (2017).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat penelitian ini dilaksanakan di Kecamatan Nanggulan, Kulonprogo, Daerah Istimewa Yogyakarta yaitu pada Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) yang berada di Kecamatan Nanggulan, Kulonprogo. Peneliti memilih di Kecamatan Nanggulan, Kulonprogo sebagai tempat penelitian dikarenakan lokasi penelitian tersebut terdapat remaja yang mengalami masalah pada *subjective well-being*, citra tubuh dan harga diri yang rendah. Selain itu, penelitian ini cukup bermanfaat apabila penelitian ini dilaksanakan diwilayah tersebut dan dapat menambah pengetahuan baru untuk para peneliti.

2. Waktu Penelitian

Data penelitian ini diambil pada akhir November 2019 dengan menyerahkan surat izin penelitian terlebih dahulu, kemudian dilakukan penyebaran angket. Adapun jadwal pengambilan data penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Jadwal Pengambilan Data Penelitian

No	Nama Sekolah	Waktu	Jam	Keterangan
1	SMK Ke-1	Jumat, 29 November 2019	10.00 Wib-selesai	3 kelas dengan jumlah 50
2	SMK Ke-2	Senin, 9 Desember 2019	08.30 Wib-selesai	3 kelas dengan jumlah 72
3	SMK Ke-3	Rabu, 11 Desember 2019	10.00 Wib-selesai	3 kelas dengan jumlah 89
		Jumat, 13 Desember 2019	11.00 Wib-selesai	4 kelas dengan jumlah 95

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 3 Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Kecamatan Nanggulan, Kulonprogo, Yogyakarta khususnya remaja putri jurusan pemasaran. Alasan peneliti hanya mengambil remaja putri yaitu citra tubuh dan harga diri pada perempuan lebih penting dari pada laki-laki sehingga dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektifnya. Jumlah remaja dari 3 SMK yang dijadikan sebagai populasi dalam penelitian, yaitu sebanyak 1.490 siswa dengan karakteristik responden penelitian remaja berusia 15-18 tahun.

2. Sampel

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* dimana peneliti memberikan kriteria khusus terhadap sampel yang akan digunakan. Berdasarkan kriteria khusus dari 3 sekolah di Kecamatan Nanggulan didapat dengan jumlah siswa sebanyak 1490 responden remaja. Berdasarkan rumus tabel Krecjie dan Morgan (1970) dari jumlah populasi 1490 orang remaja, diperoleh sampel sebanyak 306 remaja. Peneliti melakukan *cluster random sampling* untuk menentukan kelas secara acak untuk memilih sampel didalam sekolah. Peneliti hanya mengambil siswa kelas X dan XI, dikarenakan pada saat pengambilan data kelas XII diliburkan, karena siswa akan menghadapi Ujian Akhir Semester (UAS). Adapun rinciannya sebagai berikut:

1. Peneliti terlebih dahulu melakukan *random* terhadap sekolah yang akan dijadikan tempat penelitian, sehingga diperoleh 3 sekolah yang ada di Kecamatan Nanggulan
2. Setelah mendapatkan sekolah yang dijadikan tempat penelitian, peneliti melakukan random pada kelas yang akan diteliti.
3. Selanjutnya setelah mendapat kelas yang akan dijadikan penelitian, peneliti juga mengacak anak yang akan dijadikan responden penelitian yaitu khusus remaja putri. Setelah mendapatkan responden mereka diberikan skala dan mengerjakan skala penelitian yang diberikan.

Tabel 2. Sampel Penelitian SMK di Kulonprogo

No	Nama Sekolah	Populasi		Sampel		Jumlah Siswa
		X	XI	X	XI	
1	SMK Ke-1	4 Kelas	2 Kelas	2 Kls (31)	1 Kls (19)	50
2	SMK Ke-2	2 Kelas	4 Kelas	1 Kls (23)	2 Kls (49)	72
3	SMK Ke-3	8 Kelas	6 Kelas	4 Kls (117)	3 Kls (67)	184
Total		14 Kelas	12 kelas	171 Siswa	135 Siswa	306

D. Variabel Penelitian

1. *Subjective well-being*

Subjective well-being merupakan penilaian aspek kognitif dan afektif terhadap kepuasan hidup seseorang baik positif maupun negatif. Skor diperoleh dari jawaban yang diberikan responden pada angket dengan skala tujuh pilihan jawaban. *Subjective well-being* meliputi 2 komponen yaitu aspek kognitif dan afektif.

2. Citra Tubuh

Citra tubuh merupakan penilaian seseorang terhadap penampilan fisiknya yang dapat berupa penilaian positif dan negatif. Skor diperoleh dari jawaban yang diberikan responden pada angket dengan skala lima pilihan jawaban. Citra tubuh ini menggunakan skala dari Cash T.F (2000) *The Multidimensional Body Self Relations Questionnaire* (MBSRQ). Adapun ukuran citra tubuh dapat dilihat dari beberapa aspek yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan terhadap berat badan dan pengkategorian ukuran tubuh.

3. **Harga Diri**

Harga diri merupakan keseluruhan penilaian individu mengenai perasaan berharga atas dirinya sendiri yang ditunjukkan dengan sikap-sikap yang ada pada dirinya. Skor diperoleh dari jawaban yang diberikan responden pada angket dengan skala lima pilihan jawaban. Aspek yang digunakan pada harga diri dari Coopersmith 1967 yaitu kekuasaan, keberartian, kebajikan, dan kemampuan.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. **Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tiga angket berbentuk skala yaitu tentang *subjective well-being* dengan tujuh pilihan jawaban, citra tubuh, dan harga diri dengan menggunakan skala *likert* yang terdiri lima pilihan jawaban.

2. **Instrumen Pengumpulan Data**

a. *Subjective well-being*

Instrumen *subjective well-being* yang mengacu pada Teori Diener, Emmons, Larsen, & Griffin (1985) and Watson, Clark, & Tellegan (1988) terdiri dari dua aspek yaitu aspek kognitif dan aspek afektif, yang terdiri dari 25 butir aitem pernyataan. Untuk setiap aitem pernyataan disediakan tujuh jawaban yaitu Sangat tidak setuju (1), Tidak setuju (2), Sedikit tidak setuju (3), Netral (4), Sedikit setuju (5), Setuju (6), Sangat setuju (7).

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen *Subjective well-being*

Aspek	Indikator	No Butir		Jumlah Butir
		F (+)	UF (-)	
Kognitif	Merasa puas dengan kehidupan secara menyeluruh	1, 2, 3, 4, 5	-	5
Afek positif	Merasa bahwa diri merasakan kesenangan	6, 7, 8	-	3
	Memiliki keyakinan diri	9, 10, 11	-	3
	Merasa diri penuh perhatian	12, 13, 14	-	3
Afek negatif	Mengalami kesedihan dalam diri	-	15	1
	Mengevaluasi diri memiliki rasa bersalah	-	16, 17, 18	3
	Mampu menyadari adanya rasa bermusuhan	-	19	1
	Mengalami ketakutan	23	20, 21, 22, 24, 25	6
Total Butir		15	10	25 Butir

b. Citra Tubuh

Instrumen skala citra tubuh yang mengacu pada Teori Cash T.F (2000) yang terdiri dari lima aspek citra tubuh yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menadi gemuk, dan pengkategorian ukuran tubuh, yang terdiri dari 34 butir aitem pernyataan. Untuk setiap aitem pernyataan disediakan lima jawaban yaitu Sangat tidak sesuai (1), Tidak sesuai (2), Netral (3), Sesuai (4), Sangat sesuai (5).

Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Citra Tubuh

Aspek	Indikator	No Butir		Jumlah Butir
		F (+)	UF (-)	
<i>appearance evaluation</i>	Evaluasi terhadap penampilan diri sendiri	1, 2, 3, 4	5, 6	6
	Evaluasi terhadap penampilan orang lain	7	-	1
<i>appearance orientation</i>	Berusaha memperbaiki penampilan	8, 12	9, 10, 11	5
	Perhatian individu untuk berusaha menjaga penampilan	13	14, 15, 16, 17, 18, 19	7
<i>body area satisfaction</i>	Kepuasan terhadap penampilantubuh secara keseluruhan	20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28	-	9
<i>overweight preoccupation</i>	Perasaan cemas terhadap kegemukan	30	29	2
	Membatasi pola makan	-	31, 32	2
<i>self classified weight</i>	Penilaian terhadap berat badan	-	33	1
	Penampilan terhadap berat badan	-	34	1
Total Butir		18	16	34 Butir

c. Harga Diri

Instrumen skala harga diri yang mengacu pada Teori Coopersmith (1967) yang terdiri dari empat aspek harga diri yaitu kekuasaan, keberartian, kebajikan, kemampuan, yang terdiri dari 58 butir aitem pernyataan. Untuk setiap aitem pernyataan disediakan lima jawaban yaitu Sangat tidak sesuai (1), Tidak sesuai (2), Netral (3), Sesuai (4), Sangat sesuai (5).

Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Harga Diri

Aspek	Indikator	No Butir		Jumlah Butir
		F (+)	UF (-)	
Kekuasaan	Mampu mempengaruhi orang lain	1, 2	-	2
	Mampu mengontrol tingkah laku	4, 8, 9, 10, 13	3, 5, 6,7, 11, 12	11
	Adanya pengakuan dan penghormatan dari orang lain	16	14, 15, 17	4
Keberartian	Diterima apa adanya oleh suatu kelompok dilingkungan sekitar	18, 19, 20,	-	3
	Diperlakukan oleh suatu kelompok dilingkungan sekitar	22, 23, 29	21, 24, 25, 26, 27, 28	9
Kebajikan	Berperilaku sesuai dengan etika, moral dan prinsip yang berlaku dilingkungan sekitar	30, 31, 36, 40, 41	32, 33, 34, 35, 37, 38, 39	12
Kemampuan	Mampu mengambil keputusan dan memecahkan masalah	44, 45, 48	42, 43, 46, 47, 49, 50	9
	Melaksanakan tugas dan kewajiban dengan baik	52, 53, 54, 58	51, 55, 56, 57	8
Total Butir		26	32	58 Butir

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Validitas

Pada penelitian ini menggunakan validitas isi yaitu pada hasil penilaian para ahli divalidasi menggunakan rumus Gregory. Penilaian instrument dilakukan oleh 2 orang dosen sebagai expert yaitu Ashadi, Ed. D dan Dr. Farida Agus Setiawati. M.Si yang berkompeten dalam bidang yang akan diteliti. Rumus Gregory (2015) yang digunakan sebagai berikut:

$$V_i = \frac{D}{(A+B+C+D)}$$

Keterangan:

V_i : Validitas isi

A : Jumlah butir yang kedua ahli tidak setuju

B : Jumlah butir yang ahli pertama setuju, ahli kedua tidak setuju

C : Jumlah butir yang ahli pertama tidak setuju, ahli kedua setuju

D : Jumlah butir yang kedua ahli setuju

Berikut ini adalah hasil rincian perhitungan validasi dari ketiga instrument penelitian sebagai berikut:

$$\textit{Subjective well-being} \quad V_i = \frac{25}{(0+0+0+25)} = 1$$

$$\textit{Citra Tubuh} \quad V_i = \frac{34}{(0+0+0+34)} = 1$$

$$\textit{Harga Diri} \quad V_i = \frac{58}{(0+0+0+58)} = 1$$

Berdasarkan hasil validasi di atas menggunakan rumus Gregory, menunjukkan bahwa setiap variabel memiliki kategori validitas sangat tinggi.

2. **Reliabilitas**

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *Cronbach Alpha*, dengan kriteria reliabilitas lebih besar dari 0,60, maka skala dapat dikatakan reliable (Burhan, Gunawan, & Marzuki, 2017). Reliabilitas suatu alat ukur yang mengacu pada konsistensi hasil ukur yang didapatkan melalui uji reliabilitas. Besar koefisien reliabilitas sekitar 0,00 – 1,00. Bila koefisien reliabilitas mendekati 1,00 maka hal ini berarti terdapat konsisten hasil ukur yang semakin sempurna. Pada umumnya reliabilitas dianggap memuaskan apabila koefisiennya mencapai $r_{xx}' = 0,900$, hal ini berarti terdapat 10 persen kesalahan variasi error atau kesalahan pengukuran (Azwar, 2016).

Hasil analisis yang diperoleh dari *Cronbach Alpha* menunjukkan pada variabel *subjective well-being* sebesar 0,664, variabel citra tubuh sebesar 0,700, dan variabel harga diri sebesar 0,791, maka hal ini dapat dikatakan bahwa ketiga variabel menunjukkan reliabilitas karena di atas 0,60. Teknik *Cronbach Alpha* dianalisis menggunakan SPSS sebagai berikut:

1. Dalam SPSS secara terpisah harus membuat tabel terlebih dahulu untuk mengetahui hasil nilai jawaban yang diberikan responden penelitian dalam mengisi angket untuk variabel *subjective well-being*, citra tubuh dan harga diri.
2. Kemudian, masukan hasil nilai jawaban tadi untuk variabel *subjective well-being*, citra tubuh dan harga diri kedalam SPSS, lalu pilih menu *analyze* dan

klik *scale* selanjutnya *reliability analysis*, masukan semua butir kedalam kotak *item*.

3. Setelah itu, pada kotak *statistics*, kemudian dibagian *descriptives for* pada kotak *item* dicentang lalu klik tombol *continue*.
4. Selanjutnya tabel *reliability analysis: statistics* akan muncul dan koefisien *Cronbach Alpha* diperoleh.

G. Teknik Analisis Data

1. Analisis Deskriptif Statistik

Teknik analisis data yang digunakan pertama kali dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif statistik. Analisis deskriptif statistik merupakan teknik yang digunakan untuk menganalisis data dan memberikan gambaran pada sebuah data untuk menentukan nilai maksimum, minimum, *standard of deviation*, median, modus, dan mean (Burhan, Gunawan, & Marzuki, 2017: 67).

Analisis deskriptif statistik mempunyai tujuan untuk menggambarkan sebuah data dari kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

- a. Kategori Tinggi $= M1 + 1 (SD) \leq X$
- b. Kategori sedang $= M1 - 1 (SD) \leq X < M1 + 1 (SD)$
- c. Kategori rendah $= X < M1 - 1 (SD)$

Keterangan:

SD = Standar deviasi

M = Mean (rata-rata)

X = Nilai atau skor yang menjelaskan kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah.

Sedangkan nilai Mean ideal (Mi) dan Standar Deviasi Ideal (SDi) diperoleh dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Mean Ideal (Mi)} = (\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah}) / 2$$

$$\text{Standar Deviasi Ideal} = (\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}) / 6$$

Berdasarkan hasil perhitungan dengan rumus di atas dapat diperoleh hasil rentang skor kategori variabel *Subjective well-being*, citra tubuh, dan harga diri dengan pengkategorisasian masing-masing variabel sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah yaitu sebagai berikut:

Tabel 6. Rentang skor kategori variabel *Subjective well-being*

Kategori	Rentang Skor
Tinggi	$125 \leq X$
Sedang	$75 \leq X < 125$
Rendah	$X < 75$

Tabel 7. Rentang skor kategori variabel Citra Tubuh

Kategori	Rentang Skor
Tinggi	$124.6 \leq X$
Sedang	$79.4 \leq X < 124.6$
Rendah	$X < 79.4$

Tabel 8. Rentang skor kategori variabel Harga Diri

Kategori	Rentang Skor
Tinggi	$212.6 \leq X$
Sedang	$135.4 \leq X < 212.6$
Rendah	$X < 135.4$

2. Analisis Inferensi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas untuk mengetahui apakah data penelitian termasuk dalam kategori berdistribusi normal atau tidak normal (Widarjono, 2015). Uji normalitas ini menggunakan *Software SPSS for Windows* dan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* dengan melihat gambar P-P Plotsnya. Data dikatakan normal apabila nilai $P > 0,05$, sedangkan apabila $P < 0,05$ maka data tersebut tidak normal.

b. Uji linieritas

Uji linieritas biasanya digunakan dalam uji hipotesis regresi pada sejumlah sampel. Terdapat beberapa teknik untuk mengetahui hubungan linier tersebut dengan menggunakan *bivariate plot* serta *linearity test* dan *curve estimation*. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan uji linieritas melalui teknik analisis anova yang tersedia di SPSS, yang mana hasil uji linieritas dapat di lihat pada kolom *deviation from linearity*. Jika *deviation from linearity* menunjukkan $p > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa linieritas cukup kuat.

c. Uji Heterokedastisitas

Uji Glejser digunakan untuk uji heterokedastisitas pada penelitian ini dengan kriteria taraf signifikan $> 0,05$ maka data yang diperoleh tidak terjadi heterokedastisitas sebaliknya apabila taraf signifikan $< 0,05$ maka data yang diperoleh terjadi heterokedastisitas (Ghozali, 2016)

d. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh antar variabel bebas atau tidak. Data multikolinieritas dikatakan ada tidaknya apabila nilai tolerance $< 0,01$ dengan nilai VIP $> 0,10$. Model regresi dinyatakan baik apabila tidak terjadi korelasi antara variabel bebas sehingga data tersebut dikatakan orthogonal atau nilai korelasi sama dengan 0 antar variabel bebas. (Ghozali, 2016).

e. Uji Autokerolasi

Uji autokerolasi digunakan untuk mengetahui adanya korelasi antara kesalahan pengganggu pada periode t dengan kesalahan pengganggu pada periode sebelumnya. Uji autokerolasi menggunakan metode Durbin-Watson yang mana jika terjadi korelasi maka hal ini menunjukkan adanya masalah autokerolasi.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Statistik Deskriptif

Penelitian ini didapatkan melalui hasil pengisian angket *subjective well-being*, citra tubuh dan harga diri responden penelitian. Sampel penelitian ini dilakukan terhadap remaja perempuan sebesar 306 orang yang terdiri dari tiga Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di Kecamatan Nanggulan, Kulonprogo dengan rentang usia 15-18 tahun. Penyajian pada deskripsi data ini meliputi nilai mean, nilai maksimum, nilai minimum, dan *standard of deviation*. Berikut ini rincian pengolahan data menggunakan bantuan aplikasi *SPSS 23 for windows*:

a. *Subjective well-being*

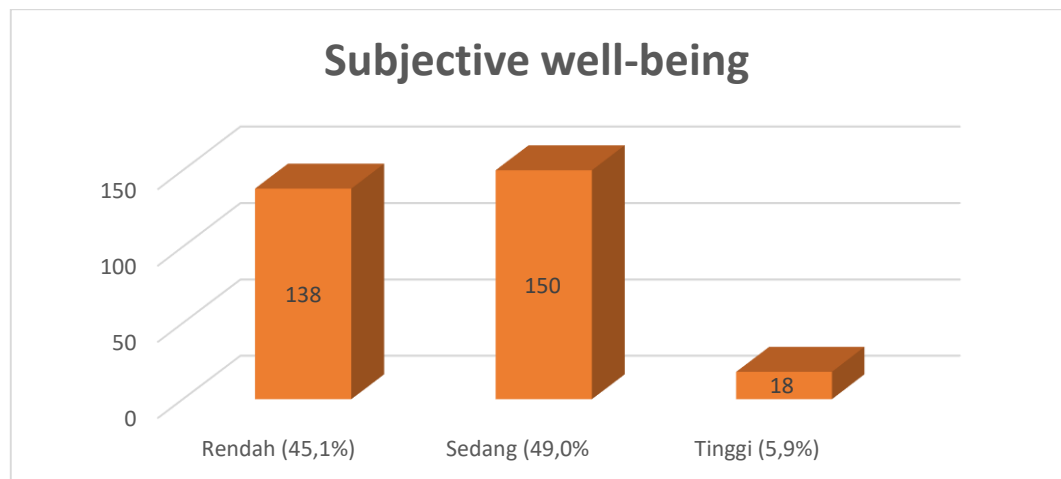
Skala angket *subjective well-being* berjumlah 25 aitem pernyataan dengan sampel sebanyak 306 responden. Hasil dari analisis data *subjective well-being* diperoleh nilai minimum = 76; nilai maksimum = 149; mean ideal = 121,19; standart deviasi = 13,035.

Pengkategorisasian data hasil untuk variabel *subjective well-being* dibagi menjadi 5 kategori yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi dengan menggunakan rumus dapat dilihat pada halaman 52.

Tabel 9. Pengkategorian Variabel *Subjective well-being*

No	Kategori	Rumus yang digunakan	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
1	Rendah	$X < M1 - 1 (SD)$	$X < 75$	138	45.1
2	Sedang	$M1 - 1 (SD) \leq X < M1 + 1 (SD)$	$75 \leq X < 125$	150	49.0
3	Tinggi	$M1 + 1 (SD) \leq X$	$125 \leq X$	18	5.9
Total				306	100

Gambar 2. Histogram Kategori Variabel *Subjective well-being*



Berdasarkan pada Tabel 9 dan Gambar 2, menunjukkan bahwa skor *subjective well-being* pada tabel diatas 45,1 % memiliki skor *subjective well-being* dengan kategori rendah, 49,0% memiliki skor *subjective well-being* dengan kategori sedang, dan 5,9% mendapatkan skor *subjective well-being* dengan kategori tinggi.

b. Citra tubuh

Skala angket citra tubuh berjumlah 34 aitem pernyataan dengan sampel sebanyak 306 responden. Hasil dari analisis data citra tubuh diperoleh nilai

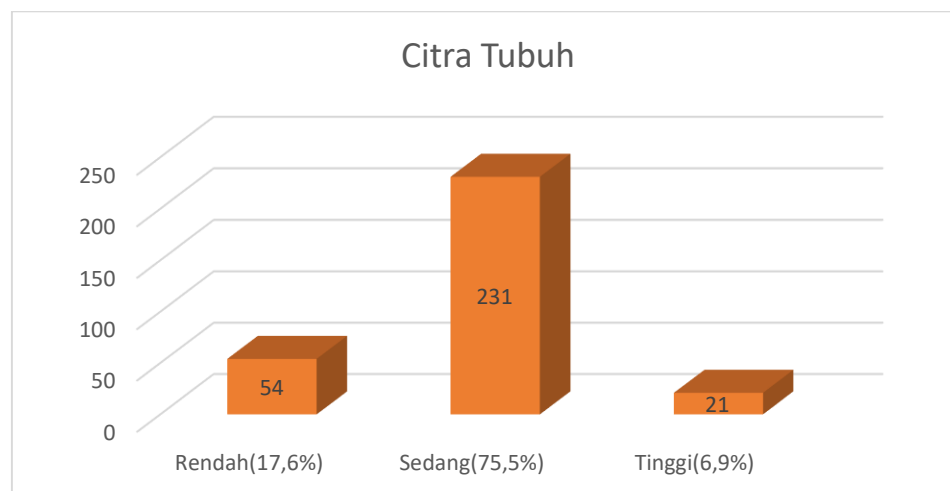
maksimum sebesar 140, nilai minimum sebesar 78, nilai mean sebesar 112,54, dan nilai standar deviasi sebesar 11,681.

Pengkategorisasian data hasil untuk variabel citra tubuh dibagi menjadi 5 kategori yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi dengan menggunakan rumus dapat dilihat pada halaman 52.

Tabel 10. Pengkategorian Variabel Citra Tubuh

No	Kategori	Rumus yang digunakan	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
1	Rendah	$X < M1 - 1 (SD)$	$X < 79.4$	54	17.6
2	Sedang	$M1 - 1 (SD) \leq X < M1 + 1 (SD)$	$79.4 \leq X < 124.6$	231	75.5
3	Tinggi	$M1 + 1 (SD) \leq X$	$124.6 \leq X$	21	6.9
Total				306	100

Gambar 3. Histogram Kategori Variabel Citra Tubuh



Berdasarkan pada Tabel 10 dan Gambar 3, menunjukkan bahwa skor citra tubuh pada tabel diatas 17,6 % memiliki skor citra tubuh dengan kategori

rendah, 75,5% memiliki skor citra tubuh dengan kategori sedang, dan 6,9% mendapatkan skor citra tubuh dengan kategori tinggi.

c. Harga Diri

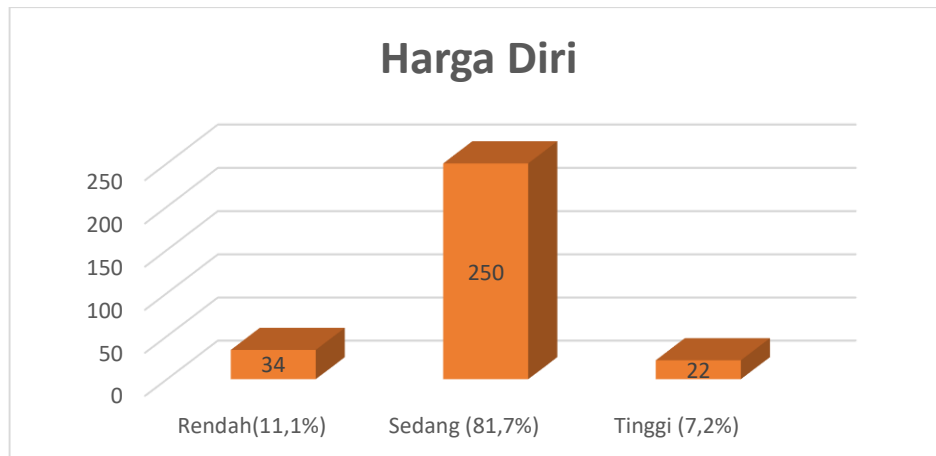
Skala angket harga diri berjumlah 58 aitem pernyataan dengan sampel sebanyak 306 responden. Hasil dari analisis data harga diri diperoleh nilai maksimum sebesar 234, nilai minimum sebesar 120, nilai mean sebesar 188,60, dan nilai standar deviasi sebesar 18,619.

Pengkategorisasian data hasil untuk variabel harga diri dibagi menjadi 5 kategori yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi dengan menggunakan rumus dapat dilihat pada halaman 51.

Tabel 11. Pengkategorian Variabel Harga Diri

No	Kategori	Rumus yang digunakan	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
1	Rendah	$X < M1 - 1 (SD)$	$X < 135.4$	34	11,1
2	Sedang	$M1 - 1 (SD) \leq X < M1 + 1 (SD)$	$135.4 \leq X < 212.6$	250	81.7
3	Tinggi	$M1 + 1 (SD) \leq X$	$212.6 \leq X$	22	7.2
Total				306	100

Gambar 4. Histogram Kategori Variabel Harga Diri



Berdasarkan pada Tabel 11 dan Gambar 4, menunjukkan bahwa skor harga diri pada tabel diatas 11,1 % memiliki skor harga diri dengan kategori rendah, 81,7% memiliki skor harga diri dengan kategori sedang, dan 7,2% mendapatkan skor harga diri dengan kategori tinggi.

B. Hasil Uji Prasyarat Analisis dan Hipotesis

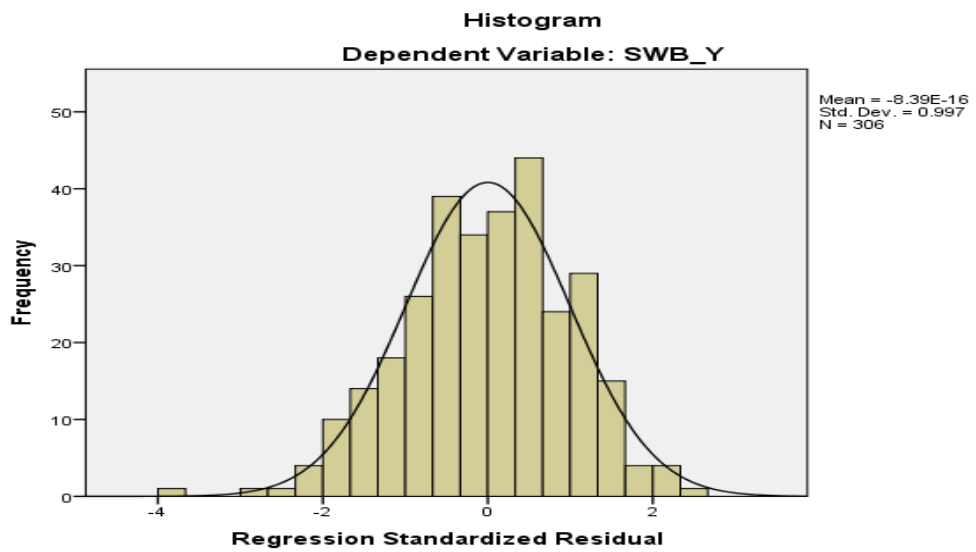
1. Hasil Uji Prasyarat Analisis

Sebelum melakukan uji analisis berganda maka perlu dilakukan uji prasyarat analisis terlebih dahulu yang terdiri dari uji normalitas, uji heterokedastisitas dan uji multikolinieritas. Berikut hasil uji prasyarat pada penelitian ini sebagai berikut:

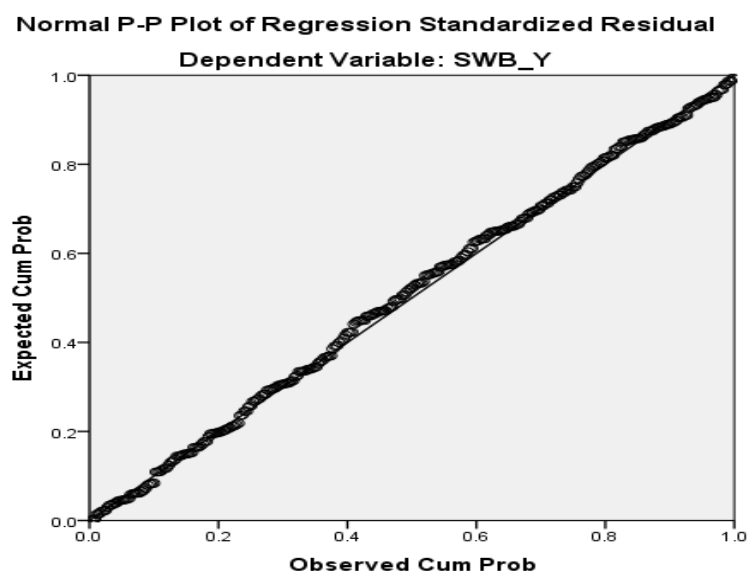
a. Uji Normalitas

Uji normalitas ini bertujuan untuk melihat apakah nilai residual pada analisis regresi berganda berdistribusi normal atau tidak. Nilai residual dikatakan normal apabila memiliki analisis regresi yang baik. Uji normalitas dilakukan secara statistik dengan menggunakan uji normalitas kolmogrov

Smirnov, hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikan sebesar 0,200. Oleh karena nilai signifikan hasil uji normalitas $> 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa sebaran data residual regresi berdistribusi normal, dengan demikian syarat normalitas terpenuhi. Berikut ini hasil gambar grafik normalitas residual dari bantuan program SPSS:



Gambar 5. Histogram Normalitas Residual Ketiga Variabel



Gambar 6. P-P Plot Uji Normalitas Residual Ketiga Variabel

Pada Gambar 5. Menunjukkan lengkung kurva normal, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual pada penelitian ini dianggap normal dan syarat uji normalitas dapat terpenuhi. Pada Gambar 6. P_P Plot menunjukkan hasil normalitas data atau titik-titik yang menyebar dan mengikuti disekitar arah garis diagonal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk menguji apakah data memenuhi syarat linieritas dengan syarat memenuhi taraf signifikansi $> 0,05$. Berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan menggunakan bantuan program SPSS taraf signifikansi pada variabel *subjective well-being* dengan citra tubuh sebesar 0,827, sedangkan pada variabel *subjective well-being* dengan harga diri sebesar 0,923, serta taraf signifikansi pada variabel citra tubuh dengan harga dari sebesar 0,875.

Berdasarkan perhitungan yang dilakukan pada ketiga variabel, ditemukan bahwa setiap skor signifikansi telah memenuhi syarat yaitu diatas $> 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel yang digunakan sudah linear.

c. Uji Heterokedastisitas

Uji heterokedastisitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan variance dari residual pengamat satu ke pengamat yang lain pada model regresi. Jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka dapat dikatakan variance tidak memiliki masalah heterokedastisitas sebaliknya, jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka dapat dikatakan variance

memiliki masalah heterokedastisitas. Berikut ini hasil uji heterokedastisitas dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 12. Hasil Uji Heterokedastisitas

NO	Variabel	A	Keterangan
1	Citra Tubuh	0,081	Tidak terjadi heteroskedastisitas
2	Harga Diri	0,164	Tidak terjadi heteroskedastisitas

Berdasarkan Tabel 12, menunjukkan bahwa hasil uji heterokedastisitas pada variabel citra tubuh memiliki nilai sebesar 0.081 ($>0,05$) dan pada variabel harga diri memiliki nilai sebesar 0,164 ($>0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut tidak terjadi masalah heterokedastisitas, sehingga persyaratan analisis regresi terpenuhi.

d. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang kuat antar variabel independen dalam model regresi dengan melihat hasil *tolerance* dan *Variance Inflation Factor* (VIF). Jika nilai *tolerance* kurang dari 0,10 maka tidak terjadi multikolinieritas, namun sebaliknya jika nilai *tolerance* lebih dari 0,10 maka terjadi multikolinieritas. Selanjutnya jika nilai VIF kurang dari 10,00 maka dapat dikatakan tidak terjadi multikolinieritas, namun sebaliknya jika nilai VIF lebih dari 10,00 maka dapat dikatakan terjadi multikolinieritas. Berikut ini hasil uji multikolinieritas dengan bantuan SPSS dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 13. Hasil Uji Multikolinieritas

No	Variabel	α	Collinearity Statistics		Keterangan
			Tolerance	VIF	
1	Citra Tubuh	0,081	0,510	1,963	Tidak terjadi multikolinieritas
2	Harga Diri	0,164	0,510	1,963	Tidak terjadi multikolinieritas

Berdasarkan Tabel 13, maka diperoleh hasil uji multikolinieritas dengan nilai *tolerance* 0,510 terhadap variabel citra tubuh dan harga diri yang artinya lebih besar dari 0,10. Sedangkan nilai VIF 1,963 terhadap variabel citra tubuh dan harga diri yang artinya lebih kecil dari 10,00, maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut tidak terjadi multikolinieritas.

e. Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi dilakukan dengan pengujian Durbin Watson dengan kriteria sebagai berikut:

- a. Data dinyatakan bebas dari autokorelasi jika nilai d terletak di antara d_U dan $(4-d_U)$
- b. Data dinyatakan mengalami autokorelasi ketika d lebih kecil dari d_L atau lebih besar dari $(4-d_L)$.
- c. Data tidak dapat menghasilkan kesimpulan yang pasti ketika d terletak di antara d_L dan d_U atau diantara $(4-d_L)$ dan $(4-d_U)$.

Berdasarkan perhitungan dengan menggunakan bantuan SPSS, didapatkan nilai DW sebesar 1,853 dengan nilai d_U sebesar 1,838. Data tersebut menunjukkan tidak terjadi autokorelasi dengan skor DW 1,853 yang

mana lebih besar dari skor dU yaitu 1,838 dan lebih kecil dari skor (4-dU) yaitu 2,161. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan sebelumnya, skor DW sebesar 1,853 atau dapat dinyatakan sebagai $1,838 < 1,853 < 2,161$ yang berarti tidak mengalami autokorelasi.

2. Hasil Uji Hipotesis

- a. Terdapat pengaruh citra tubuh terhadap *subjective well-being* pada remaja.

Adapun rumusan hipotesis pertama dalam penelitian ini yaitu:

Ho: Tidak ada pengaruh citra tubuh terhadap *subjective well-being*

Ha: Ada pengaruh citra tubuh terhadap *subjective well-being*

Tabel 14. Signifikansi Regresi Citra Tubuh Terhadap *Subjective Well-Being* Pada Remaja.

		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
Model		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	52.236	6.052		38.631	.000
	CT	.613	.073	.372	5.661	.000

a. Dependent Variable: SWB

Berdasarkan Tabel 14 dapat diketahui bahwa hasil uji analisis hipotesis menunjukkan besarnya pengaruh variabel citra tubuh terhadap *subjective well-being* pada remaja dengan nilai ($\beta = 0,613$ dengan $p < 0,05$), sehingga dapat dikatakan bahwa hipotesis Ha diterima yang berarti bahwa ada pengaruh variabel citra tubuh terhadap *subjective well-being* pada remaja. Artinya variabel citra tubuh dapat menjadi prediktor bagi *subjective well-being* pada remaja.

- b. Terdapat pengaruh citra tubuh terhadap harga diri pada remaja.

Adapun rumusan hipotesis pertama dalam penelitian ini yaitu:

Ho: Tidak ada pengaruh citra tubuh terhadap harga diri

Ha: Ada pengaruh citra tubuh terhadap harga diri

Tabel 15. Signifikansi Regresi Citra Tubuh Terhadap Harga Diri Pada Remaja.

		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	29.670	4.867		9.096	.000
	HD	.439	.026	.379	6.689	.000

- a. Dependent Variable: CT

Berdasarkan Tabel 15 dapat diketahui bahwa hasil uji analisis hipotesis menunjukkan besarnya pengaruh variabel citra tubuh terhadap harga diri pada remaja dengan nilai ($\beta = 0,439$ dengan $p < 0,05$), sehingga dapat dikatakan bahwa hipotesis Ha diterima yang berarti bahwa ada pengaruh variabel citra tubuh terhadap harga diri pada remaja. Artinya variabel citra tubuh dapat menjadi prediktor bagi harga diri pada remaja.

- c. Terdapat pengaruh harga diri terhadap *subjective well-being* pada remaja.

Adapun rumusan hipotesis pertama dalam penelitian ini yaitu:

Ho: Tidak ada pengaruh harga diri terhadap *subjective well-being*

Ha: Ada pengaruh harga diri terhadap *subjective well-being*

Tabel 16. Signifikansi Regresi Harga Diri Terhadap *Subjective Well-Being* Pada Remaja.

		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	53.382	6.529		37.241	.000
	HD	.360	.046	.253	3.856	.000

a. Dependent Variable: SWB

Berdasarkan Tabel 16 dapat diketahui bahwa hasil uji analisis hipotesis menunjukkan besarnya pengaruh variabel harga diri terhadap *subjective well-being* pada remaja dengan nilai ($\beta = 0,360$ dengan $p < 0,05$), sehingga dapat dikatakan bahwa hipotesis H_a diterima yang berarti bahwa ada pengaruh variabel harga diri terhadap *subjective well-being* pada remaja. Artinya variabel harga diri dapat menjadi prediktor bagi *subjective well-being* pada remaja.

d. Terdapat pengaruh citra tubuh terhadap *subjective well-being* melalui harga diri pada remaja.

Adapun rumusan hipotesis pertama dalam penelitian ini yaitu:

H_0 : Tidak ada pengaruh citra tubuh terhadap *subjective well-being* melalui harga diri

H_a : Ada pengaruh citra tubuh terhadap *subjective well-being* melalui harga diri

Tabel 17. Signifikansi Regresi Citra Tubuh Terhadap *Subjective Well-Being* Melalui Harga Diri Pada Remaja.

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	41.073	6.589		6.234	.000
	CT	.415	.034	.417	8.936	.000
	HD	.177	.053	.459	9.982	.000

a. Dependent Variable: SWB

Berdasarkan Tabel 17 dapat diketahui bahwa hasil uji analisis hipotesis menunjukkan besarnya pengaruh variabel harga diri sebagai mediator terhadap *subjective well-being* pada remaja dengan nilai ($\beta = 0,177$ dengan $p < 0,05$). Sedangkan besarnya pengaruh variabel citra tubuh juga berpengaruh terhadap *subjective well-being* pada remaja dengan nilai ($\beta = 0,415$ dengan $p < 0,05$), sehingga dapat dikatakan bahwa hipotesis H_a diterima yang berarti bahwa ada pengaruh variabel harga diri sebagai mediator pada citra tubuh terhadap *subjective well-being* pada remaja. Artinya variabel harga diri dapat menjadi mediator pada citra tubuh terhadap *subjective well-being* pada remaja.

Berikut ini tabel hasil analisis r Square mediasi dapat dilihat pada Tabel 18.

Tabel 18. Skor r Kuadrat

Analisis Regresi	R^2
Pengaruh (X-Y)	0,302
Pengaruh (X-M-Y)	0,334

Berdasarkan Tabel 18 pengaruh yang terjadi juga dapat dijelaskan pada perubahan r^2 yang menunjukkan kenaikan. Pada pengaruh (jalur regresi X kepada Y) skor r^2 0,302 yang menunjukkan adanya kontribusi variabel X sebesar 30,2% terhadap variabel Y. ketika variabel M diikutsertakan dalam analisis regresi variabel X terhadap variabel Y seperti pada pengaruh (jalur regresi X kepada Y melalui M) , pengaruh mengalami kenaikan menjadi 0,334 sehingga menunjukkan kenaikan pengaruh menjadi 33,4%. Hal tersebut menunjukkan adanya kenaikan skor r^2 yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh mediasi pada variabel harga diri pada variabel citra tubuh terhadap variabel *subjective well-being*.

Berikut ini hasil analisis uji mediasi menggunakan sobel test untuk mengetahui apakah ada hubungan variabel harga diri terhadap citra tubuh dan *subjective well-being* pada remaja. Dimana sobel test menggunakan uji z dengan rumus sebagai berikut:

$$\frac{a^2 b^2}{\sqrt{b^2 s_a^2 + a^2 s_b^2 + s_a^2 s_b^2}}$$

Keterangan:

a^2 = koefisien regresi variabel independen terhadap variabel mediasi

b^2 = koefisien regresi variabel mediasi terhadap variabel dependen

s_a^2 = *standar error of estimation* dari pengaruh variabel independen terhadap variabel mediasi

s_b^2 = *standar error of estimation* dari pengaruh variabel mediasi terhadap variabel dependen

Berikut ini adalah hasil rincian perhitungan secara manual menggunakan rumus sobel test

Tabel 19. Koefisien regresi citra tubuh terhadap harga diri

Model		Unstandardized Coefficients	
		B	Std. Error
1	(Constant)	29.670	4.867
	HD	.439	.026

Tabel 20. Koefisien regresi harga diri dan citra tubuh terhadap *subjective well-being*

Model		Unstandardized Coefficients	
		B	Std. Error
1	(Constant)	41.073	6.589
	CT	.415	.034
	HD	.177	.053

Hasil perhitungan nilai z dari sobel test adalah:

$$Z = \sqrt{b^2sa^2 + a^2Sb^2 + Sa^2Sb^2}$$

$$Z = \sqrt{0,177^2 0,026^2 + 0,439^2 0,053^2 + 0,026^2 0,053^2}$$

$$Z = \sqrt{4,01726} = 2,00431$$

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan sobel test diatas mendapatkan nilai z sebesar 2,00431, karena nilai z yang diperoleh sebesar $2,00431 > 1,96$ dengan tingkat signifikansi 5% maka membuktikan bahwa harga diri mampu memediasi hubungan citra tubuh dan *subjective well-being*. Artinya harga diri dapat menjadi mediator pada citra tubuh terhadap *subjective well-being* remaja berdasarkan data yang ditunjukkan.

C. Hasil Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti, bahwa *subjective well-being* pada remaja di Yogyakarta tergolong sedang. Hal tersebut ditunjukkan pada data sebelumnya membuktikan bahwa *subjective well-being* yang dimiliki remaja kota Yogyakarta tergolong sedang. Pada penelitian yang dilakukan oleh Li dan Li (2016) menyatakan bahwa adanya beberapa faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* pada remaja. Beberapa faktor tersebut adalah kesehatan fisik, performa akademis, pertemanan, media, persepsi diri dan perlakuan orang lain kepadanya, aktivitas sosial dan harga diri (Compton dan Hoffman, 2013).

Penelitian ini terdapat 2 faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* terdapat yaitu faktor citra tubuh dan harga diri. Pada faktor kesehatan fisik peneliti menggunakan citra tubuh sebagai variabel dan harga diri sebagai variabel dalam penelitian ini. Di dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti terbukti adanya suatu pengaruh dimana variabel harga diri dapat menjadi mediator atas pengaruh citra tubuh terhadap *subjective well-being* pada remaja.

Analisa yang dilakukan juga menunjukkan adanya pengaruh pada variabel citra tubuh terhadap *subjective well-being* pada remaja. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Cash dan Pruzinsky (2002) bahwa individu yang memiliki citra tubuh yang negatif mereka cenderung memiliki tipe kepribadian atau emosi yang negatif, sedangkan individu yang memiliki citra tubuh yang positif mereka cenderung memiliki tipe kepribadian atau emosi yang positif. Artinya semakin tinggi citra tubuh yang dimiliki remaja, maka semakin tinggi *subjective well-*

being yang dimilikinya, begitupun sebaliknya. Adapun *subjective well-being* yaitu penilaian seseorang tentang kepuasan hidupnya yang meliputi komponen kognitif dan afektif. Salah satu upaya untuk meningkatkan *subjective well-being* pada remaja yaitu dengan mengembangkan citra tubuh yang positif. Remaja yang memiliki citra tubuh yang positif akan lebih menghargai dan menerima penampilan mereka sendiri, sehingga akan membawa dampak yang positif yaitu pada pembentukan identitas mereka.

Ratnawati dan Sofiah (2012) menyatakan bahwa individu yang memiliki *subjective well-being* yang rendah akan berdampak pada suasana hati yang tidak stabil serta dapat mempengaruhi ketidakpuasan pada citra tubuh, sebaliknya *subjective well-being* yang tinggi akan membuat individu memiliki kepuasan hidup, sehingga berpengaruh terhadap citra tubuhnya. Oleh sebab itu, jika remaja memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi maka akan membentuk citra tubuh yang positif, sedangkan remaja yang memiliki tingkat *subjective well-being* yang rendah maka akan membentuk citra tubuh yang negatif (Ngaire Donaghue, 2009).

Analisa berikutnya yang dilakukan oleh peneliti juga menunjukkan adanya pengaruh citra tubuh terhadap harga diri pada remaja. Temuan itu sejalan dengan penelitian Firdevs (2015) yang mengemukakan bahwa remaja yang memiliki citra tubuh yang negatif dapat menyebabkan harga diri yang rendah, karena remaja mengalami ketidakpuasan pada citra tubuhnya sehingga remaja tidak merasa percaya diri. Selain itu, remaja yang memiliki masalah dengan ketidakpuasan dengan bagian tubuh misalnya berat badan dan tinggi badan

yang kurang ideal akan memiliki dampak pada harga dirinya (Viren, Ulrich, Stefan and Martin, 2015).

Remaja yang memiliki citra tubuh yang positif maka individu tersebut memiliki sikap percaya diri yang tinggi, menerima diri dan merasa puas dengan bentuk tubuhnya (Ofra, 2018:415; Rombe, 2014), sedangkan individu yang memiliki citra tubuh yang negatif cenderung mengalami depresi yang akan berdampak pada tidak tercapainya kepercayaan diri (Cash & Pruzinsky, 2002). Selain itu, individu yang memiliki citra tubuh yang positif mereka juga tidak akan khawatir dengan berat badannya, lebih dapat menghargai bentuk tubuhnya, tidak menghindari aktivitas yang menunjukkan bentuk tubuhnya serta tidak menghindari makanan yang dapat menaikkan berat badannya (Villi & Donna, 2007; Wulan, 2014).

Selanjutnya, analisis berikutnya menunjukkan adanya pengaruh pada variabel harga diri terhadap *subjective well-being* pada remaja. Hasil penelitian yang mendukung adalah penelitian yang dilakukan oleh (Firdevs & Sevil, 2015) bahwa tingkat harga diri dapat menimbulkan emosi negatif, seperti depresi, kecemasan, stress, ketidakpercayaan diri, kehilangan kendali, dan mengalami ketidakpuasan dalam hidup yang berdampak pada *subjective well-beingnya*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kavanagh & Scrutton (2015) ketika individu diterima didalam suatu kelompok, ia akan merasakan harga diri yang tinggi, memiliki rasa aman dan rasa percaya diri, dengan demikian individu akan lebih puas dengan kehidupan mereka. Sebaliknya, ketika

individu ditolak didalam suatu kelompok, ia akan merasakan harga diri yang rendah, depresi, memiliki kecemasan dan tidak puas dengan kehidupan mereka.

Namun disisi lain juga remaja ingin menunjukkan bahwa mereka mampu, sukses dan berharga dihadapan orang lain. Literature sebelumnya menunjukan bahwa remaja yang memiliki harga diri yang rendah mereka lebih menunjukkan perasaan yang tidak bahagia dan pesimis (Beki & Mehmet, 2017: 5). Karena harga diri yang rendah memiliki pengaruh terhadap *subjective well-being* yang rendah pada remaja (Hongfei, Ronnel and Peilian, 2017). Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Lin, Quanlei, Qiuying, Yafei & Jianwen (2019) yang menunjukkan bahwa harga diri dapat mempengaruhi *subjective well-being*, karena harga diri dipengaruhi oleh keluarga maupun lingkungan sekitar yang dimana individu dapat mengenali kepribadiannya dan menunjukkan kepada orang lain atas pencapaiannya (Weisman et.all, 2015).

Orth dan Robins (2014) menunjukkan bahwa harga diri berkaitan dengan emosi yang stabil, percaya diri, bertanggung jawab, teliti, senang bergaul, suka berbicara tegas, ekspresif, dan mudah bersosialisasi. Hal tersebut sejalan dengan Li and Zheng (2014) yang mengungkapkan bahwa individu yang kuat harga dirinya lebih positif, percaya mereka dapat mengatasi masalah dengan lebih baik dan memiliki *subjective well-being* yang lebih besar dari pada individu dengan tingkat harga diri yang rendah. Salah satu upaya untuk meningkatkan *subjective well-being* pada remaja yaitu remaja harus memiliki harga diri yang tinggi. Remaja yang memiliki harga diri yang tinggi mampu mengatasi berbagai masalah, dapat mengontrol emosi positif dan negatif karena individu yang

memiliki harga diri tinggi mereka cenderung memandang diri mereka lebih unggul dari yang lainnya (Xiaobo, Ziheng, Guanhua, Yangyang & Jiayi Peng, 2014: 3).

Pada analisa selanjutnya menunjukkan bahwa ada pengaruh citra tubuh terhadap *subjective well-being* melalui harga diri. Mengacu pada penjelasan Baron dan Kenny (1986) bahwa syarat-syarat yang harus dipenuhi dalam testing mediating yaitu variabel independen (citra tubuh) harus berpengaruh pada variabel mediator (harga diri) pada jalur a, variabel mediator (harga diri) harus berpengaruh terhadap variabel dependen (*subjective well-being*) pada jalur b, serta variabel independen (citra tubuh) harus berpengaruh pada variabel dependen (*subjective well-being*) pada jalur c. Lanjut Baron dan Kenny (1986) bahwa jika ada 1 atau 2 dari ketiga variabel tersebut tidak berpengaruh, maka proses mediating tidak berlangsung baik. Berdasarkan pendapat tersebut, serta melihat hasil uji hipotesis, maka dapat dikatakan bahwa proses testing mediating berlangsung dengan baik. Proses mediasi berlangsung baik di karenakan adanya pengaruh di jalur a dan b. Sebagaimana yang telah di buktikan dalam penelitian ini bahwa citra tubuh berpengaruh terhadap harga diri (jalur a) serta harga diri berpengaruh terhadap *subjective well-being* (jalur b). Semua ini disebabkan oleh beberapa hal yaitu: (1) harga diri fokus pada menghargai dan penerimaan diri sedangkan citra tubuh fokus pada kepuasan terhadap penampilan fisik dan bentuk tubuhnya, atau bisa dikatakan bahwa ada kesinambungan secara teoritik; (2) konstruk teoritik dari citra tubuh ialah persepsi terhadap dirinya sendiri ini sejalan dengan maksud harga diri, yang mana harga diri hanya bisa menjelaskan

pengaruhnya terhadap perasaan seseorang dimana mereka merasa layak atau berharga; dan (3) remaja yang dapat menghargai diri sendiri dan menerima keadaannya serta motivasi kepuasan terhadap bentuk tubuhnya cenderung menunjukkan harga diri yang tinggi sehingga berpengaruh terhadap *subjective well-being* pada remaja.

Jika mengacu pada penjelasan Baron dan Kenny (1986) di atas, karena jalur a dan b terpenuhi, maka variabel harga diri dalam penelitian ini dapat di jadikan variabel mediator untuk memperjelas pengaruh variabel independen terhadap dependen seperti penelitian yang lainnya. Sebagaimana yang dijelaskan sebelumnya bahwa jika citra tubuh merupakan variabel independen, maka harga diri bisa dijadikan variabel mediator antara citra tubuh terhadap *subjective well-being* pada remaja.

Dari hasil penelitian dan juga penjelasan berbagai penelitian di atas, dapat di tarik kesimpulan bahwa ada efek mediasi pada pengaruh variabel citra tubuh terhadap *subjective well-being* dengan menjadikan harga diri sebagai mediator seperti yang telah dijelaskan pada bahasan sebelumnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya variabel harga diri merupakan hal yang penting pada pengaruh citra tubuh terhadap *subjective well-being* pada remaja.

D. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian selama penelitian ini berlangsung yaitu sebagai berikut: Pada saat penyebaran angket penelitian kepada responden, waktunya bersamaan dengan menjelangnya Ujian Akhir Semester (UAS) dan beberapa sekolah siswa kelas 12 diliburkan untuk mempersiapkan dalam menghadapi ujian, sehingga

peneliti hanya bisa menyebarkan angket pada siswa kelas 10 dan 11 saja. Oleh karena itu, generalisasi terbatas pada kelas yang berada dilokasi penelitian.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan adalah adanya efek mediasi variabel harga diri pada citra tubuh terhadap *subjective well-being*. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya kenaikan besaran pengaruh pada variabel citra tubuh terhadap variabel *subjective well-being* ketika dilakukan uji analisa regresi berganda dengan dimasukkannya harga diri sebagai variabel mediator. Hal tersebut menunjukkan adanya efek mediasi variabel harga diri pada citra tubh terhadap *subjective well-being* remaja.

B. Implikasi

Implikasi dari hasil penelitian citra tubuh dan harga diri terhadap *subjective well-being* pada masa remaja. Pada hasil penelitian ini memberikan bukti bahwa remaja dengan citra tubuh dan harga diri memiliki hubungan yang erat terhadap *subjective well-being*. Maka dari itu diharapkan dapat memberikan sumbangsih kepada praktisi psikologi dan mahasiswa dalam memberikan intervensi yang tepat dalam menyelesaikan masalah *subjective well-being* pada remaja. Serta bagi sekolah dan orang tua untuk dapat memperhatikan, mengawasi dan membatasi kegiatan remaja diluar rumah.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian di atas yang dapat diuraikan, terdapat beberapa saran yang dapat dilakukan untuk beberapa pihak yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Guru dan Sekolah

Sekolah maupun guru merupakan tempat kedua bagi para anak khususnya pada tahap remaja yang membutuhkan arahan dengan baik dan benar, kualitas dari kehidupan sekolah adalah bagian yang penting dari keseluruhan pengalaman yang didapat anak. Oleh karena itu, sekolah hendaknya menciptakan hubungan sosial dan menyediakan dukungan sosial yang baik untuk menciptakan lingkungan sekolah yang kondusif sehingga hubungan antar anak dengan teman dan gurunya dapat optimal.

Hal ini sangat berpengaruh terhadap *subjective well-being* remaja yang merupakan hasil dari hubungan remaja pada kehidupan dan lingkungan disekolahnya dengan menjalin hubungan antara siswa dan guru dan pembelajaran akademis.

2. Bagi Remaja

Meningkatkan kesadaran didalam diri pribadi masing-masing dan dapat memilah terhadap pengaruh yang dibawa oleh orang lain tentang baik tidaknya untuk dilakukan. Dengan demikian citra tubuh dan harga diri pada remaja yang dimiliki dapat mengarah kepada yang positif, seperti melakukan kegiatan-kegiatan sosial dan melakukan kegiatan positif dengan lingkungan sekitar yang akan berdampak pada *subjective well-beingnya* agar berkembang dengan baik.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Peneliti memaparkan beberapa saran kepada peneliti selanjutnya, adapun saran untuk peneliti selanjutnya yaitu: diharapkan untuk peneliti selanjutnya saat melakukan penyebaran angket penelitian sebaiknya tidak pada saat Ujian Akhir Semester (UAS), sehingga semua kelas 10,11 dan 12 bisa digunakan subjek oleh peneliti dalam penyebaran angket agar saat pengambilan data lebih optimal.

Daftar Pustaka

- Alatartseva, Elena dan Galina Barysheva. (2015). *What is Well-Being in The Modern Society: Objective View*. Tomsk Polytechnic University.
- Anonim. (2018, September 26). Finlandia Negara paling bahagia, Indonesia peringkat 96 dari 156 negara. *BBC News Indonesia*. Diakses dari <https://www.bbc.com/indonesia/majalah-43422986>.
- Anderson, C., Hildreth, J. A. D., & Howland, L. (2015). Is the desire for status a fundamental human motive? A review of the empirical literature. *Psychological Bulletin*, 141(3), 574–601. doi:10.1037/a0038781

- Anonim. (2019, September 21). Sepuluh kebiasaan buruk orang yang tak bahagia. *CNN Indonesia*. Diakses dari <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20160727140746-255-147387/sepuluh-kebiasaan-buruk-orang-yang-tak-bahagia>.
- Antonio, B., Margarida, G. M., & Jose, A. D. (2013). Body Image and Subjective Well-Being in Portuguese Adolescents. *Spanish Journal of Psychology*, 1–12. doi:10.1017/sjp.2013.24.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. (2012). *Realibilitas dan validitas fourteenth edition*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baumeister, R. F. (Ed.). (2013). *Self Esteem: The Puzzle Of Low Self-Regard*. Springer Science & Business Media.
- Beki, D., & Mehmet, A. Y. (2017). The Mediating Role of Self-Esteem in the Relationship Between Optimism and Subjective Well-Being. *Curr Psychol*. doi: 10.1007/s12144-017-9698-1.
- Bell, L., & Rushforth, J. (2008). *Overcoming body image disturbance: a program for people with eating disorder*. New York : Routledge.
- Burhan, N., Gunawan., & Marzuki. (2017). *Statistik terapan untuk penelitian ilmu sosial*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Branden, N. (1994). *The six pillar of self-esteem* (pp 3-329). Canada: A Bantam Book Publishing History.
- Branden, N. (2010). *Kekuatan harga diri (the power of self-esteem)*. Penerbit Interaksara Batam.
- Brann, L., Owens, J., & Williamsom, A. (2012). *The handbook of contemporary clinical hypnosis* (pp. 3-621). India: Wiley Blackwell.
- Brule, G., & Maggino, F. (Eds.). (2017). *Metrics of subjective well-being: Limits and improvements*. Springer.
- Cash, T. F. (2000). *The Multidimensional body-self relation questionnaire : MBSRQ User's Manual (3rd Revision)*. Virginia : Old Dominion, University Norfolk.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: The Guilford Press.

- Cash, T.F. & Pruzinsky, T. (2010) *Body Images: A Handbook of theory, research and clinical practice*. New York: Guilford Press.
- Che, C. L.(2015). The Relationships among gratitude, self-esteem, depression, and suicidal ideation among undergraduate students. *Personality and Social Psychology*. <https://doi.org/10.1111/sjop.12252>.
- Cobb, N. J. (2007). *Adolescence continuity, change, and diversity*. New York : Mc. Graw-Hill.
- Coles, B. (2015). A ‘Suitable Person’: an ‘insider’ perspective. *British Journal of Learning Disabilities*, 43, 135–141. doi:10.1111/bld.12125.
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2013). *Positive psychology: The science of happiness and flourishing*. SAGE Publications.
- Cong, L., Rebecca, P. A., & May, O. L. (2013). Cognitive, personality, and social factors associated with adolescents online personal information disclosure. *Journal of Adolescence*, 36, 629-638.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self esteem*. San Francisco : Freeman and Company.
- Cristiana, L. P. (2017). Physical Activity, Body Image, and Subjective Well-Being. <http://dx.doi.org/10.5772/intechopen.68333>.
- Daniela, C. M. L., Sheila, G. C., Gehysa, G. A., & Denise, A. (2016). Body image satisfaction and subjective wellbeing among ninth-grade students attending state schools in Canoas, Brazil. *Cience & Saude Coletiva*. 23(12):4289-4298. doi: 10.1590/1413-812320182312.14742016.
- Daniel, W. (2017). *Time well spent: Subjective well-being and the organization of time*. Pickering & Chatto Publishers.
- Dariyo, A. (2004). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Jakarta: Ghalia.
- Darusmin, D. F., & Himam, F. (2015). Subjective well-being pada hakim yang bertugas di daerah terpencil. *Jurnal Psikologi*, 1(3), 192-203.
- David, R. S., & Katherine, K. (2014). *Developmental Psychology Childhood And Adolescence*. Belmont: Wadsworth Cengage Learning.
- David, S., Derald, W. S., Diane, M. S., & Stanley. S. (2016). *Essentials Of Understanding Abnormal Behavior*. Boston: engage learning.
- Diener, E. (1984). *Kesejahteraan Subjektif psikologis*. *Bulletin*, 95, 542-575.

- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E., Lucas, R. E., dan Oishi, S. (2002). *Subjective well-being: the science of happiness and life satisfaction*. 63-73.
- Diener, Ed. et. al. (2009). *Subjective well-being: the science of happiness and life satisfaction. Psychology, personality and social psychology, clinical psychology*. The oxford Handbook of Positive Psychology (2 ed.).
- Diener, E., Lucas, R. E., dan Oishi, S. (2012). *Subjective well being the science of happiness and life satisfaction*. In *the oxford handbook of positive psychology*. Oxford University Press.
- Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: A general overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391-406.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2015). National accounts of subjective well-being. *American Psychologist*, 70(3), 234–242. doi:10.1037/a0038899
- Diener, E., Heintzelman, S. J., Kushlev, K., Tay, L., Wirtz, D., Lutes, L. D., & Oishi, S. (2016). Findings all psychologists should know from the new science on subjective wellbeing. *Canadian Psychology. Advance online publication*. doi:10.1037/cap0000063.
- De Neve, J. E., Diener, E., Tay, L., & Xuereb, C. (2013). The Objective Benefits of Subjective Well-Being. In Helliwell, J., Layard, R., & Sachs, J., eds. *World Happiness Report 2013. Social Science Research Network*.
- Doralucia, G. S., & Debora, D. D. (2016). Exposure to Domestic and Community Violence and Subjective Well-Being in Adolescents. *Paideia*, vol. 26, No. 65, 299-305. doi:10.1590/1982-43272665201603.
- Du, H., King, R. B., Chi, P. (2017). Self-esteem and subjective well-being revisited: The roles of personal, relational, and collective self-esteem. *PLoS ONE* 12(8):e0183958. [https://doi.org/ 10.1371/journal.pone.0183958](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0183958).
- Eddington, N & Shuman, R. (2005). *Subjective Well-Being (Happiness): Continuing Psychology Education*. Columbus: Merril Publishing Company.
- Elbert, C., Winkler, L., Pawelczack, S, Trobitz, E., Rinck, M, Becker, E.S., Lindenmeyer, J. (2018). Self Esteem Consistency Predicts The Course Of Therapy In Depressed Patients. *PLoS One*. No. 1-19. doi: 10.1371/journal.pone.0199957.

- Esti, D.R.S. (2014). *Subjective Well-Being Measurement for Public Policy in Indonesia*. Perencanaan pembangunan. 01 (XX): 63-71.
- Febriana, F. A. (2012). *Hubungan penerimaan citra tubuh dengan kepercayaan diri pada siswa kelas X dan XI SMK Negeri 4 Yogyakarta*. Yogyakarta.
- Firdevs, S., Sevil, S. (2015). The Impact of Body Image and Self-Esteem on Turkish Adolescents' Subjective Well-Being. *Psychology Research*. Vol. 5, No. 9, 536-551. doi:10.17265/2159-5542/2015.09.005.
- Friel, J. G., & Friel, L.D.O. (2012). *The power and grace between nasty or nice : Replacing entitlement, narcissism, and incivility with knowledge, caring, and genuine self esteem*. Florida: Health Communications. Inc.
- Fristy. (2012). Citra Diri pada remaja putri yang mengalami kecenderungan gangguan Body dismorphic. *Jurnal Fakultas Psikologi*. Universitas Gunadarma.
- Garner, D. M. (1997). *The Body Image Survey*. Psychology.
- Gerrig, R. J., & Zimbardo, P. G. (2010). *Psychology and life, 19th Edition*. Stanford University.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi analisis multivariate*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghozali. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghufron, N. M., & Risnawita, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Gregory, Robert. J. (2015). *Psychological Testing: Hisory, Principles, and Applications*. United States of Amerika: Pearson Education Limited.
- Grogan, S. (2016). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. Routledge.
- Guindon, M. H. (2010). *Self-esteem ascross the lifespan: Issue and interventions (pp. 3-355)*. New York: Routledge Taylor & Prancis Group.
- Halliwey, J. F., Layard, R., dan Sachs, J. D. (2018). *World Happiness Report*. UN Sustainable Development Solutions Network; Earth Institute (University of Columbia).

- Halliwey, J. F., Layard, R., dan Sachs, J. D. (2019). *World Happiness Report*. UN Sustainable Development Solutions Network; Earth Institute (University of Columbia).
- Hongfei, Du., Ronnel, B. K., Peilian, C. (2017). Self-esteem and subjective well-being revisited: The roles of personal, relational, and collective self-esteem. *PLoS ONE*, 12(8):e0183958. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0183958>.
- Holsen, I., Jones, D. C., & Birkeland, M. S. (2012). Body image satisfaction among Norwegian adolescents and young adults: A longitudinal study of the influence of interpersonal relationships and BMI. *Body Image*, 9, 201-208.
- Jacky, C. K. N., Vince, W.T. C., Victor, C.Y., & Lau. (2019). Unpacking the differential effects of dispositional envy on happiness among adolescents and young adults: The mediated moderation role of self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 149, 244-249. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.06.011>.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Jang, W. E., Bucy, E. P., & Cho, J. (2018). Self-esteem moderates the influence of self-presentation style on Facebook users' sense of subjective well-being. *Computers in Human Behavior*, 85, 190-199.
- Jati, A. (2010). *Subjective Well-Being (Kesejahteraan Subjektif) Dan Kepuasan Kerja Pada Staf Pengajar (Dosen) Di Lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*. Fakultas Psikologi Diponegoro.
- Jones, D. C., & Smolak, L. (2011). Body Image During Adolescence: A Developmental Perspective. *Encyclopedia of Adolescence*, Vol. 1 doi:10.1016/B978-0-12-373915-5.00005-X.
- Justin, H. (2014). *Sexual Orientation and Gender Identity*. Spinney Press, vol. 378.
- Kavanagh, P. S., & Scrutton, H. E. (2015). *Self-esteem. In Evolutionary perspectives on social psychology (pp. 127–136)*. Berlin, Germany: Springer International Publishing.
- Keon, W. (2018). Naked and Unashamed: Investigations and Applications of the Effects of Naturist Activities on Body Image, Self-Esteem, and Life Satisfaction. no. 19, 677–697 <https://doi.org/10.1007/s10902-017-9846-1>.

- Kinley, T. R. (2010). The effect of clothing size on self-esteem and body image. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 38(3), 317-332.
- Kroll, C. (2011). *Towards a sociology of happiness: Examining social capital and Subjective well being across subgroups of society*. The London School of Economics and Political Science.
- Lampropoulou, A. (2018). Personality, school, and family: What are their roles in adolescents subjective well-being. *Journal of Adolescence*. vol. 67, 12-21. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.05.013>
- Laurence, J. (2019). Community disadvantage, inequalities in adolescent subjective well-being, and local social relations: The role of positive and negative social interactions. *Social Science & Medicine*, 237, 112442.
- Lina, A. R., & Zali, Y. (2016). *Adolescence And Body Image: From Development To Reventing Dissatisfaction*. London:Routledge.
- Li, X., & Zheng, X. (2014). Adult attachment orientations and subjective well-being: Emotional intelligence and self-esteem as moderators. *Social Behavior and Personality: An international journal*. 42, 1257–1265. <http://doi.org/4ds>.
- Lin, Z., Quanlei, Y., Qiuying, Z., Yafei, G., & Jianwen, C. (2019). The relationship between explicit self-esteem and subjective well-being: The moderating effect of implicit self-esteem. *The Journal Of General Psychology*. <https://doi.org/10.1080/00221309.2019.1609896>.
- Lomas, T. (2016). Towards a positive cross-cultural lexicography: Enriching our emotional landscape through 216 ‘untranslatable’ words pertaining to well-being. *The Journal of Positive Psychology*. <http://dx.doi.org/10.1080/17439760.2015.1127993>.
- Longe, J. (2008). *The Gale Encyclopedia of Diets*. New York : The Gale Group.
- Lui, P. P., & Fernando, G. A. (2018). Development and initial validation of a multidimensional scale assessing subjective well-being: The Well-Being Scale (WeBS). *Psychological reports*, 121(1), 135-160.
- Mackinnon, N.J. (2015). *Self esteem and beyond : Symbolic interactionism as affect control self, identity, and social institutions (pp. 1-183)*. New York : Palgrave Macmillan.

- Maddux, J. E. (2017). Subjective well-being and life satisfaction: An introduction to conceptions, theories, and measures. In *Subjective well-being and life satisfaction* (pp. 3-31). Routledge.
- Malahayati. (2010). *Be a Smart Parent*. Yogyakarta: Jogja Bangkit Publish.
- Mark, L. (2017). *Positive psychoanalysis: Meaning, aesthetics and subjective well-being*. Routledge.
- Marc, D. G., & Turner, J. R. (Eds.). (2013). *Encyclopedia of behavioral medicine*. Springer New York.
- Meera, P., Suvashisa, R., & Manisha, M. (2011). Self Esteem and Subjective Wellbeing: Correlates of Academic Achievement of Students. *The International Journal*. Vol. 01, No. 07, 148-156.
- Melliana, A. (2013). *Menjelajah tubuh: perempuan dan mitos kecantikan*. Yogyakarta: LKiS.
- Miller, N. (2013). Measuring up to speech intelligibility. *International Journal of Language & amp*, vol, 48. <https://doi.org/10.1111/1460-6984.12061>.
- Minev, Petrova, Mineva, Petkova, & Strebkova. (2018). Self-esteem in adolescent. *Trakia journal of sciences* (2), 114-118.
- Moeen, T., Muazzam, A., & Zubair, B. (2013). Development and Validation of Body Image Scale (BIS) For Young Adult Females. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*, Vol. 11, No.1, 52-58
- Monica, T. (2018). *Citra tubuh dan kepuasan pernikahan istri pada usia dewasa tengah*. Universitas Islam Indonesia.
- Mruk, C. (2006). *Self-esteem: Research, theory, and practice: Toward a positive psychology of self-esteem*. New York: Springer.
- Mruk, C. (2013). Self-esteem and positive psychology, 4th edition research, theory, and practice. New York: Springer. *Trakia journal of sciences* (2), 114-118.
- Naderi, H., et. All. (2009). Self Esteem, Gender and Academic Achievement of Undergraduate Students. *American Journal of Scientific Research*. Pp. 26-37.
- Nasir, M. (2016). *Statistika pendidikan*. Yogyakarta: Media Akademi.

- Nayana, F. N. (2013). Kefungsian keluarga dan subjective well-being pada remaja. *Jurnal Psikologi Terapan*, Vol 1, No , 230-244.
- Nazir, S. H & Maya, S. (2016). The Relations Among Social Media Addiction, Self-Esteem, and Life Satisfaction in University Students. *Social Science Computer*, Vol. 35(5) 576-586. doi:10.1177/0894439316660340.
- Nickerson, A. B., & Nagle, R. J. (2004). *The influence of parent and peer attachments on life satisfaction in middle childhood and early adolescence*. *Social Indicators research*, vol 66, pp 35-60.
- Ngairé, D. (2009). Body satisfaction, sexual self-schemas and subjective well-being in women. *Body Image*. 6, 37–42. doi:10.1016/j.bodyim.2008.08.002.
- Odaci, H. (2013). The role of computer self-efficacy, self-esteem, and subjective well-being in predicting research self-efficacy among postgraduate students. *Asia-Pacific Education Researcher*. 22, 399–406. <http://doi.org/4dw>.
- Ofra, W. (2018). The open-air trance party experience and self-image, body image, and subjective well-being. *Loisir et Societe / Society and Leisure*. 41:3, 408-422, DOI: 10.1080/07053436.2018.1545418.
- Ofra, W., & Vered, S. (2017). Effect of the Parent–Adolescent Relationship on Adolescent Boys’ Body Image and Subjective Well-Being. *American Journal of Men’s Health*. Vol. 11(4) 920 –929. doi: 10.1177/1557988317696428.
- Oktan, V., & Sahin, M. (2011). Examination of the relationship between the body image and self- esteem of female adolescents. *International Journal of Human Science*, 7(2), 543-556.
- Orth, U., & Robins, R. (2014). The development of self-esteem. *Current directions in psychological science*. 23(5), 381-387. doi: 10.1177/0963721414547414.
- Papalia, Diane E., et al. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Diterjemahkan oleh A.K. Anwar. Jakarta: Kencana.
- Potter, P.A., Stockert, P. A., Perry A.G., & Hall, A.M. (2017). *Fundamentals Of Nursing (Ninth Edition)*. Rio de janeiro: Elsevier.
- Pratiwi. (2012). *Buku Pintar Kesehatan Wanita*. Yogyakarta: Imperium.

- Priscilla, P. L., & Gaithri A. F. (2017). Development and Initial Validation of a Multidimensional Scale Assessing Subjective Well-Being: The Well-Being Scale (WeBS). *SAGE*. doi: 10.1177/0033294117720696
- Proctor, C., Maltby, J., Linley, P. A. (2010). Strengths Use As A Predictor of Well-Being and Health-Related Quality of Life. *J Happiness Stud*, 12:153-169, doi: 10.1007/s10902-009-9181-2.
- Rahmania, P. N., Ika, Y. C. (2012). *Hubungan antara self-esteem dengan kecenderungan body dysmorphic disorder pada remaja putri*. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- Rangkuti, E. F., & Mardawati, O. (2014). *Hubungan antara self esteem dengan perilaku compulsive buying pada remaja anggota hausamo*. Prosiding Penelitian Sivitas Akademik Unisba, 23-29.
- Ratnawati, V., & Sofiah, D. (2012). Percaya diri, body image dan kecenderungan anorexia nervosa pada remaja putri. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2),130-142.
- Robert, S. F. (2013). *Essentials of Understanding Psychology. Ed. 10*. Mc Graw Hill.
- Rombe, S. (2014). *Hubungan body image dan kepercayaan diri dengan perilaku konsumtif pada remaja putri di SMA Negeri 5 Samarinda*. E-journal Psikologi, 2(1), 76-91.
- Rosenbaum, M., & Ronen, T. (2013). Emotional well-being and self-control skills of children and adolescents: The Israeli perspective. In C. L. M. Keyes (Ed.), *Mental well-being: International contributions to the study of positive mental health* (p. 209–229). Springer Science + Business Media. https://doi.org/10.1007/978-94-007-5195-8_10.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development edisi ketigabelas jilid 1*. Amerika, New York: McGraw-Hill.
- Sarwono, S. W. (2012). *Psikologi remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sasa, M. (2015). *Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan self-esteem remaja yang tinggal di Panti Asuhan Kota Banda Aceh*. Universitas Syiah Kuala.
- Seligman, M. (2011). *Flourish: A new Understanding of Happiness and Well-being: The practical guide to using positive psychology to make you happier and healthier*. Hodder & Stoughton. Retrieved from <https://books.google.co.id/books?id=MwB9DAAAQBAJ>.

- Smith, E. R., Mackle, D. M., & Claypool, H. M. (2014). *Social Psychology: Fourth Edition*. Psychology Press.
- Siqueira, N. F., Oliveira F. L. B. B., & Souza. E. (2017). Impaired responsibility dimension of self-esteem of Brazilian adolescents with epilepsy. *Epilepsy Behav*, 73: 1-5. doi:10.1016/j.yebeh.2017.05.009.
- Steinberg. (2011). *Adolescence 7th ed*. New York: Mc Graw Hill.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunartio, L., Sukamto, M. E., & Dianovinina, K. (2011). Social comparison dan Body dissatisfaction pada wanita dewasa awal. *Jurnal Humanitas*, 9(2), 157-168.
- Tamar, D., Carme, M., & Ferran, C. (2012). The Subjective Well-being of Spanish Adolescents: Variations according to different living arrangements. *Children and Youth Services Review*. 2374-2380. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chilyouth.2012.09.005>.
- Tesi, S. A., & Jimmy, E. K. (2018). Hubungan antara Body Image dan Subjective Well-Being Pada Remaja Putri. *Psychopreneur Journal*, 2(1): 52-60.
- Tracy, B. (2015). *The power of self-confidence: become unstoppable, irresistible, and unafraid in every area of your life*. New Jersey. John wiley & Sons.
- Vesile, O. (2017). Self-Harm Behaviour in Adolescents: Body Image and Self-Esteem. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 27(02), 177–189. doi:10.1017/jgc.2017.6.
- Villi, J., & Dona, E. P. (2007). Citra tubuh pada remaja putri menikah dan memiliki anak. *Jurnal Psikologi*. Vol. 1, No.1. 52-62.
- Viren, S., Ulrich, S. T., Stefan, S., & Martin, V. (2015). Associations Between Women's Body Image and Happiness: Results of the YouBeauty.com Body Image Survey (YBIS). *Springer Science Business Media Dordrecht*. 16:705–718 doi: 10.1007/s10902-014-9530-7.
- Voelker, D. K., Reel, J. J., & Grenleaf, C. (2015). Weight status and body image perceptions in adolescents: current perspectives. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*. <http://dx.doi.org/10.2147/AHMT.S68344>.

- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063–1070
- Wei, L. (2011). Moment Analysis and translanguaging space: Discursive construction of identities by multilingual Chinese youth in Britain. *Journal of Pragmatics*. doi:10.1016/j.pragma.2010.07.035.
- Weisman-Benish, M., Daniel, E., Schefer., Mollering, A., Noam-Knafo, A. (2015). Multiple Social identifications and adolescent self esteem. *Journal of Adolescence*, 44, 21-33. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.06.008.
- Wulan, T. U. (2014). *Hubungan Antara Citra Tubuh dengan Perilaku Konsumtif Kosmetik Make Up Wajah Pada Mahasiswi*. Naskah Publikasi: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Xiaobo, Y., Ziheng, Z., Guanhua, F., Yangyang, Y., & Jiayi, P. (2014). Collective and Individual Self-Esteem Mediate the Effect of Self-Construals on Subjective Well-Being of Undergraduate Students in China. *Applied Research Quality Life*. doi 10.1007/s11482-014-9362-y: 3.
- Xuji, J., Xia, L., & Baoguo, S. (2017). Perceived Discrimination and Subjective Well-being in Chinese Migrant Adolescents: Collective and Personal Self-Esteem As Mediators. *Front Psychol.* 8:1213. doi:10.3389/fpsyg.2017.01213.
- Yuan, L., Jijun, L., & Chengting, J. (2015). Self-Esteem, Gender, And The Relationship Between Extraversion And Subjective Well-Being. *Social Behavior And Personality*. 43(8), 1243–1254. <http://dx.doi.org/10.2224/sbp.2015.43.8.1243>
- Yusuf, S., & Nurihsan, A. J. (2010). *Landasan Bimbingan dan konseling*. Bandung: PT. Remjaa Rosdakarya.
- Zeigler-Hill, V. (2013). *Self-esteem*. Psychology Press.
- Zhai, H., Yang, Y., Sui, H., Wang, W., Chen, L., Qiu, X., ... Yang, J. (2015). Self-Esteem and Problematic Drinking in China: A Mediated Model. *PLOS ONE*, 10(10), e0140183. doi:10.1371/journal.pone.0140183.
- Zhang, H., Guan, L., Qi, M., & Yang, J. (2013). Self-Esteem Modulates the Time Course of Self-Positivity Bias in Explicit Self-Evaluation. *PLoS ONE*, 8(12), e81169. doi:10.1371/journal.pone.0081169

LAMPIRAN 1

REKAPITULASI DATA PENELITIAN

Lampiran 1. Rekapitulasi Data Penelitian

Kesejahteraan Subjektif	Citra Tubuh	Harga Diri	Res_1
112	105	179	-4.36500
132	118	183	9.53286
134	111	170	16.74143
115	98	184	.65253
120	98	170	8.13444
96	105	186	-21.60596
119	98	174	6.42533
119	118	181	-3.11258
116	110	173	-1.37556
106	107	190	-13.14478
125	115	184	3.60012
104	110	191	-16.56660
109	109	187	-10.44263
110	117	166	-9.03854
97	91	154	-9.12515
103	101	161	-8.51458
118	111	186	-2.09505
107	105	178	-9.18772
105	89	173	-3.66377
116	115	195	-7.34995
128	112	189	6.95827
118	99	179	4.12408
119	117	190	-4.29325
129	106	174	13.10655
122	109	190	2.02553
96	109	185	-23.08807
108	103	178	-7.35803
119	108	171	2.80869
100	103	175	-14.82619
109	100	196	-8.30452
107	105	159	-5.81941
123	102	194	5.22034
122	104	190	4.09977
134	101	164	21.95358
102	105	181	-14.71956
123	109	179	4.97561
115	113	190	-6.63386

93	103	153	-17.92604
123	100	173	9.77291
103	92	154	-3.54000
129	124	175	5.46201
102	90	147	-2.46934
100	103	164	-12.87611
115	102	166	2.18417
113	104	170	-1.35464
112	104	163	-1.11368
104	110	181	-14.79380
108	102	169	-5.34767
101	100	162	-10.27701
111	87	167	4.22960
111	114	199	-12.64423
106	95	166	-3.91189
111	106	154	-1.34786
115	103	174	.35109
107	95	170	-3.62101
113	96	190	-1.58145
105	111	194	-16.51328
105	95	164	-4.55734
115	108	156	1.46789
104	89	151	-.76361
108	108	175	-8.90043
125	97	171	13.37201
91	97	164	-19.38703
104	105	168	-10.41493
102	102	167	-10.99311
100	78	170	-3.56861
114	93	174	3.49956
112	84	163	7.18327
118	86	136	17.14012
117	106	169	1.99294
120	106	159	6.76574
106	92	150	.16912
115	85	164	9.59114
109	90	153	3.46698
123	110	182	4.02892
104	92	155	-2.71728
105	94	146	-.95145
112	92	186	-.21295

118	95	149	11.10186
112	99	169	-.10312
97	92	166	-11.66735
108	111	167	-8.72673
115	101	170	1.88990
76	104	177	-39.59560
116	111	195	-5.69056
98	100	172	-15.04981
107	104	191	-11.07751
101	102	167	-11.99311
114	110	178	-4.26196
91	115	173	-28.44980
96	114	175	-23.38951
95	108	165	-20.12763
116	108	165	.87237
104	107	174	-12.30830
105	113	189	-16.45658
113	119	199	-12.71846
120	108	193	-.09146
128	126	200	-.79967
119	100	211	-.96372
124	109	199	2.43001
126	116	205	.46240
129	117	187	6.23859
112	114	189	-9.87143
107	112	201	-16.16909
117	114	191	-5.22599
134	116	203	8.81696
124	111	197	1.95488
118	115	194	-5.17267
126	117	202	.57939
114	110	197	-7.63028
130	119	200	4.10426
114	122	200	-13.14028
130	118	202	4.16455
131	115	200	6.76365
124	128	201	-5.80665
122	123	203	-6.08697
125	126	204	-4.50879
129	121	205	1.38816
125	124	211	-4.92006

98	92	206	-17.75854
99	109	171	-17.60616
108	112	178	-11.09166
122	114	198	-1.46695
128	120	201	1.51213
115	126	186	-11.31776
125	121	202	-2.08000
128	122	200	.85972
134	121	193	8.51552
114	105	182	-2.89684
133	125	181	7.98349
105	101	187	-11.12385
125	100	159	14.25483
132	106	176	15.75199
132	112	187	11.31283
134	102	186	17.63858
129	113	191	7.18886
131	108	185	12.32677
134	104	178	18.22712
131	106	187	12.80191
119	115	187	-2.93172
106	115	200	-18.23635
132	114	191	9.77401
126	115	193	3.00461
109	114	211	-16.77158
129	116	203	3.81696
127	114	193	4.41945
134	113	216	7.75687
115	119	173	-6.10919
123	111	182	3.61407
125	115	200	.76365
108	116	212	-18.77856
107	124	205	-21.85638
130	121	187	5.57920
121	123	212	-8.68249
132	131	211	-.82399
123	115	188	.89100
126	117	218	-2.25708
117	119	198	-8.54118
138	122	209	9.26420
132	120	193	6.93037

124	112	197	1.54003
119	119	218	-10.08678
107	117	200	-18.06605
118	132	215	-15.94795
104	105	211	-18.03795
129	122	200	1.85972
127	125	207	-2.62578
113	112	174	-5.38254
126	109	187	6.55737
133	113	185	12.25254
130	105	196	10.62124
120	120	190	-4.53779
141	126	173	16.98688
122	125	195	-5.49843
123	131	199	-7.69663
127	128	208	-4.04761
137	126	188	10.32768
125	124	215	-5.62917
126	127	221	-6.93739
127	129	219	-6.41253
138	116	211	11.39872
135	130	218	1.34990
137	123	217	6.43111
137	122	177	13.93715
101	125	216	-30.22130
139	127	213	7.48084
129	124	205	.14362
120	119	220	-9.44134
122	130	219	-11.82738
140	139	207	4.56635
131	125	181	5.98349
141	135	214	5.98478
130	126	234	-4.82718
137	121	211	8.32449
131	130	228	-4.42289
116	129	230	-19.36261
126	132	221	-9.01163
135	129	203	4.42394
123	134	212	-11.24581
124	127	203	-5.74636
119	116	193	-4.41024

134	123	206	5.38119
125	120	197	-.77875
126	130	210	-6.23186
136	134	214	1.39963
125	130	221	-9.18194
118	134	227	-18.90500
136	132	212	2.58389
124	140	204	-11.31666
131	119	201	4.92698
129	121	200	2.27456
134	125	206	4.55150
134	138	206	-.84152
122	118	168	2.19206
134	113	186	13.07526
128	116	188	5.47616
143	115	194	19.82733
136	125	226	3.00590
139	136	215	3.39266
141	121	204	13.56544
128	106	197	8.02911
137	116	210	10.57600
143	126	201	14.02305
144	120	210	15.91661
149	121	217	19.26081
144	123	212	14.31751
146	133	216	11.45992
132	132	207	-.52972
137	135	214	1.98478
141	130	187	12.84557
134	122	206	5.79604
132	118	210	4.74631
142	122	217	11.84596
140	124	193	13.27098
139	107	191	19.67794
139	121	196	12.98368
129	115	205	3.87725
128	116	196	4.05792
137	115	208	11.34541
135	113	203	11.06150
144	121	204	16.56544
136	122	215	6.20052

140	125	201	11.43789
144	114	180	23.72409
141	113	200	17.59334
101	108	173	-15.54587
112	104	157	-.05000
121	109	181	2.62105
112	113	187	-9.10202
109	107	170	-6.59918
115	108	190	-4.55962
132	109	186	12.73465
105	80	153	3.61545
119	101	153	8.90366
104	102	178	-10.94318
115	91	167	6.57022
106	92	181	-5.32655
132	100	188	16.11372
115	94	172	4.43927
103	91	176	-7.02530
109	105	168	-5.41493
114	97	173	2.01745
100	97	161	-9.85519
113	98	180	-.63835
105	107	184	-13.08110
106	103	184	-10.42171
104	103	120	-1.07581
137	112	216	11.17171
134	115	186	12.24556
137	123	204	8.73575
132	116	190	9.12160
137	119	192	12.52250
144	104	188	26.45433
143	112	191	21.60371
125	119	186	1.58617
136	115	195	12.65005
138	107	198	17.43699
142	110	177	23.91532
134	100	193	17.22732
120	123	179	-3.83226
119	124	186	-6.48806
105	120	200	-21.31059
113	134	185	-16.45926

139	117	192	15.35219
136	123	184	11.28134
119	105	200	-1.08788
140	131	184	11.96256
133	112	191	11.60371
122	114	193	-.58055
121	105	213	-1.39251
126	118	175	4.95110
131	121	185	6.93376
116	116	182	-5.46017
118	123	196	-8.84601
135	111	191	14.01855
124	108	185	5.32677
130	115	174	10.37292
129	111	182	9.61407
114	106	175	-2.07073
125	108	197	4.19942
128	110	182	9.02892
113	121	170	-8.40705
135	105	196	15.62124
129	110	214	4.35597
125	123	180	9.9046
130	117	195	5.82035

LAMPIRAN 2

HASIL UJI VALIDASI DAN RELIABILITAS INSTRUMEN

Lampiran 2. Hasil Uji Validasi Dan Reliabilitas Instrumen

A. Validasi dan Reliabilitas Instrumen Kesejahteraan Subjektif

Validasi

$$V_i = \frac{D}{(A + B + C + D)}$$

Keterangan:

$$A = 0$$

$$B = 0$$

$$C = 0$$

$$D = 25$$

$$V_i = \frac{25}{(0 + 0 + 0 + 25)} = 1$$

Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.664	25

B. Validasi dan Reliabilitas Instrumen Citra Tubuh

Validasi

$$V_i = \frac{D}{(A + B + C + D)}$$

Keterangan:

$$A = 0$$

$$B = 0$$

$$C = 0$$

$$D = 34$$

$$V_i = \frac{34}{(0 + 0 + 0 + 34)} = 1$$

Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.700	34

C. Validasi dan Reliabilitas Instrumen Harga Diri

Validasi

$$V_i = \frac{D}{(A + B + C + D)}$$

Keterangan:

A = 0

B = 0

C = 0

D = 58

$$V_i = \frac{58}{(0 + 0 + 0 + 58)} = 1$$

Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.791	58

LAMPIRAN 3

HASIL UJI DESKRIPTIF STATISTIK

Lampiran 3. Hasil Uji Deskriptif Statistik

A. Variabel Kesejahteraan Subjektif

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Total Kesejahteraan Subjektif	306	76	149	121.19	13.035
Valid N (listwise)	306				

Subjective Well-Being

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid rendah	18	5.9	5.9	5.9
sedang	150	49.0	49.0	54.9
tinggi	138	45.1	45.1	100.0
Total	306	100.0	100.0	

B. Variabel Citra Tubuh

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
TOTAL Citra Tubuh	306	78	140	112.54	11.681
Valid N (listwise)	306				

Citra Tubuh

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid rendah	21	6.9	7.1	7.1
sedang	231	75.5	78.0	85.1
tinggi	54	17.6	14.9	100.0
Total	306	100.0	100.0	

C. Variabel Harga Diri

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
TOTAL Harga Diri	306	120	234	188.60	18.619
Valid N (listwise)	306				

Harga Diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	22	7.2	7.3	7.3
	sedang	250	81.7	83.1	90.4
	tinggi	34	11,1	9.6	100.0
Total		306	100.0	100.0	

LAMPIRAN 4

HASIL UJI PRASYARAT ANALISIS

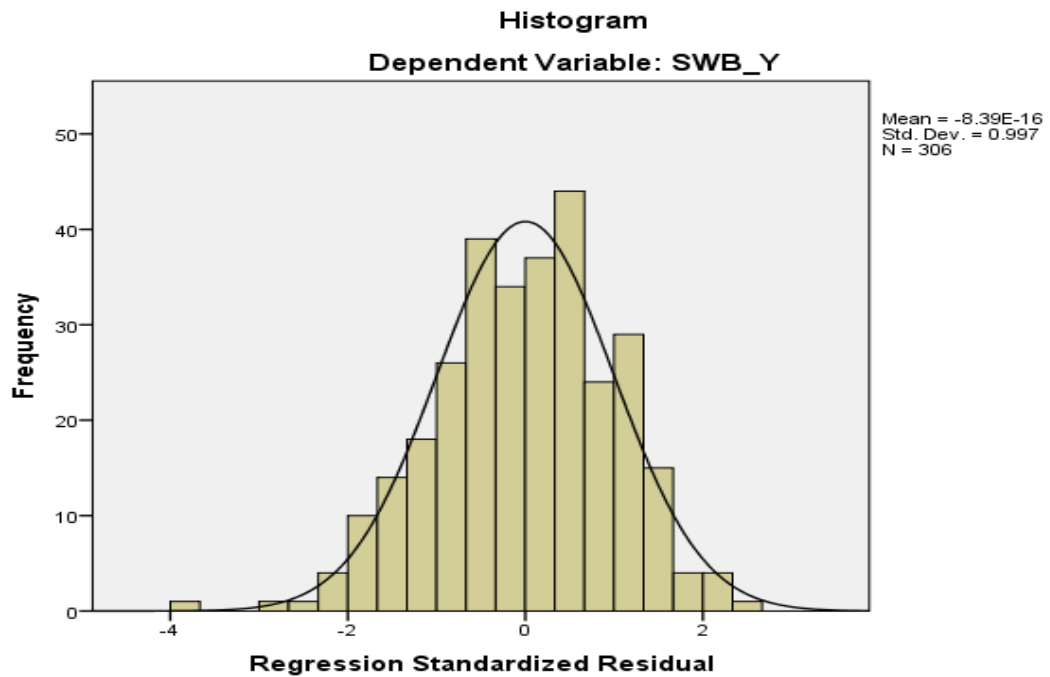
Lampiran 4. Hasil Uji Prasyarat Analisis

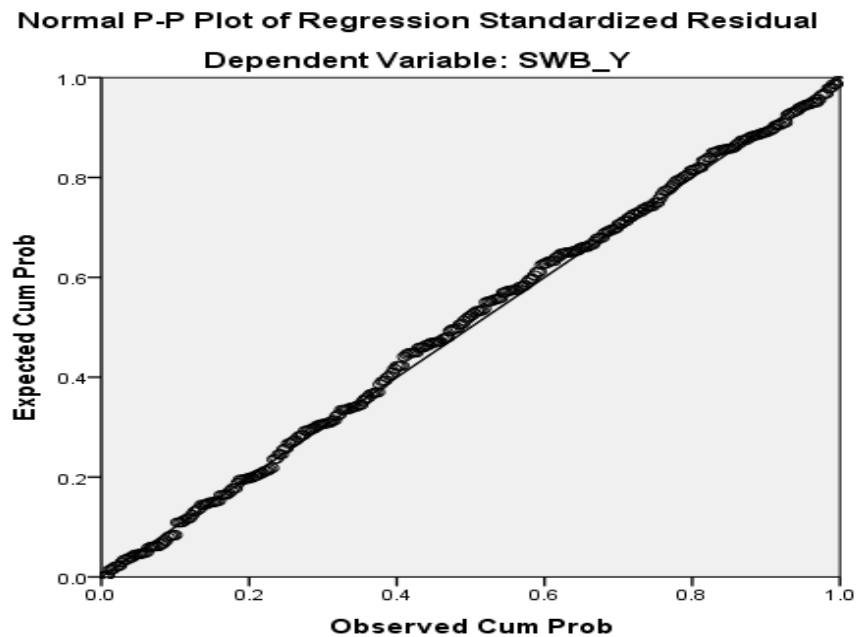
A. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		306
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	10.63632642
Most Extreme Differences	Absolute	.033
	Positive	.019
	Negative	-.033
Kolmogorov-Smirnov Z		.033
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.





B. Uji Linieritas

- a. Uji linieritas Variabel Citra Tubuh dengan Variabel *Subjective Well-Being*

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
SWB	* Between Groups (Combined)	21108.592	56	376.939	3.056	.000
CT	Linearity	15625.425	1	15625.425	126.672	.000
	Deviation from Linearity	5483.167	55	99.694	.808	.827
Within Groups		30715.032	249	123.354		
Total		51823.624	305			

- b. Uji linieritas Variabel Citra Tubuh pada Variabel Harga Diri

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
CT * HD	Between Groups (Combined)	24932.517	78	319.648	4.349	.000
	Linearity	20412.608	1	20412.608	277.738	.000

Deviation from Linearity	4519.910	77	58.700	.799	.875
Within Groups	16683.587	227	73.496		
Total	41616.105	305			

c. Uji linieritas Variabel Harga Diri dengan Variabel *Subjective Well-Being*

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
SWB * HD Between Groups (Combined)	21461.311	78	275.145	2.057	.000
Linearity	13669.448	1	13669.448	102.198	.000
Deviation from Linearity	7791.863	77	101.193	.757	.923
Within Groups	30362.313	227	133.755		
Total	51823.624	305			

C. Uji Heteroskedastisitas

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	1.822	1.511		1.206	.000
	Citra Tubuh	-.046	.019	-.807	-2.391	.081
	Harga Diri	.017	.012	.496	1.470	.164

a. Dependent Variable: RES2

D. Uji Multikolinearitas

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	41.073	6.589		6.234	.000		
	CITRATUBUH_X1	.415	.073	.372	5.661	.000	.510	1.963

HARGADIRI_X2	.177	.046	.253	3.856	.000	.510	1.963
--------------	------	------	------	-------	------	------	-------

a. Dependent Variable: RES2

E. Uji Autokorelasi

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.578 ^a	.334	.330	10.671	1.853

a. Predictors: (Constant), HD, CT

b. Dependent Variable: SWB

F. Uji Regresi

a. Uji regresi variabel citra tubuh – *subjective well-being*

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.549 ^a	.302	.299	10.912	1.310

a. Predictors: (Constant), CT

b. Dependent Variable: SWB

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	625.425	1	625.425	31.226	.000 ^b
	Residual	16198.199	304	119.073		
	Total	16823.624	305			

a. Dependent Variable: SWB

b. Predictors: (Constant), CT

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	52.236	6.052		38.631	.000
	CT	.613	.073	.372	5.661	.000

a. Dependent Variable: SWB

b. Uji regresi variabel citra tubuh – harga diri

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.700 ^a	.490	.489	8.352	1.766

a. Predictors: (Constant), HD

b. Dependent Variable: CT

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2412.608	1	2412.608	42.661	.000 ^b
	Residual	21203.497	304	69.748		
	Total	23616.105	305			

a. Dependent Variable: CT

b. Predictors: (Constant), HD

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	29.670	4.867		9.096	.000
	HD	.439	.026	.379	6.689	.000

b. Dependent Variable: CT

c. Uji regresi variabel harga diri – *subjective well-being*

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.514 ^a	.264	.261	11.203	1.418

a. Predictors: (Constant), HD

b. Dependent Variable: SWB

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3669.448	1	3669.448	88.914	.000 ^b
	Residual	38154.176	304	125.507		
	Total	41823.624	305			

a. Dependent Variable: SWB

b. Predictors: (Constant), HD

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	53.382	6.529		37.241	.000
	HD	.360	.046	.253	3.856	.000

a. Dependent Variable: SWB

d. Uji regresi variabel citra tubuh- harga diri – *subjective well-being*

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.578 ^a	.334	.330	10.671

a. Predictors: (Constant), HD, CT

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
-------	----------------	----	-------------	---	------

1	Regression	17318.535	2	8659.268	76.040	.000 ^b
	Residual	34505.089	303	113.878		
	Total	51823.624	305			

a. Dependent Variable: SWB

b. Predictors: (Constant), HD, CT

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	41.073	6.589		6.234	.000
	CT	.415	.034	.417	8.936	.000
	HD	.177	.053	.459	9.982	.000

a. Dependent Variable: SWB

LAMPIRAN 5

KISI-KISI DAN INSTRUMEN PENELITIAN

Lampiran 5. Kisi-Kisi Dan Instrumen Penelitian

1. Kisi-Kisi Skala Kesejahteraan Subjektif (Adaptasi)

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	
			Aitem sebelum di terjemah	Aitem setelah di terjemah
Kognitif	Merasa puas dengan kehidupan secara menyeluruh	1	In most ways my life is close to my ideal	Dalam berbagai hal, hidup saya sudah mendekati ideal
		2	The conditions of my life are excellent	Kondi[si hidup saya sangat baik
		3	I am satisfied with my life	Saya puas dengan hidup saya
		4	Sofar I have gotten the important things I want in life	Sejauh ini saya mendapatkan hal-hal penting yang saya inginkan
		5	If I could live my life over, I would change almost nothing	Jika saya bisa menjalani kehidupan saya, saya tidak akan mengubah apapun
Afek positif	Merasa bahwa diri merasakan kesenangan	6	Interested	Tertarik
		7	Strong	Kuat
		8	Enthusiastic	Antusias
	Memiliki keyakinan diri	9	Proud	Bangga
		10	Excited	Bersemangat
		11	Attentive	Penuh perhatian
	Merasa diri penuh perhatian	12	Alert	Waspada
		13	Inspired	Terinspirasi
14		Active	Aktif	
Afek negatif	Mengalami kesedihan dalam diri	15	Upset	Kecewa
	Mengevaluasi diri memiliki rasa bersalah	16	Guilty	Bersalah
		17	Irritable	Mudah tersinggung

		18	Ashamed	Malu
	Mampu menyadari adanya rasa bermusuhan	19	Hostile	Tidak ramah
	Mengalami ketakutan	20	Distressed	Tertekan
		21	Scared	Takut
		22	Nervous	Gugup
		23	Determined	Memutuskan
		24	Afraid	Khawatir
		25	Jittery	Gelisah

2. Kisi-Kisi Skala Citra Tubuh (Adaptasi)

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	
			Aitem sebelum di terjemah	Aitem setelah di terjemah
Evaluasi Penampilan (<i>Appearance Evaluation</i>)	Evaluasi terhadap penampilan diri sendiri	1	My body is sexually appealing	Saya memiliki penampilan yang menarik
		2	Looks just the way they are	Saya merasa puas dengan penampilan saya
		3	I like the way I look without clothes on	Saya merasa puas dengan pakaian yang saya gunakan
		4	I like the way my clothes fit me	Saya merasa cocok memakai pakaian apa saja
		5	I dislike my physique	Saya tidak puas dengan fisik saya
		6	I am physically unattractive	Saya merasa memiliki fisik yang tidak menarik
	Evaluasi terhadap penampilan orang lain	7	Most people would consider me good-looking	Kebanyakan orang akan menganggap saya tampan atau cantik

Orientasi Penampilan (<i>Appearance Orientation</i>)	Berusaha memperbaiki penampilan	8	It is important that I always look good	Penting bagi saya untuk melakukan hal apapun agar penampilan saya selalu terlihat baik
		9	I use few grooming products	Saya menggunakan beberapa produk perawatan
		10	I usually whatever is handy without caring how it looks	Saya tidak peduli dengan penampilan saya sehari-hari
		11	Before going out, I usually spend a lot of time getting ready	Sebelum pergi keluar, saya butuh waktu untuk berdandan
		12	I am always trying to improve my physical appearance	Saya selalu berusaha meningkatkan penampilan fisik saya
	Perhatian individu untuk berusaha menjaga penampilan	13	Before going out in public, I always notice how I look	Sebelum pergi keluar, saya selalu memperhatikan penampilan saya
		14	I am careful to buy clothes that will make me look my best	Saya rela mengeluarkan uang untuk membeli pakaian untuk membuat penampilan saya terlihat baik
		15	I check my appearance in a mirror whenever I can	Saya selalu memeriksa penampilan saya di cermin setiap ada kesempatan
		16	I am self-conscious if my grooming isn't right	Saya sadar jika perawatan saya tidak benar
		17	I don't care what people think about my appearance	Saya tidak peduli apa yang orang pikirkan tentang penampilan saya

		18	I take special care with my hair grooming	Saya melakukan perawatan rambut saya
		19	I never think about my appearance	Saya tidak pernah memikirkan tentang penampilan saya
Kepuasan terhadap Bagian Tubuh (<i>Body Area Satisfaction</i>)	Kepuasan terhadap penampilan tubuh secara keseluruhan	20	Face (facial features, complexion)	Saya merasa wajah saya menarik (fitur wajah, corak)
		21	Hair (colour, thickness, texture)	Saya merasa rambut saya bagus (warna, ketebalan, tekstur)
		22	Lower torso (buttocks, hips, thighs, legs)	Saya merasa bagian bawah saya sudah ideal (pantat, pinggul, paha, kaki)
		23	Mid torso (waist, stomach)	Saya merasa bagian tengah saya sudah ideal (pinggang, perut)
		24	Upper torso (chest or breasts, shoulders, arms)	Saya merasa torso atas saya sudah ideal (dada atau payudara, bahu, lengan)
		25	Muscle tone	Saya merasa otot saya sudah ideal
		26	Weight	Saya merasa berat badan saya sudah ideal
		27	Height	Saya merasa nyaman dengan tinggi badan saya sekarang
		28	Overall appearance	Saya puas dengan bagian tubuh saya secara keseluruhan
Kecemasan Menjadi Gemuk (<i>Overweight Preoccupation</i>)	Perasaan cemas terhadap kegemukan	29	I constantly worrying worry about being or becoming fat	Saya merasa khawatir jika memiliki badan gemuk
		30	I am very conscious of even small changes in my weight	Saya sangat sadar akan perubahan kecil dalam berat badan saya
	Membatasi pola makan	31	I am on a weight-loss diet	Saya melakukan diet pola makan untuk penurunan berat badan

		32	I have tried to lose weight by fasting or going on crash-diets	Saya telah mencoba menurunkan berat badan dengan berpuasa atau melakukan diet ketat
Pengkategorian Ukuran Tubuh (<i>Self Classified Weight</i>)	Penilaian terhadap berat badan	33	I think I am...(very underweight-very overweight)	Saya merasa saya (sangat kurus atau sangat gemuk)
	Penampilan terhadap berat badan	34	From looking at me, most people would think I am (very underweight-very overweight)	Kebanyakan orang akan menganggap saya (sangat kurus-sangat gemuk)

3. Kisi-Kisi Skala Harga Diri (Adaptasi)

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	
			Aitem sebelum di terjemah	Aitem setelah di terjemah
Kekuatan	Mampu mempengaruhi orang lain	1	Kids usually follow my ideas	Orang-orang biasanya menyetujui ide saya
		2	If I have something to say, I usually say it	Jika ada sesuatu yang harus dikatakan, saya biasanya mengatakannya
	Mampu mengontrol tingkah laku	3	Someone always has to tell me what to do	Seseorang selalu harus memberitahu saya apa yang harus dilakukan
		4	I understand myself	Saya memahami diri saya sendiri
		5	I often fell upset in school	Saya sering merasa kecewa
		6	I get upset easily when I'm scolded	Saya mudah merasa kesal ketika dimarahi
		7	I get upset easily at home	Saya mudah marah di rumah

		8	I'm never shy	Saya tidak pernah merasa malu
		9	Things usually don't bother me	Tidak ada sesuatu hal yang mengganggu saya
		10	I can usually take care of myself	Saya biasanya bisa menjaga diri sendiri
		11	I don't like to be with other people	Saya tidak suka bersama orang lain
		12	It's pretty tough to be me	Cukup sulit menjadi diri sendiri
		13	I always tell the truth	Saya merasa berkata apa adanya
	Adanya pengakuan dan penghormatan	14	I find it very hard to talk in front of the class	Saya merasa sangat sulit untuk berbicara di depan kelas
		15	I have a low opinion of myself	Saya merasa pendapat saya kurang bagus
		16	Kids pick on me very often	Orang-orang sering memilih saya
		17	I usually fell as if my parets are pushing me	Saya merasa keluarga saya terlalu menekan saya
		18	My teacher makes me fell I'm not good enough	Saya merasa tidak percaya diri dihadapan guru
		19	I'm never unhappy	Saya merasa tidak pernah bahagia
		20	I really don't like being a boy/girl	Saya merasa tidak suka dengan diri saya sendiri
		21	I'm pretty happy	Saya merasa cukup bahagia
		22	I often fell ashamed of myself	Saya merasa malu dengan keadaan saya
		23	I don't care what happens to me	Saya tidak peduli apa yang terjadi pada diri saya

		24	I'm not as nice looking as most people	Saya merasa tidak cantik dihadapan banyak orang
		25	I'm easy to like	Saya sangat mudah menyukai
		26	I never get scolded	Saya merasa tidak pernah di marahi
		27	My parents expect too much of me	Saya merasa keluarga saya berharap terlalu banyak pada saya
		28	I would rather play with children younger than me	Saya lebih suka bergaul dengan orang yang lebih muda dari saya
		29	There are many times when I'd like to leave home	Saya merasa seringkali ingin meninggalkan rumah
Keberartian	Diterima apa adanya oleh suatu kelompok dilingkungan sekitar	30	My parents understans me	keluarga saya memahami saya
		31	My parents and I have a lot of fun together	Saya dan keluarga saya mempunyai waktu bersenang-senang bersama
		32	My parents usually consider my feelings	Keluarga saya biasanya memahami perasaan saya
		33	Most people are better liked than I am	Saya kurang begitu disukai, tidak seperti sebagian orang
	Diperlakukan oleh suatu kelompok dilingkungan sekitar	34	No one pays much attention to me at home	Tidak ada orang yang memperhatikan saya di rumah
		35	I like to be called on in class	Saya merasa diperhatikan ketika di dalam kelompok
		36	I often wish I were someone else	Saya ingin diperlakukan menjadi orang lain
37		I wish I were younger	Saya berharap diperlakukan lebih muda dari usia saya	

		38	I'm popular with kids my own age	Saya dikenal oleh orang-orang seusia saya
Kebajikan	Berperilaku sesuai dengan norma yang berlaku dilingkungan sekitar	39	I'm a lot of fun to be with	Saya orang yang sangat menyenangkan
		40	I always do the right thing	Saya selalu melakukan hal yang benar
		41	I'm often sorry for the things I do	Saya merasa menyesal atas hal-hal yang saya lakukan
		42	I like everyone I know	Saya suka terhadap semua orang yang saya kenal
Kemampuan	Berhasil memenuhi tuntutan prestasi	43	I often get discouraged in school	Saya sering merasa tidak semangat di sekolah
		44	I'm a failure	Saya sering merasa gagal
		45	I'm proud of my school work	Saya merasa bangga dengan pekerjaan sendiri
		46	I'm doing the best work that I can	Saya berusaha mengerjakan apa yang dapat saya kerjakan sebaik mungkin
		47	I spend a lot of time daydreaming	Saya menghabiskan banyak waktu untuk melamun
		48	I'm not doing as well in school as I'd like to	Saya merasa tidak berprestasi di sekolah yang saya inginkan
		49	I can't be depended on	Saya tidak bisa diandalkan
		50	I give in very easily	Saya sangat mudah menyerah
	51	I'm pretty sure of myself	Saya merasa yakin dengan diri saya sendiri	
	Mampu mengambil keputusan dan	52	I can make up my mind	Saya dapat mengambil keputusan tanpa banyak kesulitan

	memecahkan masalah		without too much trouble	
		53	I always know what to say to people	Saya tahu apa yang harus saya katakan kepada orang lain
		54	I never worry about problem anything	Saya tidak pernah khawatir tentang masalah apa pun
		55	There are lots of things about my self I'd change if I could	Saya akan merubah diri saya
		56	It takes me a long time to get used to anything new	Saya membutuhkan waktu lama untuk memecahkan masalah yang baru
		57	Things are all mixed up in my life	Saya merasa segala masalah terjadi di dalam hidup saya
		58	I can make up my mind and stick to it	Saya dapat mengambil keputusan dan berpegang teguh pada pilihan saya

4. Instrumen Penelitian

PERNYATAAN KESEDIAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Tempat & Tanggal lahir :

Asal Sekolah/Kelas :

Usia :

Menyatakan dengan ini sukarela bersedia untuk menjadi subyek dalam penelitian yang dilakukan oleh:

Nama : Eka Putri Desy Rahmawati Sholeha

Nim : 17731251001

Prodi : Pascasarjana Psikologi

Segala ketentuan dan persyaratan penelitian telah disepakati bersama dengan peneliti. Data yang peneliti berikan bersifat rahasia dan sekiranya hanya digunakan untuk kepentingan penelitian dan tidak digunakan untuk kepentingan lainnya.

Yogyakarta, 2019

.....

PETUNJUK PENGISIAN SKALA 1

Tes ini bertujuan untuk mengukur tingkat kepuasan hidup seseorang secara menyeluruh selama satu minggu terakhir. Berikut terdapat beberapa pernyataan. Anda diminta untuk menyatakan persetujuan atau ketidaksetujuan Anda pada setiap pernyataan. Berikan tanda ceklis (√) pada salah satu jawaban yang tersedia. Adapun jawaban tersebut adalah:

STS : Untuk jawaban “Sangat tidak setuju”

TS : Untuk jawaban “Tidak setuju”

ATS : Untuk jawaban “Aga tidak setuju”

N : Untuk jawaban “Netral”

ST : Untuk jawaban “Sedikit setuju”

S : Untuk jawaban “Setuju”

SS : Untuk jawaban “Sangat setuju”

Jawablah semua pertanyaan tanpa ada yang terlewatkan. Pastikan semua pertanyaan diisi sesuai dengan keadaan diri anda. Dalam hal ini tidak ada penilaian yang baik-buruk, juga tidak ada benar dan salah. Anda sepenuhnya bebas menentukan pilihan.

Contoh:

No	Pernyataan	jawaban						
		STS	TS	ATS	N	ST	S	SS
1	Dalam berbagai hal, hidup saya sudah mendekati ideal						√	

~~~~~*Selamat Mengerjakan*~~~~~

**Skala 1**

| No | Pernyataan                                                               | jawaban |    |     |   |    |   |    |
|----|--------------------------------------------------------------------------|---------|----|-----|---|----|---|----|
|    |                                                                          | STS     | TS | ATS | N | ST | S | SS |
| 1  | Dalam berbagai hal, hidup saya sudah mendekati ideal                     |         |    |     |   |    |   |    |
| 2  | Jika saya bisa menjalani kehidupan saya, saya tidak akan mengubah apapun |         |    |     |   |    |   |    |
| 3  | Bangga                                                                   |         |    |     |   |    |   |    |
| 4  | Aktif                                                                    |         |    |     |   |    |   |    |
| 5  | Kecewa                                                                   |         |    |     |   |    |   |    |
| 6  | Malu                                                                     |         |    |     |   |    |   |    |
| 7  | Saya puas dengan hidup saya                                              |         |    |     |   |    |   |    |
| 8  | Tertarik                                                                 |         |    |     |   |    |   |    |
| 9  | Bersalah                                                                 |         |    |     |   |    |   |    |
| 10 | Tidak ramah                                                              |         |    |     |   |    |   |    |
| 11 | Takut                                                                    |         |    |     |   |    |   |    |
| 12 | Antusias                                                                 |         |    |     |   |    |   |    |
| 13 | Waspada                                                                  |         |    |     |   |    |   |    |
| 14 | Mudah tersinggung                                                        |         |    |     |   |    |   |    |
| 15 | Tertekan                                                                 |         |    |     |   |    |   |    |
| 16 | Gelisah                                                                  |         |    |     |   |    |   |    |
| 17 | Khawatir                                                                 |         |    |     |   |    |   |    |
| 18 | Kondisi hidup saya sangat baik                                           |         |    |     |   |    |   |    |
| 19 | Kuat                                                                     |         |    |     |   |    |   |    |
| 20 | Bersemangat                                                              |         |    |     |   |    |   |    |
| 21 | Gugup                                                                    |         |    |     |   |    |   |    |

|    |                                                                |  |  |  |  |  |  |  |
|----|----------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|
| 22 | Memutuskan                                                     |  |  |  |  |  |  |  |
| 23 | Sejauh ini saya mendapatkan hal-hal penting yang saya inginkan |  |  |  |  |  |  |  |
| 24 | Penuh perhatian                                                |  |  |  |  |  |  |  |
| 25 | Terinspirasi                                                   |  |  |  |  |  |  |  |

### **PETUNJUK PENGISIAN SKALA 2 DAN SKALA 3**

Berikut terdapat beberapa pernyataan. Anda diminta untuk menyatakan persetujuan atau ketidaksetujuan Anda pada setiap pernyataan. Berikan tanda ceklis (√) pada salah satu jawaban yang tersedia. Adapun jawaban tersebut adalah:

- STS** : Untuk jawaban “Sangat tidak sesuai”  
**TS** : Untuk jawaban “Tidak sesuai”  
**N** : Untuk jawaban “Netral”  
**S** : Untuk jawaban “Sesuai”  
**SS** : Untuk jawaban “Sangat sesuai”

Jawablah semua pertanyaan tanpa ada yang terlewatkan. Pastikan semua pertanyaan diisi sesuai dengan keadaan diri anda. Dalam hal ini tidak ada penilaian yang baik-buruk, juga tidak ada benar dan salah. Anda sepenuhnya bebas menentukan pilihan.

Contoh:

| No | Pernyataan                                            | Jawaban |    |   |   |    |
|----|-------------------------------------------------------|---------|----|---|---|----|
|    |                                                       | STS     | TS | N | S | SS |
| 1  | Saya merasa puas dengan penampilan saya               |         |    |   | √ |    |
| 2  | Saya puas dengan bagian tubuh saya secara keseluruhan |         | √  |   |   |    |

~~~~~*Selamat Mengerjakan*~~~~~

Skala 2

| No | Pernyataan | Jawaban | | | | |
|----|---|---------|----|---|---|----|
| | | STS | TS | N | S | SS |
| 1 | Saya merasa puas dengan penampilan saya | | | | | |
| 2 | Saya puas dengan bagian tubuh saya secara keseluruhan | | | | | |
| 3 | Saya merasa memiliki fisik yang tidak menarik | | | | | |
| 4 | Saya menggunakan beberapa produk perawatan | | | | | |
| 5 | Saya merasa khawatir jika memiliki badan gemuk | | | | | |
| 6 | Saya memiliki penampilan yang menarik | | | | | |
| 7 | Sebelum pergi keluar, saya selalu memperhatikan penampilan saya | | | | | |
| 8 | Saya merasa bagian bawah saya sudah ideal (pantat, pinggul, paha, kaki) | | | | | |
| 9 | Saya melakukan diet pola makan untuk penurunan berat badan | | | | | |
| 10 | Kebanyakan orang akan menganggap saya tampan atau cantik | | | | | |
| 11 | Sebelum pergi keluar, saya butuh waktu untuk berdandan | | | | | |
| 12 | Saya rela mengeluarkan uang untuk membeli pakaian untuk membuat penampilan saya terlihat baik | | | | | |
| 13 | Saya merasa otot saya sudah ideal | | | | | |

| | | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|--|
| 14 | Saya merasa saya (sangat kurus atau sangat gemuk) | | | | | |
| 15 | Saya merasa puas dengan pakaian yang saya gunakan | | | | | |
| 16 | Penting bagi saya untuk melakukan hal apapun agar penampilan saya selalu terlihat baik | | | | | |
| 17 | Saya tidak peduli apa yang orang pikirkan tentang penampilan saya | | | | | |
| 18 | Saya merasa wajah saya menarik (fitur wajah, corak) | | | | | |
| 19 | Saya sangat sadar akan perubahan kecil dalam berat badan saya | | | | | |
| 20 | Saya merasa cocok memakai pakaian apa saja | | | | | |
| 21 | Saya selalu berusaha meningkatkan penampilan fisik saya | | | | | |
| 22 | Saya merasa torso atas saya sudah ideal (dada atau payudara, bahu, lengan) | | | | | |
| 23 | Saya merasa nyaman dengan tinggi badan saya sekarang | | | | | |
| 24 | Saya telah mencoba menurunkan berat badan dengan berpuasa atau melakukan diet ketat | | | | | |
| 25 | Kebanyakan orang akan menganggap saya (sangat kurus-sangat gemuk) | | | | | |
| 26 | Saya tidak puas dengan fisik saya | | | | | |
| 27 | Saya tidak peduli dengan penampilan saya sehari-hari | | | | | |
| 28 | Saya selalu memeriksa penampilan saya di cermin setiap ada kesempatan | | | | | |

| | | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|--|
| 29 | Saya merasa rambut saya bagus (warna, ketebalan, tekstur) | | | | | |
| 30 | Saya merasa berat badan saya sudah ideal | | | | | |
| 31 | Saya sadar jika perawatan saya tidak benar | | | | | |
| 32 | Saya melakukan perawatan rambut saya | | | | | |
| 33 | Saya tidak pernah memikirkan tentang penampilan saya | | | | | |
| 34 | Saya merasa bagian tengah saya sudah ideal (pinggang, perut) | | | | | |

Skala 3

| No | Pernyataan | Jawaban | | | | |
|----|--|---------|----|---|---|----|
| | | STS | TS | N | S | SS |
| 1 | Saya memahami diri saya sendiri | | | | | |
| 2 | Saya merasa tidak suka dengan diri saya sendiri | | | | | |
| 3 | Tidak ada orang yang memperhatikan saya di rumah | | | | | |
| 4 | Saya suka terhadap semua orang yang saya kenal | | | | | |
| 5 | Saya merasa bangga dengan pekerjaan sendiri | | | | | |
| 6 | Saya merasa tidak berprestasi di sekolah yang saya inginkan | | | | | |
| 7 | Saya membutuhkan waktu lama untuk memecahkan masalah yang baru | | | | | |
| 8 | Orang-orang biasanya menyetujui ide saya | | | | | |
| 9 | Saya sering merasa kecewa | | | | | |
| 10 | Saya merasa cukup bahagia | | | | | |
| 11 | Saya merasa seringkali ingin meninggalkan rumah | | | | | |
| 12 | Keluarga saya biasanya memahami perasaan saya | | | | | |
| 13 | Saya orang yang sangat menyenangkan | | | | | |
| 14 | Saya menghabiskan banyak waktu untuk melamun | | | | | |
| 15 | Seseorang selalu harus memberitahu saya apa yang harus dilakukan | | | | | |
| 16 | Cukup sulit menjadi diri sendiri | | | | | |
| 17 | Saya merasa pendapat saya kurang bagus | | | | | |

| | | | | | | |
|----|---|--|--|--|--|--|
| 18 | Saya tidak peduli apa yang terjadi pada diri saya | | | | | |
| 19 | Saya berusaha mengerjakan apa yang dapat saya kerjakan sebaik mungkin | | | | | |
| 20 | Saya akan merubah diri saya | | | | | |
| 21 | Jika ada sesuatu yang harus dikatakan, saya biasanya mengatakannya | | | | | |
| 22 | Saya merasa sangat sulit untuk berbicara di depan kelas | | | | | |
| 23 | Saya merasa tidak cantik dihadapan banyak orang | | | | | |
| 24 | Saya dan keluarga saya mempunyai waktu bersenang-senang bersama | | | | | |
| 25 | Saya tahu apa yang harus saya katakan kepada orang lain | | | | | |
| 26 | Saya dapat mengambil keputusan dan berpegang teguh pada pilihan saya | | | | | |
| 27 | Saya mudah marah di rumah | | | | | |
| 28 | Orang-orang sering memilih saya | | | | | |
| 29 | Saya merasa keluarga saya berharap terlalu banyak pada saya | | | | | |
| 30 | keluarga saya memahami saya | | | | | |
| 31 | Saya ingin diperlakukan menjadi orang lain | | | | | |
| 32 | Saya sering merasa gagal | | | | | |
| 33 | Saya dapat mengambil keputusan tanpa banyak kesulitan | | | | | |
| 34 | Saya merasa segala masalah terjadi di dalam hidup saya | | | | | |
| 35 | Saya mudah merasa kesal ketika dimarahi | | | | | |
| 36 | Saya merasa keluarga saya terlalu menekan saya | | | | | |

| | | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|--|
| 37 | Saya merasa malu dengan keadaan saya | | | | | |
| 38 | Saya berharap diperlakukan lebih muda dari usia saya | | | | | |
| 39 | Saya sering merasa tidak semangat di sekolah | | | | | |
| 40 | Saya tidak pernah khawatir tentang masalah apa pun | | | | | |
| 41 | Saya tidak pernah merasa malu | | | | | |
| 42 | Saya merasa berkata apa adanya | | | | | |
| 43 | Saya merasa tidak percaya diri dihadapan guru | | | | | |
| 44 | Saya merasa tidak pernah di marahi | | | | | |
| 45 | Saya merasa diperhatikan ketika di dalam kelompok | | | | | |
| 46 | Saya selalu melakukan hal yang benar | | | | | |
| 47 | Saya sangat mudah menyerah | | | | | |
| 48 | Saya tidak suka bersama orang lain | | | | | |
| 49 | Saya merasa tidak pernah bahagia | | | | | |
| 50 | Saya lebih suka bergaul dengan orang yang lebih muda dari saya | | | | | |
| 51 | Saya kurang begitu disukai, tidak seperti sebageian orang | | | | | |
| 52 | Saya dikenal oleh orang-orang seusia saya | | | | | |
| 53 | Saya merasa menyesal atas hal-hal yang saya lakukan | | | | | |
| 54 | Tidak ada sesuatu hal yang mengganggu saya | | | | | |
| 55 | Saya biasanya bisa menjaga diri sendiri | | | | | |
| 56 | Saya sangat mudah menyukai | | | | | |
| 57 | Saya tidak bisa diandalkan | | | | | |
| 58 | Saya merasa yakin dengan diri saya sendiri | | | | | |

LAMPIRAN 6

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Lampiran 6. Keterangan Validasi



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
PROGRAM PASCASARJANA

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 550835, 550836, Fax (0274) 520326
Laman: pps.uny.ac.id E-mail: pps@uny.ac.id, humas_pps@uny.ac.id

Nomor : ~~11470~~ /UN34.17/LT/2019
Hal : Izin Validasi

25 September 2019

Yth. Bapak/Ibu Ashadi S.Pd., M.Hum., Ed.D.(1)
Dosen Universitas Negeri Yogyakarta

Kami mohon dengan hormat, Bapak/Ibu bersedia menjadi validator instrumen penelitian bagi mahasiswa:

Nama : Eka Putri Desy Rahmawati Sholeha
NIM : 17731251001
Prodi : Psikologi
Pembimbing : Yulia Ayriza M.Si., Ph.D.
Judul : Pengaruh Citra Tubuh dan Harga Diri Terhadap Subjective Well-being Pada Remaja

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu dapat mengembalikan hasil validasi paling lama 2 (dua) minggu. Atas kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami sampaikan terima kasih.



Wakil Direktur I,

Dr. Sugito, M.A.
NIP 19600410 198503 1 002



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
PROGRAM PASCASARJANA
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 550835, 550836, Fax (0274) 520326
Laman: pps.uny.ac.id E-mail: pps@uny.ac.id, humas_pps@uny.ac.id

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :
Jabatan/Pekerjaan :
Instansi Asal :

Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:

Pengaruh Citra Tubuh dan Harga Diri Terhadap Subjective Well-being Pada Remaja
dari mahasiswa:

Nama : Eka Putri Desy Rahmawati Sholeha
Program Studi : Psikologi
NIM : 17731251001

(sudah siap/~~belum siap~~)* dipergunakan untuk penelitian dengan menambahkan beberapa saran
sebagai berikut:

1.
2.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, ~~7~~ ⁷ ~~oket~~ ^{oket} 2019

Validator,

.....

*) coret yang tidak perlu



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
PROGRAM PASCASARJANA

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 550835, 550836. Fax (0274) 520326
Laman: pps.uny.ac.id E-mail: pps@uny.ac.id, humas_pps@uny.ac.id

Nomor : 11479 /UN34.17/LT/2019

25 September 2019

Hal : Izin Validasi

Yth. Bapak/Ibu Dr. Farida Agus Setiawati S.Psi.,M.Si. (2)
Dosen Universitas Negeri Yogyakarta

Kami mohon dengan hormat, Bapak/Ibu bersedia menjadi validator instrumen penelitian bagi mahasiswa:

Nama : Eka Putri Desy Rahmawati Sholeha
NIM : 17731251001
Prodi : Psikologi
Pembimbing : Yulia Ayriza M.Si., Ph.D.
Judul : Pengaruh Citra Tubuh dan Harga Diri Terhadap Subjective Well-being Pada Remaja

Kami sangat mengharapkan Bapak/Ibu dapat mengembalikan hasil validasi paling lama 2 (dua) minggu. Atas kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami sampaikan terima kasih.



Wakil Direktur I,

Dr. Sugito, M.A.

NIP 19600410 198503 1 002



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
PROGRAM PASCASARJANA

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 550835, 550836, Fax (0274) 520326
Laman: pps.uny.ac.id E-mail: pps@uny.ac.id, humas_pps@uny.ac.id

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Farida Agus Senawal
Jabatan/Pekerjaan : Dosen
Instansi Asal : uny

Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:

Pengaruh Citra Tubuh dan Harga Diri Terhadap Subjective Well-being Pada Remaja
dari mahasiswa:

Nama : Eka Putri Desy Rahmawati Sholeha
Program Studi : Psikologi
NIM : 17731251001

(sudah siap/belum siap)* dipergunakan untuk penelitian dengan menambahkan beberapa saran
sebagai berikut:

1. Keseguaian indikator aspek, dengan teori
2. Perbaikan butir

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta..... 2019

Validator,


Farida Agus S

*) coret yang tidak perlu

LAMPIRAN 7

SURAT REKOMENDASI PENELITIAN

Lampiran 7. Surat Rekomendasi Penelitian

| | |
|---|---|
| 10/01/2019 | Surat Ijin Penelitian - Pengajuan Ijin Penelitian Online-Dinas Dikpora Di |
|  | PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLARHAGA
Jalan Cendana No. 9 Yogyakarta, Telepon (0274) 590330, Fax. 0274 513132
Website : www.dikpora.jogjaprov.go.id, email : dikpora@jogjaprov.go.id, Kode Pos 55166 |
| | Yogyakarta, 18 Oktober 2019 |
| Nomor : 070/10590 | Kepada Yth. |
| Lamp : - | 1. Kepala SMK 1 Nanggulan |
| Hal : Pengantar | 2. Kepala SMK Ma'arif 1 Nanggulan |
| Penelitian | 3. Kepala SMK Tamansiswa Nanggulan |
| | |
| Dengan hormat, memperhatikan surat dari Fakultas Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta nomor 12600/UN34.17/LT/2019 tanggal 17 Oktober 2019 perihal Penelitian, kami sampaikan bahwa Dinas Pendidikan, Pemuda, dan Olahraga DIY memberikan ijin kepada: | |
| Nama | : Eka Putri Desy Rahmawati Sholeha |
| NIM | : 17731251001 |
| Prodi/Jurusan | : Psikologi |
| Fakultas | : Pascasarjana |
| Universitas | : Universitas Negeri Yogyakarta |
| Judul | : PENGARUH CITRA TUBUH DAN HARGA DIRI TERHADAP SUBJECTIVE WELL-BEING PADA REMAJA |
| Lokasi | : SMK 1 Nanggulan, SMK Ma'arif 1 Nanggulan, SMK Tamansiswa Nanggulan, |
| Waktu | : 28 Oktober 2019 s.d 30 Desember 2019 |
| Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon bantuan Saudara untuk membantu pelaksanaan penelitian dimaksud. | |
| Atas perhatian dan kerjasamanya, kami menyampaikan terimakasih. | |
| | 2.n Kepala
Kepala Bidang Perencanaan dan Pengembangan Mutu Pendidikan |
| |  |
| | Didik Wardaya, S.E., M.Pd.,MM
NIP 19560530 198602 1 002 |
| Tembusan Yth : |  |
| 1. Kepala Dinas Dikpora DIY | *Scan kode untuk cek validnya surat ini. |
| 2. Kepala Bidang Pendidikan Menengah | |
| Catatan:
Hasil print out dan bukti rekomendasi ini sudah berlaku tanpa Cap | |
| 4 Rgans.jogjaprov.go.id/ijinpenelitian/verifikasi_surat_ijin/2019 | 1/1 |

LAMPIRAN 8

SURAT IZIN PENELITIAN

Lampiran 8. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
PROGRAM PASCASARJANA
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telp. Direktur (0274) 550835, Asdir/TU (0274) 550836 Fax. (0274)520326
Laman: pps.uny.ac.id Email: pps@uny.ac.id, humas_pps@uny.ac.id

Nomor : *Rok* /UN34.17/LT/2019
Hal : Izin Penelitian

Oktober 2019

Yth. Kepala SMK Maarif 1 Nanggulan
JL Sentolo-Muntilan, Nanggulan, Kulon Progo 55671

Bersama ini kami mohon dengan hormat, kiranya Bapak/Ibu/Saudara berkenan memberikan izin kepada mahasiswa jenjang S-2 Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta:

Nama : EKA PUTRI DESY RAHMAWATI SHOLEHA
NIM : 17731251001
Program Studi : Psikologi

untuk melaksanakan kegiatan penelitian dalam rangka penulisan tesis yang dilaksanakan pada:

Waktu : Oktober 2019 s.d November 2019
Lokasi/Objek : SMK Maarif 1 Nanggulan
Judul Penelitian : Pengaruh Citra Tubuh dan Harga Diri terhadap Subjective Well-Being Pada Remaja
Pembimbing : Yulia Ayriza, M. Sc., Ph.D.

Demikian atas perhatian, bantuan dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih

Wakil Direktur I,



Tembusan:
Mahasiswa Ybs.

Dr. Sugito, MA.
NIP 19600410 198503 1 002



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
PROGRAM PASCASARJANA
Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telp. Direktur (0274) 550835, Asdir/TU (0274) 550836 Fax. (0274)520326
Laman: pps.uny.ac.id Email: pps@uny.ac.id, humas_pps@uny.ac.id

Nomor : 12014/UN34.17/LT/2019
Hal : Izin Penelitian

Oktober 2019

Yth. Kepala SMK Tamansiswa Nanggulan
Nanggulan, Jatisarono,, Nanggulan, Kulon Progo, Daerah Istimewa Yogyakarta 55671

Bersama ini kami mohon dengan hormat, kiranya Bapak/Ibu/Saudara berkenan memberikan izin kepada mahasiswa jenjang S-2 Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta:

Nama : EKA PUTRI DESY RAHMAWATI SHOLEHA
NIM : 17731251001
Program Studi : Psikologi

untuk melaksanakan kegiatan penelitian dalam rangka penulisan tesis yang dilaksanakan pada:

Waktu : Oktober 2019 s.d November 2019
Lokasi/Objek : SMK Tamansiswa Nanggulan
Judul Penelitian : Pengaruh Citra Tubuh dan Harga Diri Terhadap Subjective Well-Being Pada Remaja
Pembimbing : Yulia Ayriza, M. Sc., Ph.D.

Demikian atas perhatian, bantuan dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih

Wakil Direktur I,



Tembusan:
Mahasiswa Ybs.

Dr. Sugito, MA.
NIP 19600410 198503 1 002



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

PROGRAM PASCASARJANA

Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281

Telp. Direktur (0274) 550835, Asdir/TU (0274) 550836 Fax. (0274)520326

Laman: pps.uny.ac.id Email: pps@uny.ac.id, humas_pps@uny.ac.id

Nomor : 12166/UN34.17/LT/2019
Hal : Izin Penelitian

9 Oktober 2019

Yth. Kepala SMK N 1 Nanggulan
Jl. Gajah Mada Wijimulyo Daerah Istimewa Yogyakarta, Nanggulan, Sotan, Wijimulyo,
Nanggulan, Kabupaten Kulon Progo, Daerah Istimewa Yogyakarta 55671

Bersama ini kami mohon dengan hormat, kiranya Bapak/Ibu/Saudara berkenan memberikan izin kepada mahasiswa jenjang S-2 Program Pascasarjana Universitas Negeri Yogyakarta:

Nama : EKA PUTRI DESY RAHMAWATI SHOLEHA
NIM : 17731251001
Program Studi : Psikologi

untuk melaksanakan kegiatan penelitian dalam rangka penulisan tesis yang dilaksanakan pada:

Waktu : Oktober s.d November 2019
Lokasi/Objek : SMK N 1 Nanggulan
Judul Penelitian : Pengaruh Citra Tubuh dan Harga Diri Terhadap Subjective Well-Being Pada Remaja
Pembimbing : Yulia Ayriza, M. Sc., Ph.D.

Demikian atas perhatian, bantuan dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih



Wakil Direktur I,

Dr. Sugito, MA.

NIP 19600410 198503 1 002

Tembusan:
Mahasiswa Ybs.