



THE RELATIONSHIP OF BODY IMAGE TO SUBJECTIVE WELL-BEING IN EARLY ADULT WOMEN WHO DO NOT HAVE A BOYFRIEND

HUBUNGAN BODY CITRA DENGAN KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA WANITA DEWASA AWAL YANG TIDAK MEMILIKI PACAR

Marissa Putri¹, Debora Basaria²

^{1,2} Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara;

Email: marissa.705200171@stu.untar.ac.id, deborab@fpsi.untar.ac.id

ARTICLE INFO

Correspondent

Marissa Putri

marissa.705200171@stu.untar.ac.id,

Keywords:

Subjective Well-Being, Body Image, Early Adult Women.

Website:

<https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER>

Page: 1191 - 1209

ABSTRACT

This research was conducted by researchers to see and find out how body image correlates with subjective well-being in early adult women who are not currently dating. Body image itself is an individual's way of viewing themselves regarding their physical appearance. Researchers applied the criteria to subjects who were early adult women with an age range of 20 to 40 years by collecting 350 participants. This research uses non-probability sampling techniques. When data collection began, the researcher distributed the data using purposive sampling with the snowball method. From the results of calculating the correlation in each dimension of body image, the results obtained are that all dimensions have a relationship with subjective well-being with details where dimension (1) $r=0.506$ and $p=0.000 < 0.01$ which means it is related but not too strong, (3) $r=0.458$ and $p=0.000 < 0.01$ which means it is positively and significantly related, (4) $r=0.430$ and $p=0.000 < 0.01$ which means it is significantly related positive and significant, (5) $r=0.038$ and $p=0.000 < 0.01$, which means a positive relationship, (6) $r=0.505$ and $p=0.000 < 0.01$, a positive relationship, (7) $r=-0.015$ and $p=0.773 > 0.01$, related but inversely related, (8) $r=0.617$ and $p=0.000 < 0.01$, inversely related.

Copyright © 2023 JSER. All rights reserved.

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
<p>Koresponden Marissa Putri marissa.705200171@stu.u ntar.ac.id,</p> <p>Kata kunci: Subjective Well-Being, Body Image, Perempuan Dewasa Awal.</p> <p>Website: https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER</p> <p>Hal: 1191 - 1209</p>	<p>Penelitian ini peneliti buat untuk melihat dan mengetahui bagaimana citra tubuh berkorelasi dengan subjective well-being pada perempuan dewasa awal yang sekarang ini sedang tidak berpacaran. Body image sendiri adalah cara pandang individu terhadap dirinya sendiri mengenai penampilan fisik dirinya. Peneliti menerapkan kriteria pada subyek adalah perempuan dewasa awal dengan rentang umur 20 hingga 40 tahun dengan mengumpulkan partisipan sebanyak 350 orang. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan non-probability sampling. Saat pengambilan data dimulai, peneliti menyebarkan data dengan menggunakan purposive sampling dengan metode snowball. Dari hasil perhitungan korelasi di setiap dimensi body image, didapatkan hasil semua dimensi memiliki hubungan dengan subjective well-being dengan rincian dimana dimensi (1) $r=0.506$ dan $p=0.000 < 0.01$ yang artinya berhubungan yang positif dan signifikan, (2) $r=0.042$ dan $p=0.430 > 0.01$ yang berarti berhubungan tetapi tidak terlalu kuat, (3) $r=0.458$ dan $p=0.000 < 0.01$ artinya berhubungan positif dan signifikan, (4) $r=0.430$ dan $p=0.000 < 0.01$ yang berarti berhubungan secara positif dan signifikan, (5) $r=0.038$ dan $p=0.000 < 0.01$ yang artinya berhubungan positif, (6) $r=0.505$ dan $p=0.000 < 0.01$, berhubungan positif, (7) $r=-0.015$ dan $p=0.773 > 0.01$, berhubungan tetapi berbanding terbalik, (8) $r=0.617$ dan $p=0.000 < 0.01$, berhubungan positif, (9) $r=0.200$ dan $p=0.0000.01$, berhubungan berbanding terbalik.</p> <p style="text-align: right;">Copyright © 2023 JSER. All rights reserved</p>

PENDAHULUAN

Berbicara dengan suatu hubungan dalam berpacaran, masih banyak ditemukan individu yang belum memiliki pasangan juga padahal dari segi umur mereka sudah layak untuk menjalin suatu hubungan dengan lawan jenis, khususnya pada perempuan dewasa awal. Menurut Feist dan Feist (2013), pada dasarnya pada tahapan ini individu memiliki tugas untuk membangun keintiman, komitmen, dan membangun rumah tangga bersama. Berdasarkan penglihatan peneliti, perempuan cantik selalu punya *privilege* lebih daripada perempuan yang tidak memiliki citra tubuh yang ideal. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Sari (2012) yang mengatakan bahwa perempuan lebih dituntut untuk memiliki tampilan yang cantik, bekerja, memiliki pasangan hidup dan menikah. Menurut teori Erikson (dalam Santrock, 2007) dewasa awal adalah memiliki tugas perkembangan, yaitu *intimacy vs. isolation* dan jika terjadi kegagalan pada tahap ini, hal itu akan mengakibatkan individu menghindari intimasi dan takut menjalin komitmen dan berujung pada isolasi diri, perasaan sedih, kesepian, hingga depresi. Berdasarkan CNBC Indonesia (2023), sebanyak 10,15% perempuan di Indonesia sedang dalam status jomblo atau sedang tidak memiliki pacar. Secara umum, hal ini terjadi karena adanya keinginan

untuk memperbaiki kualitas hidup dalam berbagai aspek, yaitu pada aspek pendidikan, aspek kesehatan, aspek ekonomi dan aspek budaya.

Dewasa awal dikatakan memiliki kualitas tidur yang baik ketika tidur tanpa ada gangguan selama kurang lebih 7-8 jam sehari (Restu Nadya, & Linda Wati. 2023). Kehidupan keluarga yang harmonis ini supaya menjadi pondasi yang kuat untuk anak-anaknya di kemudian hari (Putri Diana, & Agustina. 2023). Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang memiliki keterikatan dalam hubungan darah, kelahiran dan pernikahan (Fanny Febrianti, & Untung Subroto. 2023). Di lain sisi, hal tersebut dapat menjadi sebuah masalah karena pada tahap dewasa awal individu diharapkan untuk menjadi aktif dalam sosial, sehingga hal ini menjadi penting untuk diketahui penyebabnya dan apakah *body image* mempengaruhi perempuan dewasa awal yang belum memiliki pasangan menurut teori Erikson (dalam Santrock, 2007). Hal tersebut menjadi faktor yang mempengaruhi perempuan untuk melakukan segala upaya agar tetap terlihat cantik dan menarik pada lawan jenis. Meski begitu, pada hasil survei terdahulu yang dilakukan oleh Sunartio et al., (2012), menunjukkan bahwa sebanyak 46.2% perempuan membandingkan tubuh mereka dengan anggota keluarga, membandingkan tubuh mereka dengan teman sebanyak 40.6% dan sebanyak 13.2% ternyata mengaku kalau memiliki pasangan bukanlah faktor yang mempengaruhi *body image* pada perempuan. Perempuan pada dasarnya memang ingin selalu terlihat cantik dan menarik di mata lawan jenis. Menurut Thompson (dalam Pasande et al., 2023), mengemukakan bahwa *body image* terdiri dari empat aspek, yaitu menurut reaksi orang lain, menurut peran individu dan menurut identifikasi dengan orang lain.

Tetapi, pada masa remaja, setiap individu mengalami perubahan bentuk fisik yang disebabkan oleh mulainya masa pubertas (Rochanah, 2018). Perubahan fisik yang disebabkan oleh pubertas adalah hal yang sangat wajar dan umum untuk terjadi pada remaja. Hurlock (1980) mengatakan bahwa masa remaja dimulai dari umur 13 hingga 18 tahun. Menurut Santrock (1983), perubahan fisik yang dialami dengan remaja laki-laki biasanya berupa perubahan tinggi badan yang sangat drastis, dada yang bidang, tumbuhnya kumis, dan peningkatan - badan. Sedangkan, pada remaja perempuan, perubahan fisik yang terjadi adalah pertumbuhan tinggi badan, menstruasi, pertumbuhan payudara, dan penambahan berat badan. Pertambahan berat badan ini terjadi karena adanya penambahan lemak di bagian tubuh tertentu.

Dewasa awal merupakan tahap transisi dari remaja akhir menuju dewasa, yang menurut Papalia (2011), dewasa awal di awal dengan umur 20 hingga 40 tahun. Pada masa ini, dewasa awal cenderung untuk lebih fokus terhadap diri sendiri dan kurang mampu untuk terlibat dalam kewajiban sosial, mengerjakan tugas, dan menjalin komitmen dengan orang lain, sehingga pada tahap dewasa awal ini individu cenderung lebih memiliki otonomi yang lumayan besar untuk mengatur hidupnya sendiri (Maulani, 2019). Hal ini berhubungan dengan kehidupan wanita di tahap dewasa awal ini yang lebih memperhatikan dirinya sendiri dengan cara tampil cantik dan menarik dengan cara melakukan serangkaian perawatan untuk dirinya agar menarik perhatian dari lawan jenis (Maulani, 2019). Dilihat dari zaman sekarang, banyak perempuan yang lebih menggandrungi kosmetik dan skincare, hal ini diperkuat oleh pernyataan menurut Damanik (2011) mengatakan bahwa wanita kerap lebih sering menyisihkan anggaran untuk membeli kosmetik dan perawatan diri. Selain itu, perempuan dewasa awal kerap menghabiskan waktu mereka untuk

menyelami internet, khususnya media sosial dan kadang-kadang membandingkan diri mereka dengan citra tubuh yang mereka miliki (Leviani & Tiatri, 2021).

Bukan hanya tentang perawatan tubuh saja, tetapi dewasa ini, banyak perempuan yang berlomba-lomba untuk memiliki bentuk tubuh yang ideal. Meskipun demikian, pandangan tubuh seseorang adalah dasar dari persepsi mereka tentang diri mereka sendiri, dan persepsi tubuh seseorang harus disesuaikan dengan persepsi orang lain (Sari & Abrori, 2020). Selain itu, Cash dan Purzinsky (2002) menyatakan bahwa elemen dasar *body image* adalah saat bagaimana seseorang tersebut melihat dan menerima tubuhnya. Badan yang dinilai ideal dapat dilihat melalui perhitungan indeks massa tubuh (IMT) dengan nilai IMT kisaran normal 18,5-22,9 kg/m² (Tandirerung et al., 2019). Hal ini dapat menyebabkan mereka berusaha untuk mendapatkan tubuh yang "ideal" dengan cara yang tidak sehat, seperti melakukan diet ketat atau berpuasa secara berlebihan (Dara et al., 2022). Menurut Maurell et al (2020), seseorang dengan citra tubuh yang rendah atau buruk dan yang memiliki ketidakpuasan tubuh, cenderung berdampak pada kesehatan fisik dan mental individu.

Banyak faktor yang mempengaruhi bentuk *body image* seseorang, yaitu jenis kelamin, berat badan, dari media, budayanya, dan hubungan terpersonal (Cash & Smolak, 2011). Banyak perempuan yang beranggapan kalau dirinya lebih kurus dan lebih ideal akan meningkatkan kebahagiaan mereka, lebih menarik, dan lebih sehat. Perempuan juga cenderung lebih sering berbicara tentang penampilan mereka, berat badan mereka, diet, dan yang cukup berat adalah mereka sampai suka membandingkan diri mereka sendiri dengan yang lain (Ryding & Kuss, 2020). Hal ini terjadi karena pada dasarnya perempuan memang jauh lebih kritis kalau terkait soal tubuhnya dan penampilan sehingga menyebabkan perempuan jauh lebih memperhatikan citra tubuh mereka dibanding laki-laki (Cash & Smolak, 2011). Menurut Giralani et al (2021), wanita dia kali lebih cepat mengalami stres dikarenakan terdapat perbedaan dalam segi hormonal dan terdapat perbedaan hormonal dibandingkan laki-laki.

Semakin bertambahnya masa ke masa, pandangan tentang *body image* sekarang sudah dipengaruhi oleh standar kecantikan masyarakat yang sama dengan wanita. Menurut Putri dan Indryawati (2019), pandangan yang menyatakan bahwa perempuan dianggap memiliki penampilan menarik secara visual jika memenuhi kriteria seperti tubuh yang langsing, proporsional, berkulit putih, wajah simetris, kulit bersih dan mulus. Pada riset yang dilakukan oleh hasil Ifdil et al., (2017), menghasilkan bahwa 51% memiliki *body image* netral (tidak menganggap citra tubuhnya positif atau negative), 17% memiliki *body image* positif, 16% memiliki *body image* negatif, 9% memiliki *body image* sangat positif, dan 8% memiliki *body image* sangat negatif. Tidak hanya permasalahan berat badan saja, tetapi dalam hasil survei Maemunah (2020), bahwa 80% responden menyatakan bahwa *body image* yang ideal adalah memiliki tubuh yang ramping, kulit wajah bersih dan tidak berjerawat, tinggi badan yang seimbang dengan berat badan, memiliki warna kulit yang cerah atau sawo matang, dan hidung yang mancung. Dengan begitu, hasil dari pengambilan data menghasilkan 60% mengalami ketidakpuasan dengan penampilan tubuh mereka dan 40% merasa puas terhadap penampilan tubuh mereka (Maemunah, 2020).

Banyak perempuan yang menganggap kalau tubuh mereka lebih kurus hal itu akan membuat diri mereka jauh lebih bahagia, lebih fit, dan lebih menarik (Ryding &

Kuss, 2020). Seseorang yang beranggapan kalau mereka memiliki *body image* yang negatif akan cenderung mengalami kecemasan, cemas, dan takut jika mereka tidak disukai dalam suatu kelompok karena citra tubuh mereka yang negatif (Grogan, 2011). Maka dari itu, mereka yang kerap memiliki *body image* negatif akan cenderung merasakan emosi negatif, yaitu sering merasakan sedih, cemas, khawatir, stres, dan jika emosi negatif ini terus menerus dialami oleh individu, hal ini akan menimbulkan depresi sehingga akan mempengaruhi *subjective well-being* individu (Pop, 2017).

Subjective well-being menurut Diener (2012), merupakan konsep dalam psikologi yang mencakup evaluasi subjektif tentang kepuasan hidup dan keadaan emosional seseorang. *Subjective well-being* atau dalam bahasa Indonesia disebut dengan kesejahteraan subjektif adalah artian umum yang dipakai untuk menggambarkan tingkat dalam kesejahteraan yang sedang dialami oleh orang-orang terhadap evaluasi subjektif individu atas kehidupan yang mereka jalani (Hastuti et al., 2020). Terdapat dua aspek umum untuk membangun *subjective well-being*, yaitu aspek kognitif yang meliputi kepuasan hidup dan aspek afektif yang meliputi afek positif dan negatif (Diener, 2012). *Subjective well-being* justru bergantung pada kesenangan dan kepuasan individu yang artinya adalah hasil evaluasi subjektif pengalaman individu yang mencakup dua dimensi utama yaitu evaluasi kognitif dan afektif (Maddux, 2017). Menurut Diener (2012), memberikan perbedaan terhadap afek positif dan negatif terhadap *subjective well-being*. Afek positif adalah ketika individu merasakan berbagai emosi positif, seperti perasaan puas, senang, dan bahagia, sedangkan afek negatif adalah ketika individu merasakan emosi negatif, seperti sedih, marah, kecewa, dan tidak puas.

METODE PENELITIAN

a. Partisipan Penelitian

a. Karakteristik Partisipan

Populasi sampel pada penelitian ini akan ditujukan untuk perempuan dewasa awal yang belum memiliki pasangan atau pacar dengan rentang umur 20 sampai 40 tahun yang mengacu pada rentang umur dewasa awal menurut Papalia (2008). Subjek memilih perempuan pada tahap dewasa awal yang sedang tidak dalam hubungan romansa, dikarenakan berhubungan dengan kehidupan wanita di tahap dewasa awal ini yang lebih memperhatikan dirinya sendiri dengan cara tampil cantik dan menarik dengan cara melakukan serangkaian perawatan untuk dirinya agar menarik perhatian dari lawan jenis dibangginkan oleh laki-laki (Maulani, 2019).

b. Teknik Sampling & Jenis Penelitian

Penelitian ini bersifat kuantitatif menggunakan teknik pengambilan *non-probability sampling*. Saat pengambilan data dimulai, peneliti menyebarkan data dengan menggunakan purposive sampling dengan metode *snowball*. *Purposive sampling* adalah pengambilan sampel data riset pasar dengan subjek yang sudah ditentukan (Sugiyono, 2019). *Snowball*, yaitu menurut Sugiyono (2014) *snowball* sampling merupakan teknik penentuan sampel yang mula-mula jumlahnya kecil, kemudian membesar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara 2 variabel, yaitu *body image* dengan *subjective well-being* pada perempuan dewasa awal. Penelitian ini dirancang dengan mengambil sampel perempuan dewasa awal dengan cara membagikan kuesioner dengan menggunakan *platform google form* dan mengedarkannya di

wilayah kampus dengan membagikan bingkisan kecil berupa snacks yang sudah ditempelkan QR Code agar responden dapat mengisinya.

c. Gambaran Partisipan

1) Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia

Hasil yang diperoleh dalam kategori usia, peneliti sudah menetapkan rentang usia pada perempuan dewasa awal, yaitu berawal dari umur 20 - 40 tahun saja yang dapat mengisi kuesioner ini. Dalam kategori usia, peneliti mendapatkan partisipan dengan usia 21 tahun adalah yang terbanyak dalam pengisian kuesioner dengan jumlah 120 partisipan dan usia yang paling rendah terdapat pada usia 32 dan 38 dengan jumlah partisipan masing-masing 1 partisipan.

Tabel 1. Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase
20 - 30 Tahun	336	96.3
31 - 40 Tahun	14	3.7
Total	350	100%

2) Gambaran Partisipan Berdasarkan Status Pekerjaan

Berdasarkan tabel gambaran partisipan kategori status pekerjaan, terdapat 150 partisipan yang sudah bekerja dan 200 partisipan yang tidak bekerja.

Tabel 2. Gambaran Partisipan Berdasarkan Status Pekerjaan

Status Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
Bekerja	150	42.85
Tidak Bekerja	200	57.14
TOTAL	350	100%

3) Gambaran Partisipan Berdasarkan Pendidikan Terakhir

4) Berdasarkan tabel 4 gambaran partisipan berdasarkan pendidikan terakhir, terdapat 234 partisipan dengan pendidikan terakhir di jenjang SMA dan 4 partisipan dengan pendidikan terakhir di jenjang SMP. Hal ini dapat diketahui bahwa penelitian ini lebih masuk terhadap partisipan dengan pendidikan terakhir di jenjang SMA.

Tabel 3. Gambaran Partisipan Berdasarkan Pendidikan Terakhir

Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Persentase
SMP	4	1.14
SMA	234	66.85
SARJANA	112	32
TOTAL	350	100%

5) Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Produk yang Sering Dibeli

Berdasarkan tabel gambaran partisipan berdasarkan jenis produk yang sering dibeli, diketahui bahwa sebanyak 166 partisipan lebih banyak mengeluarkan uang mereka untuk membeli pakaian dan dilanjutkan oleh pembelian kosmetik sebanyak 128 partisipan dan skincare sebanyak 37 partisipan. Sedangkan pada suplemen penjaga berat badan hanya terdapat 19 partisipan saja. Hal ini dapat disimpulkan bahwa partisipan cenderung lebih mengutamakan penampilan tubuh berupa pakaian dan mengutamakan penampilan wajah berupa pembelian barang-barang kosmetik.

Tabel 4. Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Produk yang Sering Dibeli Setiap Bulan

Jenis Produk yang Sering Dibeli	Frekuensi	Persentase
Suplemen Penjaga Berat Badan	19	5.42
Pakaian	166	47.4
Kosmetik	128	36.6
Skincare	37	10.6
TOTAL	350	100%

6) Gambaran Partisipan Berdasarkan Berat Badan Saat Ini

Berdasarkan tabel gambaran berat badan partisipan saat ini, terdapat 48 kategori berat badan setiap partisipan. Rentang berat badan partisipan yang terdapat dalam penelitian ini adalah dari 35 kg - 130 kg. Partisipan dengan berat badan yang paling ringan berada pada 35 kg dengan 1 partisipan dan partisipan dengan berat badan terberat berada pada 130 kg dengan 1 partisipan. Partisipan dengan berat badan 51 kg adalah partisipan terbanyak dalam penelitian ini.

Tabel 5. Gambaran Partisipan Berdasarkan Berat Badan Saat Ini

Berat Badan Saat Ini	Frekuensi	Persentase
35 - 45 kg	60	17.1
46 - 56 kg	147	42.0
57 - 67 kg	91	26.0
68 - 78 kg	37	10.6
79 - 89 kg	9	2.6
90 - 100 kg	4	1.1
101 - 111 kg	1	.3

Berat Badan Saat Ini	Frekuensi	Persentase
112 - 122 kg	0	0
123 - 133 kg	1	.3
Total	350	100

7) Gambaran Partisipan Berdasarkan Tinggi Badan

Berdasarkan tabel gambaran partisipan pada kategori tinggi badan, partisipan paling banyak dengan jumlah 45, menginginkan tinggi badan 160 cm dan terbanyak kedua adalah 158 cm dengan jumlah partisipan sebanyak 36. Sedangkan partisipan terendah dengan jumlah 1 pada setiap ukuran tinggi badan berada pada 147cm, 148cm, 172cm, 173cm, dan 175cm. Mengingat partisipan yang peneliti tetapkan adalah khusus untuk perempuan, maka dapat dilihat bahwa partisipan perempuan dewasa awal cenderung ingin mempunyai tinggi badan yang standar layaknya perempuan, tetapi tidak dipungkiri ada juga perempuan yang menginginkan tinggi badan 170 ke atas.

Tabel 7. Gambaran Partisipan Berdasarkan Tinggi Badan

Tinggi Badan	Frekuensi	Persentase
145 - 155	97	27.7
156 - 166	209	59.7
167 - 177	42	12.0
178	2	.6
TOTAL	350	100

8) Jenis Penelitian

Penelitian ini berupa penelitian kuantitatif dengan bentuk non-eksperimental. Saat mengolah data, peneliti menggunakan desain uji korelasi untuk menguji korelasi yang bertujuan untuk melihat adanya korelasi antara *body image* dengan *subjective well-being*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Data Utama

a. Uji Korelasi antara Dimensi *Body Image Appearance Evaluation* dengan *Subjective Well-Being*

Pada data yang diperoleh, peneliti melakukan uji korelasi terhadap setiap variabel *body image* dan variabel *subjective well-being* bertujuan untuk menjawab hipotesis penelitian. Peneliti menggunakan Spearman Rho pada uji korelasi data dikarenakan pada saat uji normalitas, data peneliti berdistribusi tidak normal. Berdasarkan hasil uji korelasi antara dimensi *Appearance Evaluation* dengan *subjective well-being*, nilai $r = 0.506^{**}$ dan nilai $p = 0.000 < 0.01$. Dengan demikian, dimensi *Appearance Evaluation* dengan variabel *Subjective Well-Being*

terdapat hubungan positif dan signifikan. Dapat ditarik kesimpulan, jika *Appearance Evaluation* semakin tinggi, maka semakin tinggi juga nilai *subjective well-being* pada seseorang. Dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 8. Uji Korelasi Spearman Dimensi *Body Image Appearance Evaluation* dan *Subjective Well-Being*

		AE	Subjective Well-Being
Appearance Evaluation (Evaluasi Penampilan)	Spearman Correlation	1.000	.506**
	Sig.		0.000
	N	350	350
Subjective Well-Being	Spearman Correlation	.506**	1.000
	Sig.	0.000	
	N	350	350

b. Uji Korelasi antara Dimensi *Body Image Appearance Orientation* dengan *Subjective Well-Being*

Pada dimensi kedua, yaitu *Appearance Orientation*, dapat dilihat bahwa nilai $r = 0.042$ dan nilai $p = 0.430 > 0.01$. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa dimensi *Appearance Orientation* berkorelasi namun tidak kuat dengan variable *Subjective Well-Being*. Dapat dilihat pada tabel 9.

Tabel 9. Uji Korelasi Spearman Dimensi *Body Image Appearance Orientation* dan *Subjective Well-Being*

		AO	Subjective Well-Being
Appearance Orientation (Orientasi Penampilan)	Spearman Correlation	1.000	.042**
	Sig.		.430
	N	350	350
Subjective Well-Being	Spearman Correlation	.042**	1.000
	Sig.	.430	
	N	350	350

c. Uji Korelasi antara Dimensi *Body Image Fitness Evaluation* dengan *Subjective Well-Being*

Pada hasil uji korelasi terhadap dimensi *Fitness Evaluation* dan *Subjective Well-Being*, menghasilkan nilai $r = 0.458$ dan nilai $p = 0.000 < 0.001$ sehingga dapat diartikan bahwa dimensi *Fitness Evaluation* memiliki korelasi yang positif terhadap *subjective well-being*. Dapat dilihat pada tabel 10.

Tabel 10. Uji Korelasi Spearman Dimensi *Body Image Fitness Evaluation* dan *Subjective Well-Being*

		FE	Subjective Well-Being
Fitness Evaluation (Evaluasi Kebugaran Fisik)	Spearman Correlation	1.000	.458**
	Sig.		.000
	N	350	350
Subjective Well-Being	Spearman Correlation	.458**	1.000
	Sig.	.000	
	N	350	350

d. Uji Korelasi antara Dimensi *Body Image Fitness Orientation* dengan *Subjective Well-Being*

Berdasarkan hasil uji korelasi pada dimensi *Fitness Orientation* dengan *Subjective Well-Being*, memiliki nilai $r = 0.430$ dan nilai $p = 0.000 < 0.01$, yang dapat diartikan dimensi *Fitness Orientation* memiliki korelasi positif dan signifikan dengan variable *Subjective Well-Being*. Dapat dilihat pada tabel 11.

Tabel 11. Uji Korelasi Spearman Dimensi *Body Image Fitness Orientation* dan *Subjective Well-Being*

		FO	Subjective Well-Being
Fitness Orientation (Orientasi Kebugaran Fisik)	Spearman Correlation	1.000	.430**
	Sig.		.000
	N	350	350
Subjective Well-Being	Spearman Correlation	.430**	1.000
	Sig.	.000	

		FO	Subjective Well-Being
	N	350	350

e. Uji Korelasi antara Dimensi *Body Image Health Evaluation* dengan *Subjective Well-Being*

Berdasarkan tabel uji korelasi pada dimensi *Health Evaluation* dengan *Subjective Well-being*, terdapat nilai $r = 0.038$ dan nilai $p = 0.000 < 0.01$ yang dapat diartikan bahwa dimensi *Health Evaluation* memiliki korelasi yang positif terhadap variable *Subjective Well-Being*. Dapat dilihat pada tabel 13.

Tabel 13. Uji Korelasi Spearman Dimensi *Body Image Health Evaluation* dan *Subjective Well-Being*

		HE	Subjective Well-Being
Health Evaluation (Evaluasi Kesehatan)	Spearman Correlation	1.000	.038
	Sig.		.000
	N	350	350
Subjective Well-Being	Spearman Correlation	.038	1.000
	Sig.	.000	
	N	350	350

f. Uji Korelasi antara Dimensi *Body Image Health Orientation* dengan *Subjective Well-Being*

Hasil dari uji korelasi terhadap dimensi *Health Orientation* dengan *Subjective Well-Being*, memiliki nilai $r = 0.505$ dan $p = 0.000 < 0.01$ sehingga dapat disimpulkan kalau dimensi *Health Orientation* memiliki korelasi yang positif terhadap variable *Subjective Well-Being*. Dapat dilihat pada tabel 14.

Tabel 14. Uji Korelasi Spearman Dimensi *Body Image Health Orientation* dan *Subjective Well-Being*

		HO	Subjective Well-Being
Health Orientation (Orientasi Kesehatan)	Spearman Correlation	1.000	.505**
	Sig.		.000
	N	350	350
Subjective Well-Being	Spearman Correlation	.505**	1.000

		HO	Subjective Well-Being
	Sig.	.000	
	N	350	350

g. Uji Korelasi antara Dimensi *Body Image Illness Orientation* dengan *Subjective Well-Being*

Berdasarkan hasil uji korelasi terhadap dimensi *Illness Orientation* dengan *Subjective Well-Being*, terdapat nilai $r = -0.015$ dan nilai $p = 0.773 > 0.01$ sehingga dapat diartikan terdapat hubungan yang berbanding terbalik. Dapat dilihat pada tabel 14.

Tabel 14. Uji Korelasi Spearman Dimensi *Body Image Illness Orientation* dan *Subjective Well-Being*

		IO	Subjective Well-Being
Illness Orientation (Orientasi tentang Penyakit)	Spearman Correlation	1.000	-.015
	Sig.		.773
	N	350	350
Subjective Well-Being	Spearman Correlation	-.015	1.000
	Sig.	.773	
	N	350	350

h. Uji Korelasi antara Dimensi *Body Image Body Area Satisfaction* dengan *Subjective Well-Being*

Pada tabel hasil uji korelasi terhadap dimensi *Body Area Satisfaction* dengan *Subjective Well-Being*, menghasilkan nilai $r = 0.617$ dan nilai $p = 0.000 < 0.01$ sehingga dapat diartikan bahwa dimensi *Body Area Satisfaction* memiliki korelasi yang positif dengan variable *Subjective Well-Being*. Dapat dilihat pada tabel 15.

Tabel 15. Uji Korelasi Spearman Dimensi *Body Image Body Area Satisfaction* dan *Subjective Well-Being*

		BAS	Subjective Well-Being
Body Area Satisfaction (Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh)	Spearman Correlation	1.000	.617**
	Sig.		.000

		BAS	Subjective Well-Being
	N	350	350
Subjective Well-Being	Spearman Correlation	.617**	1.000
	Sig.	.000	
	N	350	350

i. Uji Korelasi antara Dimensi *Body Image Overweight Preoccupation* dengan *Subjective Well-Being*

Berdasarkan pada tabel hasil uji korelasi pada dimensi *Overweight Preoccupation* dengan *Subjective Well-Being*, menghasilkan nilai $r = 0.200$ dan nilai $p = 0.000 < 0.01$. Hal ini dapat disimpulkan bahwa dimensi *Overweight Preoccupation* memiliki korelasi yang positif dengan variabel *Subjective Well-Being*.

Tabel 16. Uji Korelasi Spearman Dimensi *Body Image Overweight Preoccupation* dan *Subjective Well-Being*

		Body Image	Subjective Well-Being
Overweight Preoccupation (Kecemasan Menjadi Gemuk)	Spearman Correlation	1.000	.200**
	Sig.		.000
	N	350	350
Subjective Well-Being	Spearman Correlation	.200**	1.000
	Sig.	.000	
	N	350	350

j. Uji Korelasi antara Dimensi *Body Image Self-Classified Weight* dengan *Subjective Well-Being*

Pada tabel hasil uji korelasi terhadap dimensi *Self-Classified Weight* dengan *Subjective Well-Being*, menghasilkan nilai $r = -0.070$ dan nilai $p = 0.190 > 0.01$. Sehingga dimensi *Self-Classified* dengan variabel *Subjective Well-Being* menghasilkan hubungan yang berkorelasi tetapi berbanding terbalik.

Tabel 17. Uji Korelasi Spearman Dimensi *Body Image Self-Classified Weight* dan *Subjective Well-Being*

		Body Image	Subjective Well-Being
Self-Classified Weight (Pengkategorian Ukuran Tubuh)	Spearman Correlation	1.000	-.070
	Sig.		.190
	N	350	350
Subjective Well-Being	Spearman Correlation	-.070	1.000
	Sig.	.190	
	N	350	350

2. Analisis Data Tambahan

a. Analisis Uji Beda Usia Partisipan dengan *Subjective Well-Being*

Berdasarkan table uji beda pada kategori usia, dapat dilihat bahwa nilai $p = 0.065 > 0.05$ sehingga dapat dikatakan bahwa tidak terdapat perbedaan antara usia partisipan (20-30 tahun & 31-40 tahun) dengan *Subjective Well-Being*. Dapat dilihat pada table 18.

Tabel 18. Uji Beda Usia dengan *Subjective Well-Being*

Usia	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>p</i>	Keterangan
20-30 Tahun	337	173.54	0.065	Tidak Ada Perbedaan
31-40 Tahun	13	226.35		

b. Analisis Uji Beda Berat Badan Partisipan dengan *Subjective Well-Being*

Berdasarkan tabel uji beda pada kategori berat badan partisipan saat ini, dapat dilihat bahwa nilai $p = 0.837 > 0.05$ yang berarti tidak terdapat perbedaan antara berat badan partisipan saat ini dengan *Subjective Well-Being*. Dapat dilihat pada tabel 19.

Tabel 19. Uji Beda Berat Badan dengan *Subjective Well-Being*

Berat Badan	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>p</i>	Keterangan
35-45 Kg	60	189.03	0.837	Tidak Ada Perbedaan
46-56 Kg	147	176.87		
57-67 Kg	91	167.07		
68-78 Kg	37	177.92		
79-89 Kg	9	140.06		

Berat Badan	N	Mean	p	Keterangan
90-100 Kg	4	176.75		
101-111 Kg	1	220.00		
123-133 Kg	1	109.00		

c. Analisis Uji Beda Tinggi Badan Partisipan dengan *Subjective Well-Being*

Berdasarkan tabel uji beda pada kategori tinggi badan, diketahui nilai $p = 0.083 > 0.05$ yang berarti adalah tidak terdapat perbedaan dari tinggi badan setiap partisipan dengan *Subjective Well-Being*. Dapat dilihat pada tabel 20.

Tabel 20. Uji Beda Tinggi Badan dengan *Subjective Well-Being*

Tinggi Badan	N	Mean	p	Keterangan
145-155 Cm	97	188.96	0.083	Tidak Ada Perbedaan
156-166 Cm	209	164.68		
167-177 Cm	42	199.65		
178 Cm	2	146.00		

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengolahan data yang telah peneliti lakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa setiap dimensi dari variabel *body image* dengan variabel *subjective well-being* memiliki hubungan. Pada (1) dimensi *Appearance Evaluation* memiliki nilai $r = 0.506$ dan $p = 0.000 < 0.01$ yang berarti memiliki hubungan yang saling berkorelasi antara dimensi *Appearance Evaluation* dengan variabel *subjective well-being*, artinya semakin positif evaluasi penampilan tubuhnya, semakin meningkat juga *subjective well-beingnya*, (2) dimensi kedua adalah *Appearance Orientation* yang memiliki nilai $r = 0.042$ dan $p = 0.430 > 0.01$ yang memiliki arti bahwa dimensi *Appearance Orientation* saling berhubungan dengan variabel *subjective well-being* tetapi tidak kuat, sama halnya pada dimensi *Appearance Evaluation*, semakin positif orientasi penampilan pada seseorang, maka *subjective well-beingnya* juga akan meningkat tetapi tidak signifikan, (3) dimensi *Fitness Evaluation* memiliki hasil $r = 0.458$ dan $p = 0.000 < 0.01$ yang berarti dimensi *Fitness Evaluation* saling berkorelasi positif dan signifikan dengan variabel *subjective well-being*, dan dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi evaluasi kebugaran pada seseorang, semakin tinggi juga *subjective well-beingnya*, (4) dimensi *Fitness Orientation* memiliki hasil $r = 0.430$ dan $p = 0.000 < 0.01$ yang berarti dimensi *Fitness Orientation* saling berkorelasi secara positif dan signifikan terhadap variabel *subjective well-being*, sama halnya dengan dimensi *Fitness Evaluation*, semakin tinggi orientasi kebugaran pada seseorang, semakin meningkat juga *subjective well-beingnya*, (5) pada dimensi *Health Evaluation* memiliki hasil $r = 0.038$ dan $p = 0.000 < 0.01$ yang artinya dimensi *Health Evaluation* memiliki korelasi yang positif terhadap variabel *subjective well-being*, yang artinya jika *Health Evaluation* pada seseorang tinggi, maka *subjective well-beingnya* ikut meningkat (6) pada dimensi *Health Orientation* memiliki hasil $r = 0.505$ dan $p = 0.000 < 0.01$ yang berarti dimensi *Health Orientation* memiliki hubungan yang positif dan signifikan terhadap variabel *subjective well-being*, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *Health Orientation* seseorang, maka *subjective well-*

being nya juga ikut meningkat, (7) dimensi *Illness Orientation* memiliki hasil $r = -0.015$ dan $p = 0.773 > 0.01$ yang berarti dimensi *Illness Orientation* memiliki hubungan yang berbanding terbalik dengan *subjective well-being*. Dapat disimpulkan jika *Illness Orientation* pada seseorang itu tinggi, belum tentu *subjective well-being* nya juga ikut tinggi, bisa jadi *subjective well-being* nya ternyata rendah, (8) pada dimensi *Body Area Dissatisfaction* memiliki hasil $r = 0.617$ dan $p = 0.000 < 0.01$ yang dapat diartikan kalau dimensi *Body Area Dissatisfaction* memiliki korelasi yang positif terhadap variabel *subjective well-being*, yang di mana jika seseorang memiliki tingkat kepuasan diri terhadap bentuk tubuh yang tinggi, maka meningkat juga *subjective well-being*nya, (9) pada dimensi *Overweight Occupation* memiliki hasil $r = 0.200$ dan $p = 0.000 < 0.01$ yang dapat diartikan kalau dimensi *Overweight Occupation* juga berkorelasi secara positif terhadap variabel *subjective well-being*, yang di mana makin tinggi tingkat kecemasan mengalami kegemukan pada seseorang, akan berdampak juga pada peningkatan *subjective well-being* nya, yang terakhir adalah (10) dimensi *Self-Classified Weight* yang memiliki hasil $r = -0.070$ dan $p = 0.190 > 0.01$ yang memiliki arti dimensi *Self-Classified Weight* memiliki korelasi yang berbanding terbalik dengan variabel *subjective well-being*, yang dimana jika *Self-Classified Weight* pada seseorang itu tinggi, belum tentu orang itu memiliki *well-being* yang tinggi juga, dan sebaliknya.

Dapat disimpulkan bahwa semua dimensi pada *body image* saling berkorelasi dengan variabel *subjective well-being*, tetapi tidak semua dimensi memiliki hubungan yang positif dan signifikan, beberapa ada yang memiliki korelasi tetapi tidak kuat dan ada yang memiliki korelasi berbanding terbalik.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwis, T. S., & Kurniawan, J.E. (2018). Hubungan body image dan subjective well-being pada remaja putri. *Psychopreneur Journal*, 2(1), 52-60.
- Audrey, M., Satyadarma M., & Subroto, U. (2020). The correlation between self-esteem and body image: A study on female adolescent instagram users. *International Journal of Application on Social Science and Humanities*, 478, 610-614.
- Basaria, D., Satyagraha, D. M., Indriana, M. L., & Nathania. (2022). Penerapan self love sebagai bagian dari pencegahan remaja menampilkan perilaku negatif di lingkungan. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 5(1), 184-190.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. New York: The Guilford Press.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body image. A Handbook of Science, Practice and Prevention*. In *Body image : A Handbook of Science, Practice and Prevention*.
- Cattarin, J. A., Thompson, K., Thomas, C., & Williams, R. (2000). Body image, mood, and televised images of attractiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19, 220-239.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco : Freeman and Company.
- Damanik, B. T. (2011). Persepsi remaja putri di kota ambon tentang risiko terpapar kosmetik berbahaya dalam memilih dan menggunakan kosmetik. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 27(1).
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.

- Diener, E. D. (2012). Subjective well-being. In A. C. Micalos, E. D. Diener, W. Glatzer, T. Moum, M. A. G. Sprangers, J. Vogel, & R. Veenhoven (Eds.), *The Science of Well-Being* (pp. 1-562). Springer.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49, 71-75.
- Fadil, A., Hamid, H., & Firdaus, F. (2022). Hubungan antara citra tubuh dengan intensitas berolahraga pada perempuan di fitness center. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 2(2), 2-9
- Fanny Febrianti, & Untung Subroto. (2023). HUBUNGAN POLA ASUH DENGAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA REMAJA . *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 799-811. <https://doi.org/10.54783/jser.v5i2.183>
- Feist, J. & Gregory. J. Feist. (2013). *Teori Kepribadian (Edisi Ketujuh)*. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Fitra, N. A., Rahayu, Z. S. P., Desmita, & Irman. (2021). Hubungan self-esteem dan body image remaja putri di lembaga kesejahteraan sosial anak (LKSA). *Istinarah: Riset Keagamaan, Sosial, dan Budaya*, 3(2), 84-93.
- Girlani, A. J., Roswiyani, R., & Satyadi, H. (2021). Correlation between level of stress and risk of eating disorder symptoms in early adult individuals. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 655, 1362-1367.
- Grogan, S. (2011). Body image Development in Adulthood. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body image : A Handbook of Science, Practice and Prevention* (2nd ed., pp. 93-100). The Guilford Press.
- Hastuti, R., Soetikno, N., & Heng, H. P. (2020). *Remaja Sejahtera Remaja Nasionalis*. Buku. Penerbit ANDI.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan, suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (terjemah: Istiwidayanti dan Soejarwo). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Ifdil, I., Denich, U. A., & Ilyas, A. (2017). Hubungan body image dengan kepercayaan diri remaja putri. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2(3), 107-113.
- Lemes, D. C. M., Câmara, S. G., Alves, G. G., & Aerts, D. (2018). Body image satisfaction and subjective wellbeing among ninth-grade students attending state schools in canoas, Brazil. *Ciencia e Saude Coletiva*, 23(12), 4289-4298.
- Leviani, F., & Tiatri, S. (2021). Relationship between self-compassion and body dysmorphic symptoms in early adulthood. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 655, 1382-1386.
- Maddux, J. E. (2017). Subjective well-being and life satisfaction: An introduction to conceptions, theories, and measures. In *Subjective well-being and Life Satisfaction*. Maemunah, E. S. (2020). Hubungan antara kepuasan citra tubuh (body image) dengan harga diri (self-esteem) pada mahasiswa fakultas psikologi. *Jurnal Aksioma Al-Aksas*, 1(1), 38.
- Maruf, M. (2023). Jumlah Gen Z Jomblo Melonjak, Bonus Demografi RI Terancam. *CNBC News Indonesia Research*. Maulani, F.A.(2019). Body image dan tingkat kebahagiaan pada wanita dewasa awal. *Cognicia*, 7,(3),369-377.
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S. R. (2019). *Psikologi Perkembangan*. Gajah Mada University Press.

- Muttaqin, A., & Jafar, I.M. (2016). Motivasi member fitness center dalam melakukan latihan kebugaran jasmani (studi kasus pada member wana gym banda aceh). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani*, 2(2). 100-113.
- Nuralifa, P. S. I., Rachman, A., & Arsyad, M. (2022). Pengaruh body image terhadap self-esteem pada Parker, C., Scott, S., and Geddes, A. (2019). *Snowball Sampling*. SAGE Research Methods Foundations.
- Ozmen, D., Ozmen, E., Ergin, D., Cetinkaya, A. C., Sen, N., Dundar, P.E., & Taskin, E. O. (2007). The association of self-esteem, depression and body satisfaction with obesity among Turkish adolescents. *BMC Public Health*, 7(1), 7-80.
- Pasande, V. E., Idulfilastri, R. M., & Wati, L. (2023). Body image of instagram users in early adults that using editing application. *International Journal of Application on Social Science and Humanities*, 1(1), 800-808.
- Pop, C. L. (2018). Body Mass Index and Body image Anxiety in a Sample of Undergraduate Students. *Physical Education of Students*, 22(2), 77.
- Purbaningtyas, K. & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan body image dengan subjective well-being pada perempuan dewasa awal yang mengalami kelebihan berat badan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 241-250.
- siswa di SMP Negeri 27 Banjarmasin. *Journal Bimbingan & Konseling ArRahman*, 8(2), 126-133.
- Putri Diana, & Agustina. (2023). GAMBARAN PERSEPSI PERNIKAHAN PADA PEREMPUAN DEWASA MUDA DENGAN LATAR BELAKANG ORANG TUA BERCERAI DAN FATHERLESS . *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 720-731. <https://doi.org/10.54783/jserv.v5i2.181>
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40.
- Putri, D. A., & Indryawati, R. (2019). Body Dissatisfaction Dan Perilaku Diet Pada Mahasiswi. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 88-97.
- Rahmania, P. N., & Ika, Y. C. Hubungan antara self-esteem dengan kecenderungan body dysmorphic disorder pada remaja putri. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 1(2), 110-117.
- Ramanda, R., Akbar, Z., & Wirasti, R. M. K. (2019). Studi kepustakaan Mengenai Landasan Teori Body.
- Restu Nadya, & Linda Wati. (2023). PROBLEMATIC INTERNET USE DAN KUALITAS TIDUR PADA DEWASA AWAL. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 412-419. <https://doi.org/10.54783/jserv.v5i2.150>
- Rochanah, R. (2018). Implementasi Landasan Religius dalam Kegiatan Bimbingan dan Konseling Sebagai Upaya Penanganan Dampak Masa Puber. *KONSELING EDUKASI: Journal of Guidance and Counseling*, 2(1), 21- 42.
- Ryding, F. C., & Kuss, D. J. (2020). The use of social networking sites, body image dissatisfaction, and body dysmorphic disorder: A systematic review of psychological research. *Psychology of Popular Media*, 9(4), 412-435.
- Salamah, M. G. D., Muyana, S., Hestiningrum., E., & Barida, M. (2022). Pengaruh body image terhadap kepercayaan diri siswa. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 8(1), 99-105.
- Santrock, J. (2007). *Child Development*. Jakarta, Indonesia: Erlangga.

- Santrock, J. (2011). *Life-span development* (13th ed.). McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (1998). *Adolescent* (7th ed). US: McGraw-Hill. Santrock John W.1983. *Life-Span Development* 5 E. University of Texas At Dallas.C. Brown Communication, Inc.) p.
- Sari, R. P., Rejeki, T., & Mujab, M. A. (2012). Pengungkapan diri mahasiswa tahun pertama Universitas diponegoro ditinjau dari jenis kelamin dan harga diri. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 3(2), 11- 25.
- Sari, U., & Abrori. (2020). *Body image*. Jakarta: PT Sahabat Alter Indonesia.
- Sholeha, E. P. D. R., & Ayriza, Y. (2019). The Effect of Body images and SelfEsteem on Subjective wellbeing in Adolescents. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding*.
- Sunartio, L., Sukamto, M. E., & Dianovinina, K. (2012). Social comparison dan body image dissatisfaction pada wanita dewasa awal, 9(2), 158-168.
- Swami, V., Weis, L, Barron, D., & Furnham, A. (2018). Positive body image is positively associated with hedonic (emotional) and eudaimonic (psychological and social) well-being in British adults. *The Journal of Social Psychology*, 158(5), 541-552.
- Tandirerung, J. F., Dwicky, H., Male., Mutiarasari, D. (2019). Hubungan indeks massa tubuh terhadap gangguan muskuloskeletal pada pasien pra lansia dan lansia di puskesmas kamonji Palu. *Jurnal Kesehatan Tadulako*, 5(2), 1- 71.
- Uyun, Q., & Shabira, F. (2023). Harga diri dan kebersyukuran sebagai prediktor citra tubuh pada remaja perempuan penggemar k-pop. *Psikologika*, 28(1), 101-114.