

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Objektifikasi diri merupakan perilaku memandang diri dari sudut pandang orang lain (Calogero, 2012). Individu yang melakukan objektifikasi diri mengadopsi perspektif orang lain untuk menilai dirinya sendiri dan menganggap bahwa diri mereka adalah sebuah objek atau benda. Perilaku objektifikasi diri didasarkan pada perspektif orang lain terhadap individu. Ketika individu memperoleh umpan balik yang positif dari orang lain terkait dengan diri dan tubuh mereka, objektifikasi diri menjadi hal yang bermanfaat. Bell, Cassarly, dan Dubar (2018) menyatakan bahwa penerimaan umpan balik yang positif terkait dengan citra diri pada individu yang melakukan objektifikasi diri menunjukkan ketertarikan dan kesenangan dari orang lain, sehingga memotivasi individu untuk mempresentasikan diri dengan cara serupa di masa depan. Misalnya pada individu yang berprofesi sebagai model dan publik figur, objektifikasi diri dibutuhkan untuk meningkatkan motivasi dalam pekerjaan. Di sisi lain, apabila umpan balik yang diterima dari orang lain terkait citra tubuh adalah negatif, individu terdorong untuk memenuhi standar tubuh ideal yang berlaku di masyarakat melalui perilaku objektifikasi diri yang berdampak negatif.

Objektifikasi diri lahir melalui proses internalisasi standar budaya ideal atas tubuh yang dipelajari (McKinley, 1995). Individu mempelajari objektifikasi diri sebagai sebuah mekanisme pertahanan diri yang bertujuan untuk mencegah timbulnya perasaan malu, bersalah, atau berdosa ketika penampilan mereka tidak sesuai dengan standar budaya yang ideal. Objektifikasi diri dimanifestasikan melalui perilaku memantau dan mengevaluasi penampilan secara terus-menerus (Roberts & Fredrickson, 1997). Individu yang mengobjektifikasi diri secara terus-menerus mengawasi perilakunya sebagai usaha untuk menghindari penilaian yang negatif dan menghakimi dari orang lain. Perilaku memantau dan mengevaluasi penampilan tersebut dilakukan berdasarkan perspektif orang lain serta didasarkan pada standar ideal terkait penampilan yang berlaku di masyarakat. Hal ini dipicu oleh kepercayaan

dari dalam diri individu mengenai adanya kontrol masyarakat terhadap penampilan mereka (McKinley & Hyde, 1996). Meskipun individu memiliki pilihan untuk menjadi dirinya sendiri, seringkali standar budaya terhadap penampilan dan citra tubuh ideal telah ditanamkan sejak kecil. Anak perempuan cenderung dituntut oleh orang tua untuk berpenampilan feminin, memanjangkan rambut, dan berdandan rapi. Di sisi lain, anak laki-laki tidak mendapatkan diinginkan agar terlihat maskulin, tegap, dan gagah seiring dengan perkembangannya.

Objektifikasi diri tidak hanya terjadi pada perempuan meskipun standar tubuh ideal yang dipromosikan di media lebih banyak menjadikan tubuh perempuan sebagai objek. Seiring dengan perkembangan media, laki-laki juga menjadi target dari citra tubuh ideal. Rilisnya majalah *Playgirl* pada tahun 70an, film maskulin seperti *Rambo* pada 80an, meningkatnya popularitas operasi plastik di tahun 90an, serta maraknya konten berbasis *fitness* dan kesehatan saat ini membuktikan bahwa media tidak lagi hanya menasar tubuh perempuan (Aglia & Tantleff-Dunn, 2004). Objektifikasi terhadap tubuh laki-laki merupakan sebuah respon dari peningkatan ketidakpuasan laki-laki terhadap citra tubuh mereka yang dipengaruhi oleh pesan terkait penampilan yang digagas oleh media, sehingga mendorong laki-laki untuk melakukan objektifikasi diri (Gardner, 1997; Pope et al., 2000; Oehlhof, et al., 2009). Penelitian yang dilakukan oleh Rollero dan De Piccoli (2017) juga menunjukkan bahwa objektifikasi diri meningkatkan *body shame* pada perempuan dan perilaku mengawasi tubuh baik pada laki-laki maupun perempuan.

Objektifikasi diri tidak terlepas dari periode perkembangan individu. Pada masa *emerging adulthood*, individu seringkali mengalami pengalaman seksis berupa komentar maupun perilaku yang merupakan bentuk praktik objektifikasi (Landry & Mercurio, 2009). *Emerging adulthood* merupakan sebuah periode transisi dari remaja menuju dewasa yang berada pada rentang usia 18 sampai dengan 25 tahun serta ditandai dengan adanya karakteristik tertentu, seperti eksplorasi identitas (Arnett, 2000). Eksplorasi identitas merupakan proses pencarian terhadap jati diri yang ditandai dengan penjajakan terhadap kemampuan dan keterbatasan, kepercayaan dan nilai, serta perasaan tepat di masyarakat. Pada masa *emerging adulthood*, eksplorasi identitas juga melibatkan konstruk penampilan. Penampilan dianggap penting untuk menarik lawan jenis serta mengembangkan kesuksesan di bidang pekerjaan

(McKinley, 1999). Penampilan fisik juga berhubungan dengan harga diri individu, salah satu elemen kesehatan mental yang berhubungan positif dengan kebahagiaan (Barker & Bornstein, 2010; Mendelson, Mendelson, & Andrews, 2000; Furnham & Cheng, 2000). Penampilan fisik sebagai identitas personal dapat memicu individu mengeksplorasi diri dan memproyeksikan ekspresi dirinya. Akan tetapi, apresiasi yang berlebihan terhadap penampilan fisik mendorong individu untuk menghargai diri berdasarkan penampilan luarnya semata dan menjadikan diri mereka tak lebih dari sekadar objek (Manago, Guan, & Greenfield, 2015).

Objektifikasi diri lahir dari praktik budaya maupun pengalaman yang mengobjektifikasi. Beberapa bentuk pengalaman yang mengobjektifikasi adalah perundungan, pelecehan, dan budaya standar tubuh ideal. Individu yang mengalami pengalaman diobjektifikasi cenderung menganggap dirinya sebagai objek. Hal ini merupakan respon alami karena ketika seseorang merasa dirinya diobjektifikasi, bagian tubuh mereka dipilih dan dipisahkan dari keseluruhan diri mereka sebagai individu (Bartky, 1990). Individu yang mengalami praktik budaya yang mengobjektifikasi juga cenderung melihat diri mereka sebagai kepemilikan orang lain. Hal ini menyebabkan individu merasa bahwa tubuhnya merupakan sebuah alat untuk digunakan dan menjadi sumber kenikmatan bagi orang lain (Baldissarri, et al., 2019).

Salah satu wahana yang mempromosikan praktik objektifikasi adalah media sosial. Media sosial menawarkan tidak hanya akses, tetapi juga produksi dan distribusi ekspresi manusia, sehingga mampu menyebarkan kontrol kepada individu (Liester, et al., 2009). Media sosial identik dengan adanya siaran opini, pikiran, perasaan, gambar, dan video dari satu pengguna kepada pengguna lain secara daring. Hasil survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2017 menunjukkan bahwa 87,13% pengguna internet di Indonesia mengakses media sosial. Menurut data statistik yang dirilis oleh NapoleonCat pada Mei 2020, Instagram memiliki 69.270.000 pengguna dari Indonesia. Jumlah tersebut didominasi oleh pengguna berusia 18 hingga 24 tahun dengan total 36,1% atau 25 juta pengguna, sedangkan Facebook memiliki 161.980.000 pengguna dan 30,3% di antaranya berusia 18 hingga 24 tahun. Survei yang dimuat oleh Statista (2019) mengenai jumlah pengguna YouTube pada kuartar ketiga 2019 menunjukkan 81% individu berusia 15

sampai dengan 25 tahun secara aktif mengakses YouTube, tertinggi dibandingkan dengan rentang usia lainnya.

Media sosial menawarkan penggunaanya untuk mengunggah pengalaman dan aktivitas melalui serangkaian tulisan, gambar, dan video dalam bentuk postingan, cerita, maupun tayangan langsung (*live*). Seringkali siaran terhadap berbagai hal tersebut berada di luar kendali, sehingga individu mengadopsi nilai dan kepercayaan yang turut mempengaruhi penampilan fisik. Nilai dan kepercayaan tersebut tidak terlepas dari masifnya paparan terhadap standar tubuh ideal dan kesempurnaan penampilan yang turut dipromosikan melalui fenomena *selfie* atau unggahan foto diri. Penelitian dari Hu (2018) menunjukkan bahwa Instagram mempromosikan citra tubuh yang penuh seksualitas dan daya tarik dengan menekankan pada tubuh langsing, rambut panjang, serta pakaian minim pada wanita yang diikuti dengan persuasi terhadap tubuh ideal. Hal ini berbeda dengan laki-laki yang menjadikan bentuk tubuh V mesomorfik dan berotot, bahu lebar, tubuh bagian atas yang dikembangkan dengan baik, serta perut *six-pack* (Cash & Smolak, 2011).

Kepopuleran *selfie* dalam media sosial menunjukkan adanya minat yang besar pada manajemen penampilan yang ditunjukkan melalui persepsi terhadap tubuh, presentasi diri, dan evaluasi penampilan (Feltman & Szymanski, 2017). Pada dasarnya *selfie* dapat diasosiasikan dengan presentasi diri dan objektifikasi diri yang membangun ketika individu memperoleh komentar positif, namun berpengaruh negatif ketika individu memperoleh komentar negatif, pelecehan, maupun perundungan terkait penampilan. Manajemen penampilan juga mendorong lahirnya keinginan individu untuk mencapai standar tubuh ideal. Standar tubuh ideal yang telah membudaya di media sosial berbasis visual meningkatkan atensi dan paparan terhadap penampilan individu yang sekaligus menjadi pemicu terjadinya praktik objektifikasi (Meier & Gray, 2014). Atensi yang berlebihan terhadap penampilan mendorong dijadikannya tubuh sebagai objek yang terpisahkan dari diri individu. Individu yang mengobjektifikasi dirinya cenderung mempresentasikan diri melalui *selfie* dengan cara yang membuat diri mereka terlihat seperti objek, yaitu mengunggah tubuh tanpa wajah, kulit yang terekspos lebih banyak, dan fokus pada suatu bagian tubuh tertentu (Aubrey & Frisby, 2011). Hal ini mengundang pandangan tidak senonoh yang dapat dikategorikan sebagai objektifikasi seksual (Calogero, Tantleff-Dunn, & Thompson,

2011). Paparan terhadap objektifikasi seksual yang terjadi berulang kali seiring dengan penggunaan media sosial mengakibatkan individu tidak lagi melihat diri mereka sebagai pribadi yang utuh. Hal ini disebabkan oleh adanya peningkatan atensi terhadap tubuh dan penampilan fisik dibandingkan diri sebagai pribadi seutuhnya (Calogero, Herbozo, & Thompson, 2009). Atensi berlebihan terhadap tubuh dan penampilan fisik sebagai respon terhadap praktik objektifikasi seksual kemudian mendorong individu untuk melakukan objektifikasi diri.

Standar tubuh ideal yang telah menjadi budaya juga memiliki tanggung jawab terhadap munculnya perilaku *body shaming* pada wanita (Azzarito, 2018). Media sosial turut menyediakan kolom komentar dan pesan sebagai sarana interaksi antarpengguna karena setiap unggahan yang telah dibagikan oleh pengguna dapat disukai, dikomentari, dan dikirimkan ke pengguna lain. Fitur suka dan komentar diidentifikasi sebagai bentuk penerimaan atau penolakan dari pengguna lain, sehingga pengguna berusaha untuk menampilkan penampilan terbaik mereka (Wagner, Aguirre, & Sumner, 2016). Sayangnya, kegagalan individu dalam berpenampilan sesuai dengan standar tubuh ideal di Instagram tak jarang mengundang perilaku *judgmental* yang dimanifestasikan melalui komentar negatif dan perundungan terkait penampilan dari para pengguna lainnya. Sebuah survei yang digagas oleh Ditch The Label pada tahun 2019 terhadap 7.347 responden berusia 12 hingga 20 tahun di Inggris menunjukkan bahwa 26% responden pernah mengalami perundungan siber dan 59% meyakini bahwa penyebab dari perundungan tersebut adalah penampilan. Dalam survei ini Instagram sebagai *platform* media sosial berbasis visual menduduki peringkat pertama terjadinya perundungan siber. Selain perundungan, pelecehan seksual juga menjadi fenomena yang lazim ditemukan dalam kolom komentar. Atensi seksual yang tidak diinginkan merupakan salah satu bentuk pelecehan seksual yang sering dialami, namun seringkali diabaikan (Fitzgerald, et al. 1997). Atensi seksual di Instagram dapat berupa komentar melecehan, candaan bernada seksual, atau opini seksis tentang tubuh. Atensi seksual terhadap perempuan seringkali juga dikaitkan dengan konstruk budaya mengenai pakaian dan ukuran bagian tubuh tertentu. Survei yang dilakukan oleh Pew Research Center pada tahun 2017 terhadap 4.248 responden di Amerika Serikat menunjukkan bahwa 41% pernah mengalami pelecehan dan 6% di antaranya

mengalami pelecehan seksual di media sosial dengan penampilan fisik menduduki posisi kedua sebagai penyebab pelecehan tersebut.

Praktik objektifikasi, seperti perundungan terkait penampilan, pelecehan seksual, serta budaya standar tubuh ideal yang terjadi di media sosial berdampak pada kesehatan mental individu terutama pada rentang usia *emerging adulthood*. Depresi menjadi salah satu gangguan kesehatan mental yang diketahui sebagai dampak dari perundungan terkait penampilan (Feragen & Stock, 2016). Selain itu, korban perundungan juga seringkali mengalami ketakutan terhadap evaluasi negatif dari orang lain dan kecemasan sosial (McCabe, Miller, Laugesen, Antony, & Young, 2010). Sama halnya dengan perundungan terkait penampilan, pelecehan seksual yang dilakukan di media sosial juga berdampak terhadap kesehatan mental para korbannya. Cripps dan Stermac (2018) dalam penelitiannya menyatakan bahwa pelecehan dan kekerasan seksual siber diasosiasikan dengan depresi, kecemasan, stres, serta reaksi pascatrauma.

Hidup dalam sebuah budaya yang mengobjektifikasi tubuh secara seksual juga menciptakan berbagai peristiwa yang memicu munculnya gangguan kecemasan secara terus-menerus (Roberts & Fredrickson, 1997). Standar budaya yang menjunjung tubuh ramping sebagai citra tubuh ideal bagi perempuan memberikan dampak psikologis pada perempuan yang mengalami kenaikan berat badan, seperti stres dan cemas. Kecemasan juga timbul sebagai sebuah mekanisme untuk menghindari diri dari perundungan yang mungkin terjadi karena individu tidak berpenampilan cukup baik menurut standar budaya. Hal ini memicu usaha individu untuk mengontrol berat badan dan penampilan fisiknya. Taylor (1989) menyatakan bahwa individu yang percaya bahwa mereka mampu mengontrol penampilan, meskipun pada kenyataannya tidak, memiliki kesejahteraan fisik dan psikologis yang lebih baik.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa objektifikasi diri memiliki hubungan terhadap gangguan kesehatan mental individu. Sebuah studi literatur yang dilakukan oleh Moradi dan Huang (2008) menunjukkan bahwa objektifikasi diri berhubungan dengan lebih rendahnya kesadaran bagian internal tubuh, meningkatnya *body shame*, serta meningkatnya simptom gangguan makan dan depresi pada perempuan dengan etnis dan ras yang berbeda. Penelitian yang dilakukan oleh Swim, et al. (2001) mengindikasikan bahwa perempuan yang mengalami pengalaman seksis atau

diobjektifikasi dalam kehidupan sehari-hari melaporkan bahwa mereka memiliki lebih banyak perasaan marah dan depresi sebagai respon dari pengalaman tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh Tiggemann dan Kuring (2004) menunjukkan bahwa objektivikasi diri berhubungan dengan munculnya simptom-simptom gangguan makan yang dimediasi oleh *body shame* and kecemasan terkait penampilan. Studi yang dilakukan oleh (Vencill, Tebbe, & Garos, 2015) menunjukkan bahwa perilaku pengawasan diri sebagai salah satu aspek dari objektivikasi diri berhubungan secara dengan kecemasan terkait penampilan dan depresi.

World Health Organization (2018) mendefinisikan kesehatan mental sebagai sebuah tingkat *well-being* di mana individu menyadari kemampuannya, mampu mengatasi situasi stress normal dalam hidup, mampu bekerja secara produktif, dan mampu untuk berkontribusi terhadap masyarakat. Kesehatan mental bukan berarti individu terbebas dari gangguan sepenuhnya, melainkan memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan gangguan tersebut. Kesehatan mental yang baik ditandai dengan kemampuan untuk menikmati hidup serta mencapai keseimbangan antara aktivitas sehari-hari dan usaha untuk merespon kesulitan secara positif (Snyder, Lopez, & Pedrotti, 2011). Kesehatan mental juga merupakan faktor yang memengaruhi seberapa baik individu dapat membuat keputusan serta memiliki sumber daya penting dalam dirinya, seperti kepercayaan diri, harga diri, dan harapan (Piotrowski, 2010).

Sayangnya kesehatan mental seringkali diabaikan karena masyarakat cenderung lebih mementingkan kesehatan fisik semata. Hal ini menjadi salah satu faktor yang memicu timbulnya gangguan kesehatan mental. Gangguan kesehatan mental ialah perilaku atau pola mental yang menyebabkan distress signifikan atau gangguan fungsi personal (Bolton, 2008). Gangguan kesehatan mental meliputi depresi, bipolar, skizofrenia dan gangguan psikosis lainnya, demensia, serta gangguan perkembangan. Menurut WHO dan Gulbenkian Foundation (2014), beberapa faktor eksternal yang mempengaruhi kesehatan mental adalah rentang kehidupan, orang tua atau keluarga, komunitas, dan pelayanan. Rentang kehidupan mencakup periode sejak prenatal hingga dewasa akhir serta berkaitan dengan gender. Pengalaman pada masa kecil dan *emerging adulthood* dapat mempengaruhi perkembangan dan kesehatan mental baik secara positif maupun negatif (Miller, et al., 2015).

Gangguan kesehatan mental telah menjadi masalah global dalam satu dekade terakhir. Menurut Global Burden of Disease Study 2017 terdapat 792 juta orang dengan gangguan kesehatan mental di dunia. Riset yang dilakukan oleh Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) pada 2018 menunjukkan bahwa berdasarkan jumlah populasi dunia, 3,76% di antaranya mengalami gangguan kecemasan, 3,4% didiagnosis depresi, 1,4% mengidap gangguan penggunaan alkohol, 0,94% mengalami gangguan penyalahgunaan obat, 0,6% menderita bipolar, 0,25% mengidap skizofrenia, dan 0,21% mengalami gangguan makan. WHO mencatat bahwa pada tahun 2017 Indonesia memiliki 9.162.886 kasus depresi dan 8.114.774 kasus gangguan kecemasan. Jumlah ini mengalami kenaikan apabila dibandingkan dengan Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018 yang menunjukkan bahwa prevalensi terjadinya depresi pada individu dengan usia di atas 15 tahun adalah 6,1% dari jumlah populasi atau 16.280.900 jiwa, sedangkan gangguan mental emosional tercatat berjumlah 9,8% populasi atau 26.156.200 jiwa.

Gangguan kesehatan mental seringkali menjadi masalah pada kelompok usia muda atau *emerging adulthood*. Hasil Global Burden of Disease Study 2017 menunjukkan bahwa berdasarkan jumlah populasi di Indonesia pada tahun 2017 prevalensi gangguan kecemasan pada usia 15-19 tahun adalah 3,49% dan 3,42% pada usia 20-24 tahun, sedangkan prevalensi gangguan makan pada usia 20-24 tahun adalah sebesar 0,31% dan 0,26% pada usia 15-19 tahun. Presentase tersebut cukup tinggi apabila dibandingkan dengan kelompok usia lainnya, terutama pada gangguan makan. Survei yang dilakukan oleh WHO pada tahun 2016 menunjukkan bahwa bunuh diri menjadi penyebab kematian kedua pada rentang usia 15-29 tahun setelah kecelakaan. Terdapat 78.691 kasus bunuh diri pada rentang usia 20-24 tahun dengan 33.046 di antaranya adalah wanita dan 45.646 adalah pria.

DKI Jakarta memiliki angka gangguan kesehatan mental yang cukup besar. Menurut Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, terdapat 6 individu berusia di atas 15 tahun per 1.000 rumah tangga yang menderita depresi di DKI Jakarta. Hal ini cukup besar apabila dibandingkan dengan jumlah penduduk DKI Jakarta yang hanya 10,4 juta jiwa per 2018. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Iqbal dan Roebianto (2020), provinsi DKI Jakarta memiliki skor terendah dalam ketahanan psikologis, yaitu kemampuan mengelola kesehatan mental dalam segi emosi, stres, motivasi

hidup, serta komunikasi dibandingkan dengan provinsi Banten dan Jawa Barat. Penelitian yang dilakukan oleh Matury, Lestari, dan Besral (2018) terhadap 499 mahasiswa menunjukkan bahwa mahasiswa yang berasal dari Jakarta memiliki tingkat depresi dan stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang berasal dari Sumatera dan Jawa serta memiliki kecenderungan mengalami depresi dan kecemasan dua kali lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dari provinsi lain di Indonesia.

Perkembangan teknologi dan tingginya penetrasi terhadap internet di DKI Jakarta menyebabkan tingginya penggunaan media sosial. Menurut data yang dirilis oleh APJII pada tahun 2018 menunjukkan 80,4% penduduk DKI Jakarta telah menggunakan internet. Hal ini juga berdampak pada tingginya paparan terhadap budaya standar tubuh ideal yang marak terjadi di media sosial. Sebagai daerah urban, penampilan menjadi sebuah aspek yang tidak dapat dipisahkan dari gaya hidup masyarakat. Penelitian yang dilakukan oleh (Anderson, Adams, & Plaut, 2008) menunjukkan bahwa masyarakat perkotaan memandang penampilan berperan penting dalam pelihan pribadi, pergaulan, dan kehidupan secara keseluruhan dibandingkan dengan masyarakat pedesaan. Secara umum hal ini menunjukkan pentingnya standar tubuh ideal di DKI Jakarta.

Berdasarkan data yang telah dikemukakan di atas, *emerging adulthood* memiliki prevalensi terhadap gangguan kesehatan mental yang lebih tinggi dibandingkan rentang usia lainnya. *Emerging adult* juga memiliki kecenderungan untuk memfokuskan diri pada penampilan fisik dibandingkan kemampuan personal. Media sosial sebagai sebuah bentuk perkembangan teknologi yang akrab dengan *emerging adult* menyumbang pengaruh terhadap citra tubuh ideal sehingga menjadi budaya yang melekat di masyarakat luas. Penampilan yang tidak sesuai dengan standar media maupun budaya seringkali menimbulkan konsekuensi jugmental dari orang lain berupa tindakan perundungan maupun pelecehan seksual. Hal ini menyebabkan individu melihat diri mereka sebagai objek melalui sudut pandang orang lain atau melakukan objektifikasi diri.

Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya mengungkapkan bahwa objektifikasi diri dianggap berhubungan dengan berbagai gangguan kesehatan mental, seperti depresi dan gangguan kecemasan. Objektifikasi diri merupakan salah satu studi yang cukup baru di Indonesia dan membutuhkan pengembangan lebih lanjut. Beberapa

studi terdahulu cenderung menitikberatkan objektifikasi diri pada perempuan semata, sehingga literatur mengenai objektifikasi diri pada laki-laki menjadi terbatas. Hal ini mendorong minat peneliti untuk mencari tahu lebih lanjut mengenai pengaruh objektifikasi diri terhadap kesehatan mental pada *emerging adulthood* di DKI Jakarta.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah, yaitu sebagai berikut.

- 1.2.1 Bagaimana gambaran kesehatan mental pada *emerging adulthood*?
- 1.2.2 Bagaimana gambaran objektifikasi diri pada *emerging adulthood*?
- 1.2.3 Apakah terdapat pengaruh objektifikasi diri terhadap kesehatan mental *emerging adult*?

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, pokok permasalahan akan dibatasi pada pengaruh antara objektifikasi diri terhadap kesehatan mental pada *emerging adulthood*.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh antara objektifikasi diri terhadap kesehatan mental pada *emerging adulthood*?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh objektifikasi diri terhadap kesehatan mental *emerging adult*.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

Manfaat dari penelitian ini adalah mengetahui gambaran kesehatan mental dan objektifikasi diri pada *emerging adult* dan mengetahui pengaruh objektifikasi diri terhadap kesehatan mental. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat

memberikan dukungan terhadap perkembangan teori objektifikasi sekaligus memberikan wawasan bagi peneliti yang tertarik dengan objektifikasi diri dan kesehatan mental.

1.6.2. Manfaat Praktis

1.6.2.1 Manfaat bagi *Emerging Adult*

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi bagi *emerging adult* mengenai objektifikasi diri dan kesehatan mentalnya, sehingga dapat meningkatkan kesadaran terhadap kesehatan mental diri sendiri maupun individu yang terdapat di sekitarnya.

1.6.2.2 Manfaat bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan wawasan dan pengetahuan mengenai praktik objektifikasi diri serta pengaruhnya terhadap kesehatan mental di masa *emerging adulthood*.

