

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN PENERIMAAN DIRI  
PADA MASA DEWASA AWAL**

**SKRIPSI**

**ERVINA KUMALASARI**

**13.40.0143**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG**

**2017**

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN PENERIMAAN DIRI  
PADA MASA DEWASA AWAL**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang  
untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

**Disusun Oleh :**

**ERVINA KUMALASARI**

**13.40.0143**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SEOGIJAPRANATA  
SEMARANG**

**2017**

## HALAMAN PENGESAHAN

**Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang  
dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal :

6 Oktober 2017

Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas Katolik Soegijapranata

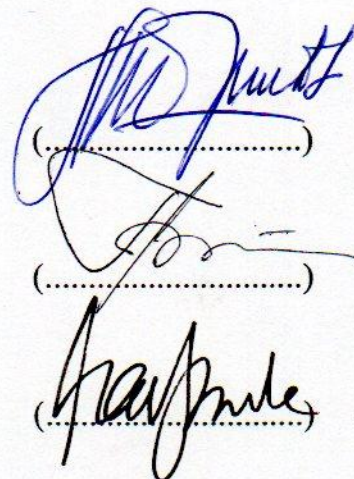
Dekan,



(Dr. M. Sih Setija Utami, M. Kes)

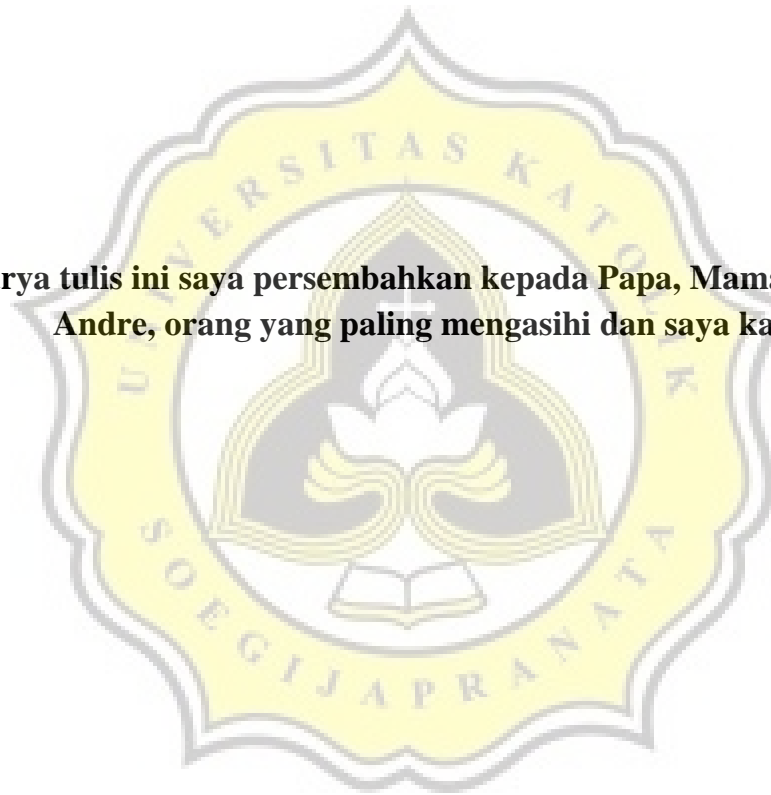
### Dewan Penguji :

1. Drs. Pius Heru Priyanto, M.Si
2. Drs. Y. Sudiantara, Bth., M.S
3. Drs. George Hardjanta, M.Si



## HALAMAN PERSEMBAHAN

**Karya tulis ini saya persembahkan kepada Papa, Mama dan Adik Andre, orang yang paling mengasihi dan saya kasihi.**



## MOTTO

**Hidup hendaknya seperti bunga dandelion.  
Ia hanya hidup sekali, namun setelah itu benihnya terbang untuk  
tumbuh lagi di tempat-tempat baru.  
Dimanapun angin menebarkan benihnya, ia mampu bertahan dan  
tumbuh meskipun di tengah himpitan duri maupun kerikil.  
Hidup adalah tentang memberi dampak positif dimanapun kita  
ditempatkan Tuhan.**

**-ERVN**

## UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan yang telah melimpahkan berkat dan penyertaanNya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Body Image* dengan Penerimaan Diri pada masa Dewasa Awal”.

Penelitian ini disusun guna memenuhi salah satu syarat kelulusan Program Strata I Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Penulis menyadari bahwa selama proses pengerjaan skripsi ini penulis mendapatkan banyak bantuan dan dukungan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Bapak Drs. George Hardjanta, M.Si selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih pula bapak telah menjadi inspirasi bagi penulis dan menjadi *role model* terutama mengenai keteladanan ilmu padi “makin berisi semakin merunduk”.
3. Ibu Lucia Trisni W, S.Psi, M.Si selaku dosen wali yang telah mendamping dan membimbing peneliti selama melaksanakan studi di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

4. Segenap Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah memberikan banyak ilmu yang bermanfaat sehingga memperkaya referensi dalam penelitian skripsi ini.
5. Seluruh staf dan karyawan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah membantu penulis dalam setiap urusan administrasi.
6. Pengurus Komisi Pemuda GKI Peterongan Semarang yang telah memberikan ijin bagi penulis untuk melaksanakan penelitian dan segenap anggota KOMPA yang telah bersedia untuk membantu penulis dalam pengisian skala.
7. Keluarga besar penulis, terkhusus Bapak Eri Budilastono dan Ibu Dwi Retno Setyaningrum sebagai orangtua dan adikku Andre Christian Widyadhana yang selalu mendukung, mencintai dan mendoakan penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan perkuliahan dan tugas akhir dengan baik.
8. Sahabat-sahabatku, Diana, Dwi, Tania, Fena, Fiki, Henny, Kinan, Lena dan Nabiella yang telah menemani dalam suka dan duka selama perkuliahan. Terimakasih atas segala dukungan, semangat dan tawa yang kalian hadirkan. Kita dipersatukan dalam setiap perbedaan yang ada. Mari berjuang bersama untuk masa depan kita.
9. Christian Arya Pratama, terimakasih sudah selalu ada untuk menyemangati dan mendengarkan setiap omelan maupun candaan yang keluar dari mulutku. Terimakasih kamu tidak bosan ada di sampingku.

10. Teman-teman Gratia Choir yang telah berproses bersama dan saling menempa satu sama lain sehingga penulis lebih bertumbuh dan menjadi lebih matang.
11. *Partner* kerja yang menjelma menjadi keluarga, teman-teman Asisten Pusat Psikologi Terapan periode 2017-2018, Ela, Audi, Citya, Cynthia, Mega, Putra, Renny, Rissa, Sisca, Yasmin dan Jojo yang telah memotivasi penulis untuk segera menyelesaikan skripsi.
12. Berbagai pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah mendukung dan memberikan pembelajaran bagi penulis.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari pembaca supaya penulis dapat menyusun penelitian selanjutnya dengan lebih baik.

Semarang, Agustus 2017

Penulis



# HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA MASA DEWASA AWAL

Ervina Kumalasari

13.40.0143

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

## ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *body image* dengan penerimaan diri pada masa dewasa awal. Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah ada hubungan positif antara *body image* dengan penerimaan diri pada masa dewasa awal. Subjek penelitian berjumlah 48 orang dan diambil dengan menggunakan teknik *incidental sampling*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan alat ukur skala, yaitu skala penerimaan diri dan skalabody image. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis dengan teknik korelasi *product moment* dan didapatkan  $r_{xy}$  sebesar 0,637 dengan  $p < 0,01$  yang menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara *body image* dengan penerimaan diri pada masa dewasa awal. Dengan demikian hipotesis penelitian ini diterima.

**Kata kunci :** *Body image*, penerimaan diri

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
ABSTRAKSI.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	13
C. Manfaat Penelitian	
1. Manfaat Teoritis.....	13
2. Manfaat Praktis.....	14
<b>BAB II : TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Penerimaan Diri	
1. Pengertian Penerimaan Diri.....	15
2. Aspek Penerimaan Diri.....	17
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri.....	21
B. <i>Body Image</i>	
1. Pengertian <i>Body Image</i> .....	27

2. Aspek <i>Body Image</i> .....	29
C. Hubungan Antara <i>Body Image</i> dengan Penerimaan Diri pada Masa Dewasa Awal.....	34
D. Hipotesis.....	43

### BAB III : METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian yang Digunakan.....	44
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	45
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	45
D. Subjek Penelitian	
1. Populasi.....	46
2. Teknik Pengambilan Sampel.....	47
E. Metode Pengumpulan Data.....	48
1. Skala Penerimaan Diri.....	49
2. Skala <i>Body Image</i> .....	50
F. Uji Coba Alat Ukur	
1. Uji Validitas Alat Ukur.....	51
2. Uji Reliabilitas Alat Ukur.....	51
G. Metode Analisis Data.....	52

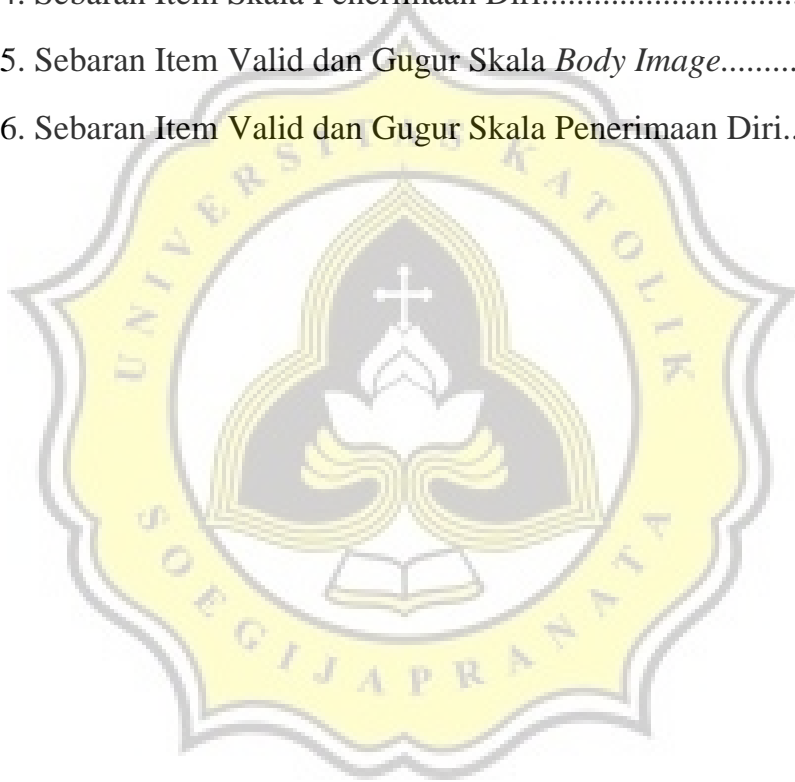
### BAB IV : LAPORAN PENELITIAN

A. Orientasi Kancas Penelitian.....	53
B. Persiapan Penelitian	
1. Penyusunan Alat Ukur.....	54
a. Skala <i>Body Image</i> .....	55
b. Skala Penerimaan Diri.....	55
2. Perijinan Penelitian.....	56

C. Uji Coba Alat Ukur.....	57
1. Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Body Image</i> .....	57
2. Validitas dan Reliabilitas Skala Penerimaan Diri.....	58
D. Pelaksanaan Penelitian.....	59
<b>BAB V : HASIL PENELITIAN</b>	
A. Hasil Penelitian.....	62
1. Uji Asumsi.....	62
a. Uji Normalitas	
1) <i>Body Image</i> .....	62
2) Penerimaan Diri.....	62
b. Uji Linieritas.....	63
2. Uji Hipotesis.....	63
B. Pembahasan.....	64
<b>BAB VI : PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	70
B. Saran.....	70
DAFTAR PUSTAKA.....	72
LAMPIRAN.....	75

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blue Print</i> Skala Penerimaan Diri.....	49
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala <i>Body Image</i> .....	50
Tabel 3. Sebaran Item Skala <i>Body Image</i> .....	55
Tabel 4. Sebaran Item Skala Penerimaan Diri.....	56
Tabel 5. Sebaran Item Valid dan Gugur Skala <i>Body Image</i> .....	58
Tabel 6. Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Penerimaan Diri.....	59



## DAFTAR LAMPIRAN

A. Skala Penelitian.....	75
A-1 Skala <i>Body Image</i> .....	77
A-2 Skala Penerimaan Diri.....	79
B. Data Uji Coba.....	81
B-1 Data Uji Coba Skala <i>Body Image</i> .....	82
B-2 Data Uji Coba Skala Penerimaan Diri.....	86
C. Uji Coba Skala Penelitian.....	90
C-1 Uji Coba Skala <i>Body Image</i> .....	91
C-2 Uji Coba Skala Penerimaan Diri.....	97
D. Data Penelitian.....	101
D-1 Data Variabel <i>Body Image</i> .....	102
D-2 Data Variabel Penerimaan Diri.....	106
E. Uji Asumsi.....	110
E-1 Uji Normalitas Distribusi.....	111
E-2 Uji Linieritas Hitungan.....	113
F. Uji Hipotesis.....	115
G. Surat Perijinan.....	117
G-1 Surat Permohonan Ijin Penelitian.....	118
G-2 Surat Keterangan Penelitian.....	119