

**HUBUNGAN *GRATITUDE* DENGAN *BODY IMAGE*  
PADA REMAJA AKHIR PUTRI**

SKRIPSI

Obed Pwiyii

18.E1.0003



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2023

# **HUBUNGAN *GRATITUDE* DENGAN *BODY IMAGE* PADA REMAJA AKHIR PUTRI**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk  
memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Obed Pwiyii  
18.E1.0003



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2023**

## HALAMAN PENGESAHAN

### 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

14 Maret 2023

Mengesahkan

Ketua Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



(Bra. Sri Sumijati, M.Si.)

Dewan Penguji

Pembimbing Utama

(Dra. Sri Sumijati, M.Si.)

(Dr. A. Rachmad Djati Winarno, M.S.)

(Damasia Linggarjati Novi P., S.Psi., M.A.)

(Dra. Sri Sumijati, M.Si.)

Scanned by TapScanner

## PERNYATAAN ORIGINALITAS

### PERNYATAAN

Saya dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.

Semarang, 18 Februari 2023

Yang menyatakan,



Obed Pwiyii

18.E1.0003



Scanned by TapScanner

**PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Obed Pwiyii

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 *Gratitude* dengan *Body Image* pada Remaja Akhir Putri” 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, 18 Februari 2023

Yang menyatakan,



Obed Pwiyii



## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas hikmah dan berkat yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada banyak pihak yang telah membantu dan mendukung selama proses penyusunan skripsi ini, kepada:

1. Dr. Kristiana Haryanti, M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Dra. Sri Sumijati, M.Si. selaku Kepala Program Studi Sarjana Psikologi yang telah memberikan izin dalam penelitian dan juga selaku dosen pembimbing yang sangat peduli, membantu dan sabar dalam mengarahkan penulis dalam proses pengerjaan skripsi
3. Dosen Wali penulis, Widawati Hapsari, S.Psi, M.Si yang telah memberikan arahan selama masa perkuliahan.
4. Dr. A. Rachmad Djati Winarno, M.S. sebagai penguji sidang proposal dan akhir yang telah memberikan kritik, saran dan mengarahkan penulis untuk memperbaiki.
5. Damasia Linggarjati Novi P. ,S.Psi., M.A. sebagai penguji sidang skripsi yang telah memberikan saran bagi penulis.
6. Seluruh Dosen Pengajar Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah memberikan pengetahuan kepada penulis hingga akhir masa studi dan tentu akan sangat berguna serta menjadi bekal masa depan
7. Seluruh Staf Tenaga Kependidikan Universitas Katolik Soegijapranata baik pihak tata usaha fakultas maupun pihak perpustakaan yang telah membantu peneliti dalam mengurus segala kebutuhan administrasi yang dibutuhkan peneliti.

8. Seluruh partisipan atas kesedian waktu dan niat yang diberikan untuk mengisi skala penelitian.
9. Kedua orang tua penulis yang dihormati karena telah mengizinkan penulis untuk menyelesaikan studi perguruan tinggi selama ini di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
10. Secara khusus kepada abang penulis Raden Sunu Prayoga yang sudah bersedia membiayai penulis dari awal hingga akhir perkuliahan dan dukungan yang selalu diberikan untuk tetap semangat.
11. Kho Amoi, nenek penulis yang tercinta yang sudah mendukung dan memberikan motivasi agar lebih rajin dan terus berjuang.
12. Kakak-Abang penulis, yang berusaha selalu ada untuk mendengarkan curahan keluh kesah dan membantu di kala susah.
13. Seluruh keluarga besar (Kakak, Abang, Tante, Om, Adik) peneliti yang selalu menguatkan dan memberikan motivasi agar terus semangat dari awal hingga akhir perkuliahan dan penyusunan skripsi.
14. Chavien Ari Darmawan sebagai pacar penulis yang sudah menemani, sabar dalam menghadapi penulis dan memberikan dukungan selama proses pembuatan skripsi agar dapat segera diselesaikan.
15. Teman-teman peneliti (Monica Adelia, Irine Yordany, Dominikus Aditya, Melania Inggar, Luluk Maula, Wennidea Febrianty, Corika Gamas) yang telah bersedia membantu dan mengarahkan peneliti ketika peneliti mengalami kesulitan.
16. Keluarga besar Berijalan (Mami Sri, Agatha Ita, Didit Riadi, Gabriella dan teman-teman lainnya) yang telah memberikan

kesempatan magang sambil mengerjakan skripsi dan dukungan yang terus diberikan agar tidak menyerah.

17. Seluruh pihak yang telah membantu namun tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, terima kasih atas segala doa dan dukungannya kepada penulis selama proses mengerjakan skripsi ini.

Semarang, 18 Februari 2023



Obed Pwiyii





## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN ORIGINALITAS.....	iii
PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	iv
UCAPAN TERIMAKASIH.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB 1.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Tujuan Penelitian.....	10
1.3 Manfaat Penelitian.....	10
BAB 2.....	12
2.1 <i>Body image</i> pada Remaja Putri.....	12
2.2 Gratitude.....	21
2.3 Hubungan antara <i>Gratitude</i> dengan <i>Body Image</i> pada Remaja Akhir Putri.....	26
2.4 Hipotesis.....	32
BAB 3.....	33
3.1 Metode Penelitian.....	33
3.2 Jenis Penelitian.....	33
3.3 Identifikasi Variabel Penelitian.....	33
3.4 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	34
3.5 Populasi dan Sampling.....	35
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	35
3.7 Validitas dan Reliabilitas.....	37
3.8 Metode Analisis Data.....	38
BAB 4.....	39
4.1 Orientasi Kancan.....	39
4.2 Persiapan Pengumpulan Data Penelitian.....	39
4.3 Pelaksanaan Pengumpulan Data Penelitian.....	42
4.4 Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	43
BAB 5.....	46
5.1 Hasil Penelitian.....	46
5.2 Pembahasan.....	48

5.3 Keterbatasan Penelitian.....	50
BAB 6 .....	51
6.1 Kesimpulan.....	51
6.2 Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA.....	52
LAMPIRAN .....	57



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blue Print skala Body Image ada remaja akhir putri .....	37
Tabel 3. 2 Blue print skala Gratitude .....	37
Tabel 4.1. Sebaran Item Skala Body Image .....	41
Tabel 4. 2. Sebaran Item Skala Gratitude .....	41
Tabel 4. 3 Penyebaran item valid dan gugur pada skala <i>Body Image</i> .....	44
Tabel 4. 4 Penyebaran item valid dan gugur pada skala Gratitude .....	45



## DAFTAR LAMPIRAN

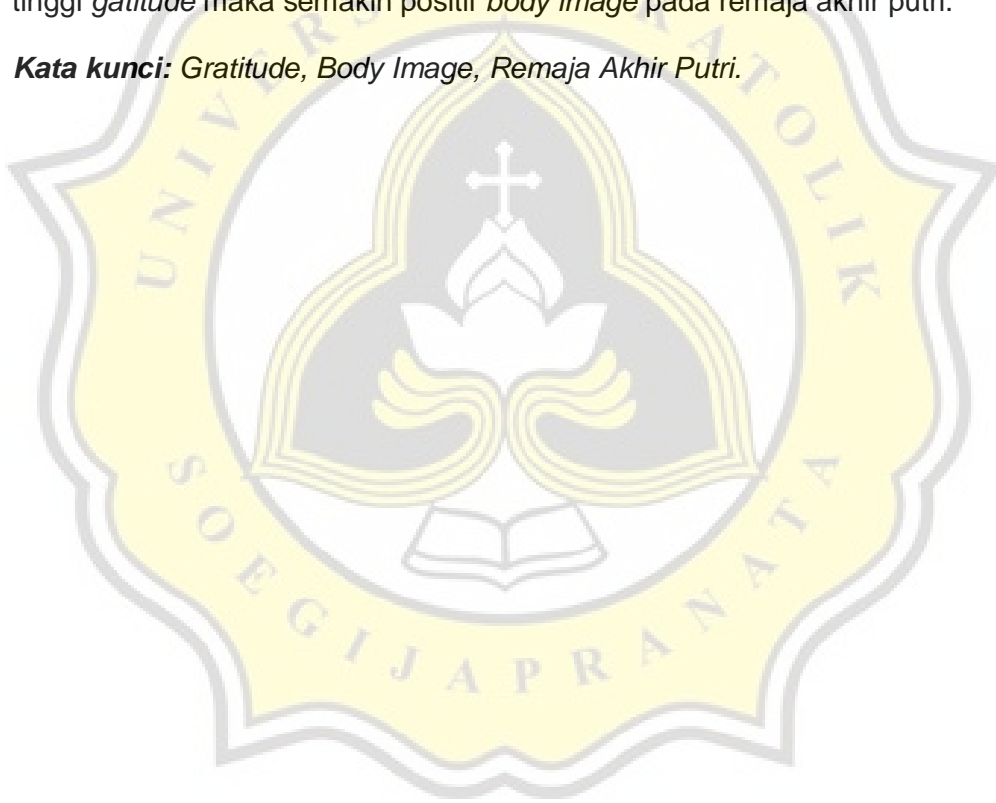
<b>LAMPIRAN A SKALA PENELITIAN .....</b>	<b>58</b>
A- 1 SKALA BODY IMAGE PADA REMAJA AKHIR PUTRI .....	61
A- 2 SKALA GRATITUDE .....	66
<b>LAMPIRAN B IDENTITAS RESPONDEN .....</b>	<b>70</b>
B- 1 Kategori Usia Responden.....	71
B- 2 Asal Kota Responden.....	71
<b>LAMPIRAN C HASIL DATA SKALA.....</b>	<b>72</b>
C 1 HASIL DATA SKALA BODY IMAGE PADA REMAJA AKHIR PUTRI..	73
C 2 HASIL DATA SKALA GRATITUDE.....	75
<b>LAMPIRAN D HASIL UJI ALAT UKUR.....</b>	<b>77</b>
D 1 HASIL UJI VALIDITAS .....	78
D 2 HASIL UJI VALIDITAS .....	82
<b>LAMPIRAN E HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>84</b>
E 1 HASIL UJI NORMALITAS.....	85
E 2 HASIL UJI LINEARITAS.....	87
<b>LAMPIRAN F UJI HIPOTESIS .....</b>	<b>89</b>
F 1 HASIL UJI NORMALITAS.....	90
<b>LAMPIRAN G SURAT-SURAT PENELITIAN.....</b>	<b>91</b>
G 1 Surat Izin Penelitian .....	92
G 2 Surat Bukti Penelitian.....	93
G 3 Bukti Antiplagiasi.....	94



## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empirik hubungan antara *gratitude* dengan *body image* pada remaja akhir putri. Hipotesis penelitian ini terdapat hubungan positif antara *gratitude* dengan *body image* pada remaja akhir putri. Subjek penelitian ini adalah remaja akhir putri dengan usia 18-22 tahun. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif-korelasional. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan *google form* dengan menggunakan teknik *sampling accidental* dan *snowball*. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 193 responden. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini ialah Skala *Gratitude* dan Skala *Body Image*. Metode analisis data yang digunakan adalah teknik korelasi *Spearman*. Hasil uji hipotesis pada penelitian ini menunjukkan bahwa koefisien korelasi  $r_{xy}=0,332$  dengan  $p=0,00$  ( $p<0,05$ ), artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara *gratitude* dan *body image* pada remaja akhir putri sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Dengan demikian disimpulkan bahwa semakin tinggi *gratitude* maka semakin positif *body image* pada remaja akhir putri.

**Kata kunci:** *Gratitude, Body Image, Remaja Akhir Putri.*



## **ABSTRACT**

This study aims to empirically determine the relationship between gratitude in late adolescent girls body image. The hypothesis in this study is that there is a positive relationship between gratitude and body image in late adolescent girls. The research subjects were late adolescent girls aged 18-22 years. The research using quantitative-correlational methods. Data collection in this study used a Google form with sampling accidental and snowball technique. The number of subjects in this study were 193 respondents. Measuring tools used in this study using the Gratitude Scale and Body Image in Late Adolescent Girls Scale. The data analysis method used is the Spearman Correlation. The results if hypothesis testing in this study show that the correlation coefficient is  $r_{xy}=0,332$  with  $p=0.000$  ( $p<0,05$ ), means that there is a significant positive relationship between gratitude and body image in adolescent girls so it can be concluded that the hypothesis in this study is accepted. It can be concluded that the higher gratitude the more positive the body image is in late adolescent girls.

**Keyword:** Gratitude, Body Image, Late Adolescent Girls.

