

**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN *SELF ESTEEM* PADA MAHASISWI FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS TRISAKTI YANG MELAKUKAN DIET**

**SKRIPSI**

**Oleh:  
Gina Tresna Asih  
201410515017**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA  
2018**

## LEMBAR PERSETUJUAN

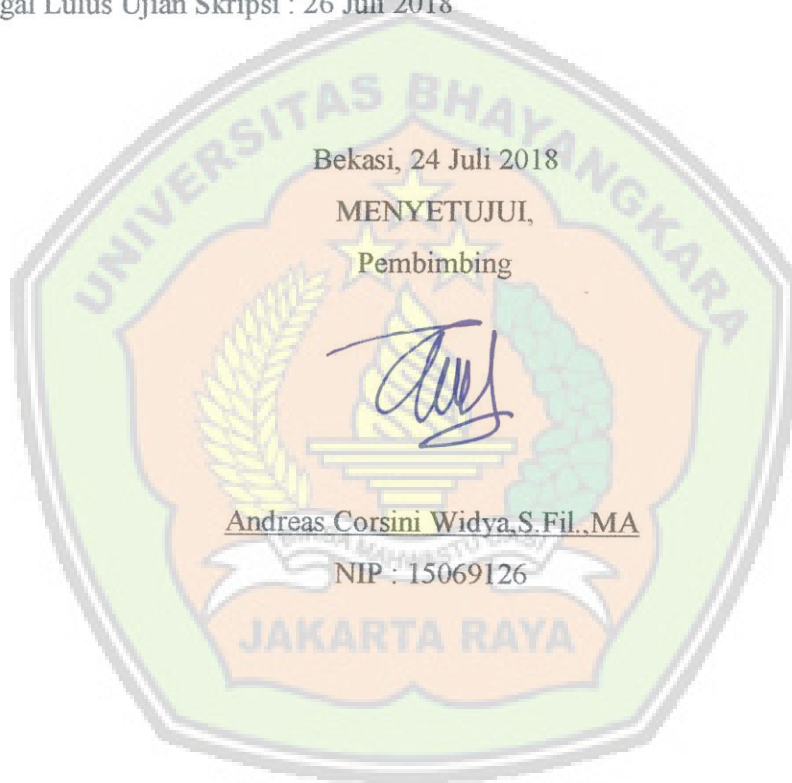
Judul Skripsi : Hubungan Antara *Body Image* dengan *Self Esteem*  
Pada Mahasiswi Fakultas Ekonomi Dan Bisnis  
Universitas Trisakti yang Melakukan Diet

Nama Mahasiswa : Gina Tresna Asih

Nomor Pokok Mahasiswa : 201410515017

Program Studi / Fakultas : Psikologi / Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 26 Juli 2018



## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara *Body Image* dengan *Self Esteem*  
Pada Mahasiswi Fakultas Ekonomi Dan Bisnis  
Universitas Trisakti yang Melakukan Diet

Nama Mahasiswa : Gina Tresna Asih

Nomor Pokok Mahasiswa : 201410515017

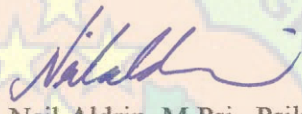
Program Studi / Fakultas : Psikologi / Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 26 Juli 2018

Bekasi, 26 Juli 2018

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji

  
Dr. Neil Aldrin, M.Psi., Psikolog

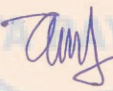
NIP : 1705284

Penguji I

  
Yulia Fitriani, S.Psi., MA

NIP : 051503023

Penguji II

  
Andreas Corsini Widya, S.Fil., MA

NIP : 15069126

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi

Psikologi



Yunike Balsa Rhapsodia, M. Psi., Psikolog

NIP : 1801316

Dekan

Fakultas Psikologi



Dr. Neil Aldrin, M.Psi., Psikolog

NIP : 1705284

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa :

Skripsi yang berjudul Hubungan Antara *Body Image* dengan *Self Esteem* Pada Mahasiswi Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Trisakti yang Melakukan Diet ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan di foto copy melalui Perpustakaan Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikan melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Bekasi, 26 Juli 2018

Yang membuat pernyataan,



Gina Tresna Asih

201410515017

## ABSTRAK

GINA TRESNA ASIH 201410515017. Hubungan Antara *Body Image* dengan *Self Esteem* Pada Mahasiswi Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Trisakti yang Melakukan Diet.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Antara *Body Image* dengan *Self Esteem* Pada Mahasiswi Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Trisakti yang Melakukan Diet. Metode yang dipergunakan adalah metode kuantitatif. Tempat penelitian di Universitas Trisakti dan populasinya adalah Mahasiswi Fakultas Ekonomi dan Bisnis. Tehnik pengambilan sampel menggunakan Tehnik *non probability sampling* yang dipilih yaitu *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah Mahasiswi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Trisakti yang berjumlah 77 orang. Tehnik pengumpulan data menggunakan angket. Alat ukur yang digunakan adalah skala *Body Image* dan Skala *Self Esteem* yang dibuat berdasarkan sakala *Likert*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa diperoleh korelasi sebesar 0.347 dengan taraf signifikansi (p) 0.002 ( $p > 0.05$ ), artinya terdapat hubungan positif dan signifikan antara *body image* dengan *self esteem* mahasiswi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Trisakti.

Kata kunci : *Body Image, Self Esteem, Mahasiswi*

## **ABSTRACT**

GINA TRESNA ASIH 201410515017. Relationship Between Body Image with Self Esteem On Student Faculty of Economics And Business Trisakti University Doing Diet.

This study aims to determine the relationship between Body Image with Self Esteem On Student Faculty of Economics and Business Trisakti University Doing Diet. The method used is quantitative method. The place of research at Trisakti University and its population is the student of the Faculty of Economics and Business. Sampling technique using Non probability sampling technique chosen is purposive sampling. The sample in this research is student of Trisakti University Faculty of Economics and Business which amounted to 77 people. Data collection techniques used questionnaires. The measuring instrument used is the scale of Body Image and Self Esteem Scale which is made based on Likert sakala. The results showed that the correlation was 0.347 with significance level (p) 0.002 ( $p > 0.05$ ), meaning that there is a positive and significant relationship between body image and self esteem student of Faculty of Economics and Business of Trisakti University.

Keywords: Body Image, Self Esteem, Student



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena hanya dengan berkat rahmat-Nya dan karunia yang dilimpahkan-Nya peneliti mampu menyelesaikan Skripsi ini. Skripsi ini dibuat guna memenuhi sebagian dari syarat-syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Dalam menyusun laporan kerja praktek lapangan, penulis memperoleh bimbingan pengarahan dan saran-saran dari berbagai pihak, dan dengan segala kerendahan hati peneliti menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Neil Aldrin, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi
2. Bapak Erik Saut H Hutahaean. S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing Akademik
3. Bapak Andreas Corsini Widya, S.Fil., MA selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan bimbingan, arahan dan waktunya kepada peneliti selama proses pembuatan skripsi berlangsung hingga selesai.
4. Keluarga, teman-teman kosan, teman-teman kerja dan atasan di kantor yang selalu memberikan semangat, motivasi, perhatiannya dan doanya untuk menyelesaikan skripsi kepada peneliti.

Menyadari masih adanya kekurangan dalam penulisan skripsi ini, baik dari segi materi maupun bahasanya, maka peneliti dengan senang hati menerima segala kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca agar peneliti dapat berkarya lebih baik dimasa mendatang. Akhir kata peneliti persembahkan skripsi ini dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi kita semua, amin.

Bekasi, 26 Juli 2018



Gina Tresna Asih

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>IX</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>.....</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	12
1.3 Batasan Masalah .....	12
1.4 Tujuan Penelitian .....	12
1.5 Manfaat Penelitian.....	12
1.6 Keaslian Penelitian.....	13
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>.....</b>
2.1 <i>SELF ESTEEM</i> .....	15
2.1.1 Definisi <i>Self Esteem</i> .....	15
2.1.2 Aspek-Aspek <i>Self Esteem</i> .....	16
2.1.3 Faktor-Faktor yang mempengaruhi <i>Self Esteem</i> .....	17
2.2 <i>BODY IMAGE</i> .....	19
2.2.1 Definisi <i>Body Image</i> .....	19
2.2.2 Aspek-Aspek <i>Body Image</i> .....	20
2.2.3 Faktor-Faktor yang mempengaruhi <i>Body Image</i> .....	21
2.3 Diet .....	23
2.3.1 Definisi Diet .....	23



2.3.2	Jenis-Jenis Diet .....	24
2.4	Mahasiswi.....	25
2.4.1	Definisi Mahasiswi .....	25
2.5	Hubungan Antara <i>Body Image</i> dengan <i>Self Esteem</i> Pada Mahasiswi Universitas Trisakti yang Aktif Melakukan Diet .....	26
2.6	Hipotesis .....	28

### **BAB III METODE PENELITIAN .....**

3.1	Tipe Penelitian.....	30
3.2	Identifikasi Variabel Penelitian.....	30
3.3	Definisi Operasional.....	31
3.3.1	<i>Body Image</i> .....	31
3.3.2	<i>Self Esteem</i> .....	31
3.4	Subjek Penelitian .....	32
3.5	Teknik Pengumpulan Data .....	33
3.5.1	Instrumen Penelitian.....	34
3.5.1.1	Skala <i>Self Esteem</i> .....	35
3.5.1.2	Skala <i>Body Image</i> .....	36
3.6	Validitas dan Reliabilitas .....	37
3.6.1	Validitas .....	37
3.6.2	Reliabilitas .....	40
3.7	Hasil Analisis Instrumen .....	41
3.7.1	Uji Validitas Instrumen .....	41
3.7.1.1	Uji Skala <i>Self Esteem</i> .....	41
3.7.1.2	Uji Skala <i>Body Image</i> .....	43
3.7.2	Uji Reliabilitas .....	44
3.7.2.1	Uji Reliabilitas Skala <i>Self Esteem</i> .....	44
3.7.2.2	Uji Reliabilitas Skala <i>Body Image</i> .....	45

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....**

4.1	Gambaran Konteks atau Ruang Lingkup Penelitian.....	46
-----	---	----

4.2	Pelaksanaan Penelitian.....	46
4.2.1	Persiapan penelitian .....	46
4.2.2	Pelaksanaan penelitian .....	46
4.3	Hasil Penelitian .....	47
4.3.1	Kategorisasi Subjek Penelitian .....	47
4.3.1.1	Kategorisasi <i>Self Esteem</i> .....	47
4.3.1.2	Kategorisasi <i>Body Image</i> .....	49
4.3.2	Uji Hipotesis .....	51
4.3.2.1	Uji Normalitas .....	51
4.3.2.2	Uji Linieritas .....	52
4.3.2.3	Uji Korelasi .....	53
4.4	Pembahasan .....	54
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>		
5.1	Kesimpulan .....	55
5.2	Saran.....	55
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>57</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>		

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kerangka Penelitian <i>Body Image</i> dengan <i>Self Esteem</i> .....	28
Tabel 3.1 <i>Blue Print Self Esteem</i> Sebelum Uji Coba.....	35
Tabel 3.2 <i>Blue Print Body Image</i> Sebelum Uji Coba.....	36
Tabel 3.3 Klasifikasi Indeks Daya Beda Item.....	39
Tabel 3.4 Klasifikasi Skor Reliabilitas <i>Cronbach Alpha</i> .....	40
Tabel 3.5 <i>Blue Print Self Esteem</i> Setelah Uji Coba.....	41
Tabel 3.6 <i>Blue Print Body Image</i> Sebelum Uji Coba.....	43
Tabel 3.7 <i>Reliability Self Esteem</i> .....	44
Tabel 3.8 <i>Reliability Body Image</i> .....	45
Tabel 4.1 <i>Descriptive Statistic</i> .....	48
Tabel 4.2 <i>Mean Self Esteem</i> .....	48
Tabel 4.3 Kategorisasi Sampel Penelitian <i>Self Esteem</i> .....	49
Tabel 4.4 <i>Descriptive Statistic</i> .....	50
Tabel 4.5 <i>Mean Body Image</i> .....	50
Tabel 4.6 Kategorisasi Sampel Penelitian <i>Body Image</i> .....	51
Tabel 4.7 <i>One-Sampel Kolmogrov-Smirnof Tes</i> .....	51
Tabel 4.8 Linieritas.....	52
Tabel 4.9 Korelasi Skala <i>Body Image</i> dengan <i>Self Esteem</i> .....	53
Tabel 4.10 Koefisien Korelasi.....	53

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kerangka Penelitian <i>Body Image</i> dengan <i>Self Esteem</i> .....	28
Tabel 3.1 <i>Blue Print Self Esteem</i> Sebelum Uji Coba.....	35
Tabel 3.2 <i>Blue Print Body Image</i> Sebelum Uji Coba.....	36
Tabel 3.3 Klasifikasi Indeks Daya Beda Item.....	39
Tabel 3.4 Klasifikasi Skor Reliabilitas <i>Cronbach Alpha</i> .....	40
Tabel 3.5 <i>Blue Print Self Esteem</i> Setelah Uji Coba.....	41
Tabel 3.6 <i>Blue Print Body Image</i> Sebelum Uji Coba.....	43
Tabel 3.7 <i>Reliability Self Esteem</i> .....	44
Tabel 3.8 <i>Reliability Body Image</i> .....	45
Tabel 4.1 <i>Descriptive Statistic</i> .....	48
Tabel 4.2 <i>Mean Self Esteem</i> .....	48
Tabel 4.3 Kategorisasi Sampel Penelitian <i>Self Sesteem</i> .....	49
Tabel 4.4 <i>Descriptive Statistic</i> .....	50
Tabel 4.5 <i>Mean Body Image</i> .....	50
Tabel 4.6 Kategorisasi Sampel Penelitian <i>Body Image</i> .....	51
Tabel 4.7 <i>One-Sampel Kolmogrov-Smirnof Tes</i> .....	51
Tabel 4.8 Linieritas.....	52
Tabel 4.9 Korelasi Skala <i>Body Image</i> dengan <i>Self Esteem</i> .....	53
Tabel 4.10 Koefisien Korelasi.....	53