

**PENGARUH CITRA TUBUH TERHADAP PENYESUAIAN DIRI
SISWA-SISWI KELAS VII-VIII SMP NU SYAMSUDDIN
MALANG**

SKRIPSI



oleh

**Halimatus Sa'diyah
NIM. 11410075**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2015**

**PENGARUH CITRA TUBUH TERHADAP PENYESUAIAN DIRI
SISWA-SISWI KELAS VII-VIII SMP NU SYAMSUDDIN
MALANG**

SKRIPSI



oleh

**Halimatus Sa'diyah
NIM. 11410075**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2015**

**PENGARUH CITRA TUBUH TERHADAP PENYESUAIAN DIRI
SISWA-SISWI KELAS VII-VIII SMP NU SYAMSUDDIN
MALANG**

S K R I P S I

oleh

**Halimatus Sa'diyah
NIM. 11410075**

**Telah disetujui oleh:
Dosen Pembimbing**

Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si
NIP. 19761128 200212 2 001

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**

Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag
NIP. 19730710 200003 1 002

S K R I P S I

PENGARUH CITRA TUBUH TERHADAP PENYESUAIAN DIRI SISWA-SISWI KELAS VII-VIII SMP NU SYAMSUDDIN MALANG

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji
Tanggal, 29 April 2015

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

Anggota Penguji lain Penguji Utama

Dr. Rifa Hidayah, M.Si

NIP. 19761128 200212 2 001

Drs. H. Yahya, M. A

NIP. 19660518 199103 1 004

Anggota

Drs. Zainul Arifin, M. Ag.

NIP. 19650606 199403 1 002

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal, 2015

**Mengesahkan
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**

Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag

NIP . 19730710 200003 1 002

S K R I P S I

PENGARUH CITRA TUBUH TERHADAP PENYESUAIAN DIRI SISWA-SISWI KELAS VII-VIII SMP NU SYAMSUDDIN MALANG

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji
Tanggal, 29 April 2015

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

Anggota Penguji lain
Penguji Utama

Dr. Rifa Hidayah, M.Si

NIP. 19761128 200212 2 001

Drs. H. Yahya, M. A

NIP. 19660518 199103 1 004

Anggota

Drs. Zainul Arifin, M. Ag.

NIP. 19650606 199403 1 002

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal, Juni 2015

Mengesahkan
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag

NIP . 19730710 200003 1 002

SURAT PERNYATAAN

Yang Bertanda Tangan Dibawah Ini :

Nama : Halimatus Sa'diyah

Nim : 11410075

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Mali Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa Skripsi yang saya buat dengan judul "**Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Penyesuaian Diri Siswa-Siswi Kelas VII-VIII SMP NU Syamsuddin Malang**", adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 16 April 2015

Penulis,

Halimatus Sa'diyah

NIM. 11410075

MOTTO

AWAL REMAJAKU

ADALAH KESUKSESANKU DALAM KEHIDUPAN MENDATANG

شباب الـ يوم رجال الـ غد

Pemuda hari ini adalah tokoh masa depan”

PERSEMBAHAN

Dengan Rahmat Allah Yang Maha Pengasih Lagi Maha Penyayang

Karya sederhana ini ananda persembahkan teruntuk...

Malaikat duniaku Bapak H. Nur Sobhi, M.Pd dan Ibu Hj. Lilis Yulianti, S.Pd. yang tak hentinya mendo'akan dan memberikan dukungan dalam menyelesaikan tugas sebagai seorang pelajar.

Adik-adikku tersayang Rizky Rahmaniah dan Laily Fitriyah Masyithah yang selalu menjadi motivasi hidup.

Keluarga besar dari Bani Amirin dan Mbah Suyono yang mengalirkan do'a keberhasilannya untuk ananda.

Teman-teman Psikologi angkatan 2011 yang telah berjuang bersama selama kurang lebih empat tahun. Terlebih kepada Mas Bos, para Tele-Tele, My Angelo and My Angeli, Saudara Sehatiku, Geng Seksi, Anggota Have Fun, Kumpulan Cucok Rumpi dan lainnya yang tak bisa disebutkan satu persatu.

Keluarga penghuni kos Bani Wahid terlebih Geng Snickers sebagai teman begadang dan pencarian solusi ketika berada pada tingkat kejenuhan.

Crew 6PagiPrinting dan Kidjang Coffee 99

Keep SMILE ☺

KATA PENGANTAR



Puji syukur atas kehadiran Allah SWT. atas segala curahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga peneliti masih diberi kesempatan untuk menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Penyesuaian Diri Siswa-Siswi Kelas VII-VIII SMP NU Syamsuddin Malang”**.

Shalawat serta salam semoga tetap selalu tercurah limpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW. yang telah memberikan seluruh cintanya kepada seluruh umat manusia sehingga tampaklah jalan kebenaran dan jalan kebatilan, semata karena niat tulusnya dan amanat mulia dari Allah SWT.

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi prasyarat dalam mendapatkan gelar sarjana psikologi bagi mahasiswa proram S1 fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Melihat kondisi remaja di era globalisasi ini memang sangat menarik untuk dijadikan bahan penelitian karena remaja terletak pada suatu tahapan perkembangan untuk mencari identitas diri, peneliti mencoba menganalisa perkembangan yang terjadi dengan segala keterbatasan yang tentu tidak sempurna dan banyak kekurangan.

Keberhasilan dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari dukungan dan bantuan dari berbagai pihak yang dengan tulus membantu dalam proses pembuatan skripsi ini dari awal sampai selesai. Atas dasar alasan tersebut peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Mudjia Rahardjo, M. Si, selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag, selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M Si, selaku dosen Pembimbing Skripsi, yang telah dengan sabar memberikan arahan serta motivasi sehingga peneliti menjadi bergairah untuk menyelesaikan laporan.
4. Seluruh dosen dan para staff Fakultas Psikologi yang telah memberikan bantuan dan pelayanan untuk menunjang proses penelitian skripsi.
5. Orang tua, Bapak H. Nur Sobhi, M. Pd dan Ibu Hj. Lilis Yulianti, S. Pd, serta kedua adik yang selalu memberikan motivasi untuk terus melanjutkan penulisan skripsi.
6. Responden dari siswa-siswi kelas VII dan kelas VIII yang dengan senang hati membantu proses penelitian.
7. Pihak Sekolah SMP NU Syamsuddin Malang yang membantu dalam proses penelitian dengan memberikan pelayanan yang baik.
8. Teman-teman Psikologi angkatan 2011 yang membantu proses penelitian

dengan saling membagikan ilmu.

9. Dan semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Besar harapan peneliti supaya laporan ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pembaca sekalian.

“Tak ada gading yang tak retak . . .”

Untuk itu apabila terdapat kesalahan, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca guna mencapai penyempurnaan laporan penelitian kedepan.

Malang, 16 April 2015

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR DIAGRAM.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK	xiv

BAB I : PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8

BAB II : LANDASAN TEORI

A. Citra Tubuh.....	10
1. Definisi Citra Tubuh.....	10
2. Aspek-Aspek Citra Tubuh.....	12
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh	17
4. Citra Tubuh Remaja	19
B. Penyesuaian Diri.....	20
1. Definisi Penyesuaian Diri.....	20
2. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri.....	23
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Proses Penyesuaian Diri.....	27
4. Proses Penyesuaian Diri	30
5. Kriteria Keberhasilan Penyesuaian Diri	32
6. Karakteristik Penyesuaian Diri.....	33
7. Penyesuaian Diri Remaja	35
C. Hipotesis	37

BAB III : KAJIAN ISLAM

A. Telaah Teks Psikologi Variabel Citra Tubuh.....	38
1. Sampel Teks Variabel Citra Tubuh.....	38
2. Pola Teks Variabel Citra Tubuh.....	40
3. Analisis Komponen Teks Variabel Citra Tubuh	41
4. Peta Konsep Teks Variabel Citra Tubuh.....	43

5. Simpulan Teks Psikologi Variabel Citra Tubuh.....	44
B. Telaah Teks Psikologi Variabel Penyesuaian Diri	44
1. Sampel Teks Variabel Penyesuaian Diri	45
2. Pola Teks Variabel Penyesuaian Diri	47
3. Analisis Komponen Teks Variabel Penyesuaian Diri	48
4. Peta Konsep Teks Variabel Penyesuaian Diri	51
5. Simpulan Teks Psikologi Variabel Penyesuaian Diri.....	52
C. Telaah Teks Islam Variabel Citra Tubuh	52
1. Sampel Teks Variabel Citra Tubuh	52
2. Pola Teks Variabel Citra Tubuh	54
3. Analisis Komponen Teks Variabel Citra Tubuh	55
4. Tabulasi dan Inventarisasi Teks Variabel Citra Tubuh	57
5. Peta Konsep Teks Variabel Citra Tubuh	61
D. Telaah Teks Islam Variabel Penyesuaian Diri	62
1. Sampel Teks Variabel Penyesuaian Diri	62
2. Pola Teks Variabel Penyesuaian Diri	64
3. Analisis Komponen Teks Variabel Penyesuaian Diri	65
4. Tabulasi dan Inventarisasi Teks Variabel Penyesuaian Diri	68
5. Peta Konsep Teks Variabel Penyesuaian Diri	74
6. Simpulan Teks islam Variabel Penyesuaian Diri	75

BAB IV : METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	76
B. Identifikasi Variabel	77
C. Definisi Operasional	78
1. Citra Tubuh.....	78
2. Penyesuaian Diri.....	78
D. Tempat dan Waktu Penelitian	78
1. Tempat Penelitian.....	78
2. Waktu Penelitian	79
E. Strategi Penelitian	79
1. Populasi	79
2. Teknik Pengambilan Sampel.....	80
F. Metode Pengumpulan Data.....	81
1. Wawancara	81
2. Observasi	82
3. Angket/Kuesioner.....	82
4. Blue Print.....	83
G. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	86
1. Uji Validitas.....	86
2. Uji Reliabilitas.....	87
H. Analisis Data	87
1. Validitas dan Reliabilitas.....	89

2. Uji Hipotesis	91
BAB V : HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian	92
B. Hasil Penelitian.....	93
1. Tingkat Citra Tubuh Siswa-Siswi Kelas VII-VIII Masa Pubertas	93
2. Tingkat Penyesuaian Diri Siswa-Siswi Kelas VII-VIII Masa Pubertas.....	95
3. Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Penyesuaian Diri Siswa-Siswi Kelas VII-VIII Masa Pubertas	97
C. Pembahasan	102
1. Tingkat Citra Tubuh Siswa-Siswi Kelas VII-VIII Masa Pubertas	102
2. Tingkat Penyesuaian Diri Siswa-Siswi Kelas VII-VIII Masa Pubertas.....	106
3. Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Penyesuaian Diri Siswa-Siswi Kelas VII-VIII Masa Pubertas	109
BAB VI : PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	114
B. Saran	115
DAFTAR PUSTAKA	117

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Penelitian
- Lampiran 2. Bukti Konsultasi
- Lampiran 3. Hasil Wawancara
- Lampiran 4. Hasil Observasi
- Lampiran 5. Skala Penelitian
- Lampiran 6. Analisis SPSS
- Lampiran 7. Dokumentasi Foto

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 5.1 Kategorisasi Tingkat Skala Citra Tubuh	94
Diagram 5.2 Kategorisasi Tingkat Skala Penyesuaian Diri	97