

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DENGAN HARGA DIRI PADA
PEREMPUAN *EMERGING ADULT***

SKRIPSI

Esterrina Symeni Harumingtyas

18.E1.0266



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

SEMARANG

2022

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DENGAN HARGA DIRI PADA
PEREMPUAN *EMERGING ADULT***

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi Sebagian dari
Syarat-Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Esterrina Symeni Harumingtyas

18.E1.0266



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

SEMARANG

2022

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Esterrina Symeni Harumingtyas

NIM : 18.E1.0266

Progdi / Konsentrasi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa Laporan Tugas Akhir dengan judul Hubungan Antara Citra Tubuh dengan Harga Diri Pada Perempuan *Emerging Adult* tersebut bebas plagiasi. Akan tetapi bila terbukti melakukan plagiasi maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Semarang, 9 mei 2022

Yang menyatakan,



Esterrina Symeni Harumingtyas

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Dan Diterima Untuk
Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada tanggal

9 Mei 2022

Mengesahkan

Ketua Program Studi Sarjana Psikologi

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



Suparmi, M.Si)

Dewan Penguji

Pembimbing Utama

(Dr. Christin Wibhowo, M.Si)

(Damasia Linggarjati Novi P., S.Psi., MA)

(Kuriake Kharismawan, S.Psi., M.Si)

(Dr. Christin Wibhowo, M.Si)

**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN
AKADEMIS**

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Esterrina Symeni Harumingtyas

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Laporan Tugas Akhir Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah berjudul "Hubungan Antara Citra Tubuh dengan Harga Diri Pada Perempuan *Emerging Adult*" beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata Semarang berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 9 Mei 2022

Yang menyatakan



Esterrina Symeni Harumingtyas

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yesus, karena atas berkat dan kasih-Nya, penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Hubungan Antara Citra Tubuh dengan Harga Diri pada Perempuan Emerging Adult”. Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang telah membantu dan memberi dukungan selama proses penyusunan skripsi ini:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah memberikan izin penelitian kepada penulis.
2. Dr. Christin Wibhowo, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing utama yang telah memberi bimbingan selama proses penulisan skripsi.
3. Dra. Sri Sumijati, M.Si selaku wali dosen penulis dalam kelas 04 angkatan 2018 yang telah membantu proses kelancaran skripsi.
4. Ibu Damasia Linggarjati Novi P., S.Psi., MA selaku dosen penguji yang telah memberi masukan saat sidang proposal
5. Papa dan Mama dari penulis yang senantiasa memberikan doa, penguatan, dukungan moral dan material yang sangat berarti
6. Kak Yobelta, Kak Prisca, dan Kak Deppi selaku kakak-kakak dari penulis yang setia memberikan dukungan doa, moral, serta material yang tiada henti
7. Abdiel Siswanto selaku pacar dari penulis yang telah bersedia menyediakan waktu untuk membagikan perspektifnya kepada penulis terkait penyusunan

tugas akhir, memberikan dukungan moral, serta kesediaan menjadi tempat berbagi cerita

8. Kelompok Pringsewu yang selalu memberikan penguatan dan menjadi tempat penulis berbagi cerita
9. Kak Aloysia yang telah bersedia membantu membuka perspektif penulis dalam penyusunan tugas akhir ini
10. Kak Erika yang senantiasa bersedia memberikan bantuan moral bagi penulis tiap saat
11. Ruben Adventa, Raiyana Diki, Amadeus Anggit, Mozart, dan Dhimas Kurnia yang selalu memberikan semangat dan dukungan kepada penulis
12. Kak Kezia Milnea yang baik hati dan selalu cepat dalam merespon setiap pertanyaan penulis terkait pengurusan berkas skripsi

Semarang, 9 Mei 2022

Yang menyatakan



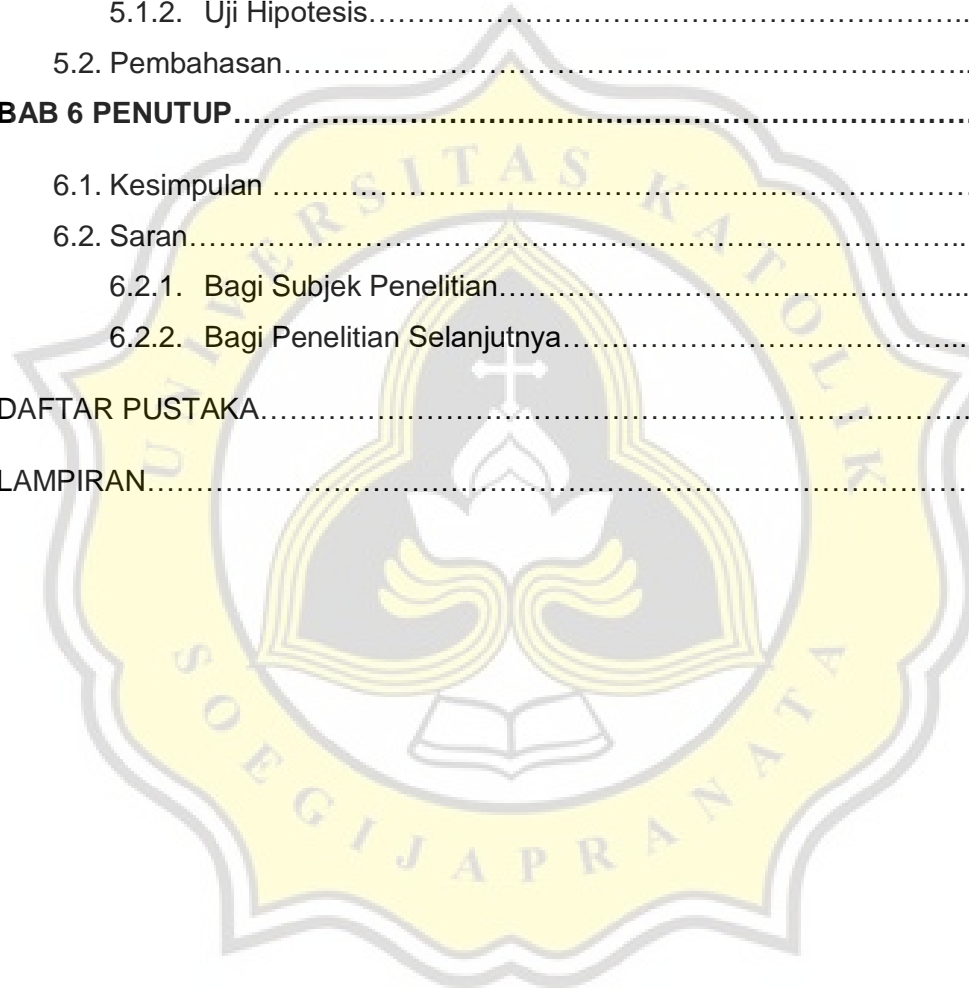
Esterrina Symeni Harumingtyas

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Pernyataan Orisinalitas.....	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Halaman Pernyataan Publikasi.....	iv
Ucapan Terima Kasih.....	v
Daftar Isi.....	vii
Daftar Tabel.....	x
Daftar Lampiran.....	xi
Abstrak.....	xii
Abstract.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Tujuan Penelitian.....	8
1.3. Manfaat Penelitian.....	8
1.3.1. Manfaat Teoritis.....	8
1.3.2. Manfaat Praktis.....	9
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1. Harga Diri Pada Perempuan <i>Emerging Adult</i>	10
2.1.1. Definisi Harga Diri Pada Perempuan <i>Emerging Adult</i>	10
2.1.2. Aspek Harga Diri.....	13
2.1.3. Faktor yang Mempengaruhi Harga Diri.....	15
2.2. Citra Tubuh.....	19
2.2.1. Definisi Citra Tubuh.....	19

2.2.2. Aspek Citra Tubuh.....	21
2.3. Hubungan Antara Citra Tubuh dengan Harga Diri pada Perempuan <i>Emerging Adult</i>	24
2.4. Hipotesis.....	30
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	31
3.1. Metode Penelitian yang Digunakan.....	31
3.2. Identifikasi Variabel Penelitian.....	32
3.3. Definisi Operasional Variabel.....	32
3.3.1. Citra Tubuh.....	32
3.3.2. Harga Diri.....	32
3.4. Subjek Penelitian.....	33
3.4.1. Populasi.....	33
3.4.2. Sampling.....	33
3.5. Metode Pengumpulan Data.....	33
3.5.1. Alat Pengumpulan Data.....	33
3.5.2. Skoring Skala.....	34
3.5.3. <i>Blueprint</i> Skala Penelitian.....	34
3.6. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	36
3.6.1. Validitas Alat Ukur.....	36
3.6.2. Reliabilitas Alat Ukur.....	36
3.7. Metode Analisis Data.....	37
BAB 4 PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA PENELITIAN.....	38
4.1. Orientasi Kancah Penelitian.....	38
4.2. Persiapan Penelitian.....	39
4.2.1. Penyusunan Alat Ukur.....	39
4.2.2. Perizinan Penelitian.....	41
4.3. Pelaksanaan Penelitian.....	41
4.4. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	43
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46

5.1. Hasil Penelitian.....	46
5.1.1. Uji Asumsi.....	46
5.1.1.1 Uji Normalitas.....	46
5.1.1.2 Uji Linieritas.....	47
5.1.1.3 Uji Statistik Deskriptif.....	47
5.1.2. Uji Hipotesis.....	52
5.2. Pembahasan.....	53
BAB 6 PENUTUP.....	59
6.1. Kesimpulan	59
6.2. Saran.....	59
6.2.1. Bagi Subjek Penelitian.....	59
6.2.2. Bagi Penelitian Selanjutnya.....	60
DAFTAR PUSTAKA.....	61
LAMPIRAN.....	72



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Skala Harga Diri.....	34
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Citra Tubuh.....	35
Tabel 4.1 Sebaran Item Skala Harga Diri.....	40
Tabel 4.2 Sebaran Item Skala Citra Tubuh.....	40
Tabel 4.3 Sebaran Item Valid dan Gugur Pada Skala Harga Diri.....	43
Tabel 4.4 Sebaran Item Valid dan Gugur Pada Skala Citra Tubuh.....	44
Tabel 5.1 Statistik Deskriptif Umur Subjek Penelitian.....	47
Tabel 5.2 Statistik Deskriptif Status Subjek Penelitian.....	48
Tabel 5.3 Statistik Deskriptif Domisili Subjek Penelitian.....	47
Tabel 5.4 Kategorisasi Harga Diri Perempuan Emerging Adult.....	50
Tabel 5.5 Kategorisasi Citra Tubuh Perempuan Emerging Adult.....	51
Tabel 5.6 Statistik Deskriptif Indeks Massa Tubuh (IMT) Subjek Penelitian...	51
Tabel 5.7 Hasil Uji Korelasi Aspek-Aspek Citra Tubuh dan Harga Diri.....	52

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A. Skala Penelitian	73
Lampiran A.1. Skala Harga Diri	74
Lampiran A.2. Skala Citra Tubuh	85
LAMPIRAN B. Data Uji Coba	92
Lampiran B.1. Data Uji Coba Skala Harga Diri	93
Lampiran B.2. Data Uji Coba Skala Citra Tubuh.....	105
LAMPIRAN C. Validitas dan Reliabilitas	117
Lampiran C.1. Validitas dan Reliabilitas Skala Harga Diri.....	118
Lampiran C.2. Validitas dan Reliabilitas Skala Citra Tubuh	121
LAMPIRAN D. Data Penelitian	126
Lampiran D.1. Data Penelitian Skala Harga Diri.....	127
Lampiran D.2. Data Penelitian Skala Citra Tubuh.....	139
LAMPIRAN E. Uji Asumsi.....	151
Lampiran E.1. Uji Normalitas.....	152
Lampiran E.2. Uji Linieritas.....	154
LAMPIRAN F. Uji Hipotesis.....	157
LAMPIRAN G. Surat-Surat Penelitian.....	159
Lampiran G.1. Surat Izin Penelitian.....	159
LAMPIRAN F. Screenshot Poster Skala Penelitian di IG Story... ..	162
Lampiran F.1. Screenshot Poster Skala Penelitian di IG Story... ..	163

HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DENGAN HARGA DIRI PADA PEREMPUAN *EMERGING ADULT*

Esterrina Symeni Harumingtyas

18.E1.0026

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata

Semarang

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan harga diri pada perempuan *emerging adult*. Hipotesis penelitian ini yaitu ada hubungan positif antara citra tubuh dengan harga diri pada perempuan *emerging adult*. Penelitian ini melibatkan 276 subjek yang dipilih menggunakan teknik *snowball*, dengan kriteria perempuan berusia 18-25 tahun. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Harga Diri dan Skala Citra Tubuh yang telah teruji validitas maupun reliabilitasnya. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data yaitu korelasi *product moment* oleh Pearson. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara citra tubuh dengan harga diri ($r=0.550$, $p<0.001$). Oleh sebab itu, hipotesis penelitian ini pun diterima, sehingga kesimpulan yang didapat adalah ada hubungan positif antara citra tubuh dengan harga diri pada perempuan *emerging adult*. Artinya, semakin positif citra tubuh, maka semakin tinggi harga diri yang dimiliki perempuan *emerging adult*, begitu pula sebaliknya.

Kata kunci: citra tubuh, harga diri, perempuan *emerging adult*

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND SELF-ESTEEM AMONG EMERGING ADULT WOMEN

Esterrina Symeni Harumingtyas

18.E1.0026

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata

Semarang

ABSTRACT

This research wants to find out the relationship between body image and self-esteem among emerging adult women. The hypothesis of this research is there is a positive relationship between body image and self-esteem among emerging adult women. This research involved 276 subjects that were selected using snowball sampling technique, and the criteria is women around 18-25 years old. The measuring instruments that are used in this research are Self-Esteem Scale and Body Image Scale which have been tested for the validity and reliability. This research used a data analysis technique named product moment correlation by Pearson. The result is there is a positive relationship between body image and self-esteem ($r=0.550$, $p<0.001$). The hypothesis of this research is accepted, so the conclusion is there is a positive relationship between body image and self-esteem among emerging adult women. It means, the more positive body image, the higher self-esteem on emerging adult women, and vice versa.

Keywords: body image, self-esteem, emerging adult women