

KONSEP DIRI DAN CITRA TUBUH PADA DEWASA AWAL DI KOTA BEKASI

SKRIPSI

**Oleh:
Nurul Azizah
201910515019**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Konsep Diri Dan Citra Tubuh Pada
Dewasa Awal Di Kota Bekasi
Nama Mahasiswa : Nurul Azizah
Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515019
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 01 Februari 2023

Jakarta, 07 Februari 2023

MENYETUJUI,


Pembimbing I



Sarita Candra Merida, M.Psi., Psikolog

NIDN: 0317018701

Pembimbing II



Yomima Viena, S.Psi., M.si

NIDIN: 0318078502

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Konsep Diri Dan Citra Tubuh Pada
Dewasa Awal Di Kota Bekasi
Nama Mahasiswa : Nurul Azizah
Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515019
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 1 Februari 2023

Jakarta, 07 Februari 2023

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Dr. Wustari I. Mangundjaya, M.Org., Psy

NIDK: 8957830022

Penguji I : Yomima Viena, S.Psi., M.Si

NIDN: 0318078502


Penguji II : Sarita Candra Merida, M.Psi., Psikolog

NIDN: 0317018701


MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi


Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.

NIDN: 0314078503


Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D

NIDN:0026047110

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan Bahwa:

Skripsi yang berjudul Konsep Diri dan Citra Tubuh Pada Dewasa Awal di Bekasi ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung materi yang ditulis dari 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 Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

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

Jakarta, 07 Februari 2023



Nurul Azizah

NPM: 201910515019

ABSTRAK

Nurul Azizah, 201910515019, Konsep Diri dan Citra Tubuh Pada Dewasa Awal Di kota Bekasi.

Citra tubuh sebagai gambaran kepuasan individu terhadap penampilannya secara fisik yang meliputi perasaan, pikiran dan persepsi sehingga menimbulkan penilaian positif maupun negatif terhadap tubuhnya. Konsep diri berperan penting dalam pembentukan citra tubuh, jika konsep dirinya positif maka akan meningkatkan citra tubuh yang dimiliki seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh antara konsep diri dengan citra tubuh pada perempuan dewasa awal. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* dengan subyek 113 responden yang merupakan perempuan dewasa awal. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala citra tubuh dan konsep diri. Hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan bahwa koefisien regresi sebesar 0,652 dan nilai koefisien determinan (*R square*) sebesar 0,433 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan sumbangan efektif kedua variabel yaitu sebesar 43,3% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Pada nilai koefisien tersebut menunjukkan nilai positif, sehingga dapat diartikan bahwa konsep diri berpengaruh positif terhadap citra tubuh.

Kata Kunci: Citra Tubuh, Dewasa Awal, Konsep Diri

ABSTRACT

Nurul Azizah, 201910515019, *Self-concept and body image in early adulthood in the city of Bekasi.*

Body image is an illustration of individual satisfaction with their physical appearance which includes feelings, thoughts and perceptions that give rise to positive and negative evaluations of their bodies. Self-concept plays an important role in the formation of body image, if the self-concept is positive it will improve one's body image. This study aims to determine the influence between self-concept and body image in early adult women. The sampling technique used in this study was non-probability sampling with 113 respondents who were early adult women as subjects. Measuring tool used in this study is the scale of body image and self-concept. The results of a simple linear regression test show that the regression coefficient is 0.652 and the determinant coefficient value (R square) is 0.433 with a significance of 0.000 ($p < 0.05$) which shows the effective contribution of the two variables, namely 43.3% and the rest is influenced by variables or other factors not examined in this study. The coefficient value shows a positive value, so it can be interpreted that self-concept has a positive effect on body image.

Keywords: *Body Image, Early Adulthood, Self-Concept*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena berkat, rahmat dan karunia-nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul: **Konsep Diri Dan Citra Tubuh Pada Dewasa Awal Di Kota Bekasi**. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Selama menyusun skripsi ini penulis tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., MA, selaku Ketua Progran Studi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Kampus II Bekasi.
3. Ibu Sarita Candra Merida, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, pikiran dan tenaga serta telah memberikan saran dan kritik kepada penulis selama penyusunan skripsi hingga akhir.
4. Ibu Lenny Utama Afriyenti, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing akademik.
5. Orang tua tercinta, Bapak Hariyanto dan Ibu Siti Fatimah yang selalu memberi doa, kasih sayang, semangat, motivasi serta materi tiada henti.
6. Kaka penulis, Femy Fatriana dan Abdul Rahman Yunus yang selalu memberi semangat serta hiburan.
7. Raka Aditya, sebagai orang spesial yang telah mendukung dan memberi semangat selama mengerjakan skripsi.
8. Teman-teman dekat Tasya, Aira, Oska, Mutiara, serta teman-teman seangkatan 2019 yang memberikan semangat serta bantuan untuk menyelesaikan skripsi ini.

9. Teman-teman SMA penulis yaitu, Shofi, Anisa, Meli, Santi dan Arandea yang selalu memberikan motivasi serta semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
10. Teman SMP penulis yaitu, Nia Aryanti yang sudah memberi dukungan serta motivasi selama mengerjakan skripsi ini.
11. Terima kasih kepada responden, yang telah berpartisipasi pada penelitian ini.
12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyelesaian penulisan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga peneliti sangat menerima kritik dan saran yang membangun. Peneliti juga berharap semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi setiap orang yang membacanya.

Jakarta, 20 Januari 2023



Nurul Azizah

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Manfaat Teoritis	8
1.4.2 Manfaat Praktis.....	8
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Uraian Variabel.....	9
2.1.1 Definisi Citra Tubuh.....	9
2.1.2 Aspek-aspek Citra Tubuh.....	9

2.1.3	Faktor-faktor yang memengaruhi Citra Tubuh	10
2.1.4	Alat Ukur yang digunakan	13
2.2	Konsep Diri.....	14
2.2.1	Definisi Konsep Diri	14
2.2.2	Aspek-aspek konsep diri	14
2.2.4	Faktor-faktor yang dipengaruhi oleh Konsep Diri	15
3.2.4	Alat Ukur yang digunakan	16
2.3	Dewasa awal	16
2.3.1	Definisi Dewasa Awal.....	16
2.3.2	Tugas Perkembangan Dewasa Awal	17
2.4	Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Citra Tubuh	18
2.5	Hipotesis Penelitian	19
2.6	Kerangka Berpikir.....	20
BAB III.....		21
METODE PENELITIAN		21
3.1	Tipe Penelitian	21
3.2	Identifikasi Variabel Penelitian	21
3.2.1	Variabel Independen atau Variabel Bebas (X).....	21
3.2.2	Variabel Dependen atau Variabel Terikat (Y).....	21
3.3	Definisi Operasional	22
3.3.1	Citra Tubuh (Y)	22
3.3.2	Konsep Diri (X).....	22
3.4	Populasi dan Sampel Penelitian.....	22
3.4.1	Populasi Penelitian	22
3.4.2	Sampel Penelitian	23

3.3.4.1 Teknik Pengambilan Sampel.....	24
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	24
3.5.1 Instrumen Penelitian.....	24
3.5.2 Validitas dan Reliabilitas.....	28
3.6 Analisis Data.....	30
BAB IV	32
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	32
4.1 Profil Responden Penelitian.....	32
4.2 Pelaksanaa Penelitian.....	33
4.2.1 Persiapan Penelitian	33
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian	34
4.2.3 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian	34
4.3 Hasil Penelitian.....	37
4.3.1 Profil Demografis	37
4.3.2 Uji Asumsi Penelitian.....	37
4.3.3 Uji Kategorisasi	38
4.3.4 Uji Hipotesis.....	42
4.4 Diskusi dan Pembahasan	44
BAB V.....	48
KESIMPULAN DAN SARAN	48
5.1 Kesimpulan	48
5.2 Saran	48
5.2.1 Saran Teoritis	48
5.2.2 Saran Praktis	49
DAFTAR PUSTAKA	50

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 <i>Blueprint</i> Skala Citra Tubuh	26
Tabel 3. 2 <i>Blueprint</i> Skala Konsep Diri	27
Tabel 3. 3 Klasifikasi Skor Reliabilitas	29
Tabel 3. 4 Klasifikasi Skor Koefisien Korelasi	31
Tabel 4. 1 Profil Responden Penelitian Berdasarkan Usia.....	32
Tabel 4. 2 Validitas Citra Tubuh	34
Tabel 4. 3 Validitas Konsep Diri	36
Tabel 4. 4 Reliabilitas Skala Citra Tubuh dan Konsep Diri	36
Tabel 4. 5 Profil Demografis Hasil Hitung Skala Penelitian	37
Tabel 4. 6 Profil Demografis Hasil Hitung Karakteristik	37
Tabel 4. 7 Hasil Uji Asumsi Dasar	38
Tabel 4. 8 Hasil Perhitungan SPSS dan Manual Citra Tubuh	39
Tabel 4. 9 Hasil Kategorisasi Skor Citra Tubuh.....	40
Tabel 4. 10 Hasil Perhitungan SPSS dan Manual	41
Tabel 4. 11 Hasil Kategorisasi Skor Konsep Diri.....	42
Tabel 4. 12 Uji Hipotesis Penelitian	42
Tabel 4. 13 Hasil <i>Uji F</i>	43
Tabel 4. 14 Model <i>Summary</i>	43
Tabel 4. 15 <i>Coefficients</i>	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir Penelitian.....	20
--	-----------

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Surat Izin Riset Melakukan <i>Try out</i>	61
Lampiran 1. 2 Kartu Bimbingan Skripsi.....	62
Lampiran 1. 3 Tabel hasil wawancara	63
Lampiran 1. 4 Skala Citra Tubuh	65
Lampiran 1. 5 Skala Konsep Diri	69
Lampiran 1. 6 Tabulasi Data <i>Try out</i>	73
Lampiran 1. 7 Hasil Validitas dan Reliabilitas.....	74
Lampiran 1. 8 Hasil Uji Asumsi.....	77
Lampiran 1. 9 Hasil Uji Hipotesis.....	78
Lampiran 1. 10 Hasil Kategorisasi	79
Lampiran 1. 11 Tabulasi Data Penelitian	80
Lampiran 1. 12 Bukti Penyebaran Data	81
Lampiran 1. 13 <i>Survey</i> Di Lapangan.....	81
Lampiran 1. 14 <i>Screenshot</i> Google Formulir Pengambilan Data	81