



HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* TERHADAP *SELF-ESTEEM* PADA PRIA DEWASA AWAL

SKRIPSI

DISUSUN OLEH:

HENGKY PRABOWO

705160080

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS TARUMANAGARA

JAKARTA

2020



HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* TERHADAP *SELF-ESTEEM* PADA PRIA DEWASA AWAL

**Skripsi Ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menempuh Ujian
Sarjana Strata Satu (S-1) Psikologi**

DISUSUN OLEH:

HENGKY PRABOWO

705160080

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA**

2020

 UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-06/R0	HAL. 1/1
05 NOVEMBER 2010	SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Hengky Prabowo**

NIM : **705160080**

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

Hubungan antara *Body Image* terhadap *Self-Esteem* pada Pria Dewasa Awal

Merupakan karya sendiri yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut, dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.


Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Jakarta, 11 juli 2020

Yang Memberikan Pernyataan




Hengky Prabowo

 UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-07/R0	HAL. 1/1
05 NOVEMBER 2010	SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Hengky Prabowo**
 N I M : **705160080**
 Alamat : **Victory Residence blok F no.3A, Bengkong sadai.
 Batam 29432**

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

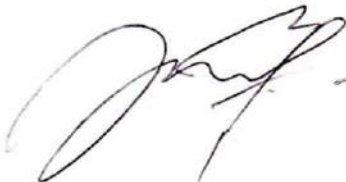
Hubungan antara *Body Image* terhadap *Self-Esteem* pada Pria Dewasa Awal

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 11 Juli 2020

Yang Membuat Pernyataan



Hengky Prabowo

**PROGRAM STUDI SARJANA FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA**

TANDA PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Hengky Prabowo
N.I.M. : 705160080
Program Studi : Sarjana Psikologi

Judul Skripsi

.....
Hubungan antara *Body Image* terhadap *Self-Esteem* pada Pria Dewasa Awal
.....
.....
.....

Telah diuji dalam sidang Sarjana pada tanggal 3 Juli 2020 dan dinyatakan lulus,
dengan majelis penguji terdiri atas:

1. Ketua : Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M.Psi.T.
.....
2. Anggota : Debora Basari, M. Psi., Psi.
.....
Niken Widi Astuti, M.Si., Psi.
.....
.....

Jakarta, 13 Juli 2020

Pembimbing



Niken Widi Astuti, M.Si., Psi.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya, peneliti diberikan kemampuan untuk menyelesaikan skripsi ini. Selain itu, peneliti juga tidak mampu menyelesaikan skripsi ini tanpa bimbingan, bantuan dan dukungan dari pihak lain. Sehingga pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang sudah membantu dalam proses pengerjaan skripsi ini.

Pertama, peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada Ibu Niken Widi Astuti, M.Si., Psikolog. selaku pembimbing yang sudah sabar dalam memberikan arahan dalam proses pengerjaan skripsi ini dan bersedia meluangkan waktu dari kesibukannya untuk memberikan bimbingan serta memeriksa hasil revisi yang peneliti kerjakan. Kedua, peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada Bapak P. Tommy Y.S. Suyasa Dr., M.Si., Psikolog. yang sudah menyediakan waktu dari kesibukannya dalam proses perizinan penggunaan alat ukur dari bagian Riset dan Pengukuran Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara.

Ketiga, Peneliti juga ingin mengucapkan terimakasih kepada kedua orangtua yang selalu memberikan perhatian, semangat, dukungan, serta bantuan berupa finansial dalam proses pengerjaan skripsi. Keempat, peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada Ci Yenny S.Psi. dan Brigida Febby yang sudah membantu peneliti dalam proses pengolahan data. Kelima peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada semua dosen Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara yang telah memberikan modal awal dalam pengerjaan skripsi ini.

Keenam, peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada teman-teman yang ikut serta membantu dalam proses penyebaran data yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Ketujuh peneliti juga ingin mengucapkan terimakasih kepada semua partisipan yang telah meluangkan waktu dan sabar dalam menjawab kuesioner yang terdiri dari 112 butir. Kedelapan, peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada teman seperjuangan yang telah memberikan dukungan, semangat, dan motivasi dalam mengerjakan skripsi terutama Geraldly Natanail, Lilian Wonginsidi, Graciela Faren, Bella Safira, Ida Ayu Putri, dan Liana Septiani. Terakhir peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan namanya secara satu persatu, yang sudah berperan dalam proses pengerjaan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dikarenakan keterbatasan peneliti dalam hal pengetahuan, kemampuan, dan pengalaman yang dimiliki. Oleh karena itu, kritik dan saran sangat diperlukan untuk menyempurnakan skripsi ini. Peneliti juga berharap agar penelitian ini dapat memberikan informasi yang baru kepada pembaca dan peneliti bertanggung jawab atas keseluruhan isi dari skripsi ini.

Batam, Juni 2020

Peneliti

Hengky Prabowo

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR FIGUR.....	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
ABSTRAK.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis.....	7
1.5 Sistematika Penulisan.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	9
2.1 <i>Body Image</i>	9
2.1.1 Definisi <i>Body Image</i>	9
2.1.2 Faktor <i>Body Image</i>	10
2.2 <i>Self-Esteem</i>	11
2.2.1 Definisi <i>Self-Esteem</i>	11
2.2.2 Karakteristik <i>Self-Esteem</i>	13
2.2.3 Faktor-faktor <i>Self-Esteem</i>	14
2.3 Dewasa Awal.....	15
2.4 Kerangka Berpikir.....	16
2.5 Hipotesis.....	18
BAB III METODE PENELITIAN.....	19

3.1 Partisipan/Subyek Penelitian	19
3.1.1 Karakteristik Partisipan Penelitian	19
3.1.2 Gambaran Subyek Penelitian.....	20
3.1.2.1 Gambaran Subyek Berdasarkan Usia	20
3.1.2.2 Gambaran Subyek Berdasarkan Status Pernikahan.....	21
3.1.2.3 Gambaran Subyek Berdasarkan Status Pekerjaan.....	21
3.1.2.4 Gambaran Subyek Berdasarkan Berat Badan (Dalam Kilogram)	22
3.1.2.5 Gambaran Subyek Berdasarkan Tinggi Badan(Dalam Centimeter) .	23
3.1.2.6 Gambaran Subyek Berdasarkan Jumlah Kegiatan Olahraga (Dalam Satu Minggu)	24
3.1.2.7 Gambaran Subyek Berdasarkan Waktu Yang Dibutuhkan Dalam Sekali Berolahraga.....	24
3.1.2.8 Gambaran Subyek Berdasarkan Tujuan Berolahraga	25
3.2 Jenis Penelitian dan Teknik Pengambilan Sampel.....	26
3.3 <i>Setting</i> dan Instrumen Penelitian	27
3.4 Pengukuran Penelitian.....	28
3.4.1 Pengukuran Variabel <i>Body Image</i>	28
3.4.2 Pengukuran Variabel <i>Self-Esteem</i>	38
3.5 Prosedur Penelitian.....	41
3.5.1 Persiapan Penelitian	41
3.5.2 Pelaksanaan Penelitian.....	42
3.6 Pengolahan dan Teknik Analisis Data.....	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA	44
4.1 Gambaran Data Penelitian.....	44
4.1.1 Gambaran Data <i>Body Image</i>	44
4.1.2 Gambaran Data <i>Self-Esteem</i>	47
4.2 Uji Normalitas	48
4.3 Analisis Data Utama	48
4.3.1 Uji Korelasi Antara <i>Body Image</i> Dengan <i>Self-Esteem</i>	48

4.3.2 Uji Korelasi Antara Dimensi <i>Body Image</i> Dengan <i>Self-Esteem</i>	49
4.4 Analisis Data Tambahan	52
4.4.1 Uji beda variabel <i>Body image</i> ditinjau dari Usia.....	52
4.4.2 Uji beda variabel <i>Body image</i> ditinjau dari Status pekerjaan	53
4.4.3 Uji beda variabel <i>Self-esteem</i> ditinjau dari Usia	54
4.4.4 Uji beda variabel <i>Self-esteem</i> ditinjau dari Status pekerjaan	55
BAB V KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN.....	57
5.1 Kesimpulan	57
5.2 Diskusi	58
5.3 Saran	61
5.3.1 Saran Teoritis.....	61
5.3.2 Saran Praktis	63
ABSTRACT	xi
DAFTAR PUSTAKA	P-1
LAMPIRAN	L-1

DAFTAR FIGUR

<i>Figur 1.</i>	Bagan kerangka berpikir	18
-----------------	-------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Gambaran Subyek berdasarkan Usia (dalam tahun).....	20
Tabel 2	Gambaran Subyek berdasarkan Status Pernikahan.....	21
Tabel 3	Gambaran Subyek berdasarkan Status Pekerjaan.....	22
Tabel 4	Gambaran Subyek Berdasarkan Berat Badan.....	22
Tabel 5	Gambaran Subyek Berdasarkan Tinggi Badan	23
Tabel 6	Gambaran Subyek Berdasarkan Jumlah Kegiatan Olahraga	24
Tabel 7	Gambaran Subyek Berdasarkan Waktu Yang Di Butuhkan Dalam Sa Kali Olahraga	25
Tabel 8	Gambaran Subyek Berdasarkan Tujuan Berolahraga	26
Tabel 9	<i>Blueprint</i> Skala <i>Body Image</i>	31
Tabel 10	Uji Reliabilitas Sepuluh Dimensi pada Alat Ukur MBSRQ.....	37
Tabel 11	<i>Blueprint</i> Skala <i>Self-esteem</i>	39
Tabel 12	Uji Reliabilitas Tiga Dimensi pada Alat Ukur SSES	41
Tabel 13	Gambaran Data <i>Body Image</i>	47
Tabel 14	Gambaran Data <i>Self-Esteem</i>	48
Tabel 15	Uji Normalitas Variabel <i>Body Image</i> dan <i>Self-Esteem</i>	48
Tabel 16	Nilai Korelasi antara Dimensi pada <i>Body image</i> dengan <i>Self-esteem</i>	51
Tabel 17	Uji beda <i>Body Image</i> ditinjau Usia subyek	53
Tabel 18	Uji beda <i>Body Image</i> ditinjau Status Pekerjaan.....	54
Tabel 19	Uji beda <i>Self-esteem</i> ditinjau usia subyek.....	55
Tabel 20	Uji beda <i>Self-esteem</i> ditinjau status pekerjaan.....	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	<i>Blueprint</i> Alat Ukur MBSRQ.....	L-1
Lampiran 2	Alat Ukur <i>Body Image</i> (MBSRQ)	L-6
Lampiran 3	<i>Blueprint</i> Alat Ukur <i>Self-Esteem</i> (SSES).....	L-10
Lampiran 4	Alat Ukur <i>Self-Esteem</i> (SSES).....	L-12
Lampiran 5	Kuesioner Penelitian.....	L-14
Lampiran 6a	Gambaran Subyek Berdasarkan Usia.....	L-25
Lampiran 6b	Gambaran Subyek Berdasarkan Status Pernikahan	L-26
Lampiran 6c	Gambaran subyek berdasarkan status pekerjaan.....	L-26
Lampiran 6d	Gambaran Subyek Berdasarkan Berat Badan	L-27
Lampiran 6e	Gambaran Subyek Berdasarkan Tinggi badan	L-27
Lampiran 6f	Gambaran subyek berdasarkan jumlah olahraga dalam 1 minggu	L-28
Lampiran 6g	Gambaran Subyek Berdasarkan Waktu Yang Di Butuhkan Dalam 1 Kali Berolahraga.....	L-29
Lampiran 6h	Gambaran Subyek Berdasarkan tujuan berolahraga	L-29
Lampiran 7a	Uji Validitas dan Reliabilitas pada MBSRQ – Dimensi <i>Appearance Evaluation</i>	L-30
Lampiran 7b	Uji Validitas dan Reliabilitas pada MBSRQ – Dimensi <i>Appearance Orientation</i>	L-31
Lampiran 7c	Uji Validitas dan Reliabilitas pada MBSRQ – Dimensi <i>Fitness Evaluation</i>	L-32
Lampiran 7d	Uji Validitas dan Reliabilitas pada MBSRQ – Dimensi <i>Fitness Orientation</i>	L-33
Lampiran 7e	Uji Validitas dan Reliabilitas pada MBSRQ – Dimensi <i>Health</i>	

	<i>Evaluation</i>	L-34
Lampiran 7f	Uji Validitas dan Reliabilitas pada MBSRQ – Dimensi <i>Health Orientation</i>	L-35
Lampiran 7g	Uji Validitas dan Reliabilitas pada MBSRQ – Dimensi <i>Illness Orientation</i>	L-36
Lampiran 7h	Uji Validitas dan Reliabilitas pada MBSRQ – Dimensi <i>Body Area Satisfaction</i>	L-37
Lampiran 7i	Uji Validitas dan Reliabilitas pada MBSRQ – Dimensi <i>Self Classified Weight</i>	L-38
Lampiran 7j	Uji Validitas dan Reliabilitas pada MBSRQ – Dimensi <i>Overweight Preoccupation</i>	L-39
Lampiran 8a	Uji Validitas dan Reliabilitas pada SESS - Dimensi <i>Performance</i>	L-40
Lampiran 8b	Uji Validitas dan Reliabilitas pada SESS - Dimensi <i>Social</i>	L-40
Lampiran 8c	Uji Validitas dan Reliabilitas pada SESS - Dimensi <i>Appearance</i>	L-41
Lampiran 9a	Gambaran data <i>Body Image</i>	L-42
Lampiran 9b	Gambaran data <i>Self-Esteem</i>	L-42
Lampiran 10	Uji Normalitas pada Variabel <i>Body image</i> dan <i>Self-Esteem</i>	L-43
Lampiran 11a	Uji Korelasi pada Variabel <i>Body image</i> dan <i>Self-Esteem</i>	L-43
Lampiran 11b	Uji Korelasi pada Dimensi <i>Body image</i> dan <i>Self-Esteem</i>	L-44
Lampiran 12a	Uji beda variabel <i>Body Image</i> ditinjau dari Usia	L-44
Lampiran 12b	Uji beda variabel <i>Body Image</i> ditinjau dari Status Pekerjaan	L-45

Lampiran 12c	Uji beda variabel <i>Self-Esteem</i> ditinjau dari Usia.....	L-45
Lampiran 12d	Uji beda variabel <i>Self-Esteem</i> ditinjau dari Status Pekerjaan	L-46

ABSTRAK

Hengky Prabowo (705160080)

Hubungan antara *Body Image* dengan *Self-Esteem* pada Pria Dewasa Awal; Niken Widi Astuti, M.Si., Psikolog. Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, (i - xi; 65 Halaman, P-1 – P-4, L-1 – L-47)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan *self-esteem* pada pria dewasa awal. Menurut Cash (2004) *body image* merupakan pandangan individu berupa persepsi terhadap bentuk dan berat tubuhnya. Sedangkan *self-esteem* merupakan bagian dari evaluasi diri terhadap konsep diri, termasuk penilaian individu secara keseluruhan terhadap diri sendiri (Papalia dan Martorell, 2014). Sampel pada penelitian ini adalah pria dewasa awal dengan jumlah 194 subyek dengan menggunakan metode *convenience sampling*. Proses pengolahan data pada penelitian ini menggunakan korelasi Spearman, dengan hasil $n(194) = 0,426$, $p/sig = 0,000$ dan nilai p lebih kecil dari 0,01. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara *body image* dengan *self-esteem* pada pria dewasa awal, hal tersebut menunjukkan bahwa semakin positif *body image* maka semakin positif juga *self-esteem* pada individu.

Kata kunci: *Body Image*, *Self-Esteem*, Pria Dewasa Awal