

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja dalam beberapa teori perkembangan disebutkan adalah masa dalam ambang batas, di mana masa remaja tidak lagi memiliki status yang jelas apakah ia seorang dalam masa kanak-kanak ataukah sudah menjadi seorang dalam masa dewasa. Masa remaja secara global berlangsung antara umur 12 sampai 21 tahun, dengan pembagian sebagai berikut: masa remaja awal dalam rentang umur: 12 sampai 15 tahun, masa remaja pertengahan dalam rentang umur: 15 sampai 18 tahun dan masa akhir dalam rentang umur 18 sampai 21 tahun (Monk, Knoers dan Haditono, 2006). Masa remaja merupakan masa transisi atau masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai adanya perubahan fisik, mental dan minat-minat baru, selain itu masa remaja sering dikatakan sebagai masa pencarian identitas, di masa remaja juga terjadi perubahan-perubahan baik itu perubahan fisik maupun psikis di mana perubahan tersebut terjadi begitu cepat dan terlihat jelas dan di masa remaja inilah kematangan seksualitas terjadi (Hurlock, dalam Sarwono 2013).

Perubahan-perubahan fisik yang terjadi pada remaja merupakan perubahan primer, sedangkan perubahan psikologis yang terjadi merupakan akibat dari perubahan fisiknya. Sarwono (2013) menjelaskan bahwa di antara perubahan fisik yang terjadi pada remaja, yang paling besar pengaruhnya pada perkembangan jiwa remaja itu sendiri yaitu pertumbuhan tubuh, di mana tubuh akan menjadi semakin

panjang dan tinggi, mulai berfungsinya alat-alat reproduksi, dan munculnya tanda-tanda seksualitas lainnya. Tanda-tanda seksualitas dibagi menjadi dua yaitu seks primer dan seks sekunder dimana ciri-ciri seks primer pada remaja putra ditandai dengan matangnya fungsi organ reproduksi dan biasanya mulai terjadi mimpi basah, sedangkan pada remaja putri ditandai dengan matangnya mekanisme reproduksi dan petunjuk utamanya ialah terjadinya haid.

Ciri-ciri seks sekunder pada remaja putra ditandai dengan tumbuhnya rambut kemaluan, tumbuh rambut ketiak dan rambut di wajah, kulit menjadi lebih kasar, tidak jernih, warnanya pucat dan pori-pori meluas, kelenjar lemak semakin membesar dan menjadi lebih aktif sehingga dapat menimbulkan jerawat, otot bertambah besar dan kuat sehingga memberi bentuk bagi lengan, tungkai kaki dan bahu, suara berubah menjadi serak, benjolan kecil di sekitar payudara pria mulai timbul, sedangkan ciri-ciri seks sekunder pada remaja putri ialah pinggul menjadi bertambah lebar dan bulat sebagai akibat membesarnya tulang pinggul dan berkembangnya lemak bawah kulit, payudara mulai berkembang, puting susu membesar dan menonjol, dan dengan berkembangnya kelenjar susu payudara menjadi lebih besar dan lebih bulat, rambut kemaluan timbul, bulu ketiak dan bulu pada kulit wajah mulai tampak, kulit menjadi lebih kasar, lebih tebal, agak pucat, dan lubang pori-pori bertambah besar, kelenjar lemak dan kelenjar keringat menjadi lebih aktif. Sumbatan kelenjar lemak dapat menyebabkan jerawat, suara menjadi lebih penuh dan semakin merdu (Sarwono, 2013)

Pertumbuhan payudara merupakan salah satu perubahan fisik yang dialami oleh remaja perempuan seperti disebutkan di atas. Pada masa pubertas, payudara

perempuan lambat laun akan membesar hingga membentuk setengah lingkaran, sedangkan pada pria tidak. Pembesaran ini terutama terjadi akibat penimbunan lemak dan dipengaruhi oleh hormon-hormon ovarium (Snell dalam Tiolena, 2009). Ovarium menghasilkan hormon-hormon reproduksi yaitu hormon ekstrogen dan hormon progesteron yang juga mempengaruhi tumbuhnya payudara, selain itu tubuh mengeluarkan *prolactin* saat pubertas dan kehamilan. *Prolactin* merupakan hormon penting dalam pembesaran payudara. Selain pengaruh hormon-hormon, besarnya kecilnya payudara juga dipengaruhi oleh genetik, ras, ukuran tubuh, berat badan, gizi, menstruasi, kehamilan, usia, penyakit, dan olahraga.

Sejumlah perempuan mendambakan payudara berukuran besar, karena dinilai payudara besar menarik dan sensual bahkan beberapa perempuan rela memasang implan untuk menambah besar ukuran payudaranya. Bagi sebagian perempuan dewasa memiliki payudara besar merupakan suatu impian yang dapat menambah kepercayaan diri mereka. Payudara besar dan kencang dinilai sebagai magnet dan daya tarik bagi sebagian perempuan (Tribunnews.com). Hal ini diperkuat dengan wawancara peneliti dengan perempuan dewasa yang memiliki payudara besar berinisial NS berikut ini:

“Payudara itu menarik, kalau sesuai keinginan loh ya, maksudnya ya ukurannya, ya bentuknya soalnya dari ukuran dan bentuknya yang sesuai keinginan bisa buat kepercayaan diri itu makin lebih tinggi. Payudara juga aset dari perempuan yang meskipun no dua dari Mrs.V sendiri tapi tetap sama pentingnya buat dijaga (wawancara dilakukan dengan NS berumur 22 pada tanggal 24/10/2016)”.

Kebanyakan perempuan mendambakan payudara besar saat beranjak dewasa, perempuan dengan payudara kecil dipertanyakan daya tarik seksualnya. Daya tarik seksual perempuan kerap dihubungkan dengan payudara dan daerah

sensual lainnya. Seperti diungkapkan di atas bahwa beberapa perempuan ketika dewasa mendambakan payudara yang besar, dan dalam upaya mendapatkan payudara besar perempuan melakukan usaha-usaha untuk membesarkan payudaranya misalnya seperti implan, suntik silikon dan operasi plastik. Walaupun terkadang cukup banyak perempuan yang memiliki payudara dengan ukuran yang cukup besar secara alami.

Perempuan yang mendambakan payudara besar sebagai daya tarik seksual pada umumnya adalah perempuan yang telah mencapai usia dewasa, karena salah satu tugas masa dewasa adalah mencari pasangan. Namun saat perempuan berada pada masa remaja, memiliki payudara berukuran besar bisa jadi merupakan kondisi yang kurang menyenangkan, apalagi untuk remaja perempuan yang mengalami pertumbuhan payudara yang lebih pesat dibandingkan dengan teman seusianya. Batubara (2010) menjelaskan bahwa pertumbuhan payudara yang lebih pesat membuat remaja perempuan berpayudara besar cenderung merasa malu dan minder, karena bagi remaja perubahan tubuh terutama payudara adalah hal yang baru baginya. Perubahan fisik dari masa anak-anak yang dahulu bagian dadanya datar, kini saat masa remaja mengalami perubahan yaitu bagian dadanya tidak lagi datar namun mulai menonjol dan membesar membuat kebanyakan remaja tidak nyaman dengan perubahan ini. Pada anak perempuan awal pubertas ditandai oleh timbulnya *breast budding* atau tunas payudara pada usia kira-kira 10 tahun, kemudian secara bertahap payudara berkembang menjadi payudara dewasa pada usia 13-14 tahun.

Ali dan Asrori (2012) mengatakan pesatnya pertumbuhan fisik pada remaja sering menimbulkan kejutan pada diri remaja itu sendiri. Pakaian yang dimilikinya seringkali menjadi cepat tidak muat dan harus membeli yang baru lagi. Pada remaja perempuan ada perasaan seolah-olah belum dapat menerima kenyataan bahwa tanpa dibayangkan sebelumnya kini buah dadanya membesar. Oleh karena itu, seringkali gerak-gerik remaja menjadi serba canggung dan tidak bebas.

Rasa canggung karena perubahan bentuk payudara akan makin dalam apabila lingkungan memberikan evaluasi negatif. Evaluasi negatif dari lingkungan dapat menyebabkan seseorang merasa tidak puas dengan payudara yang dimilikinya. Seperti halnya yang dialami oleh informan DN di mana DN merasa evaluasi negatif dari lingkungannya terhadap dirinya yang memiliki payudara besar membuatnya tidak percaya diri. Evaluasi tersebut berupa ejekan dan sindiran tentang dirinya yang memiliki payudara besar.

“Biasanya mbak aku itu kayak disindiri gitu, dadamu kog gede kamu apaiin sih? Jadinya aku risih banget ditanya gitu, ngurusin hidupku banget “. (wawancara dilakukan tanggal 04/03/2016)

Huffington Post (dalam Merdeka.com) memuat salah satu kisah perempuan berpayudara besar, bahwa memiliki payudara besar dapat membuat perempuan merasa tidak nyaman, karena seolah-olah mereka harus membawa hal yang cukup besar di bagian depan tubuh mereka. Hal ini dapat membuat mereka tidak nyaman, terutama ketika tidur atau melakukan aktivitas yang terlalu aktif, seperti berlari atau melompat. Perasaan tidak nyaman dan canggung juga dirasakan oleh DN terlihat dari kutipan wawancara berikut:

“Nggak nyaman lhak diliatin terus sama orang, nggak nyaman kalau dibuat aktifitas olahraga kayak lari atau pas di jalanan yang rusak atau bolong-bolong gitu mbak, nggak suka karena jadi ribet beli daleman dan bajunya, malu yang beli daleman pas ukuran gede, ngrasa ngalahin ibu-ibu aja, risih pasa ada yang tanya gimana bisa dada mu besar gitu, risih juga kalau ada yang bilang dadamu besar seharusnya kamu bersyukur”. (wawancara dilakukan pada tanggal 04/03/2016)

Hasil wawancara di atas memperlihatkan bahwa DN merasa malu dan tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Setelah DN menilai dan membandingkan, dia menyadari bahwa ukuran payudaranya jauh lebih besar daripada ukuran payudara teman-teman sebayanya. Fakta tersebut membuat DN merasa malu dan merasa bahwa tubuhnya tidak menarik karena memiliki ukuran payudara yang terlalu besar. Perasaan malu yang DN miliki sesuai dengan aspek dari ketidakpuasan tubuh sendiri yaitu perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial.

“Menurutku tubuhku itu nggak menarik, nggak imbang gitu jadinya gede dada sama bentuk tubuh dilihatnya nggak enak pokoknya”. (wawancara dilakukan tanggal 04/03/2016)

Bentuk payudara yang besar menurut DN sangat bertentangan dengan keinginannya untuk memiliki payudara yang proporsional, DN berpendapat bahwa seorang perempuan akan terlihat menarik jika memiliki ukuran payudara sedang atau dalam ukuran yaitu 34B seperti dalam kutipan wawancara berikut :

“Suka ngeliat payudara yang ukurannya sedeng gitu 34 an bagus proporsional, dan pinginku sih punya payudara yang kayak gitu mbak”. (wawancara dilakukan pada tanggal 04/03/2016)

Pendapat DN mengenai perempuan yang memiliki payudara dengan ukuran 34B akan menarik karena dianggap ideal dikuatkan oleh kutipan artikel dari askmen.com dimana ukuran payudara ideal adalah masing-masing memiliki berat sekitar 750 gram. Tinggi dari lingkaran terluar sampai puting berkisar 10-15

cm dan volume antara 350 cc sampai 500 cc, jika diukur menurut ukuran bra, hasilnya adalah cup B yakni kisaran 34B sampai 36B.

Self concept menurut Baron & Byrne (dalam Helmi,1999) merupakan suatu asumsi-asumsi atau sekema diri mengenai kualitas personal yang meliputi penampilan fisik (tinggi, pendek, berat, ringan dsb), trait atau kondisi psikis (pemalu dan pencemas) dan kadang juga berkaitan dengan tujuan dan motif utama. Selanjutnya Atwater (dalam Firdausi,2016) menyebutkan bahwa *self concept* adalah keseluruhan gambaran diri, yang meliputi persepsi seseorang tentang diri, perasaan, keyakinan dan nilai-nilai yang berhubungan dengan dirinya. Atwer mengidentifikasi *self concept* atas tiga bentuk. Pertama *body image* kesadaran tentang tubuhnya yaitu bagaimana seseorang melihat dirinya sendiri, kedua *ideal self* yaitu bagaimana cita-cita dan harapan seseorang mengenai dirinya, ketiga *social self* yaitu bagaimana orang lain melihat dirinya.

Pendapat DN mengenai bentuk tubuhnya (payudara) disebut sebagai *body image*. Meliana (2006) mendefinisikan *body image* sebagai pengalaman individual tentang tubuh, suatu gambaran mental seseorang yang mencakup pikiran, persepsi, perasaan emosi, imajinasi, penilaian, sensasi fisik, kesadaran, dan perilaku mengenai penampilan dan bentuk tubuhnya yang dipengaruhi oleh idealisasi pencitraan tubuh di masyarakat dan hal ini terbentuk dari interaksi sosial seseorang sepanjang waktu dalam lingkungannya, yang berubah sepanjang rentang kehidupan dalam responnya terhadap umpan balik dari lingkungan.

Evaluasi positif maupun negatif dari lingkungan terhadap tampilan seorang individu akan memberikan sedikit banyak dampak yang akan

mempengaruhi kehidupan seorang individu. Ketika seseorang mendapat evaluasi positif atas tampilan dirinya maka akan memberikan dampak positif yaitu dapat menambah kepercayaan diri seseorang meningkat. Citra tubuh positif adalah ketika seseorang memiliki gambaran mental akurat dan benar mengenai tubuhnya, beserta perasaan, dan hubungan dirinya dengan tubuhnya sendiri secara positif, percaya diri, dan peduli terhadap tubuhnya.

Sebaliknya evaluasi negatif lingkungan terhadap tampilan dan diri seseorang akan memberikan dampak negatif seperti menurunnya kepercayaan diri seseorang dan mengakibatkan seseorang menarik diri dari lingkungannya. Ketidakmampuan seseorang dalam menilai ukuran tubuh secara akurat, akibat kesenjangan antara keadaan tubuh nyata dan keadaan tubuh yang ada dalam pikiran seseorang disebut *body image* negatif, hal ini yang akan memunculkan ketidakpuasan pada tubuh *body dissatisfaction* (Melliana, 2006).

Ketidakpuasan pada bentuk tubuh (*body dissatisfaction*) menurut (Maria, Prihanto dan Sukanto, 2001) adalah ketidakpuasan terhadap tubuh berkaitan dengan bentuk tubuh, ukuran, dan karakteristik bagian tubuh. (Rosen dan Raiter dalam Asri, 2004) menambahkan bahwa *body dissatisfaction* adalah keterpakuan pikiran akan penilaian yang negatif terhadap tampilan fisik dan adanya perasaan malu dengan keadaan fisiknya ketika berada di lingkungan sosialnya. Ketidakpuasan berarti ketidaksesuaian individu terhadap tubuhnya atau bagian-bagian tubuh tertentu. Besarnya kesenjangan antara citra tubuh ideal dengan citra tubuh nyata merupakan indikator adanya ketidakpuasan terhadap sosok tubuh (Melliana, 2006).

Beberapa ahli citra tubuh percaya bahwa ketidakpuasan terhadap sosok tubuh terutama apabila diikuti dengan adanya perasaan benci terhadap tubuhnya merupakan suatu ekspresi dari harga diri yang rendah. Tubuh merupakan bagian dari diri yang terlihat (bagian yang konkret) sehingga apabila seseorang merasa ambivalen terhadap diri sendiri, mereka juga akan merasa ambivalen terhadap tubuhnya (Brehm, 1999). Sejcova (2008) ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh memberikan dampak negatif terhadap kepercayaan diri, konsep diri dan pengungkapan diri.

Individu yang merasa tidak puas akan keadaan dirinya sendiri cenderung memiliki harga diri yang rendah, karena ia tak mampu menerima kelebihan atau kekurangan yang ada pada dirinya apa adanya. Hal ini juga dirasakan oleh DN dimana dia merasa tidak puas dengan bentuk tubuh yang dia miliki. DN merasa iri dengan perempuan yang memiliki tubuh sempurna, menurutnya teman-teman yang memiliki payudara yang kecil itu memiliki hidup yang sempurna, tidak perlu banyak mengalami kesulitan seperti yang dirinya alami. Kesulitan yang DN rasakan banyak, dia menuturkan bahwa dirinya tidak leluasa bergerak, tidak leluasa berpakaian, membuatnya malu jika dirinya menjadi pusat perhatian, sehingga hal ini membuat DN merasa kurang percaya diri. Memiliki payudara besar membuat DN merasa banyak yang mengunjingkan dirinya yang memiliki payudara besar di belakangnya, selain itu DN merasa bahwa banyak laki-laki yang mungkin akan memiliki pikiran negatif (porno) jika melihat dirinya. Hal tersebut membuat DN merasa marah dan jengkel untuk itu DN sering menarik diri dari pergaulan dan lebih memilih menyendiri.

“kadang takut mbak kalau liat cowok gimana ya pikiran mereka ke aku takutnya mikirnya mereka yang nggak-nggak pas ngelihat aku. Ya kayak pikiran porno gitu

Penerimaan seseorang terhadap tubuh atau dalam hal ini ukuran payudara, tidak terlepas dari standar kecantikan yang berlaku di lingkungan sosial tempat individu berada. Melliana (2006) menyatakan bahwa bentuk tubuh yang ideal adalah langsing (langsing = cantik), tidak berlebih lemak pada bagian-bagian tubuh (proporsional), perut datar, payudara kencang, pinggang berliku-liku, pantat sintal. Dalam penelitian Sari (2009) dijelaskan bahwa masyarakat memiliki standar-standar tertentu tentang sosok ideal perempuan yaitu: berpostur tubuh tinggi, langsing, payudara kencang dan berkulit putih. Sementara saat peneliti menyaakan tentang bagaimana standar cantik menurut DN, dia mengatakan bahwa perempuan cantik apabila berkulit bersih, putih alami (natural), berpayudara sedang tidak kendur, tinggi, dan memiliki tubuh yang berisi.

Menurut Brehm (1999) banyaknya perempuan yang mengalami ketidakpuasan pada bentuk tubuh disebabkan oleh adanya kesenjangan antara tubuh ideal yang didasarkan pada budaya yang berlaku (tubuh ideal bagi perempuan adalah sangat kurus) dengan tubuh yang dimilikinya (banyak perempuan memiliki tubuh yang gemuk dari standar). DN merasa kurang puas dengan keadaan tubuhnya sekarang, dia mengatakan keadaan tubuhnya sekarang membuatnya malu. Terlihat dari kutipan wawancara berikut:

“Cantik itu badannya nggak kurus banget, nggak gemuk banget, tinggi, payudaranya sedang tapi nggak kendur”. (wawancara dilakukan tanggal 26/12/2016).

Dari wawancara di atas dapat terlihat DN belum dapat memenuhi standar cantik yang dirinya sendiri impikan, hal ini menyebabkan dirinya kurang puas dengan keadaan tubuhnya saat ini. Keadaan tubuhnya saat ini jauh dari standar

cantik yang dia impikan. Banyak usaha yang dilakukan DN untuk mencapai payudara ideal yang dia inginkan salah satunya dengan melakukan diet dan menggunakan pakaian yang dapat membuat payudara terlihat tidak menonjol, namun beberapa usaha yang dilakukan tidak membuahkan hasil sehingga hal tersebut menambah rasa tidak puas DN pada payudaranya bertambah besar.

Body dissatisfaction memiliki lima aspek yaitu Perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial, *Body Checking*, Kamuflase tubuh, Menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain. Berdasarkan uraian di atas maka penelitian yang berjudul *Body Dissatisfaction* penting untuk diteliti.

1.2 Signifikansi Penelitian

Beberapa penelitian yang pernah diteliti oleh peneliti sebelumnya tentang *body dissatisfaction* antara lain, penelitian yang dilakukan oleh Yuanita dan Sukamto (2013) dengan judul “Fenomena *Body Dissatisfaction* Pada Perempuan Anggota Fitness Centre” membahas tentang bagaimana perbedaan *body dissatisfaction* pada tiap perempuan anggota *fitness centre* ditinjau dari tingkat kegemukan dan tahap perkembangan, berbeda dengan penelitian dari Yunita dan Sukamto (2013) di atas, dalam penelitian yang akan penulis lakukan penulis melihat bagaimana gambaran *body dissatisfaction* pada remaja perempuan berpayudara besar. Dalam penelitian Yunita dan Sukamto (2013) juga menggunakan metode kuantitatif dengan subyek sebanyak 150 orang yang menjadi anggota dari *fitness centre* dan untuk mengetahui tingkat perbedaan *body dissatisfaction* diukur menggunakan *Body Shape Questionnaire* (BSQ), berbeda

dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yang menggunakan metode kualitatif. Persamaan penelitian Yunita dan Sukanto (2013) dengan penelitian ini yaitu menggunakan variabel yang sama yaitu *body dissatisfaction*.

Penelitian tentang ketidakpuasan pada tubuh juga pernah dilakukan oleh Sari (2010) dengan judul “Perbedaan ketidakpuasan Terhadap Bentuk Tubuh Ditinjau Dari Strategi Coping Pada Remaja Wanita di SMA 2 Ngawi” membahas tentang ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang dialami remaja wanita yang menimbulkan penghargaan diri yang rendah dan kecemasan, strategi coping apa yang digunakan oleh remaja wanita untuk mengatasi masalah ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (*body dissatisfaction*). Fokus penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan ketidakpuasan bentuk tubuh ditinjau dari perbedaan strategi coping yang digunakan oleh remaja wanita. Penelitian ini juga menggunakan metode kuantitatif untuk mengukur perbedaan ketidakpuasan bentuk tubuh ditinjau dari strategi coping. Perbedaan penelitian yang dilakukan Sari (2010) dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah pada penelitian Sari (2010) yang menggunakan metode kuantitatif sedangkan peneliti menggunakan metode kualitatif. Persamaan penelitian Sari (2010) dan peneliti yaitu pada subyek dan variabel dimana sama-sama menggunakan subyek remaja perempuan dengan variabel *body dissatisfaction*.

Penelitian selanjutnya yang juga membahas tentang ketidakpuasan tubuh *body dissatisfaction* juga dilakukan oleh Mukhlis (2013) dengan judul “Berpikir Positif Pada ketidakpuasan Tubuh (Body Image dissatisfaction)” membahas tentang bagaimana pengaruh pelatihan berpikir positif terhadap ketidakpuasan

pada tubuh, penelitian ini menggunakan kerangka teori yang mengacu pada the body dissatisfaction subscale of the eating disorders inventory-2 (EDI-2). Penelitian ini juga termasuk penelitian eksperimen, data yang diambil menggunakan metode kuantitatif dan kualitatif. Perbedaan dengan penelitian Mukhlis (2013) peneliti di sini menggunakan metode kualitatif diskriptif di mana metode ini bertujuan untuk menggali lebih dalam informasi – informasi dari subyek. Persamaan penelitian yang akan peneliti lakukan dengan penelitian yang dilakukan Mukhlis (2013) ialah pada subyek yaitu remaja perempuan dan variabel yaitu ketidakpuasan pada tubuh (*body dissatisfaction*).

1.3 Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini akan diarahkan pada bagaimana gambaran *body dissatisfaction* pada remaja perempuan yang memiliki payudara besar.

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui: Gambaran *body dissatisfaction* pada remaja perempuan yang memiliki payudara besar.

1.5 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan beberapa manfaat dalam dua kerangka berikut:

1.5.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan pengetahuan dalam bidang psikologi, khususnya psikologi Sosial dan klinis tentang bagaimana gambaran *body dissatisfaction*, faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya *body dissatisfaction* dan cara mengatasinya.

1.5.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Peneliti diharapkan dapat memetik pelajaran dari kisah hidup subyek, sehingga peneliti dapat memandang tubuhnya secara obyektif bukan hanya subyektif sehingga tidak sampai mengalami *body dissatisfaction*.

b. Bagi Subyek

Dari penelitian ini diharapkan subyek dapat memandang dirinya sendiri secara obyektif bukan hanya secara subyektif, diharapkan dengan penelitian ini dapat membantu subyek dalam memiliki pandangan baru mengenai tubuhnya bahwa tidak selamanya perempuan berpayudara besar itu terkesan buruk, dan diharapkan penelitian ini dapat membantu subyek dalam mengatasi ketidakpuasan pada tubuhnya sehingga subyek dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya.

c. Bagi Remaja

Diharapkan dari penelitian ini remaja perempuan yang juga memiliki payudara besar di luar sana dapat memiliki pandangan baru bahwa tidak selamanya perempuan yang berpayudara besar itu terkesan buruk, sebaliknya dengan terus mengasah kemampuan diri dan menerima segala kelebihan yang tuhan telah berikan akan mengantarkan kita pada kesuksesan.

d. Bagi Orang tua

Diharapkan dari penelitian ini orang tua dapat mengerti bahwa pada masa remaja, ada konflik-konflik remaja yang berhubungan dengan penerimaan remaja atas dirinya, diharapkan orang tua dapat mendampingi dan memberikan pengertian serta motivasi untuk anak.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dari hasil ini diharapkan dapat dijadikan bahan referensi untuk penelitian selanjutnya yang akan melakukan penelitian sejenis terkait tentang gambaran *body dissatisfaction*.