

**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN
CITRA TUBUH PADA MAHASISWI FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS BHAYANGKARA
JAKARTA RAYA**

SKRIPSI

**Oleh :
Dita Andarestri Sulistyaningrum
201510515132**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2019**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Citra Tubuh Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Nama Mahasiswa : Dita Andarestri Sulistyaningrum

Nomor Pokok Mahasiswa : 201510515132

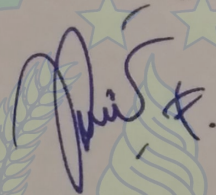
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 30 Juli 2019

Bekasi, 9 Agustus 2019

MENYETUJUI,

Pembimbing



Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog

NIP. 051507027



LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Citra Tubuh Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Nama Mahasiswa : Dita Andarestri Sulistyaningrum

Nomor Pokok Mahasiswa : 201510515132

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 30 Juli 2019

Bekasi, 9 Agustus 2019

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Budi Sarasati, SKM., M.Si

NIP. 1401188

Penguji 1 : Rijal Abdillah, S.Psi., MA

NIP. 051503021

Penguji 2 : Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog

NIP. 051507027

Ketua Program Studi Psikologi

A/n Dekan Fakultas Psikologi

Wakil Dekan 1

Yunike Balsa Rhapsodia, M.Psi., Psikolog

NIP. 1801316

Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog

NIP. 1801312

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Citra Tubuh Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya” 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 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.

Bekasi, 26 Juli 2019

Yang membuat pernyataan,



Dita Andarestri Sulistyaningrum

201510515132

ABSTRAK

Dita Andarestri Sulistyaningrum. 201510515132. Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Citra Tubuh Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Masa remaja merupakan waktu ketika banyak kebiasaan kesehatan (baik dan buruk) dibentuk dan berpengaruh. Permasalahan mengenai citra tubuh dialami oleh beberapa remaja terutama perempuan. Mereka mengevaluasi citra tubuh berdasarkan bagaimana mereka menerima bentuk tubuh mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara penerimaan diri dengan citra tubuh pada mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif-korelasional. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya berjumlah 541 mahasiswi dengan sampel sebanyak 100 mahasiswi. Penelitian ini menggunakan teknik *cluster random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologi, yaitu skala citra tubuh dan skala penerimaan diri. Skala citra tubuh terdiri dari 33 item valid ($\alpha = 0,899$) dan skala penerimaan diri terdiri dari 40 item valid ($\alpha = 0,927$) yang telah diujicobakan pada 68 mahasiswi. Analisis data dilakukan dengan teknik korelasi *Product Moment Pearson*. Hasil analisis data menunjukkan ada hubungan positif antara penerimaan diri dengan citra tubuh ($r_{xy} = 0,216^*$ dan $p = 0,031$). Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan citra tubuh pada mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Kata kunci : Citra tubuh, mahasiswi, penerimaan diri

ABSTRACT

Dita Andarestri Sulistyaningrum. 201510515132. The Relationship Between Self-Acceptance and Body Image on female college students of the Faculty of Psychology, Bhayangkara Jakarta Raya University.

Adolescence is a time when many health habits (good and bad) are formed and influential. Problems with body image are experienced by some teenagers, especially women. They evaluate body image based on how they receive their body shape. This study aims to determine whether or not there is a relationship between Self-Acceptance and Body Image on female college students of the Faculty of Psychology, Bhayangkara Jakarta Raya University. This research is quantitative-correlational research. The population in this study were 541 female college students of the Psychology Faculty, Bhayangkara Jakarta Raya University, with a sample of 100 female college students. This research uses cluster random sampling technique. The method of collecting data uses a psychological scale, namely the scale of the body image and the scale of self-acceptance. The body image scale consists of 33 valid items ($\alpha = 0.899$) and the self-acceptance scale consists of 40 valid items ($\alpha = 0.927$) which have been tested on 68 female college students. Data analysis was performed using the Pearson Product Moment correlation technique. The results of data analysis showed that there was a positive relationship between self-acceptance and body image ($r_{xy} = 0.216^*$ and $p = 0.031$). Based on the results of data analysis, it can be concluded that there is a relationship between Self-Acceptance and Body Image on female college students of the Faculty of Psychology, Bhayangkara Jakarta Raya University.

Keywords: Body image, female college students, self-acceptance

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan nikmat dan karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini tepat waktu tanpa adanya halangan yang berarti.

Dalam penyusunan skripsi ini saya banyak mendapatkan motivasi dan bantuan dari berbagai pihak. Dengan segala kerendahan hati saya mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Neil Aldrin, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
2. Ibu Yunique Balsa Rhapsodia, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
3. Ibu Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan arahan dan masukan kepada saya dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini
4. Ibu Budi Sarasati, SKM., M.Si selaku dosen penguji 1 dan Bapak Rijal Abdillah, S.Psi., MA selaku dosen penguji 2 yang telah memberikan masukan serta saran kepada saya saat pelaksanaan sidang skripsi
5. Seluruh dosen dan staff di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu
6. Ibu dan ayah, terimakasih selalu hadir dan menjadi motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini tepat waktu
7. Terimakasih adikku yang sering menemani proses pembuatan skripsi
8. Terimakasih buat teman-teman di Fakultas Psikologi yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Terspesial “Kwetiau MAN” Landia, Nurul, Ratri. Terspesial juga Dwi, Nadha, Tyas. Terimakasih karena selama proses pembuatan skripsi kalian saling membantu dan saling menyemangati supaya tidak menyerah.

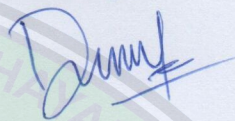
9. Terimakasih buat saudara-saudaraku di PETALA 10 terkhusus Aldo, Egin, Nadya, Rifqi yang membantu dan memberi dukungan dalam menyusun skripsi.

10. Sahabat-sahabat “Guise” Aida, Ana, Dewi. Aku kangen kalian.

Akhir kata, peneliti menyadari kalau skripsi ini memiliki kekurangan. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca umum.

Bekasi, 26 Juli 2019

Hormat saya,



Dita Andarestri Sulistyaningrum



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Rumusan Masalah	11
1.3 Tujuan Penelitian	11
1.4 Manfaat Penelitian	11
1.4.1 Manfaat Teoritis	11
1.4.2 Manfaat Praktis	11
1.5 Uraian Keaslian.....	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Citra Tubuh	15
2.1.1 Definisi Citra Tubuh.....	15
2.1.2 Dimensi Citra Tubuh.....	16
2.1.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Citra Tubuh	17

2.2 Penerimaan Diri	18
2.2.1 Definisi Penerimaan Diri	18
2.2.2 Aspek Penerimaan Diri	20
2.3 Hubungan Antar Variabel	21
2.4 Hipotesis Penelitian.....	22

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian	23
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	23
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	24
3.3.1 Citra Tubuh	24
3.3.2 Penerimaan Diri	25
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	25
3.4.1 Populasi	25
3.4.2 Sampel.....	25
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	26
3.5.1 Instrumen Penelitian.....	26
3.5.1.1 Skala Citra Tubuh	27
3.5.1.2 Skala Penerimaan Diri	28
3.5.2 Validitas dan Reliabilitas	29
3.5.2.1 Validitas	29
a. Skala Citra Tubuh.....	29
b. Skala Penerimaan Diri	30
3.5.2.2 Reliabilitas	31
a. Skala Citra Tubuh.....	32
b. Skala Penerimaan Diri	33
3.6 Analisis Data	33

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Ruang Lingkup Penelitian.....	35
4.2 Pelaksanaan Penelitian	35
4.2.1 Persiapan Penelitian	35
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	36
4.3 Hasil Penelitian	36
4.3.1 Kategorisasi Subjek Penelitian	36
4.3.2 Uji Asumsi	38
4.3.3 Uji Hipotesis	39
4.4 Pembahasan.....	40

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan	44
5.2 Saran.....	45
5.2.1 Saran Praktis.....	45
5.2.2 Saran Bagi Penelitian Selanjutnya	45

DAFTAR PUSTAKA.....	46
----------------------------	-----------

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Subjek Penelitian.....	25
Tabel 3.2 Kriteria Jawaban.....	26
Tabel 3.3 Blue Print Skala Citra Tubuh	27
Tabel 3.4 Blue Print Skala Penerimaan Diri.....	28
Tabel 3.5 Blue Print Sesudah Uji Coba Skala Citra Tubuh.....	30
Tabel 3.6 Blue Print Sesudah Uji Coba Skala Penerimaan Diri.....	31
Tabel 3.7 Interpretasi Uji Reliabilitas.....	32
Tabel 3.8 Uji Reliabilitas Citra Tubuh	32
Tabel 3.9 Uji Reliabilitas Penerimaan Diri.....	33
Tabel 4.1 Klasifikasi Kategori Variabel Citra Tubuh.....	36
Tabel 4.2 Kategorisasi Subjek Pada Variabel Citra Tubuh	37
Tabel 4.3 Klasifikasi Kategori Variabel Penerimaan Diri.....	37
Tabel 4.4 Kategorisasi Subjek Pada Variabel Penerimaan Diri	37
Tabel 4.5 Uji Normalitas Citra Tubuh dan Penerimaan Diri.....	38
Tabel 4.6 Uji Linearitas Penerimaan Diri dengan Citra Tubuh.....	39
Tabel 4.7 Uji Korelasi Penerimaan Diri dengan Citra Tubuh	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Survei

Lampiran 2 Skala Citra Tubuh Uji Coba

Lampiran 3 Skala Penerimaan Diri Uji Coba

Lampiran 4 Tabulasi Respon Skala Citra Tubuh Uji Coba

Lampiran 5 Tabulasi Respon Skala Penerimaan Diri Uji Coba

Lampiran 6 Validitas Skala Citra Tubuh

Lampiran 7 Validitas Skala Penerimaan Diri

Lampiran 8 Skala Citra Tubuh

Lampiran 9 Skala Penerimaan Diri

Lampiran 10 Tabulasi Respon Skala Citra Tubuh

Lampiran 11 Tabulasi Respon Skala Penerimaan Diri

Lampiran 12 Hasil Uji Normalitas

Lampiran 13 Hasil Uji Linearitas

Lampiran 14 Hasil Uji Korelasi Penerimaan Diri dengan Citra Tubuh

Lampiran 15 Surat Izin Melakukan Penelitian

Lampiran 16 Kartu Bimbingan Skripsi