

**PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP *SELF-ESTEEM*  
PADA MAHASISWI BARU FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM  
MALANG**

**SKRIPSI**



oleh

**Megumitama  
14410162**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2019**

**PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP *SELF-ESTEEM*  
PADA MAHASISWI BARU FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM  
MALANG**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang  
untuk memenuhi salah satu persyaratan  
dalam memperoleh gelar sarjana Psikologi (S.Psi)

oleh

**Megumitama  
14410162**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2019**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP *SELF-ESTEEM*  
PADA MAHASISWI BARU FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM**

MALANG

**SKRIPSI**

oleh

**Megumitama  
14410162**

Telah disetujui oleh:  
Dosen Pembimbing



**Aris Yuana Yusuf, Lc, MA  
NIP. 19650606 199403 1 003**

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Psikologi



**Dr. Siti Mahmudah, M.Si  
NIP. 19631029 199403 2 001**

**SKRIPSI**

**PENGARUH *BODY IMAGE* TERHADAP *SELF-ESTEEM*  
PADA MAHASISWI BARU FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM  
MALANG**

telah dipertahankan didepan Dewan Penguji  
pada tanggal, 17 Januari 2020

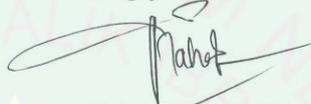
**Susunan Dewan Penguji**

**Dosen Pembimbing**



**Aris Yuana Yusuf, Lc, MA**  
NIP. 19650606 199403 1003

**Penguji Utama**



**Zainal Habib, M. Hum**  
NIP. 197609172006041002

**Ketua Penguji**



**Drs. Zainul Arifin, M. Ag**  
NIP. 196506061994031003

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi  
Tanggal, 17 Januari 2020

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



**Dr. Siti Mahmudah, M.Si.**  
NIP. 19671029 199403 2 001

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Megumitama  
NIM : 14410162  
Fakultas : Psikologi Universitas Islam Negeri Malang

Menyatakan bahwa penelitian yang peneliti buat dengan judul “Pengaruh *Body Image* Terhadap *Self-Esteem* Pada Mahasiswi Baru Fakultas Psikologi Univeristas IslamNegeri Maulana Malik Ibrahim Malang”, adalah benar-benar hasil peneliti sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Univesitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

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

Malang, 10 Maret 2020  
Peneliti,



Megumitama  
NIM : 14410162

**MOTTO**

**“Life is like riding a bicycle. To keep your balance, you must keep moving.”**

**-Albert Einstein**



## HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamduillah dengan segala puji syukur kepada Allah SWT dan atas dukungan orang – orang tercinta, akhirnya penelitian ini dapat terselesaikan meski masih terdapat kekurangan didalamnya. Oleh karena itu, dengan rasa bangga dan bahagia peneliti ucapkan rasa syukur dan terima kasih kepada:

1. Kedua orang tua, Bapak Mudasir dan Ibu Sri Pungkasi yang telah melahirkan dan membesarkan dengan baik ke dunia ini. Terima kasih sudah menjadi seorang malaikat tanpa sayap dan terima kasih telah memberi semangat serta doa tanpa henti.
2. Kakak saya Fierda Kabayo dan kakak ipar saya yang telah memberikan semangat dan support, dan doanya. Semoga selalu dalam lindungan Allah SWT.
3. Teman spesial saya Tio Septio Hadi yang telah menemani dan membantu dalam menyelesaikan penelitian ini. Terima kasih banyak untuk waktu, doa dan pengorbanannya. Semoga akan tetap selalu bersama nantinya dan semoga selalu dalam lindungana Allah SWT.

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji syukur kehadirat Allah SWT yang selalu melimpahkan rahmat, dan hidayah-Nya sehingga penyusunan penelitian yang berjudul “Pengaruh *Body Image* Terhadap *Self Esteem* Pada Mahasiswi Baru Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang” dapat terselesaikan. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kehadirat baginda Nabi besar Muhammad SAW, yang telah membimbing peneliti dari kegelapan menuju jalan kebaikan, yakni agama Islam.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan penelitian ini tidak akan berhasil dengan baik tanpa bimbingan dan sumbangan pemikiran dari berbagai pihak. Pada kesempatan kali ini peneliti ingin menyampaikan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Abdul Haris, M. Ag. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Ibu Dr. Siti Mahmudah, M. Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Muhammad Jamaluddin, M.Si selaku Ketua Jurusan Psikologi.
4. Ibu Dr. Yulia Solichatun, M.Si selaku Dosen Wali yang membimbing selama perkuliahan.
5. Bapak Aris Yuana Yusuf, Lc., MA selaku Dosen Pembimbing.
6. Bapak dan Ibu Dosen dan bagian Akademik Fakultas Psikologi beserta seluruh staf Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim

Malang yang selalu sabar melayani segala administrasi selama proses penelitian ini.

7. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu dan telah ikut serta membantu proses penelitian .

Semoga Allah SWT selalu melimpahkan rahmat dan balasan kebaikan kepada semua pihak yang telah membantu hingga terselesaikannya Penelitian ini. Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan penelitian ini masih banyak terdapat kekurangan – kekurangan dan jauh dari kesempurnaan, namun peneliti terus berusaha untuk membuat yang terbaik. Peneliti berharap penyusunan Penelitian yang sederhana ini bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Malang, ....., 2019  
Peneliti,

Megumitama  
NIM : 14410162

## DAFTAR ISI

<b>Halaman Persetujuan .....</b>	<b>iii</b>
<b>Halaman Pengesahan.....</b>	<b>iv</b>
<b>Pernyataan Orisinalitas .....</b>	<b>v</b>
<b>Motto .....</b>	<b>vi</b>
<b>Persembahan .....</b>	<b>vii</b>
<b>Kata Pengantar .....</b>	<b>viii</b>
<b>Daftar Isi .....</b>	<b>ix</b>
<b>Daftar Tabel.....</b>	<b>xii</b>
<b>Daftar Gambar .....</b>	<b>xiii</b>
<b>Daftar Lampiran .....</b>	<b>xiv</b>
<b>Abstrak.....</b>	<b>xv</b>
<b>Abstract.....</b>	<b>xvi</b>
<b>Abstrak (Arab) .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II KAJIAN TEORI .....</b>	<b>8</b>
A. Self-Esteem .....	8
1. Pengertian Self-Esteem .....	8
2. Faktor- faktor Self-Esteem .....	9
3. Aspek- Aspek Self-Esteem.....	10
4. Indikator-indikator Self-Esteem .....	11
5. Self-Esteem Dalam Perspektif Islam.....	11
B. <i>Body Image</i> .....	16
1. Pengertian <i>Body Image</i> .....	16
2. Faktor- Faktor <i>Body Image</i> .....	17
3. Aspek-Aspek <i>Body Image</i> .....	18
4. Indikator – Indikator <i>Body Image</i> .....	19
5. <i>Body Image</i> Dalam Perspektif Islam .....	20
C. Pengaruh <i>Self- esteem</i> terhadap <i>body image</i> pada mahasiswi .....	23
D. Hipotesis Penelitian.....	25
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
A. Desain Penelitian.....	27
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	27
C. Variable Penelitian data .....	28
D. Sampel dan Sampling.....	29
1. Sampel.....	29
3. Sampling.....	29

E. Teknik Pengumpulan Data.....	31
1. Angket .....	31
2. Blueprint.....	31
F. Validitas & Reliabilitas .....	33
1. Validitas .....	33
2. Reliabilitas.....	36
G. Analisis Data.....	37
H. Uji Normalitas.....	38
I. Uji Linieritas .....	38
J. Uji Regresi .....	39
K. Analisis Deskripsi .....	40
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>41</b>
A. Pelaksanaan Penelitian.....	41
1. Gambaran Umum Objek Penelitian .....	41
2. Tempat Penelitian.....	41
3. Jumlah Subjek Penelitian .....	45
4. Hambatan Yang Dijumpai.....	45
B. Hasil Penelitian .....	45
1. Hasil Validitas .....	45
2. Hasil Uji Validitas Aitem.....	45
3. Hasil Uji Reliabilitas .....	47
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>56</b>
A. Kesimpulan .....	56
B. Saran.....	57
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>58</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>61</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 blueprint skala <i>Self-Esteem</i> berdasarkan.....	31
Tabel 3.2 Blueprint Skala Body Image .....	32
Tabel 3.3 Respon Pilihan Jawaban Skala.....	33
Tabel 3.4 Uji Validitas Body Image .....	35
Tabel 3.5 Uji Validitas Self Esteem.....	35
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas <i>Body Image</i> dan <i>Self Esteem</i> .....	37
Tabel 3.7 Penggolongan Norma.....	40
Table 4.1 Hasil Uji Validitas Aitem Self Esteem .....	46
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas <i>Aitem Body Image</i> .....	47
Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas Aitem Skala Self Esteem .....	48
Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas Aitem Skala Body Image .....	48
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas .....	49
Tabel 4.6 Hasil Uji Lineritas.....	50
Tabel 4.7 Hasil Uji Regresi Body Image terhadap Self Esteem .....	50
Tabel 4.8 Kategorisasi Tingkat Self Esteem Mahasiswi Baru.....	51
Tabel 4.9 Kategorisasi Tingkat Body Image Mahasiswi Baru .....	52

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian .....	28
Gambar 3.1 Rumus Uji Validitas .....	34
Gambar 3.1 Rumus Uji Raliabilitas .....	36



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Body Image.....	61
Lampiran 2 Skala Self Esteem .....	64
Lampiran 3 Validitas Dan Reliabilitas Self Esteem.....	68
Lampiran 4 Validitas Dan Reliabilitas Body Image .....	70
Lampiran 5 Uji Normalitas .....	71
Lampiran 6 Uji Linieritas.....	72
Lampiran 7 Uji Regresi.....	73
Lampiran 8 Tabel Kategorisasi Self Esteem.....	74
Lampiran 9 Tabel Kategorisasi Body Image .....	75



## ABSTRAK

**Megumitama.** 14410162. Psikologi. 2019. Pengaruh *Body Image* Terhadap *Self-Esteem* Pada Mahasiswi Baru Psikologi Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang. Fakultas Psikologi. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing: **Aris Yuana Yusuf. Lc., MA**

---

**Kata Kunci:** Body Image, Self-Esteem  
Self-Esteem

Banyaknya remaja pada zaman sekarang berlomba-lomba untuk tampil sesempurna mungkin supaya diakui oleh teman sepele namun ternyata banyak remaja yang kehilangan harga diri akan permasalahan itu. Penelitian dengan judul “Pengaruh *Body Image* Terhadap *Self-Esteem* Pada Mahasiswi Baru Psikologi Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang”, memiliki rumusan masalah tentang bagaimana Tingkat dan Pengaruh *Body Image* Terhadap *Self-Esteem* Pada Mahasiswi Baru Psikologi Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang.

Serta bertujuan untuk mengetahui dan membuktikan apakah ada Pengaruh *Body Image* Terhadap *Self-Esteem* Pada Mahasiswi Baru Psikologi Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif regresi dengan teknik *Purposive Sampling* untuk pengambilan sampelnya. Serta pengukuran *self esteem inventory* (SEI) yang dikembangkan oleh Coopersmith dan *body image scale questionnaire* untuk mengukur *body image* yang dikembangkan oleh Cash, untuk pengumpulan datanya. Kemudian data akan di analisa dengan teknik korelasi product moment dengan bantuan SPSS.

Berdasarkan analisa data yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan bahwa tingkat *Self Esteem* pada mahasiswi baru dapat di kategorikan antara sedang 67,5 % dan tinggi 17,5%, kemudian tingkat *Body Image* pada mahasiswi baru dapat di kategorikan antara sedang 62% dan tinggi 23%. Maka ada korelasi sebesar 0,730 yang menunjukkan terdapat hubungan yang sangat kuat antara *body image* terhadap *self-esteem* dengan signifikansi  $p=0,266$  ( $p>0,05$ ) yang artinya sangat berpengaruh positif dan signifikansi antara *body image* terhadap *self esteem* pada mahasiswi baru psikologi UIN Malang.

**Kata Kunci:** *Body Image*, *Self-Esteem*, Psikologi

## ABSTRACT

**Megumitama.** 14410162. Psychology. 2019. The Effect of *Body Image* on *Self-Esteem* in New Psychology Students of Maulana Malik Ibrahim Islamic University of Malang. Psychology Faculty. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Supervisor: **Aris Yuana Yusuf. Lc., MA**

---

**Keywords:** *body Image*, Self - Esteem, Psychology

The number of teenagers today vying to appear as perfect as possible in order to be recognized by a friend of his age. Overview entity is a problem that seem trivial but in fact many teens who lose self-esteem will be problems. The study entitled "The Effect of Body Image Of Self - Esteem In New Student Psychology Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang", formulated the problem of how Level and Effects of Body Image Of Self-Esteem In New Student Psychology Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang.

And aims to determine and prove whether there Effect of Body Image Of Self - Esteem In New Student Psychology Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang.

This study uses a quantitative method of regression with purposive sampling technique for sampling. And the measurement of self-esteem inventory (SEI) developed by Coopersmith and body image questionnaire scale to measure body image developed by Cash, for data collection. Then the data will be analyzed by product moment correlation technique with SPSS.

Based on data analysis has been done, the conclusion that Self Esteem level on the new student can be categorized between being 67.5% and 17.5% higher, then Body Image at the student level can only be categorized among high was 62% and 23%. Then there is a correlation of 0.730 which shows a very strong correlation between body image to self - esteem with significance  $p = 0.266$  ( $p > 0.05$ ), which means very positive influence and significance between body image and self esteem against the freshman psychology UIN Malang ,

## مستخلص البحث

14410162. علم النفس. 2019. تأثير الصورة الجسدية على احترام الذات لطلاب علم النفس الجدد من جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية في مالانج. كلية علم النفس. UIN مولانا مالك إبراهيم مالانج.

المشرف: آريس يوانا يوسف. MA، Lc.

عدد المراهقين اليوم تتنافس لتبدو وكأنها الكمال ممكن من أجل أن تكون معترف بها من قبل أحد الأصدقاء من عمره. كيان لحظة مشكلة التي تبدو تافهة ولكنها في الواقع العديد من المراهقين الذين يفقدون الثقة بالنفس سيكون المشاكل. في دراسة بعنوان "أثر صورة الجسم الذاتي - جامعة علم النفس احترام في نيو طالب الإسلامية مولانا مالك إبراهيم مالانج"، وضعت مشكلة كيف مستوى وآثار صورة الجسم جامعة علم النفس

احترام الذات في نيو طالب الإسلامية مولانا مالك إبراهيم مالانج. ويهدف إلى تحديد وإثبات ما إذا كان هناك تأثير صورة الجسم الذاتي - جامعة علم النفس احترام في نيو طالب الإسلامية مولانا مالك إبراهيم مالانج.

تستخدم هذه الدراسة الأسلوب الكمي من الانحدار مع تقنية أخذ العينات الهادفة لأخذ العينات. وقياس المخزون احترام الذات (SEI) التي وضعتها Coopersmith وصورة الجسم مقياس لقياس questionnaire صورة الجسم وضعتها النقدية، لجمع البيانات. ثم سيتم تحليل البيانات من خلال تقنية ارتباط لحظة المنتج مع SPSS.

وبناء على تحليل البيانات التي تم القيام به، واستنتاج مفاده أنويمكن تصنيف مستوى احترام الذات على طالب جديد بين أن تكون 67.5% و 17.5% أعلى، ثمصورة الجسم في مستوى الطالب لا يمكن إلا أن تصنف من بين أعلى مستوى كان 62% و 23%. ثم هناك علاقة من 0.730 مما يدل على وجود علاقة قوية جدا بين صورة الجسم في تقرير المصير - احترام مع أهمية ص ( $P > 0.05$ ) = 0.266 ، مما يعني تأثير إيجابي جدا وأهميتها بين صورة الجسم وتقدير الذات ضد علم النفس طالبة UIN مالانج ،

كلمات البحث : صورة الجسم ، صاحبة - احترام، وعلم النفس

## BAB I

### LATAR BELAKANG

#### A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan suatu periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional (Santrock, 2007). Menurut Monks, Knoers, dan Haditono (2002) mahasiswa termasuk dalam masa remaja akhir (18-21 tahun), dimana masa ini sudah terjadi perubahan fisik, penambahan tinggi dan berat badan yang dramatis, perubahan bentuk tubuh, dan perkembangan karakteristik seksual seperti pembesaran buah dada, perkembangan pinggang dan kumis. Terkait dengan perubahan fisik yang terjadi, para remaja harus dapat menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif (Santrock, 2003).

Santrock (2003) menjelaskan bahwa pada masa remaja, banyak remaja yang disibukkan dengan bentuk tubuhnya dengan mengembangkan gambaran individual mengenai tubuh mereka (*body image*). Menurut Cash dan Pruzinsky (2002) gambaran tubuh merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif atau negatif pada dirinya sendiri. Selain itu, Cash dan Pruzinsky (2002) juga menjelaskan bahwa gambaran tubuh merupakan evaluasi dan pengalaman afektif seseorang terhadap atribut fisik, bisa dikatakan bahwa investasi dalam penampilan merupakan bagian utama dari evaluasi diri seseorang. Seawell dan Burg (2005) menjelaskan bahwa gambaran

tubuh adalah konstruk yang multi dimensional yang terdiri dari persepsi, kognisi, emosi, dan perilaku yang berkaitan dengan atribut fisik. Hal ini sejalan dengan penjelasan oleh Rombe (2014) yang menjelaskan bahwa body image merupakan suatu sikap atau perasaan puas dan tidak puas yang dimiliki oleh seseorang atau suatu individu tertentu terhadap tubuhnya sehingga dapat melahirkan suatu penilaian yang positif atau negatif pada dirinya tersebut.

Pada wawancara yang peneliti lakukan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Ketika peneliti mewawancarai mahasiswi berinisial A mengatakan hal ini dikarenakan bahwa dirinya terlalu gemuk, berjerawat, kusam dan berkulit gelap, sehingga terkadang dirinya merasa seperti anak tidak terawat dan membuat dirinya tidak percaya diri untuk memulai berkenalan dengan teman baru, A mengatakan bahkan ia pernah mengalami hal tidak menyenangkan dimana ia dihina oleh temen dekatnya bahwa ia hitam layaknya kecap ABC didepan umum yang membuatnya ia kehilangan kebahagiaan, kepercayaan diri, ketakutan, dan kehilangan harga diri. (Wawancara, 15 Maret 2018, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang).

Kemudian ada mahasiswi berinisial B yang mengatakan bahwa dirinya terlihat tidak terlalu tinggi, berkulit gelap dan kurus, sehingga merasa tidak memiliki bentuk tubuh yang ideal. Ia mengatakan bahwa sungguh menderita memiliki tubuh seperti itu membuat temannya selalu mengatakan dirinya seperti tulang ikan yang siap digigit hewan Anjing. Ia kehilangan harga diri sampai ia ingin bunuh diri karena segala cara sudah ia lakukan dari membeli susu penggemuk badan yang harganya sangat mahal dan juga olahraga secara rutin. Ia

selalu beranggapan bahwa ia merupakan wanita paling tidak cantik didunia. (Wawancara, 15 Maret 2018, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang).

Gambaran tubuh selalu dihubungkan dengan wanita karena tubuh wanita lebih sering ditampilkan di media daripada pria. Bukan hanya wanita saja yang memperhatikan gambaran tubuh, tetapi pria juga memperhatikan gambaran tubuhnya (Bordo, 2004). Menurut Papalia dkk (007), *body image* merupakan keyakinan (belief) yang evaluatif dan deskriptif mengenai penampilan diri sendiri. Menurut Honigam dan Castle (dalam Januar dan Putri 2007) *body image* merupakan gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang mempresepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan dirasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya dan atas penilaian orang lain terhadap dirinya. Widyatama (2010) menjelaskan bahwa *body image* merupakan gambaran jasmani, citra mental seseorang mengenai tubuhnya sendiri.

Cash dan Pruzinsky (2002) menjelaskan bahwa perkembangan *body image* itu sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya sosialisasi kebudayaan, pengalaman-pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, dan faktor kepribadian. Pada faktor kepribadian, menurut Cash dan Pruzinsky (2002) *self-esteem* merupakan hal yang sangat penting terkait dengan perkembangan *body image*. *Self-esteem* merupakan sikap yang dilihat berdasarkan pada persepsi mengenai nilai seseorang terhadap dirinya sendiri berupa sikap positif ataupun negatif (Rosenberg dalam Mruk, 2006). Rombe (dalam Prastowo,2012) mengatakan salah satu yang mempengaruhi *self esteem* adalah aktor fisik, yaitu ciri fisik dan penampilan wajah individu. Santrock (1998) menyatakan bahwa penampilan fisik

merupakan salah satu penyumbang yang besar pada *self-esteem* seseorang. Coopersmith (1967, dalam Emler 2001) mendefinisikan *self-esteem* sebagai sejauhmana individu mempercayai bahwa dirinya mampu, penting, berhasil, dan berharga. Dengan adanya *self-esteem*, maka individu akan merasa lebih percaya diri pada kelebihanannya dan merasa lebih berharga. Ketika individu memiliki *self-esteem* yang rendah, maka individu akan merasa inferior, helpless, kehilangan keberanian dan kepercayaan diri untuk menghadapi masalah-masalah dalam hidupnya Maslow (dalam Schultz & Schultz, 1994).

Branden (2001) menekankan *self-esteem* sebagai apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh individu tentang diri mereka sendiri, bukan mengenai apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh orang lain tentang diri kita. Branden (2001) menambahkan bahwa *self-esteem* merupakan gabungan antara kepercayaan diri (*self-confidence*) dan penghormatan diri (*self-respect*). Menurut Plotnik (2005), *self-esteem* adalah sejauh mana kita menyukai dan menghargai diri sendiri, kepentingan diri sendiri, daya tarik diri sendiri dan kompetensi sosial diri sendiri. Sedangkan Santrock (2009) memberikan definisi *self-esteem* yang lebih luas, yaitu sebagai evaluasi terhadap diri sendiri secara keseluruhan. Larsen & Buss (2010) menjelaskan *self-esteem* sebagai reaksi negatif atau positif terhadap *self-concept*.

*Self-esteem* (harga diri) adalah komponen evaluative dari konsep diri, yang terdiri dari evaluasi global dari diri seorang yang merupakan aspek dari konsep diri (Bee dan Denise, 2007: 287). *Self-esteem* mengacu pada anggapan evaluative seseorang pada dirinya atau penilaian diri sebagai berharga atau bermartabat, dan diasosiasikan dengan konsep diri seorang (Mapiarre A.T, 2006). Menurut severe

(2002) harga diri adalah sikap atau pendapat seseorang tentang diri sendiri. Sejalan dengan pendapat Severe di atas (2002) menyatakan bahwa *self-esteem* adalah apa yang individu rasakan mengenai dirinya hal ini mengandung arti bahwa tinggi rendahnya *self-esteem* seseorang tergantung pada dirinya sendiri, bagaimana dia merasakan/memandang kehidupannya secara positif/negative. Coopersmith (dalam Nur Aziz, 2006) menyatakan bahwa *self-esteem* merupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya, terutama sikap menerima, menolak, dan indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan, keberhargaan.

*Self-esteem* merupakan sebuah nilai perbandingan antara diri ideal seseorang dengan kenyataan yang dia dapati secara fisik. Harga diri tumbuh seiring dengan pertumbuhan seseorang mulai dari kecil seseorang akan mencari figure yang menjadi acuan sebagai acuan hidupnya, kemudian dia akan memodel figur tersebut dalam segala aspeknya sebagai diri yang ideal (dalam Nur Aziz, 2006).

Banyaknya remaja pada zaman sekarang berlomba-lomba untuk tampil sesempurna mungkin dengan memiliki kulit yang mulus, putih dan bersih serta tubuh yang tinggi dengan berat badan yang ideal supaya diakui oleh teman sepekerannya membuat remaja lain yang memiliki masalah pada gambaran tubuh merasa tidak puas pada dirinya sehingga menyalahkan diri sendiri atas segala yang sudah ia miliki akan tubuhnya, tak heran banyak remaja yang stress, depresi, kehilangan kepercayaan diri, kehilangan motivasi menurun bahkan kehilangan harga diri. Mahasiswi baru Psikologi di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang merupakan mahasiswi yang sedang beradaptasi dengan lingkungannya, hal itu membuat mereka harus menunjukkan sisi luar diri mereka

yaitu gambaran tubuh yang mereka miliki dimana merupakan kesan pertama yang akan dilihat oleh mahasiswi lainnya. Maka dari itu peneliti melakukan penelitian yang berjudul “ Pengaruh *Body Image* terhadap *Self-Esteem* pada Mahasiswi Baru Psikologi di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang”. Semua remaja memiliki masalah pada kehidupannya untuk bisa menghadapi masalah lainnya dimasa depan. Gambaran badan merupakan suatu masalah yang terlihat sepele namun ternyata banyak remaja yang kehilangan harga diri akan permasalahan itu.

## **B. Rumusan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dalam penelitian yang akan dilaksanakan ini, penelitian mengambil rumusan masalah yaitu:

1. Bagaimana Tingkat *Self-Esteem* Mahasiswi Baru Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?
2. Bagaimana Tingkat *Body Image* Mahasiswi Baru Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?
3. Apakah ada Pengaruh *Body Image* terhadap *Self-Esteem* pada Mahasiswi Baru Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?

## **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian Kuantitatif ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui tingkat *Self-Esteem* Mahasiswi Baru Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

2. Mengetahui tingkat *Body Image* Mahasiswi Baru Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Membuktikan apakah ada Pengaruh dari *Body Image* terhadap *Self-Esteem* pada Mahasiswi Baru Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Secara Teoritis Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangsih dalam mengurangi stress pada mahasiswi baru psikologi tentang gambaran badan yang selalu dibandingkan dengan mahasiswi lainnya yang berpengaruh pada self-esteem.
2. Secara peraktis penelitian ini diharapkan menjadi salah satu cara dan masukan bagi mahasiswi Baru Psikologi Universitas Islam Negeri Maulan Malik Ibrahim Malang.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Self-Esteem

##### 1. Pengertian *Self-Esteem*

Coopersmith (Mruk, 2006) menyatakan bahwa *self-esteem* merupakan evaluasi individu dan kebiasaan memandang dirinya sendiri, yang mengarah pada penerimaan atau penolakan, serta keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki, ataupun penilaian personal mengenai perasaan berharga yang diungkapkan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya. *Self-esteem* merupakan penilaian terhadap dirinya sendiri yang menyatakan sikap sejauh mana orang menganggap dirinya mampu, berarti, sukses, dan berharga (Cervone & Pervin, 2011). Selain itu, Baron dan Byrne (2005) menyatakan bahwa *self-esteem* merupakan evaluasi diri yang dibuat oleh setiap individu, sikap tersebut 18 berupa sikap positif hingga negatif.

Gunarsa (2009) juga menyatakan bahwa *self-esteem* adalah aspekkepribadian yang merupakan kunci terpenting dalam pembentukan perilaku seseorang, karena hal ini berpengaruh pada proses berpikir, tingkat emosi, keputusan yang diambil bahkan pada nilai-nilai dan tujuan hidup seseorang. Santrock (2003) Mendefinisikan *self-esteem* merupakan evaluasi yang menyeluruh pada diri seseorang. Dari penjabaran diatas maka dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* adalah *self-esteem* penilaian individu terhadap kehormatan dirinya sendiri yang sifatnya implisit dan tidak diverbalisasikan dan

menggambarkan sejauh mana individu tersebut menilai dirinya sebagai orang yang memiliki kemampuan, keberartian, berharga dan kompeten.

## 2. Faktor- faktor *Self-Esteem*

Menurut Wirawan dan Widyastuti (dalam Sari, 2010), terdapat beberapafaktor yang mempengaruhi self-esteem, antara lain:

- a. Faktor Fisik Penampilan fisik seperti karakteristik wajah, bentuk tubuh, dan sebagainya dapat mempengaruhi self-esteem individu. Beberapa orang yang memiliki wajah yang menarik cenderung memiliki self-esteem yang lebih tinggi.
- b. Faktor Psikologis Faktor psikologis yang dimaksud misalnya kepuasan kerja, persahabatan, kehidupan romantis, dan lain-lain. Seorang wanita yang diperlakukan dengan romantis oleh pasangannya cenderung memiliki self-esteem yang lebih tinggi.
- c. Faktor Lingkungan Sosial Faktor lingkungan sosial seperti orang tua dan teman turut mempengaruhi pembentukan self-esteem. Ketika orang tua dapat menerima kelebihan dan kekurangan anaknya, maka anak juga dapat menerima dirinya sendiri. Tetapi, apabila orang tua menuntut anak lebih tinggi dari kemampuan anak sebenarnya, anak dapat merasa dirinya tidak mampu dan tidak diterima oleh orang tuanya. Semakin dewasa seorang individu, maka semakin banyak orang di lingkungan sosialnya yang mempengaruhi pembentukan self-esteem dirinya.
- d. Faktor Tingkat Inteligensi Semakin tinggi tingkat inteligensinya, maka individu cenderung memiliki *self-esteem* yang lebih tinggi.

- e. Faktor Status Sosial-Ekonomi Secara umum, individu yang berasal dari status sosial-ekonomi yang lebih tinggi cenderung memiliki self-esteem yang lebih tinggi juga.
- f. Faktor Ras dan Kebangsaan Individu yang berasal dari ras minoritas cenderung memiliki self-esteem yang lebih rendah ketika berada di tengah ras mayoritas. Misalnya, saat seorang pelajar kulit hitam menjalani pendidikan di sekolah yang mayoritas kulit putih, pelajar kulit hitam tersebut cenderung memiliki self-esteem yang lebih rendah.
- g. Faktor Urutan Keluarga Anak tunggal cenderung memiliki self-esteem yang lebih tinggi daripada anak-anak yang memiliki saudara kandung.

### 3. Aspek- Aspek *Self-Esteem*

Coopersmith (1974), membagi *self-esteem* menjadi 4 aspek yakni:

- a. *Power* yaitu kekuatan untuk bisa mengatur dan mengontrol tingkah laku, maupun berpendapat yang didasarkan oleh adanya pengakuan dan rasa hormat yang diterima individu dari orang lain.
- b. *Significance* yakni kepedulian, pandangan positif terhadap diri sendiri, perhatian dan afeksi yang diterima individu dari orang lain yang mengindikasikan penerimaan terhadap individu di lingkungan sosialnya
- c. *Virtue*, adanya suatu ketaatan untuk mengikuti standar moral, etika dan agama dimana individu akan menjauhi tingkah laku yang harus dihindari dan melakukan tingkah laku yang diperbolehkan untuk moral, etika dan agama.

- d. *Competence*, menunjukkan adanya suatu kemampuan untuk sukses memenuhi tuntutan prestasi yang ditandai dengan keberhasilan individu dalam mengerjakan tugas dengan baik.

#### 4. Indikator-indikator *Self-Esteem*

Coopersmith (1974), mengatakan bahwa indicator *Self-esteem* ialah:

- a. Kemampuan individu mengontrol tingkah laku
- b. Dihormati orang lain
- c. Memiliki pendapat yang diterima oleh orang lain
- d. Menerima kepedulian dari orang lain
- e. Menerima perhatian, afeksi dan ekspresi cinta dari orang lain
- f. Memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri
- g. Mendapat penerimaan dari lingkungan dengan apa adanya
- h. Taat untuk mengikuti etika, norma atau standar moral yang harus dihindari dan harus dilakukan
- i. Mampu untuk sukses
- j. Memiliki tuntutan prestasi yang ditandai dengan keberhasilan
- k. Dapat mengerjakan tugas dengan baik

#### 5. Telaah Teks Psikologi

- a. Sampel Teks Psikologi

Menurut Coopersmith (Mruk, 2006) *self-esteem* merupakan evaluasi individu dan kebiasaan memandang dirinya sendiri, yang mengarah pada penerimaan atau penolakan, serta keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki, ataupun penilaian personal mengenai perasaan berharga yang diungkapkan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya. *Self-esteem* merupakan penilaian terhadap dirinya

sendiri yang menyatakan sikap sejauh mana orang menganggap dirinya mampu, berarti, sukses, dan berharga (Cervone & Pervin, 2011).

Menurut Baron dan Byrne (2005) *self-esteem* merupakan evaluasi diri yang dibuat oleh setiap individu, sikap tersebut 18 berupa sikap positif hingga negatif.

Menurut Gunarsa (2009) *self-esteem* adalah aspek kepribadian yang merupakan kunci terpenting dalam pembentukan perilaku seseorang, karena hal ini berpengaruh pada proses berpikir, tingkat emosi, keputusan yang diambil bahkan pada nilai-nilai dan tujuan hidup seseorang.

Menurut Santrock (2003) *self-esteem* merupakan evaluasi yang menyeluruh pada diri seseorang. Dari penjabaran di atas maka dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* adalah *self-esteem* penilaian individu terhadap kehormatan dirinya sendiri yang sifatnya implisit dan tidak diverbalisasikan dan menggambarkan sejauh mana individu tersebut menilai dirinya sebagai orang yang memiliki kemampuan, keberartian, berharga dan kompeten.

Menurut (Naemeka & Solomon, 2014) seseorang menilai gambaran tubuhnya dengan cara merasakandari penampilan fisik mereka sendiri, biasanya dalam hubungannya dengan orang lain atau dalam hubungan dengan budaya ideal dapat membentuk *body image* seseorang. Persepsi seseorang terhadap penampilannya terkadang berbeda dengan persepsi orang lain saat melihat penampilannya.

Menurut Grogan (2008) ketidakpuasan bentuk tubuh terjadi jika memiliki perasaan negatif pada tubuhnya, sehingga akan merasa bentuk tubuh dan penampilannya tidak sesuai dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan sosialnya.

Menurut Cash dan Smolak (2011) *body image* adalah sebuah konstruk yang memiliki berbagai dimensi. Beberapa dimensi tersebut merepresentasikan bagaimana cara seseorang dapat berfikir, merasakan, serta berperilaku berdasarkan pengalaman psikologis dan kemudian mempengaruhi persepsi terhadap penampilan fisik seseorang

## b. Sampel Teks Islam

## 1) QS. Ali Imran: 14

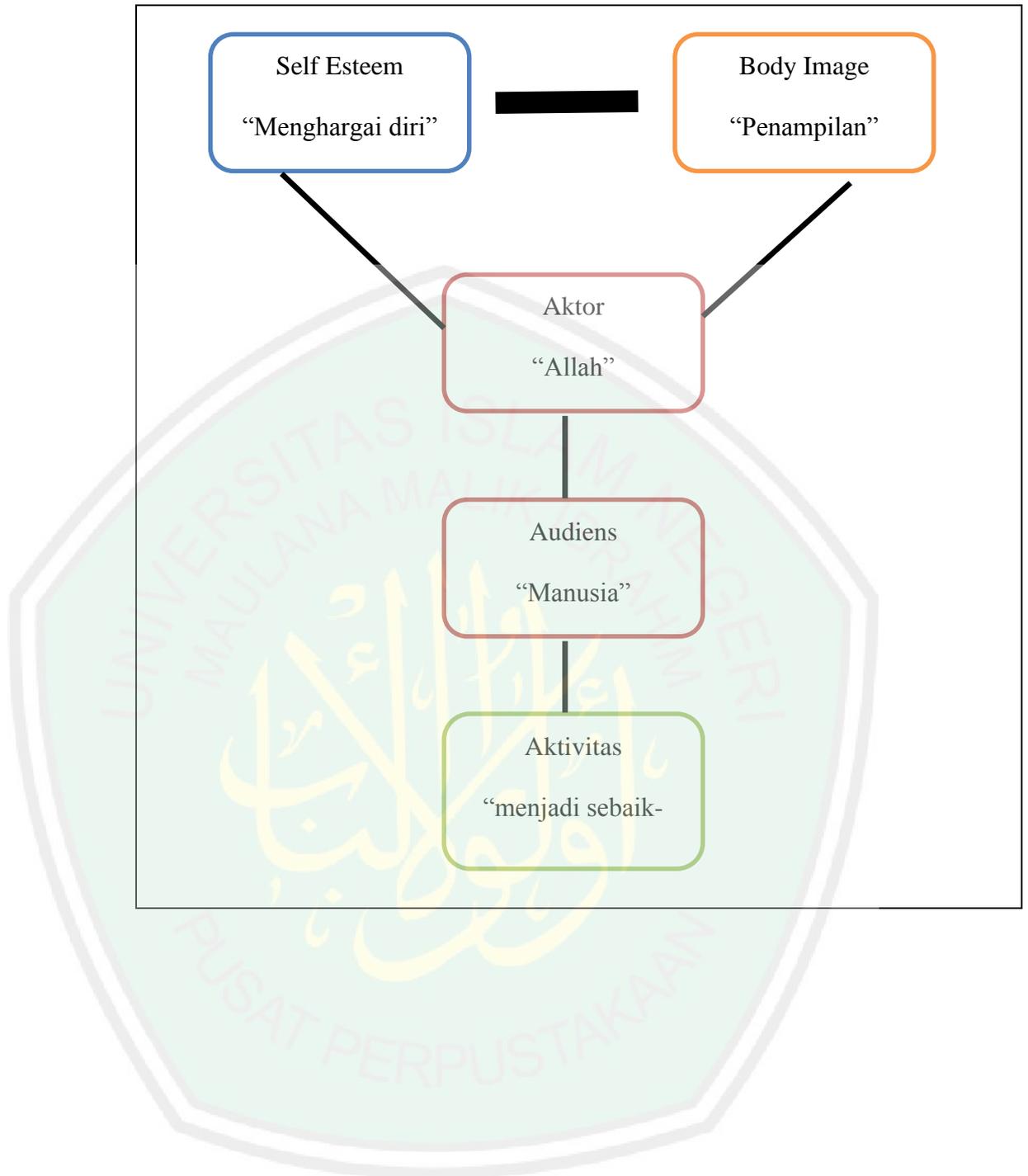
زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ  
وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَمِ وَالْحَرثِ قُلْ ذَٰلِكَ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا ۗ وَاللَّهُ عِنْدَهُ حَسَنُ  
الْمَثَابِ (١٤)

Artinya: *Dijadikan indah pada (pandangan) manusia kecintaan kepada apa-apa yang diingini, yaitu: wanita-wanita, anak-anak, harta yang banyak dari jenis emas, perak, kuda pilihan, binatang-binatang ternak dan sawah ladang. Itulah kesenangan hidup di dunia, dan di*

No	lafadz Ayat	Terjemahan	Makna Psikologi
1	زين	Dijadikan indah pada pandangan	Persepsi
2	للناس	Manusia	Individu
3	حب	Kecintaan	<i>Happiness</i>
4	الشهوات	kepada apa-apa yang diingini	<i>Happiness</i>
5	من النساء	Wanita-wanita	Komunitas
6	والبنين	Anak-anak	Komunitas
7	والقنطير المقتنطرة	Harta yang banyak	<i>Happiness</i>

8	من الذهب والفضة	Dari jenis perak dan emas	-
9	والخيل	Kuda pilihan	-
10	المسومة	Binatang-binatang ternak	-
11	والانعم والحرث	Sawah dan ladang	-
12	ذلك متع الحياة الدنيا	Itulah kesenangan hidup didunia	<i>Happiness</i>
13	والله عنده حسن المثاب	Dan disisi Allah lah tempat kembali yang baik (surga)	Reward

## 1. Pola Teks



## 2. Analisis Komponen Teks

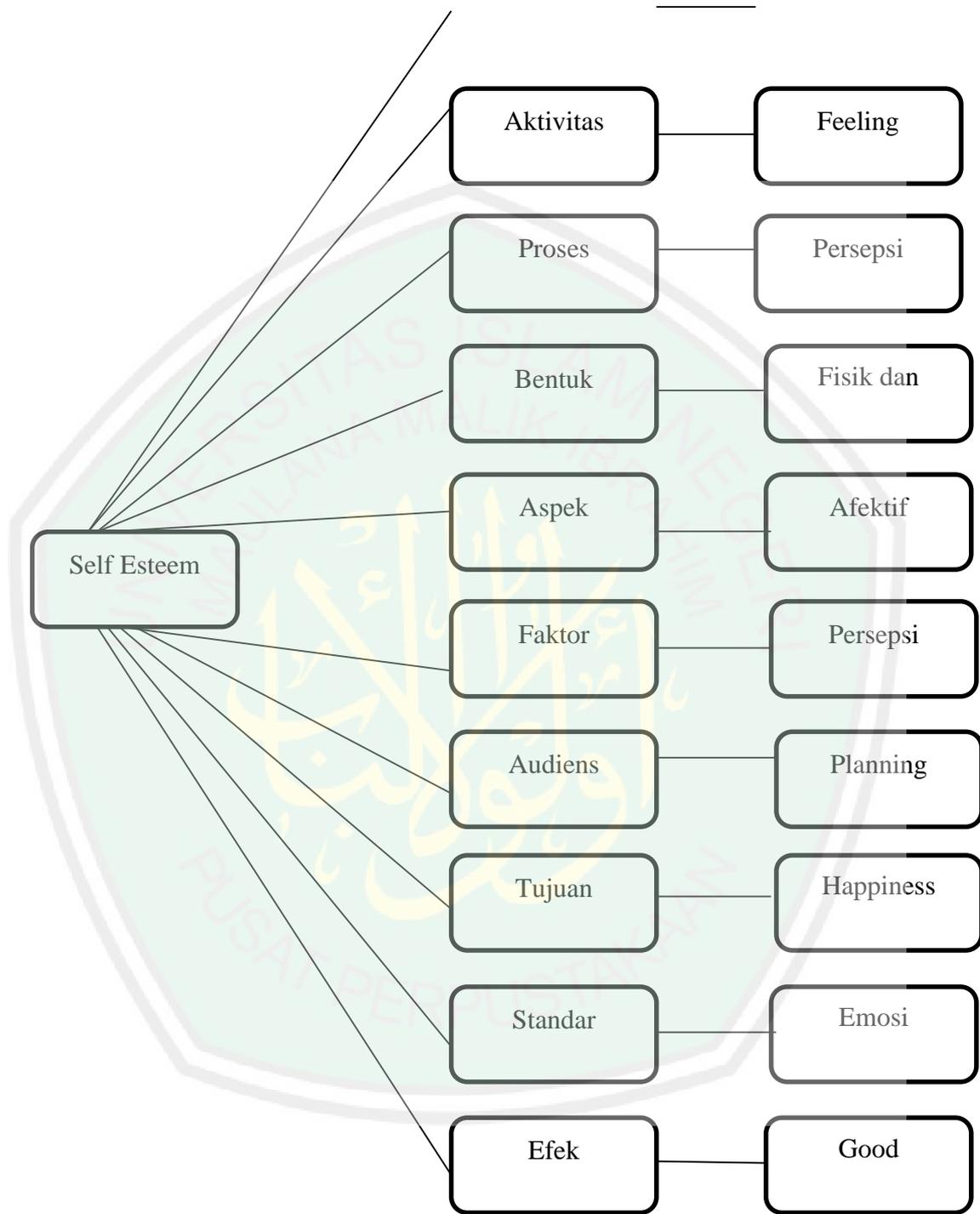
No	Komponen	Kategori	Teks	Makna	Substansi Psikologi	Sumber
1.	Aktor	a. Individu b. Partnership c. Komunitas	, من النساء للناس والبنين	Manusia, wanita-wanita, anak-anak	Individu	Ali Imran : 14
2.	Aktivitas	a. Verbal b. Non verbal	حب	Kecintaan	<i>Feeling</i>	Ali Imran 14
3.	Proses	a. Planning b. Spontan	زين	Dijadikan indah pada (pandangan) manusia kecintaan kepada apa- apa yang diingini	Persepsi	Ali Imran 14
4.	Bentuk	a. Fisik b. Psikis	الشحوت	Kepada apa- apa yang diinginkan dan dicintai	Fisik dan psikis	Ali Imran 14
5.	Aspek	a. Kognitif b. Afektif c. Psikomotori	ذلك متع الحياة الدنيا	Itulah kesenangan hidup dunia	Afektif	Ali Imran 14
6.	Faktor	a. Internal b. Eksternal	زين	Dijadikan indah pada (pandangan) manusia kecintaan kepada apa- apa yang diingini	Persepsi	Ali Imran 14

7.	Audiens	a. Individu b. Partnership c. Komunitas	زين	Dijadikan indah pada (pandangan) manusia kecintaan kepada apa-apa yang diingini	Planning	Ali Imran : 14
8.	Tujuan	a. Direct b. Indirect	والقنطرة المقتطرة	Harta yang banyak	<i>Happiness</i>	Ali Imran : 14
9.	Standar	a. Sosial b. Susila c. Agama d. Hukum	ذلك متع الحياة الدنيا	Itulah kesenangan hidup dunia	Emosi negatif	Ali Imran : 14
10.	Efek	a. Fisik b. Psikis	زين	Cantik	<i>Good looking</i>	Ali Imran : 14

## 3. Peta Konsep

Aktor

Individu



#### 4. Simpulan Teks dan Telaah dalam Perspektif Islam

##### a. Rumusan secara umum

*Self Esteem* dapat diartikan sebagai penilaian individu terhadap kehormatan dirinya sendiri yang sifatnya implisit dan tidak diverbalisasikan dan menggambarkan sejauh mana individu tersebut menilai dirinya sebagai orang yang memiliki kemampuan, keberartian, berharga dan kompeten. yang berbentuk aktifitas fisik maupun psikis serta berdasarkan aspek kognitif, afektif maupun psikomotorik. Sedangkan *body image* adalah gambaran diri seseorang yang tertanam dalam pikiran bawah sadar yang akan menentukan siapa dirinya. Citra diri kita dibentuk sejak lahir dari lingkungan, pengalaman masa lalu, dan juga pengaruh orang lain. Dengan beragamnya karakter manusia dan juga budaya, citra diri seseorang tidak selalu menjadi positif. Perbedaan prinsip, keyakinan, dan juga pola pikir keluarga dan pengaruh lingkungan pergaulan bisa saja membentuk citra diri yang negatif bagi masyarakat yang berbeda prinsip dengan lingkungan kita.

Aktivitas tersebut dilakukan karena adanya dorongan berupa faktor internal dan eksternal, yang mana aktivitas tersebut mempunyai tujuan secara langsung dan tidak langsung berupa adanya efek pada fisik maupun psikis, bagi orang lain maupun kelompok. Adapun aktivitas tersebut dilakukan berdasarkan adanya norma-norma kehidupan. Aktivitas ini memiliki pengaruh yang besar terhadap kehidupan pribadi individu maupun kelompok secara psikis. Tujuan dari dilakukannya aktivitas tersebut adalah untuk mencapai suatu kepuasan yaitu *happiness*

##### b. Rumusan secara partikular

*Self Esteem* dapat diartikan sebagai amal perbuatan yang dilakukan oleh seorang mukmin baik laki-laki maupun perempuan atau kumpulan orang muslin yang beriman dengan cara menghargai setiap pemberian dari Allah dalam segi apapun, mensyukuri segala nikmatnya dan mensyukuri apa yang telah

dimiliki saat ini. Sedangkan *body image* adalah salah satu nikmat dan karunia yang telah Allah berikan kepada hamba-hambanya

### 5. *Self-Esteem* Dalam Perspektif Islam

*Self esteem* atau

(kemampuan) banyak dijelaskan didalamnya.

*a. Power* atau kekuatan adalah suatu potensi yang bersumber dari Allah yang diberikan kepada manusia yang dikehendaknya. Manusia merupakan manusia yang istimewa apabila bisa memanfaatkan kekuatannya dalam segi positif, karena dengan kekuatan manusia bisa mengatur dan mengontrol tingkah laku dirinya, terutama dalam menjalani hidup sosial karena manusia adalah makhluk sosial yang saling membutuhkan antara satu dengan yang lainnya dalam menjalani hidup, dengan kekuatan yang positif manusia bisa dihormati dan dihargai orang lain, tetapi terkadang manusia terlihat tidak istimewa ketika melihatkan *power* yang berlebihan sehingga menjadikan kesombongan. Seperti yang terkandung dalam al-quran surat Al-Fushilat ayat 15 yaitu :

أَشَدُّ هُوَ خَلَقَهُمُ الَّذِي أَنْ يَرَوْا أَوْلَمُ ۗ قُوَّةً مِّنَّا أَشَدُّ مَنْ وَقَالُوا الْحَقَّ بَعِيرِ الْأَرْضِ فِي فَاسْتَكْبَرُوا عَادَ فَأَمَّا  
يَجْحَدُوا بِآيَاتِنَا وَكَانُوا ۗ قُوَّةً مِنْهُمْ

Artinya: Adapun kaum 'Aad Maka mereka menyombongkan diri di muka bumi tanpa alasan yang benar dan berkata: "Siapakah yang lebih besar kekuatannya dari kami?" dan apakah mereka itu tidak memperhatikan bahwa Allah yang

*menciptakan mereka adalah lebih besar kekuatan-Nya daripada mereka? dan adalah mereka mengingkari tanda-tanda (kekuatan) kami.*

**b. Significance** atau keberartian bisa berasal dari internal maupun eksternal diri kita, keberartian merupakan sikap yang bisa memandang nilai positif dalam diri sendiri, sehingga kehangatan dan keramahan juga akan muncul dengan sendirinya, dengan keberartian bisa memunculkan jiwa sosial yang tinggi, *Significance* atau keberartian dapat diartikan sikap asertiv yaitu mementingkan kepentingan orang lain dari pada diri sendiri. Al-quran juga menjelaskan supaya kita lebih mementingkan kepentingan sosial atau umum dari pada kepentingan diri sendiri, seperti yang di jelaskan dalam Al-qur'an surat Al-Hasyr Ayat 9:

أَوْتُوا مِمَّا حَاجَةً صُدُورِهِمْ فِي يَجْدُونَ وَلَا إِلَيْهِمْ هَاجِرَ مَنْ يُجْبُونَ قَبْلِهِمْ مِنَ الْإِيمَانِ الدَّارَ تَبَوَّءُوا وَالَّذِينَ  
الْمُفْلِحُونَ هُمْ فَأَوْلَىٰ لَكَ نَفْسِهِ شُحَّ يُوقَ وَمَنْ ۖ خَصَّاصَةٌ بِهِمْ كَانَ وَلَوْ أَنفُسِهِمْ عَلَىٰ وَيُؤْتِرُونَ

Artinya :*Dan orang-orang yang Telah menempati kota Madinah dan Telah beriman (Anshor) sebelum (kedatangan) mereka (Muhajirin), mereka (Anshor) 'mencintai' orang yang berhijrah kepada mereka (Muhajirin), dan mereka (Anshor) tiada menaruh keinginan dalam hati mereka terhadap apa-apa yang diberikan kepada mereka (Muhajirin); dan mereka mengutamakan (orang-orang Muhajirin), atas diri mereka sendiri, sekalipun mereka dalam kesusahan. dan siapa yang dipelihara dari kekikiran dirinya, mereka Itulah orang-orang yang beruntung.*

**c. Virtue** atau kebajikan adalah kebutuhan manusia dalam menjalankan hidup, karena dengan kebijakan manusia akan faham serta taat untuk mengikuti etika

yang ada, dengan kebijakan sikap maupun perkataan manusia akan merasakan kedamaian dan salah satu ajaran Islam yang wajib diterapkan yaitu berbuat baik dalam hal ini bukan hanya berlaku pada sesama umat islam tetapi kepada semua makhluk ciptaan Allah seperti manusia, hewan atau tumbuhan. Dan salah satu ayat yang menjelaskan pada surat An-Nahl ayat 30 yaitu:

﴿ خَيْرُ الْأَخْرَةِ وَالدَّارِ ۖ حَسَنَةُ الدُّنْيَا هَذِهِ فِي أَحْسَنُوا لِلَّذِينَ ۖ خَيْرًا قَالُوا ۖ رَبُّكُمْ أَنْزَلَ مَاذَا اتَّقُوا لِلَّذِينَ وَقِيلَ الْمُتَّقِينَ دَارُ وَنِعْمَ

Artinya : *Dan dikatakan kepada orang-orang yang bertakwa: "Apakah yang Telah diturunkan oleh Tuhanmu?" mereka menjawab: "(Allah Telah menurunkan) kebaikan". orang-orang yang berbuat baik di dunia Ini mendapat (pembalasan) yang baik. dan Sesungguhnya kampung akhirat adalah lebih baik dan Itulah sebaik-baik tempat bagi orang yang bertakwa.*

Dalam surat Ali Imran ayat 92 juga menjelaskan tentang kebijakan:

﴿ عَلَٰ بِهٖ اَللّٰهُ فَاِنَّ شَيْءٍ مِّنْ تُنْفِقُوْا وَمَا ۖ تُحِبُّوْنَ مِمَّا تُنْفِقُوْا حَتّٰى الْبِرِّ تَتَّالُوْا لَنْ

Artinya : *Kamu sekali-kali tidak sampai kepada kebajikan (yang sempurna), sebelum kamu menafkahkan seahagian harta yang kamu cintai. dan apa saja yang kamu nafkahkan Maka Sesungguhnya Allah mengetahuinya.*

**d. Competence** atau kemampuan dapat diartikan sebagai kesanggupan dalam mengerjakan sesuatu. Manusia mempunyai kemampuan untuk sukses dan kemampuan dalam menyelesaikan masalah. Kemampuan berbeda dengan kekuatan, kemampuan lebih diartikan sebagai hal diruang fisik seperti halnya keadaan dari seseorang atau skill yang dimiliki, setiap manusia mempunyai

tingkat kemampuan yang berbeda tetapi orang yang berhasil adalah orang yang bisa memanfaatkan kemampuan yang dimilikinya, dalam perjalanan hidup tuhan tidak pernah menguji atau membebani umatnya dari batas kemampuannya, sehingga Islam membedakan beban yang ditanggung setiap manusia.

Dijelaskan dalam Al-qur'an surat Al-Muk minun ayat 62 yaitu :

يُظَلَمَ لَا وَهُمْ بِالْحَقِّ يَنْطِقُ كِتَابٌ وَلَدِينَا ۖ وَسَعَهَا إِلَّا نَفْسًا نُكَلِّفُ وَلَا

Artinya : *Kami tiada membebani seseorang melainkan menurut kesanggupannya, dan pada sisi kami ada suatu Kitab yang membicarakan kebenaran, dan mereka tidak dianiaya.*

Dari penjelasan ayat-ayat Al-qur'an tersebut secara tidak langsung merupakan aspek-aspek dari *Self esteem*, manusia merasakan dirinya sendiri, dimana manusia akan menilai tentang dirinya sehingga mempengaruhi perilaku dalam kehidupannya sehari-hari. Manusia yang memiliki *Self esteem* yang tinggi, lebih menghargai dirinya atau melihat dirinya sebagai sesuatu yang bernilai dan dapat mengenali kesalahan- kesalahannya, tetapi tetap menghargai nilai-nilai yang ada pada dirinya.

NO	Teks	Makna	Subtansi	Aspek <i>Self esteem</i>	Sumber
1	مِقْوَةٌ	Kuat	Mempunyai kekuatan	<i>Power</i> atau kekuatan	Al-Fushilat ayat 15

2	وَأَثَرُونَ	Mengutamakan	keberartian merupakan sikap yang bisa memandang nilai positif dalam diri sendiri dengan Mengutamakan kepentingan orang lain	<i>Significance</i> atau keberartian	Al-Hasyr Ayat 9
3	خَيْرًا	Kebaikan	berbuat baik adalah salah satu bentuk dari kebajikan	<i>Virtue</i> atau kebajikan	An-Nahl ayat 30
	الْبِرِّ	Kebajikan	Menjadi bijak		Ali Imran ayat 92
4	وُسْعَهَا	Kesanggupan	Kesanggupan dalam mengerjakan sesuatu	<i>Competence</i> atau kemampuan	Al-Muk minun ayat 62

## B . Body Image

### 1. Pengertian *Body Image*

Seseorang menilai gambaran tubuhnya dengan cara merasakan dari penampilan fisik mereka sendiri, biasanya dalam hubungannya dengan orang lain atau dalam hubungan dengan budaya ideal dapat membentuk *body image* seseorang. Persepsi seseorang terhadap penampilannya terkadang berbeda dengan persepsi orang lain saat melihat penampilannya (Naemeka & Solomon, 2014). Grogan (2008) menyatakan ketidakpuasan bentuk tubuh terjadi jika memiliki perasaan negatif pada tubuhnya, sehingga akan merasa bentuk tubuh dan

penampilannya tidak sesuai dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan sosialnya.

Menurut Cash dan Smolak (2011) *body image* adalah sebuah konstruk yang memiliki berbagai dimensi. Beberapa dimensi tersebut merepresentasikan bagaimana cara seseorang dapat berfikir, merasakan, serta berperilaku berdasarkan pengalaman psikologis dan kemudian mempengaruhi persepsi terhadap penampilan fisik seseorang. Menurut penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa *body image* adalah gambaran diri seseorang yang tertanam dalam pikiran bawah sadar yang akan menentukan siapa dirinya. Citra diri kita dibentuk sejak lahir dari lingkungan, pengalaman masa lalu, dan juga pengaruh orang lain. Dengan beragamnya karakter manusia dan juga budaya, citra diri seseorang tidak selalu menjadi positif. Perbedaan prinsip, keyakinan, dan juga pola pikir keluarga dan pengaruh lingkungan pergaulan bisa saja membentuk citra diri yang negatif bagi masyarakat yang berbeda prinsip dengan lingkungan kita.

## 2. Faktor- Faktor *Body Image*

Menurut Cash dan Pruzinsky (2002) bahwa perkembangan *body image* itu sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

- a. Sosialisasi kebudayaan Budaya menentukan berbagai cara untuk mengubah tubuh sehingga mencapai harapan masyarakat misalnya dengan diet, berolahraga, dan menggunakan produk kecantikan.
- b. Pengalaman-pengalaman interpersonal Sosialisasi tentang makna tubuh seseorang melibatkan lebih dari pesan berbasis budaya dan

media. Komunikasi verbal dan nonverbal disampaikan dalam interaksi dengan anggota keluarga, teman sebaya, dan bahkan orang asing. Komentar dan kritik dari orangtua mengungkapkan tingkat penampilan fisik yang dinilai di dalam keluarga akan berpotensi membentuk standar untuk membandingkan seorang anak dengan dirinya sendiri. Selain itu, saudara kandung dapat memberikan standar perbandingan sosial untuk penilaian penampilan anak.

- c. Karakteristik fisik Pengembangan *body image* tentu saja dipengaruhi oleh karakteristik fisik seseorang. Fisik seseorang mempengaruhi bagaimana orang diperlakukan oleh orang lain. Pada tahun 1990, Lerner dan Jovanovic menyajikan "model kebaikan" yang mengusulkan bahwa seberapa baik penampilan seseorang sesuai dengan standar sosial, daya tarik fisik mungkin sangat penting dalam evaluasi diri seseorang. Proses ini dapat dimediasi oleh umpan balik sosial, seperti anak-anak dengan kelebihan berat badan menerima lebih banyak godaan dan penolakan sosial. Namun, evaluasi *body image* mungkin juga berasal dari penilaian diri sendiri sehubungan dengan standar internal yang tidak sesuai dengan standar.
- d. Faktor kepribadian Faktor kepribadian individu juga mempengaruhi pembentukan citra tubuh. Harga diri mungkin yang paling penting dari faktor-faktor ini. Harga diri yang positif dapat memfasilitasi pengembangan evaluasi positif tubuh seseorang dan berfungsi sebagai penyangga terhadap peristiwa yang mengancam citra tubuh seseorang.

### 3. Aspek-Aspek *Body Image*

Cash dan Pruzinsky (2002) mengemukakan ada lima aspek dalam pengukuran *body image*, yaitu :

- a. *Appearance evaluation* (evaluasi penampilan) Evaluasi penampilan yaitu mengukur penampilan keseluruhan tubuh, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan atau belum memuaskan.
- b. *Appearance orientation* (orientasi penampilan) Orientasi penampilan yaitu perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilan diri.
- c. *Body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh) Kepuasan terhadap bagian tubuh, yaitu mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik, wajah, tubuh bagian atas seperti dada, bahu, lengan, tubuh bagian tengah seperti pinggang dan 13 perut, tubuh bagian bawah seperti pinggul, paha, pantat, kaki, serta bagian tubuh secara keseluruhan.
- d. *Overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk) Kecemasan menjadi gemuk yaitu mengukur kewaspadaan individu terhadap berat badan, kecenderungan untuk melakukan diet, dan membatasi pola makan.
- e. *Self-classified weight* (Pengkategorian ukuran tubuh) Pengkategorian ukuran tubuh, yaitu mengukur bagaimana individu menilai berat badannya, dari sangat kurus sampai gemuk.

#### 4. Indikator – Indikator *Body Image*

Cash dan Pruzinsky (2002) mengemukakan beberapa indikator:

- a. Pandangan mendasar secara keseluruhan
- b. Kepuasan terhadap wajah
- c. Kepuasan terhadap bagian bawah (paha, pantat, pinggul, kaki)
- d. Kepuasan terhadap bagian tengah (pinggang, perut)
- e. Kepuasan terhadap bagian atas (dada, bahu, lengan)
- f. Kepuasan terhadap rambut
- g. Membatasi pola makan
- h. Kewaspadaan individu terhadap berat badan
- i. Berat badan 70-120
- j. Tinggi badan 150-175.

#### 5. *Body Image* Dalam Perspektif Islam

*Body Image* atau citra tubuh memang tidak dijelaskan secara langsung dalam al quran tetapi ada aspek atau komponen yang dari *Body Image* yaitu:

Evaluasi Penampilan	<p style="text-align: right;">الإِيمَانُ مِنَ الْبَدَاةِ إِنَّ</p> <p>“<i>Sesungguhnya bersahajanya penampilan itu termasuk keimanan.</i>”</p> <p>Kami berharap penjelasan Fadhilatusy Syaikh, sejauh mana kebenaran pendalilan mereka tersebut. Semoga Allah subhanahu wa ta'ala</p>
---------------------	---

membalas Anda dengan kebaikan.

**Fadhilatusy Syaikh Ibnu**

**Utsaimin rahimahullah menjawab:**

Sepantasnya pakaian dan penampilan seorang (muslim) terlihat indah sesuai dengan kemampuannya. Sebab, tatkala Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam* menyampaikan hadits kepada para sahabat tentang sifat sombong, para sahabat berkata,

حَسَنًا وَتَوْبَهُ حَسَنًا نَعْلُهُ يَكُونُ أَنْ يُحِبَّ الرَّجُلُ إِنَّ اللَّهَ، رَسُولَ يَا

“Wahai Rasulullah, sungguh ada orang yang senang memakai sandal yang bagus dan pakaian yang bagus (apakah hal tersebut termasuk sifat sombong?).”

Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda menafikan sifat senang berpenampilan indah sebagai pertanda kesombongan,

الْجَمَالَ يُحِبُّ جَمِيلٌ اللَّهُ إِنَّ

“Sungguh, Allah itu Mahaindah dan mencintai keindahan.”

Maksudnya, Allah *subhanahu wa ta’ala* menyukai *tajammul* (berhias/berpenampilan indah). Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam* tidak mengingkari kesenangan mereka mengenakan pakaian dan sandal yang bagus.

Berdasarkan hal ini, kami katakan bahwa yang dimaksud dengan hadits adalah agar seseorang tidak memberat-beratkan diri dalam segala sesuatu. Semuanya apa adanya.

	<p>Jadi, jika hadits ini dikompromikan dengan hadits tentang <i>tajammul</i>, maknanya adalah <i>tajammul</i> termasuk hal yang dicintai oleh Allah <i>subhanahu wa ta'ala</i>, tetapi dengan syarat <i>tajammul</i> tersebut tidak dilakukan dengan berlebih-lebihan atau melampaui tingkatan yang tidak sepatasnya dilakukan oleh seorang lelaki.” (<i>Fatawa Ulama al-Balad al-Haram</i>, hlm. 1730—1731)</p> <p>Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.” (QS. Al Baqarah: 216)</p>
Orietas penampilan	<p>وَلَا يَبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ بَنِي إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي أَخْوَاتِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ أَوْ أَخْوَاتِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ</p> <p>“Dan janganlah mereka (para muslimah) menampakkan perhiasan mereka, kecuali kepada suami-suami mereka, atau ayah-ayah mereka, atau ayah mertua mereka, atau putra-putra mereka, atau putra-putra suami mereka, atau saudara-saudara laki-laki mereka atau putra-putra dari saudara laki-laki mereka (keponakan), atau putra-putra dari saudari perempuan mereka, atau perempuan-perempuan mereka....” (an-Nur: 31)</p> <p>مِنْهُمْ فَهُوَ بِقَوْمٍ تَشَبَهَ مَنْ</p> <p>“Siapa yang menyerupai suatu kaum, dia termasuk golongan mereka.” (HR. al-Imam Ahmad dan Abu Dawud) jadi umat Islam dilarang meniru atau menyerupai kaum lainnya.</p>

	<p>Dalam Surat Fusshilat ayat 53 juga ditegaskan:</p> <p>سَنُرِيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَفِي أَنفُسِهِمْ حَتَّىٰ؟ يَتَّبِعُونَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ</p> <p>Artinya: “Kami akan memperlihatkan kepada mereka ayat-ayat Kami di dunia ini dan <b>di dalam diri mereka sendiri</b>, hingga jelas bagi mereka bahwa Al-Quran itu adalah benar.”</p>
Kepuasan terhadap bagian tubuh	<p>“<i>Janganlah kamu sedih oleh perkara mereka. Sesungguhnya kekuasaan itu seluruhnya adalah kepunyaan Allah. Dialah Yang Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui.</i>” (QS. Yunus: 65)</p> <p><i>Dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu memalukan: “sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti kami akan menambah (ni’mat) kepadamu.”</i> (QS. Ibrahim:7)</p>

#### D. Pengaruh Body Image Terhadap Self Esteem

Menurut Cash dan Smolak (2011) *body image* atau citra tubuh adalah sebuah konstruk yang memiliki berbagai dimensi. Beberapa dimensi tersebut yang merepresentasikan bagaimana cara seseorang berpikir, merasakan, serta berperilaku berdasarkan pengalaman psikologis dan kemudian mempengaruhi persepsi seseorang terhadap penampilan fisiknya. Seseorang yang memiliki tuntutan penuh terhadap fisiknya maka akan cenderung menilai buruk keadaan dirinya. Individu

yang mampu menerima keadaan fisiknya berarti mampu mengevaluasi dengan baik apa yang sudah ada dalam kehidupannya.

Hal-hal yang dievaluasi tersebut yang dapat membuka pemikirannya mengenai apa saja yang telah diperoleh, apa saja yang telah dilakukan, bagaimana cara mendapatkannya, dan dapat membuka pemikiran individu tersebut mengenai sesuatu yang tidak bisa dicapai olehnya. seperti penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Self-Esteem* dengan *Body Image* pada Remaja Awal yang Mengalami Obesitas” oleh Nurvita dan Handayani (2015). Dalam penelitian Nurvita dan Handayani, *body image* menjadi variabel tergantung. Penelitian Nurvita dan Handayani dilakukan pada remaja putri yang berusia 12-15 tahun yang mengalami obesitas. Hasil penelitian ini adalah adanya hubungan yang signifikan antara variabel *self esteem* dengan *body image*, sedangkan dalam penelitian yang penulis lakukan adalah pada remaja pria yang berusia 18-21 tahun.

Rosenberg (dalam Tafarodi & Milne, 2002) mengemukakan ada dua dimensi dalam pengukuran *self esteem*, yaitu *self competence* dan *self liking*. Aspek pertama adalah *self competence*, merupakan penilaian bahwa diri mampu, memiliki potensi, efektif dan dapat dikontrol serta diandalkan. *Self competence* merupakan hasil dari keberhasilan memanipulasi lingkungan fisik ataupun sosial yang berhubungan dengan realisasi dan pencapaian tujuan. Merasa memiliki kemampuan yang baik dan merasa puas dengan kemampuan diri sendiri. Hal ini senada dengan apa yang disampaikan oleh Ratnawati dan Sofiah (2012) bahwa seseorang yang

mempunyai kepercayaan diri yang tinggi dapat membuat seseorang mampu untuk berfikir positif dan menilai segala sesuatunya lebih objektif, tidak hanya pada satu sisi seperti fisik saja, tetapi lebih kepada potensi-potensi yang dimilikinya.

Remaja yang yakin dengan kemampuannya akan lebih baik dan kreatif dalam mengekspresikan ide-ide yang ada dalam dirinya, sehingga dapat mencegah munculnya *body image* yang negatif. Aspek kedua adalah *self liking*, merupakan sebuah perasaan berharga individu akan dirinya sendiri dalam lingkungan sosial, apakah dirinya merupakan seseorang yang baik atau buruk. Hal ini merupakan nilai sosial yang dianggap berasal dari dalam diri, memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, seperti merasa memiliki sejumlah kualitas diri yang baik, merasa diri sebagai orang yang berharga, 22 merasa mampu melakukan hal-hal seperti kebanyakan orang lain lakukan, sehingga seseorang tidak membandingkan dirinya dengan lingkungan sosialnya terkait dengan *body image*. Hal ini juga sesuai dengan yang dijelaskan oleh Ifdil, Denich, dan Ilyas (2017) jika seorang remaja menganggap dirinya berharga atau melihat dirinya sebagai sesuatu yang bernilai, maka seseorang tersebut akan mendapatkan kenyamanan sosial dan hal ini dapat mencegah penilaian *body image* yang negatif pada diri remaja.

Dapat dilihat dari kedua komponen tersebut, aspek-aspek *self esteem* mampu mempengaruhi bagaimana cara seseorang memberikan gambaran positif terkait dengan *body image*. Hal ini juga diperkuat dengan pernyataan yang diungkapkan oleh Cash dan Pruzinsky (2002) yang

menyatakan bahwa *self esteem* merupakan hal yang sangat penting terkait dengan perkembangan *body image*.

Seseorang yang memiliki *self-esteem* yang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, namun sebaliknya seseorang yang memiliki *self-esteem* yang rendah akan meningkatkan *body image* yang negative. Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* mempengaruhi *body image* individu karena adanya dua komponen yaitu terdiri dari self competence dan self liking yang dapat mempengaruhi pemikiran individu untuk mampu menerima keadaan fisiknya, serta mampu mengevaluasi dengan baik apa yang telah diperoleh.

#### **D. Hipotesis Penelitian**

Ha: terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara *Body Image* terhadap *Self- Esteem*.

H0: tidak terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara *Body Image* terhadap *Self-Esteem*.

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

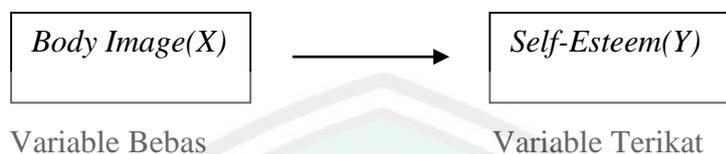
#### A. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini, menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah suatu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menganalisis keterangan mengenai apa yang ingin diketahui (Kasiram, 2008). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif regresi. Penelitian regresi bertujuan menyelidiki sejauh mana hubungan fungsional ataupun kausal antara variabel *independent* dengan variabel *dependent*. Sebagaimana penelitian ini yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Body Image* terhadap *Self-Esteem* pada Mahasiswi Baru Psikologi di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

#### B. Variable Penelitian

Hatch dan Farhady (dalam Sugiyono, 2010) menyatakan variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau obyek, yang mempunyai “variasi” antara satu orang dengan orang lain atau satu obyek dengan obyek lain. Ada dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yakni variabel bebas (*independent*) dan variabel terikat (*dependent*). Variabel bebas (*independent*) adalah variabel yang mempengaruhi variabel lain. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah *body image* (X). Variabel terikat (*dependent*) adalah variabel yang

dipengaruhi oleh variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *self esteem* (Y).



**Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian**

Keterangan:

X = Variabel *Body Image*

Y = Variabel *Self-Esteem*

→ = Pengaruh Secara Simultan

### C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik- karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Definisi operasional dalam penelitian ini adalah:

1. *Body Image* adalah gambaran diri seseorang yang tertanam dalam pikiran bawah sadar yang akan menentukan siapa dirinya. Citra diri kita dibentuk sejak lahir dari lingkungan, pengalaman masa lalu, dan juga pengaruh orang lain, dengan beragamnya karakter manusia dan juga budaya, citra diri seseorang tidak selalu menjadi positif. Perbedaan prinsip, keyakinan, dan juga pola pikir keluarga dan pengaruh lingkungan pergaulan bisa saja membentuk citra diri yang negatif bagi masyarakat yang

berbeda prinsip dengan lingkungan kita. Body image memiliki beberapa aspek yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorian ukuran tubuh.

2. *Self-Esteem* adalah penilaian individu terhadap kehormatan dirinya sendiri yang sifatnya implisit dan tidak diverbalisasikan dan menggambarkan sejauh mana individu tersebut menilai dirinya sebagai orang yang memiliki kemampuan, keberartian, berharga dan kompeten. Self- Esteem memiliki beberapa aspek yaitu kekuatan, kepedulian, ketaatan dan kemampuan.

#### **D. Strategi Penelitian**

##### **1. Penentuan Populasi**

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 1993). Menurut Azwar (2007), populasi didefinisikan sebagai subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Sedangkan menurut Sugiyono (2009), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Pada penelitian kali ini keseluruhan mahasiswa baru Psikologi di Universitas Islam Negeri Malang yang berjumlah 245 Orang.

##### **2. Penentuan Sampel**

Arikunto (2013) mendefinisikan sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Sugiyono (2010) menjelaskan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Pengambilan

sampel untuk penelitian menurut Suharsimi Arikunto (2010:112), jika subjeknya kurang dari 100 orang sebaiknya diambil semuanya, jika subjeknya besar atau lebih dari 100 orang dapat diambil 10-15% atau 20-25% atau lebih.

Di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ada sebanyak 245 Mahasiswa Baru Psikologi, Dari populasi tersebut peneliti mengambil sebanyak 168 mahasiswi baru Psikologi kemudian di ambil 70 % dari populasi sehingga sampelnya adalah  $75\% \times 168 = 108$  mahasiswi baru . Alasan peneliti menggunakan 75% sampel ialah:

- a. Jumlah 245 mahasiswi baru di fakultas psikologi tidak mungkin diambil semua menjadi sampel.
- b. Agar semua mahasiswi baru psikologi terwakili menjadi sampel

### **3. Teknik**

Adapun teknik pengambilan sampel dengan menggunakan teknik Purposive sampling yakni Biasanya teknik sampling ini digunakan data dari populasi yang berkaitan dengan demografi (kependudukan) seperti: lokasi geografis, usia, jenis kelamin, pendidikan, pendapatan,dll (Sugiarto 2001). Berdasarkan pendapat diatas, maka penentuan sampel (x) Mahasiswi yang akan peneliti teliti memiliki karakteristik sebagai berikut:

- a. Berjenis kelamin perempuan
- b. Mahasiswi baru jurusan psikologi aktif
- c. Remaja berumur 18-21

## E. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan beberapa alat pengumpul data, antara lain sebagai berikut :

### 1. Angket

Suatu daftar yang aitem-aitem stimulusnya berupa pertanyaan atau pernyataan yang didasari indikator-indikator yang mengacu pada alat ukur aspek atau atribut efektif. (Azwar,2007). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pengukuran *self esteem inventory* (SEI) yang dikembangkan oleh Coopersmith. Sedangkan untuk mengukur *body image*, peneliti menggunakan *body image scale questionnaire* yang dikembangkan oleh Cash.

### 2. Blueprint

Tabel 3.1 blueprint skala *Self-Esteem* berdasarkan Coopersmith (1974)

Variabel	Aspek	Indikator	Item		Jumlah item
			Favo	Unfavo	
Self-Esteem	Kekuatan (Power)	Kemampuan individu mengontrol tingkah laku	1, 7	2, 8	4
		Dihormati orang lain	3, 9	4, 10	4
		Memiliki pendapat yang diterima oleh orang lain	5, 11	6, 12	4
	Keberartian (Significance)	Menerima kepedulian dari orang lain	13, 17	14, 18	4
		Menerima perhatian, afeksi dan ekspresi cinta dari orang lain	15, 19	16, 20	4
		Memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri	21, 25	22, 26	4
		Mendapat penerimaan dari lingkungan dengan apa adanya	23, 27	24, 28	4

	Kebajikan (Virtue)	Taat untuk mengikuti etika, norma atau standar moral yang harus dihindari dan harus dilakukan	29, 31	30, 32	4
	Kemampuan (Competence)	Mampu untuk sukses	33, 39	34, 40	4
		Memiliki tuntutan prestasi yang ditandai dengan keberhasilan	35, 41	36, 42	4
		Dapat mengerjakan tugas dengan baik	37, 43	38, 44	4
Jumlah			22	22	44

Tabel 3.2 blueprint skala *Body Image* berdasarkan *Cash and Pruzinsky*

Konstrak	Aspek	Indikator	Item		Jumlah item
			F	UF	
<i>Body Image</i>	<i>Overall appearance evaluation</i>	Mengevaluasi penampilan secara keseluruhan	7, 9, 32	12, 17, 23, 31	7
	<i>Fatness evaluation</i>	Mengevaluasi berat badan, memiliki tuntutan tertentu terhadap berat badan	1, 14, 18, 28, 34	-	5
	<i>Attention to grooming</i>	Memiliki ketertarikan untuk berhias, berdandan, atau membuat penampilan menjadi menarik	4, 6, 20	-	3
	<i>Health/fitness evaluation</i>	Melakukan olahraga kebugaran/ fitness untuk menjaga berat badan	3, 29, 36	-	3
	<i>Health and fitness influence</i>	Memiliki ketertarikan terhadap kesehatan badan dan kebugaran tubuh sehingga melakukan	1, 13, 16	27, 33, 35	6

		olahraga			
	<i>Social dependance</i>	Memiliki kekhawatiran sosial terhadap penampilannya, bergantung pada penilaian sosial atas penampilannya	8, 10, 11, 15	24,	5
	<i>Height dissatisfaction</i>	Memiliki ketidakpuasan terhadap berat/tinggi badan	2, 25, 30, 38	21,	5
	<i>Negative affect</i>	Mempunyai pandangan yang negatif mengenai penampilan atau dirinya secara keseluruhan	5, 19, 37	22, 26	5
	<b>Total</b>				38

### 3.1 Respon Pilihan Jawaban skala

No	Respon	Nilai Skala Favorable	Nilai Skala Unfavorable
1	SS (Sangat Setuju)	4	1
2	S (Setuju)	3	2
3	TS (Tidak Setuju)	2	3
4	STS (Sangat Tidak Setuju)	1	4

## F. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Validitas

Validitas berasal dari kata validity yang memiliki arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Azwar (2008) mengartikan validitas sebagai suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen.

Jika peneliti menggunakan angket sebagai instrumen pengumpulan data, maka angket yang disusun harus valid. Angket dikatakan valid apabila setiap butir pernyataannya memiliki keterikatan yang tinggi. Oleh karena itu setiap butir pernyataan bersifat valid jika memiliki nilai korelasi yang tinggi dengan jumlah nilai seluruh pernyataan.

Adapun untuk mengukur validitas skala dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan validitas konstruk (validitas internal) dengan teknik korelasi product moment dari Pearson dengan rumus:

$$r_{xy} = \frac{N(\sum xy) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi *product moment*

N = Jumlah subyek

$\sum x$  = Jumlah skor item

$\sum y$  = Jumlah skor total

$\sum xy$  = Jumlah perkalian skor item dengan skor total

$\sum x^2$  = Jumlah kuadrat skor item

$\sum y^2$  = Jumlah kuadrat skor total

Apabila hasil penghitungan didapat probabilitas ( $p$ ) < 0,05, maka dapat dikatakan bahwa hasilnya signifikan dan butir-butir item tersebut valid untuk taraf signifikansi 5%. Begitu pula sebaliknya, jika hasil penghitungan didapat probabilitas ( $p$ ) > 0,05, maka dapat dikatakan bahwa

hasilnya tidak signifikan dan butir-butir item tersebut tidak valid untuk taraf signifikansi 5%.

Untuk menguji validitas tiap item skala akan menggunakan teknik korelasi product moment dengan bantuan SPSS karena item yang digunakan dalam penelitian ini dihitung dengan menggunakan korelasi antara skor dan total item.

Azwar (2007) kriteria validitas dapat dikatakan valid apabila  $r \geq 0.30$ , namun jika jumlah item yang valid kurang mencukupi jumlah yang diinginkan maka dapat diturunkan menjadi 0.20 dengan pertimbangan jumlah item yang lolos agar mencukupi.

Hasil Uji validitas variabel Body Image dan Self Esteem:

**Tabel 3.4 Uji Validitas Body Image**

No. Aitem	$r_{xy}$	Keterangan
1	0.444	Valid
2	0.316	Valid
3	0.521	Valid
4	0.647	Valid
5	0.571	Valid
6	0.651	Valid
7	0.580	Valid
8	0.635	Valid
9	0.439	Valid
10	0.427	Valid
11	0.581	Valid
12	0.678	Valid
13	0.594	Valid
14	0.617	Valid

**Tabel 3.3 Uji Validitas Self Esteem**

No. Aitem	$r_{xy}$	Keterangan
1	0,351	Valid
2	0,545	Valid
3	0,353	Valid
4	0,623	Valid
5	0,546	Valid
6	0,510	Valid
7	0,504	Valid

8	0,362	Valid
9	0,501	Valid
10	0,644	Valid
11	0,544	Valid
12	0,461	Valid
13	0,661	Valid
14	0,631	Valid
15	0,501	Valid
16	0,501	Valid
17	0,610	Valid
18	0,545	Valid
19	0,668	Valid

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan konsistensi atau reproduksibilitas skor tes, yaitu sejauh mana stabilitas simpangan skor para peserta tes pada situasi-situasi tes yang sama. Makna tersebut diterjemahkan oleh para ahli psikometri yang pada intinya mengerucut pada kepercayaan hasil ukur. Sampai berapa besar derajat kepercayaan hasil ukur sebuah tes inilah yang diwakili oleh istilah reliabilitas (Ridho, 2008).

Reliabilitas dinyatakan dengan koefisien apabila berada dalam rentang angka 0 sampai 1,00. Jika koefisien Alpha Cronbach > 0,4438 (N=20) berarti instrumen dianggap handal, namun jika Alpha Cronbach < 0,4438 berarti instrumen yang diuji dianggap kurang handal (kurang reliabel). Semakin tinggi koefisien realibilitas mendekati angka 1 berarti semakin tinggi pula tingkat realibilitasnya. Instrumen yang reliabel berarti instrumen tersebut cukup baik dan mampu mengungkap data yang bisa dipercaya.

Dalam penelitian ini untuk mengukur reliabilitas menggunakan Alpha Cronbach dengan rumus:

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{k-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_x^2}{\sigma_y^2} \right]$$

Keterangan:

$r_{11}$  = Realibilitas instrumen

$k$  = Jumlah item

$\sum\sigma_x^2$  = Jumlah varian item

$\sum\sigma_y^2$  = Jumlah varian total

Penghitungan realibilitas alat ukur dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan program *SPSS 16 for windows*.

Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas *Body Image* dan *Self Esteem*

No	Variable	Alpha	Kategori
1	<i>Body Image</i>	0,880	Reliable
2	<i>Self Esteem</i>	0,877	Reliable

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwasannya reliabilitas skala *Body Image* dengan nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,880. Hasil perhitungan reliabilitas untuk *Self Esteem* diperoleh nilai koefisien sebesar 0,877. Hasil tersebut mengartikan bahwa instrument yang telah digunakan memiliki nilai reliabilitas yang bisa diterima. Koefisien reliabilitas yang semakin mendekati angka 1, maka artinya semakin reliable.

### E. Analisis Data

Darsono wisadirana menyebutkan analisis data adalah suatu proses kegiatan menyederhanakan data kedalam bentuk tertentu agar lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan. Dalam kegiatan penyederhanaan data ini biasanya dengan dengan menggunakan bantuan alat stastik, hal ini menjadikan data penilitia yang

besar jumlahnya menjadi menjadi informasi yang lebih sederhana dan lebih mudah dipahami. Di samping itu statistik bisa menunjukkan terjadinya hubungan antar variable yang sedang diamati. Data yang sudah diperoleh dan dianalisis menggunakan bantuan SPSS16.0 for windows yang kemudian akan diinterpretasikan (2005:102).

#### **F. Uji Normalitas**

Menurut Nisfianoor uji normalitas data digunakan untuk mengetahui apakah data dari kedua variable terdistribusikan normal atau tidak. Nisfianoor menyebutkan hasil uji normalitas yang baik adalah yang memiliki distribusi normal atau mendekati normal.

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test dengan menggunakan bantuan SPSS16.0 for windows. Acuan yang digunakan untuk mengetahui normalitas sebaran data yaitu jika nilai signifikan ( $p$ )  $>0,05$  maka dapat dikatakan normal dan jika signifikan ( $p$ )  $<0,05$  maka sebaran data dikatakan tidak normal (2009:103).

#### **G. Uji Linieritas**

Uji linieritas ini dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variable independen dengan variable dependen bersifat linier (garis lurus). Jika hubungan tidak linier dan tetap dianalisis dengan teknik statistik parametrik, maka kolerasi yang didapatkan bisa sangat rendah, meskipun sebenarnya korelasinya bisa tinggi jika diganti dengan menggunakan statistic nonparametric.

Dalam penelitian ini menggunakan uji linier sederhana dimana digunakan untuk menguji signifikan atau tidaknya hubungan dua variable melalui koefisien regresinya. Adapun ketentuan mengenai linieritas dari kedua variable yang menggunakan bantuan program SPSS16.0 for windows diindikasikan jika nilai signifikan  $<0,05$  maka tidak ada hubungan yang linier diantara kedua variable yang diuji.

#### H. Uji Regresi

Uji regresi digunakan untuk mengetahui seberapa besar Pengaruh *Body Image* Terhadap *Self-Esteem* Pada Mahasiswi Baru Psikologi Univeristas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan menggunakan bantuan SPSS16.0 for windows. Hal ini juga digunakan untuk menguji hipotesis. Berikut ini merupakan hipotesis dalam penelitian ini, yaitu:

Ha: terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara Pengaruh *Body Image* Terhadap *Self-Esteem* Pada Mahasiswi Baru Psikologi Univeristas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

H0: tidak terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara Pengaruh *Body Image* Terhadap *Self-Esteem* Pada Mahasiswi Baru Psikologi Univeristas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Acuan dasar dari hasil analisis regresi uji hipotesis ini yaitu:

Jika nilai  $p > 0,05$ , maka Ha diterima dan H0 ditolak

Jika nilai  $p < 0,05$ , maka Ha ditolak dan H0 diterima.

## I. Analisis Deskripsi

Analisis deskriptif ini merupakan bentuk analisis data penelitian yang didasarkan atas satu sampel. Analisis deskriptif ini dilakukan melalui pengujian hipotesis deskriptif. Hasil analisisnya adalah apakah hipotesis penelitian dapat digeneralisasikan atau tidak. Jika hipotesis nol ( $H_0$ ) diterima berarti hasil penelitian dapat digeneralisasikan.

Analisis deskriptif ini menggunakan satu variable atau lebih tapi bersifat mandiri, oleh karena itu analisis ini tidak berbentuk perbandingan atau hubungan. Dalam penelitian ini menggunakan diagram lingkaran (pie) agar lebih mudah dibaca. Yang lebih jelasnya bisa dilihat dalam table penggolongan norma dibawah ini.

**Tabel 3.7 Tabel Penggolongan Norma**

No.	Kategori	Norma
1.	Tinggi	$X \geq (M + 1SD)$
2.	Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$
3.	Rendah	$X < (M - 1SD)$

## **BAB IV**

### **PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Pelaksanaan Penelitian**

##### **1. Gambaran Umum Objek Penelitian**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah individu yang belajar di jenjang perguruan tinggi. Mahasiswa merupakan orang yang sudah lulus dari jenjang SLTA sedang menempuh proses belajar di pendidikan perguruan tinggi serta melaksanakan proses sosialisasi Daldiyono, 2009. Mahasiswa belajar pada jenjang perguruan tinggi untuk mempersiapkan dirinya bagi suatu keahlian jenjang pendidikan tinggi meliputi diploma, sarjana, magister maupun doktor Budiman, 2006. Menurut Hurlock 1999, mahasiswa berada periode perkembangan dewasa awal. Berdasarkan rentang usia mahasiswa berada pada usia 17-25 (papalia, 2008).

##### **2. Tempat Penelitian**

Jurusan/Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang merupakan lembaga pendidikan yang secara umum berada di bawah naungan Kementerian Agama Republik Indonesia, dan secara akademik berada di bawah pengawasan Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia. Jurusan/Program studi ini mulai diselenggarakan pada bulan Juni tahun 1999 dengan nomor SK Pendirian E/138/1999. Tujuan dari

Jurusan/Program Studi Psikologi salah satunya menghasilkan sarjana psikologi (S.Psi) yang memiliki penguasaan terhadap teori dan metodologi, serta mampu mengaplikasikan ilmu psikologi dalam tata kehidupan sosial dan kemasyarakatannya. Berdasarkan pernyataan tersebut, maka dirumuskan visi dan misi Jurusan/Program Studi Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, yaitu pertama, visi Jurusan/Program Studi Psikologi yakni menjadi program psikologi terkemuka dalam penyelenggaraan Tridharma Pendidikan Tinggi untuk menghasilkan lulusan di bidang psikologi yang berkarakter ulul albab. Kedua, misi Jurusan/Program Studi Psikologi yakni sebagai berikut:

- a. Menyelenggarakan pendidikan tinggi berbasis penelitian berparadigma Al-Qur'an (Qur'anic Paradigm-Research-Based Education) untuk pengembangan ilmu psikologi dengan pendekatan interdisipliner dan kemampuan bersaing di dunia internasional, serta dilandasi oleh kedalaman spiritual, keluhuran akhlak, keluasan ilmu, dan kematangan profesional.
- b. Menyelenggarakan penelitian di bidang ilmu psikologi yang berkualitas dan diakui di tingkat nasional, regional, hingga internasional.
- c. Membangun suasana keilmuan dan masyarakat intelektual dalam bidang ilmu psikologi.
- d. Memberikan dharma bakti kepada masyarakat dalam pengembangan teori, model, dan pemahaman berbagai masalah pada bidang ilmu psikologi.

Upaya mewujudkan visi dan misi tersebut, ditunjang oleh tenaga pendidik (dosen) yang berkualifikasi dan ideal. Jurusan/Program Studi Psikologi memiliki dosen tetap yang berkualifikasi sesuai bidang keahliannya sejumlah 21 orang, dosen tetap yang bidang keahliannya di luar bidang program studi sejumlah 10 orang, dan dosen tidak tetap 3 orang. Dari 34 dosen tersebut, 2 orang bergelar professor, 14 orang bergelar doktor, 16 orang bergelar magister dan 2 orang sedang menempuh gelar doktor. Selain itu, berdasarkan data tujuh tahun terakhir, Jurusan/Program Studi Psikologi telah meluluskan 597 lulusan dengan IPK rata-rata 3,42. Dari lulusan-lulusan tersebut, 82% menyatakan bahwa kurikulum yang ada di Fakultas Psikologi sangat relevan dengan profesi yang diampu.

Kegiatan kemahasiswaan Jurusan/Program Studi Psikologi terwadahi oleh kegiatan pengembangan minat, bakat, kreativitas, dan moral spiritual mahasiswa dalam bentuk kelembagaan dan komunitas. Lembaga kemahasiswaan dan komunitas tersebut, dibina oleh jurusan/program studi melalui berbagai cara, baik melalui training maupun coaching. Pembinaan mahasiswa yang selama ini dilakukan terbukti berhasil dengan baik yang dibuktikan dengan pencapaian berbagai prestasi mahasiswa di berbagai kejuaraan (bidang olahraga, seni budaya, karya tulis, debat ilmiah, ceramah agama, dan lain-lain) baik di tingkat lokal, nasional, regional, maupun internasional.

Selain hal di atas, jurusan/program studi juga selalu berusaha meningkatkan kualitas pembinaan mahasiswa dengan melibatkan alumni.

Alumni yang tergabung dalam Keluarga Alumni Psikologi (KAPsi) memberikan kontribusi pada pengembangan mahasiswa baik di bidang akademik maupun non akademik. Sistem pelacakan alumni dilakukan melalui penyebaran angket dan sistem online. Melalui pelacakan tersebut diperoleh data tentang kepuasan alumni terhadap jurusan/program studi dan stakeholder yakni tinggi

### . Visi

Menjadi program studi psikologi terkemuka dalam penyelenggaraan tridharma pendidikan tinggi untuk menghasilkan lulusan di bidang psikologi yang berkarakter ulul albab.

### Misi

1. Menyelenggarakan pendidikan tinggi berbasis penelitian berparadigma Al-Qur'an (Qur'anic Paradigm-Research-based education) untuk pengembangan ilmu psikologi dengan pendekatan interdisipliner dan kemampuan bersaing di dunia internasional, serta dilandasi oleh kedalaman spiritual, keluhuran akhlak, keluasan ilmu, dan kematangan profesional.
2. Menyelenggarakan penelitian di bidang ilmu psikologi yang berkualitas dan diakui di tingkat nasional, regional, hingga internasional.
3. Membangun suasana keilmuan dan masyarakat intelektual dalam bidang ilmu psikologi.
4. Memberikan dharma bakti kepada masyarakat dalam pengembangan teori, model, dan pemahaman berbagai masalah pada bidang ilmu psikolog

### **3. Jumlah Subjek Penelitian**

Jumlah responden yang mengisi kuisioner adalah sebanyak 108 orang mahasiswa baru Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa baru Fakultas Psikologi sebanyak 168 mahasiswa.

### **4. Hambatan yang Dijumpai dalam Pelaksanaan Penelitian**

Hambatan yang dijumpai dalam pelaksanaan penelitian ini tidak terlalu memiliki banyak hambatan, akan tetapi membutuhkan waktu dan kesabaran karena ada mahasiswi yang tidak bersedia untuk membantu mengisi skala yang diberikan.

## **B. Hasil Penelitian**

### **1. Hasil Validitas dan Reliabilitas**

Uji Validitas digunakan untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu kuesioner. Dalam penelitian ini menggunakan uji coba untuk menguji validitas dan reliabilitas dari kedua variabel.

### **2. Hasil Uji Validitas Aitem**

Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan kolerasi product moment dari pearson yaitu pengujian terhadap korelasi antar tiap aitem dengan skor total nilai jawaban sebagai kriteria. Standart validitas yang digunakan adalah 0,2. Maka maka aitem yang memiliki rxy dibawah 0,2 akan dinyatakan gugur dan tidak valid (Sufren dan Yonathan. 2013:56).

Uji validitas ini dilakukan dengan bantuan computer SPSS 16.0 for windows.

Table 4.1 Hasil Uji Validitas Aitem *Self Esteem*

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	57.0463	52.942	.351	.897
VAR00002	57.1111	51.969	.545	.890
VAR00003	56.7963	54.369	.353	.895
VAR00004	56.6667	51.701	.623	.888
VAR00005	57.1296	51.946	.546	.890
VAR00006	57.3333	51.888	.510	.891
VAR00007	56.7500	51.778	.504	.891
VAR00008	56.8056	54.308	.362	.895
VAR00009	57.2315	52.217	.501	.891
VAR00010	56.6759	51.380	.644	.887
VAR00011	57.1111	51.857	.544	.890
VAR00012	57.1944	52.906	.461	.892
VAR00013	56.7870	51.347	.661	.887
VAR00014	57.0741	50.686	.631	.887
VAR00015	57.2315	52.217	.501	.891
VAR00016	56.9259	53.097	.501	.891
VAR00017	57.1019	51.176	.610	.888
VAR00018	57.2315	52.161	.545	.890
VAR00019	56.7963	51.154	.668	.886

Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Aitem *Body Image*

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	40.0833	32.918	.444	.877
VAR00002	40.7500	33.199	.316	.885
VAR00003	40.5370	32.045	.521	.873
VAR00004	40.4444	31.090	.647	.867
VAR00005	40.5093	31.542	.571	.871
VAR00006	40.6944	30.943	.651	.867
VAR00007	40.1667	31.935	.580	.871
VAR00008	40.4444	31.072	.635	.868
VAR00009	40.5926	32.505	.439	.878
VAR00010	40.3056	33.336	.427	.877
VAR00011	40.5741	31.705	.581	.870
VAR00012	40.4630	30.886	.687	.865
VAR00013	40.1759	31.847	.594	.870
VAR00014	40.4815	31.373	.617	.869

### 3. Hasil Uji Reliabilitas

Reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan metode alpha cronbach. Menurut Singarimbun Masri dalam Darsono Wisadjarana instrument dikatakan reliable, jika nilai alpha cronbach sama dengan atau diatas 0,6 (2005:46). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada table dibawah ini:

Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas Aitem Skala *Self Esteem*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.877	22

Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas Aitem Skala *Body Image*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.880	14

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa skala *self esteem* dan *body image* telah memenuhi nilai koefisien alpha lebih besar dari batas reliabilitas sebesar 0,6 sehingga sudah reliabel. Sehingga semua pernyataan dalam kuisioner tersebut dapat dinyatakan reliabel

### C. Analisis Data

#### 1. Uji Normalitas

Uji asumsi normalitas dilakukan sebagai prasyarat sebelum melakukan ujiregresi. Menurut Nisfianoor uji normalitas ini dilakukan untuk mengetahui apakah data dari kedua variabel terdistribusikan normal atau tidak. Hasil uji normalitas yang baik adalah yang memiliki distribusi normal atau mendekati normal. Uji normalitas dalam pendekatan ini menggunakan teknik One Sample- Kolmogorov- Smirnov Test dengan menggunakan bantuan SPSS 16.0 for windows. Acuan yang

digunakan untuk mengetahui normalitas sebaran data yaitu jika nilai signifikan ( $p$ )  $>0,05$  maka dapat dikatakan normal dan jika nilai signifikan ( $P$ )  $<0,05$  maka sebaran data dikatakan tidak normal (2009:103). Pada tabel dibawah ini dapat dilihat hasil dari uji normalitas data dari variabel *Self Esteem* dan *Body Image*.

**Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas**

Variabel	Sig	Keterangan
<i>Self Esteem</i>	0.200	Normal
<i>Body Image</i>	0.190	Normal

Data dapat dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi ( $p$ )  $>0,05$ . Pada penelitian ini menunjukkan bahwa kedua data berdistribusi normal, yaitu variabel *Self Esteem* didapatkan nilai signifikansi 0,200 dan *Body Image* didapatkan nilai signifikansi 0,190.

## 2. Uji Linieritas

Uji linieritas ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara variabel independen dengan variabel dependen bersifat linier (garis lurus). Data dapat dikatakan ada hubungan linier diantara kedua variabel yang diuji apabila nilai signifikansi  $>0,05$ . Sedangkan data dikatakan tidak terdapat hubungan linier diantara kedua variabel yang diuji apabila nilai signifikansi  $<0,05$ .

Tabel 4.6 Hasil Uji Linieritas

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
VAR00002 Between (Combined) Groups	5279.783	25	211.191	13.148	.000
* Linearity	4816.737	1	4816.737	299.873	.000
VAR00001 Deviation from Linearity	463.047	24	19.294	1.201	.266
Within Groups	1317.133	82	16.063		
Total	6596.917	107			

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa nilai signifikansi dari uji linieritas ini  $p=0,266$  ( $p>0,05$ ), sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan linier antara *Body Image* terhadap *Self Esteem*.

### 3. Uji Regresi

Pada penelitian ini menggunakan uji regresi untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *Body Image* terhadap *Self Esteem*.

Tabel 4.7 Hasil Uji Regresi *Body Image* terhadap *Self Esteem*

#### Model Summary

#### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.854 <sup>a</sup>	.730	.728	3.15928

a. Predictors: (Constant), X

Data yang didapatkan dari uji regresi memiliki nilai R square 0,730 yang menunjukkan terdapat hubungan yang sangat kuat antara *Body Image* terhadap *Self Esteem*.

#### 4. Analisis Deskriptif

Pada penelitian ini terdapat beberapa analisa deskriptif yang di kategorikan menjadi tiga, yaitu kategori tinggi, kategori sedang dan kategori rendah.

#### 5. Analisis Data *Self Esteem*

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan terdapat 3 kategori tingkat *self esteem*, yaitu kategori *self esteem tinggi*, kategori *self esteem sedang* dan kategori *self esteem rendah*. Data hasil kategorisasi ditunjukkan dalam tabel dibawah ini:

**Tabel 4.8 Kategorisasi Tingkat *Self Esteem* Mahasiswi Baru Psikologi UIN Malang**

Variabel	Kategori	Hasil	F	P
<i>Self Esteem</i>	Tinggi	77>X	19	17,5%
	Sedang	61>X>76	73	67,5%
	Rendah	60>X	16	15%
<b>Total</b>			108	100%

Hasil analisis data yang telah dilakukan untuk kategori *Self Esteem* tinggi memiliki frekuensi 19 dengan presentase 17,5%, kategori *self esteem* sedang memiliki frekuensi 73 dengan presentase 67,5%, dan

kategori *self esteem* rendah memiliki frekuensi 16 dengan presentase 15%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *self esteem* yang paling banyak berada pada kategori sedang, yaitu 67,5%.

#### D. Analisis Data *Body Image*

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan terdapat 3 kategori tingkat *body image*, yaitu kategori *body image* tinggi, kategori *body image* sedang dan kategori *body image* rendah. Data hasil kategorisasi ditunjukkan dalam tabel dibawah ini:

**Tabel 4.9 Kategorisasi Tingkat *Body Image* Mahasiswi Baru Psikologi UIN Malang**

Variabel	Kategori	Hasil	F	P
<i>Body Image</i>	Tinggi	$49 > X$	25	23%
	Sedang	$38 > X > 48$	67	62%
	Rendah	$37 < X$	16	15%
<b>Total</b>			108	100%

Hasil analisis data yang telah dilakukan untuk kategori *body image* tinggi memiliki frekuensi 25 dengan presentase 23%, kategori *body image* sedang memiliki frekuensi 67 dengan presentase 62%, dan kategori *body image* rendah memiliki frekuensi 16 dengan presentase 15%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *body image* yang paling banyak berada pada kategori sedang, yaitu 62%.

## E. Pembahasan

Pada penelitian ini dilakukan uji validitas dengan responden berjumlah 108. Validitas yaitu ukuran yang menunjukkan bahwa variabel yang diukur memang benar-benar variabel yang hendak diteliti oleh peneliti (Cooper, 2006). Berdasarkan tabel 4.1 dan tabel 4.2 didapatkan hasil yang valid. Selain uji validitas, pada penelitian ini juga diuji reliabilitasnya untuk mengetahui blueprint yang digunakan sudah reliabel atau tidak. Suatu blueprint dikatakan reliabel jika jawaban seseorang terhadap pernyataan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu (Ghozali, 2005). Pada tabel 4.3 didapatkan hasil *Alpha Cronbach* sebesar 0.900 dan pada tabel 4.4 didapatkan hasil *Alpha Cronbach* sebesar 0.880 yang mana nilai tersebut lebih besar dari 0,600 sehingga blueprint yang digunakan adalah reliabel.

Data yang diperoleh dari hasil penelitian dilakukan analisa menggunakan SPSS. Hal pertama dilakukan uji normalitas yang digunakan untuk mengukur apakah data blueprint memiliki distribusi normal atau tidak. Jika data yang didapatkan memiliki distribusi normal dapat dilakukan uji statistik. Uji normalitas yang digunakan adalah uji *kolmogorov-smirnov*. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi ( $p$ ) > 0,05. Hasil yang didapatkan pada tabel 4.5 untuk *self esteem* didapatkan nilai signifikansi 0,200 dan *body image* didapatkan nilai signifikansi 0,190.

Analisis data yang digunakan selanjutnya adalah uji linieritas untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara variabel independen dengan variabel dependen bersifat linier (garis lurus). Data dapat dikatakan ada hubungan linier diantara kedua variabel yang diuji apabila nilai

signifikansi  $> 0,05$ . Berdasarkan hasil yang diperoleh di tabel 4.6 nilai signifikansi ( $p$ ) ( $\text{sig} (0,266) > \alpha (0,05)$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara *body image* terhadap *self esteem*. Menurut Cash & Pruzinsky (2002) *self esteem* berperan penting dalam perkembangan *body image* dan menjelaskan bahwa *body image* yang positif akan memfasilitasi kepercayaan dan kenyamanan sosial, sedangkan *body image* negatif akan menyebabkan hambatan dan kecemasan sosial.

Hasil tabel 4.7 nilai koefisien korelasi  $0,730 (r^2)$  menunjukkan terdapat pengaruh yang sangat kuat antara *body image* terhadap *self esteem* sebesar 73%. Semakin tinggi tingkat kepercayaan diri seseorang terhadap tubuh mereka, maka semakin positif *self esteem* yang dimiliki, karena *body image* positif akan meningkatkan nilai diri, kepercayaan diri serta mempertegas jati diri (Firda, 2016).

Berdasarkan hasil tabel 4.8 kategorisasi skala *self esteem* tinggi memiliki frekuensi 19 dengan presentase 17,5%, kategori *self esteem* sedang memiliki frekuensi 73 dengan presentase 67,5%, dan kategori *self esteem* rendah memiliki frekuensi 16 dengan presentase 15%. Hasil tersebut menunjukkan kategorisasi *self esteem* yang paling banyak berada pada kategori sedang, yaitu 67,5%. Hasil ini disebabkan oleh individu itu sendiri, ketika berhadapan dengan dunia luar dan berinteraksi dengan orang-orang di lingkungan sekitarnya. Menurut Sari (2006), seseorang dapat menyukai dirinya, namun juga dapat merasa kurang percaya diri. Disisi lain, seseorang juga dapat merasa percaya diri tetapi tidak merasa berharga Munculnya

pandangan negatif wanita pada dirinya dikarenakan banyaknya wanita yang merasa tidak puas dengan tubuhnya.

Berdasarkan hasil tabel 4.9 kategorisasi skala *body image* yang berada dikategori tinggi memiliki frekuensi 25 dengan presentase 23%, yang termasuk kategori sedang memiliki frekuensi 67 dengan presentase 62%, dan kategori rendah memiliki frekuensi 16 dengan presentase 15%. Hasil tersebut menunjukkan kategorisasi *body image* yang paling banyak berada pada kategori sedang, yaitu 62%. Menurut Husna (2013), seorang wanita perlu memiliki *body image* positif, karena dapat membuat setiap individu merasa bahwa tubuh dan penampilannya menarik walaupun pada kenyataannya tubuh dan penampilannya kurang menarik.

Perkembangan *body image* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu lingkungan sosial, status social ekonomi pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, faktor kepribadian. Pada faktor kepribadian *self-esteem* berkaitan dengan perkembangan *body image*. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi dapat membuat seseorang mampu untuk berfikir positif dan menilai sesuatu lebih objektif tidak hanya satu sisi seperti fisik saja, tetapi juga melihat potensi-potensi yang dimiliki (Khaira, 2018).

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan analisis pada bab IV diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat *Self Esteem* pada mahasiswi baru dapat di kategori antara sedang 67,5 % dan tinggi 17,5%, hal ini berarti sebuah perasaan berharga individu akan dirinya sendiri dalam lingkungan sosial, apakah dirinya merupakan seseorang yang baik atau buruk.
2. Tingkat *Body Image* pada mahasiswi baru dapat di kategori antara sedang 62% dan tinggi 23% hal ini berarti Remaja yang yakin dengan kemampuannya akan lebih baik dan kreatif dalam mengekspresikan ide-ide yang ada dalam dirinya, sehingga dapat mencegah munculnya *body image* yang negative.
3. Hasil uji analisis regresi linier sederhana untuk melihat pengaruh *body image* terhadap *self-esteem* pada mahasiswi baru UIN Malang diketahui bahwa ada korelasi sebesar 0,730 yang menunjukkan terdapat hubungan yang sangat kuat antara *body image* terhadap *self-esteem*. *Body image* terhadap *self-esteem* pada mahasiwi baru fakultas psikologi signifikansi  $p=0,266$  ( $p>0,05$ ) yang artinya sangat berpengaruh positif dan signifikansi antara *body image* terhadap *self-esteem* pada mahasiswi baru fakultas psikologi UIN Malang. Berdasarkan temuan ini, maka hipotesa terbukti

sehingga maknanya bahwa semakin tinggi x maka semakin tinggi pula y, begitu pula sebaliknya semakin rendah x maka semakin rendah pula y.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Mahasiswi**

Seharusnya baik mahasiswi atau para remaja diluar sana mampu menjadi seseorang yang memiliki pemikiran atau kepribadian bahwa lingkungan sekitar tidak akan bisa merubah citra diri seseorang menjadi tidak selalu positif dikarenakan *SelfEsteem* seseorang juga bisa terbentuk sejak lahir baik dari lingkungan, pengalaman masa lalu dan juga pengaruh orang lain dengan beragam karakter manusia dan budayanya.

### **2. Bagi Peneliti**

Bagi peneliti lain selanjutnya yang tertarik untuk melanjutkan atau mengembangkan penelitian ini agar lebih memperbanyak referensi teori, menambah jumlah subyek agar dan memperhatikan variabel – variabel penelitian seperti *Self Esteem* dan *Body Image* pada mahasiswi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, Saifuddin. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. (2008). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron, R. A., & Bryne, D. (2005). *Psikologi sosial jilid 1 edisi kesepuluh*. Jakarta: PT. Erlangga
- Branden, N. (2001). *Kiat Jitu Meningkatkan Harga Diri*. Jakarta: Dela Pratasa Publishing.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: The Guilford Press.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body image : A handbook of science. Practice and prevention (2nd ed)*. New York : The Guildford Press.
- Chung, Hyuk. (2005). Calibration and Validation of The Body Self-Image Questionnaire Using The Rasch Analysis. *Dissertation*. University of Georgia.
- Cervone, D., & Pervin, L. A. (2011). *Personality: Theory and research edition 10th ed*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Emler, N. (2001). Self-esteem: *The Costs and Causes of Low Self-Worth*. Layerthrope: York Publishing Services.
- Grogan, S. (2008). *Body Image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children (second edition)*. New York: Routledge.

- Ifdil., Denich, A. U., & Ilyas, A. (2017). Hubungan body image dengan kepercayaan diri remaja putri. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2 (3), 107-113.
- Januar, V. 2007. Citra Tubuh Pada Remaja Putri Menikah Dan Memiliki Anak, *Jurnal Psikologi*, Vol. 1, No 1, Desember 2007. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma Jakarta.
- Larsen, R. J., & Buss, D. M. (2010). *Personality Psychology : Domains of Knowledge About Human Nature (4th Edition ed.)*. New York: McGrawHill.
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S. R. (2002). *Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Mruk, C. J. (2006). *Self Esteem research, theory, and practice: Toward a positive psychology of self esteem*. New York: Springer Publishing Company.
- Naeme ka, A., & Solomon, A. (2014). Relationship between body image and self-esteem among female undergraduate students of behavioural sciences. *Journal Of Humanities And Social Science*, 19 (1), 01-05.
- Nur Aziz, Ragil, 2007. Hubungan kecanduan game online dengan self esteem remaja gamers. Skripsi, Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2007). *Human Development (Tenth ed.)*. New York: McGraw-Hill.

- Plotnik, R. (2005). *Introduction to Psychology (Seventh ed.)*. Belmont: Wadsworth.
- Prastowo, D. (2012). *Harga Diri Siswa Kelas X E SMK 2 PGRI Salatiga dan Implikasinya Terhadap Penyusunan Program BK Pribadi. Skripsi i (Tidak diterbitkan)*. Salatiga:Program Studi dan Bimbingan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Kristen Satya Wacana.
- Ratnawati, V., & Sofiah, D. (2012). Percaya diri, body image dan kecenderungan anorexia nervosa pada remaja putri. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 1 (2), 130- 142.
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja (edisi ke sebelas)*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span development: Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta:Erlangga.
- Savere, Sal. 2002. *Bagaimana Bersikap Pada Anak Agar Anak Bersikap Baik*. Jakarta: PTGamedia Pustaka Utama.
- Sufren & Yonathan. (2013). *Mahir Menggunakan SPSS secara Otodidak*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Sugiarto dkk. (2001). *Teknik Sampling*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Sugiyono. (2003). *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung. Pusat Bahasa Depdiknas.
- Tafarodi, R. W., & Milne, A. B. (2002). Decomposing global self-esteem. *Journal of Personality Assessment*, 70 (3), 443-484.
- Widyatama. (2010)*Kamus Psikolog*. Jakarta : Widyatama.

**LAMPIRAN 1**  
**SKALA *BODY IMAGE***

**The Body Self Image Questionnaire**

Nama

:

Usia

:

Jenis kelamin :

Petunjuk pengisian :

- Bacalah setiap pernyataan dengan seksama
- Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri anda, dengan cara memberikan tanda (√) pada salah satu jawaban yang ada disebelah kanan. Jika salah berilah tanda garis (=) pada pilihan pertama kemudian pilihlah jawaban yang menurut anda benar.
- Berikut ini adalah pilihan jawaban yang tersedia :  
 STS : Sangat tidak setuju  
 TS : Tidak setuju  
 R : Ragu-ragu  
 S : Setuju  
 SS : Sangat setuju
- Setiap orang memiliki pilihan jawaban yang berbeda, pilihlah jawaban yang paling sesuai menurut anda karena dalam hal ini tidak ada jawaban yang benar maupun salah.

- Periksa kembali jawaban anda jangan sampai ada yang terlewatkan.

**SELAMAT MENGERJAKAN,,,**

No	Pernyataan	Jawaban				
		STS	TS	R	S	SS
1.	Menjaga berat badan adalah hal yang penting bagi saya					
2.	Saya ingin punya tubuh yang tinggi					
3.	Saya melakukan fitness atau olahraga untuk menjaga berat badan					
4.	Saya memilih baju yang tepat agar penampilan saya oke					
5.	Saya sedih melihat diri sendiri ketika berkaca					
6.	Saya memperhatikan penampilan seperti wajah dan rambut agar terlihat bagus					
7.	saya merasa gemuk ketika memakai baju-baju tertentu					
8.	Senang membandingkan diri sendiri dengan orang lain					
9.	Mempunyai bentuk tubuh yang ideal itu penting bagi saya					
10.	Saya percaya diri ketika tampil didepan umum					
11.	Berada disekitar orang yang mempunyai tubuh ideal membuat saya sedih					
12.	Saya menyukai baju yang bisa membentuk tubuh					
13.	Saya menjaga kesehatan tubuh					
14.	Ada beberapa bagian tubuh yang tidak saya sukai karena terlihat gemuk					
15.	Saya akan lebih memperhatikan penampilan ketika berada di tempat umum					

No	Pernyataan	Jawaban				
		STS	TS	R	S	SS
16.	Mempunyai tubuh yang atletis penting bagi saya					
17.	Memakai baju yang cocok membuat saya merasa <i>good looking</i>					
18.	Saya merasa gemuk					
19.	Memperlihatkan beberapa bentuk tubuh saya didepan umum membuat saya minder					
20.	Saya rela berdandan lama agar terlihat menarik					
21.	Saya memiliki postur tubuh yang bagus					
22.	Saya tidak malu mempunyai pantat yang besar					
23.	Menuntut diri untuk terlihat menarik itu tidak baik					
24.	Saya tidak ambil pusing mengenai bentuk tubuh seseorang					
25.	Saya berharap punya berat badan yang ideal					
26.	Tubuh saya terlihat indah					
27.	Saya mempunyai tubuh yang kuat					
28.	Saya mempunyai kelebihan berat badan					
29.	Saya melakukan olahraga untuk mengubah bentuk tubuh					
30.	Saya akan terganggu apabila berat badan naik					
31.	Saya mempunyai tubuh yang menarik					
32.	Bentuk tubuh saya bukanlah bentuk tubuh yang bagus					
33.	Saya mempunyai tubuh yang atletik					
34.	Perut saya terlihat berlemak					
35.	Saya berpikiran bahwa apapun bentuk tubuhnya yang penting sehat					
36.	Saya ingin membentuk tubuh menjadi lebih baik					
37.	Saya akan senang apabila punya berat badan ideal					
38.	Saya berharap menjadi lebih kurus/gemuk					

**LAMPIRAN 2**  
**SKALA SELF ESTEEM**

**Self Esteem**

Nama

:

Usia

:

Jenis kelamin :

**PETUNJUK PENGISIAN**

- Bacalah setiap pernyataan dengan seksama
- Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri anda, dengan cara memberikan tanda (√) pada salah satu jawaban yang ada disebelah kanan. Jika salah berilah tanda garis (=) pada pilihan pertama kemudian pilihlah jawaban yang menurut anda benar.
- Berikut ini adalah pilihan jawaban yang tersedia: SS : Sangat Setuju

S

:Setuju

TS

: TidakSetuju

STS

: Sangat TidakSetuju

- Setiap orang memiliki pilihan jawaban yang berbeda, pilihlah jawaban yang paling sesuai menurut anda karena dalam hal ini tidak ada jawaban yang benar maupunsalah.
- Periksa kembali jawaban anda jangan sampai ada yangterlewatkan.



No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya mampu bersikap tenang didepan orang lain meskipun saya sedang marah				
2.	Saya sering marah-marah didepan orang lain				
3.	Keberadaan saya selalu diterima oleh teman-teman				
4.	Saya sering mendapat cemoohan dari orang lain				
5.	Ide-ide saya selalu diterima oleh teman-teman				
6.	Teman-teman tidak pernah mendengar saran dari saya				
7.	Saya selalu bersikap sopan terhadap siapapun, kapanpun dan dimanapun saya berada				
8.	Saya sering bertengkar dengan teman-teman meskipun tentang hal yang sepele				
9.	Teman-teman selalu bersikap ramah terhadap Saya				
10.	Saya sering dijadikan bahan lelucon oleh teman-teman				
11.	Teman-teman meminta pendapat saya dalam memutuskan sesuatu				
12.	Ide-ide yang saya kemukakan selalu diabaikan oleh orang lain				
13.	Teman-teman selalu membantu saya				
14.	Teman-teman tidak pernah membantu meskipun saya dalam kesulitan				
15.	Saya sering mendapat pujian dari teman				
16.	Saya jarang mendapat pujian dari teman				
17.	Saya merasa bahwa teman-teman banyak yang menyayangi saya				
18.	Tidak ada yang menyayangi dan mempedulikan saya				
19.	Teman-teman selalu mendengarkan keluh kesah Saya				
20.	Ketika saya berkeluh kesah tidak ada orang lain yang mau mendengarkan				
21.	Saya percaya bahwa saya memiliki kelebihan				
22.	Saya tidak percaya dengan kelebihan yang saya Miliki				
23.	Saya mudah beradaptasi di dalam lingkungan yang baru				
24.	Saya sulit beradaptasi dengan lingkungan yang Baru				
25.	Saya yakin dapat melakukan hal yang terbaik dalam hidup saya				
26.	Saya tidak tahu apa yang harus saya lakukan dalam hidup saya				

27.	Saya selalu mendapatkan perlakuan yang baik dari orang lain				
28.	Saya merasa mendapatkan perlakuan yang kurang baik dari teman-teman				
29.	Saya selalu berkata jujur				
30.	Saya tidak peduli apakah yang saya lakukan tepat atau tidak				
31.	Saya selalu mempertimbangkan sebelum melakukan sesuatu				
32.	Saya sering melanggar peraturan yang sudah ditetapkan di lingkungan				
33.	Saya adalah orang yang bisa diandalkan oleh teman-teman				
34.	Saya adalah orang yang kurang bisa diandalkan oleh teman-teman				
35.	Saya menuntut diri agar mempunyai prestasi dan berhasil mewujudkannya				
36.	Saya mudah putus asa ketika saya kesulitan dalam mengerjakan tugas				
37.	Saya selalu dapat menyelesaikan tugas-tugas dengan baik				
38.	Saya selalu merasa kesulitan ketika mendapatkan tugas kampus				
39.	Saya selalu berhasil mendapatkan nilai yang Baik				
40.	Saya sering mendapatkan nilai yang kurang Baik				
41.	Saya lebih unggul dari teman-teman dalam prestasi belajar				
42.	Saya tidak pernah lebih unggul dari teman saya dalam banyak hal				
43.	Saya selalu rajin dan tepat waktu dalam menyelesaikan tugas				
44.	Saya sering menunda-nunda waktu dalam menyelesaikan tugas				

**LAMPIRAN 3****VALIDITAS DAN RELIABILITAS *SELF ESTEEM*****Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	57.0463	52.942	.351	.897
VAR00002	57.1111	51.969	.545	.890
VAR00003	56.7963	54.369	.353	.895
VAR00004	56.6667	51.701	.623	.888
VAR00005	57.1296	51.946	.546	.890
VAR00006	57.3333	51.888	.510	.891
VAR00007	56.7500	51.778	.504	.891
VAR00008	56.8056	54.308	.362	.895
VAR00009	57.2315	52.217	.501	.891
VAR00010	56.6759	51.380	.644	.887
VAR00011	57.1111	51.857	.544	.890
VAR00012	57.1944	52.906	.461	.892
VAR00013	56.7870	51.347	.661	.887
VAR00014	57.0741	50.686	.631	.887
VAR00015	57.2315	52.217	.501	.891
VAR00016	56.9259	53.097	.501	.891
VAR00017	57.1019	51.176	.610	.888
VAR00018	57.2315	52.161	.545	.890
VAR00019	56.7963	51.154	.668	.886

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	108	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	108	100.0

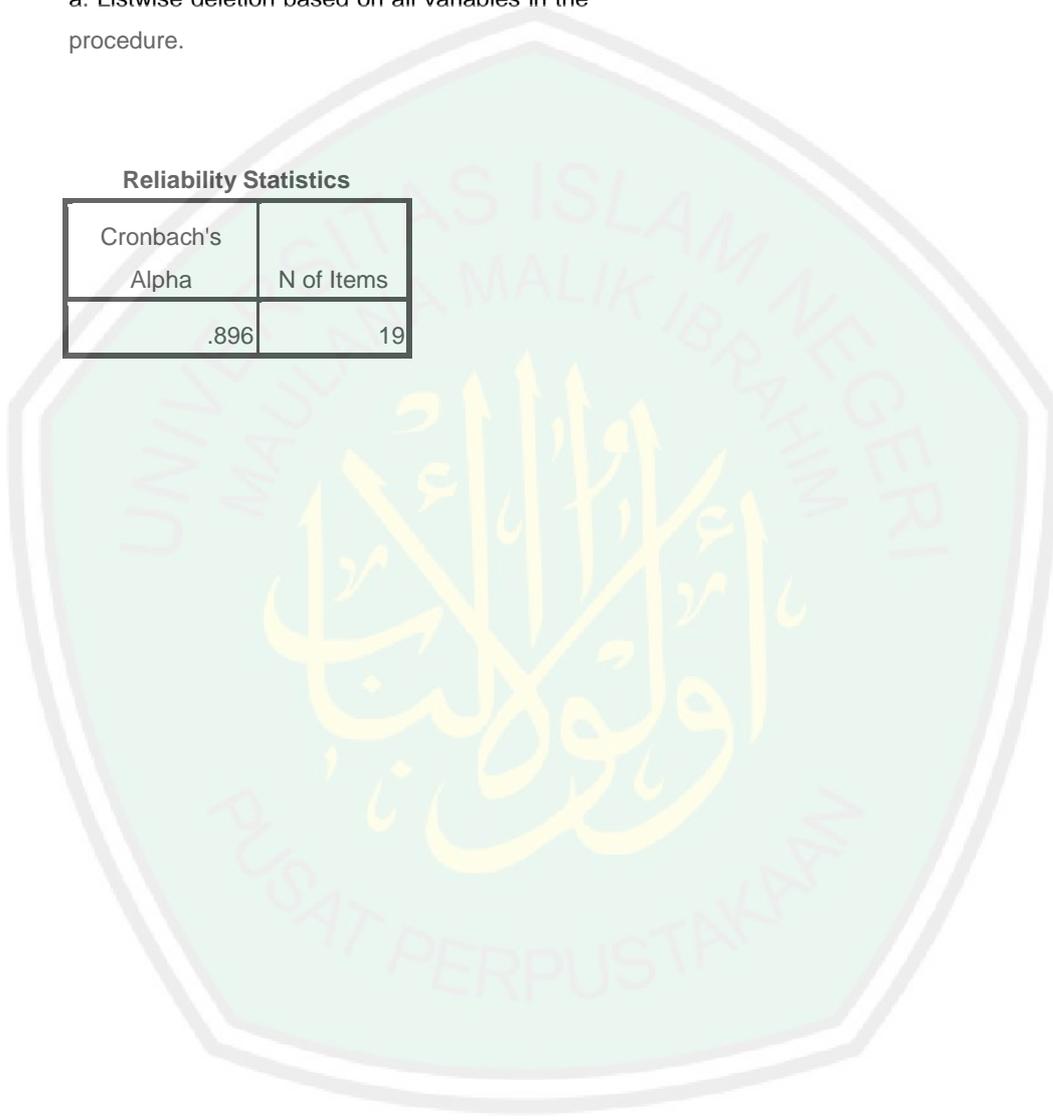
**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	108	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	108	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.896	19



## LAMPIRAN 4

VALIDITAS DAN RELIABILITAS *BODY IMAGE*

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	40.0833	32.918	.444	.877
VAR00002	40.7500	33.199	.316	.885
VAR00003	40.5370	32.045	.521	.873
VAR00004	40.4444	31.090	.647	.867
VAR00005	40.5093	31.542	.571	.871
VAR00006	40.6944	30.943	.651	.867
VAR00007	40.1667	31.935	.580	.871
VAR00008	40.4444	31.072	.635	.868
VAR00009	40.5926	32.505	.439	.878
VAR00010	40.3056	33.336	.427	.877
VAR00011	40.5741	31.705	.581	.870
VAR00012	40.4630	30.886	.687	.865
VAR00013	40.1759	31.847	.594	.870
VAR00014	40.4815	31.373	.617	.869

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	108	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	108	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.880	14

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**LAMPIRAN 5**  
**UJI NORMALITAS**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		SELF ESTEEM	BODY IMAGE
N		108	108
Normal Parameters <sup>a,b</sup>			
	Mean	69.3056	43.5556
	Std. Deviation	7.85197	6.05324
Most Differences	Extreme Absolute	.069	.074
	Positive	.041	.074
	Negative	-.069	-.068
Test Statistic		.069	.074
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>	.190 <sup>c</sup>

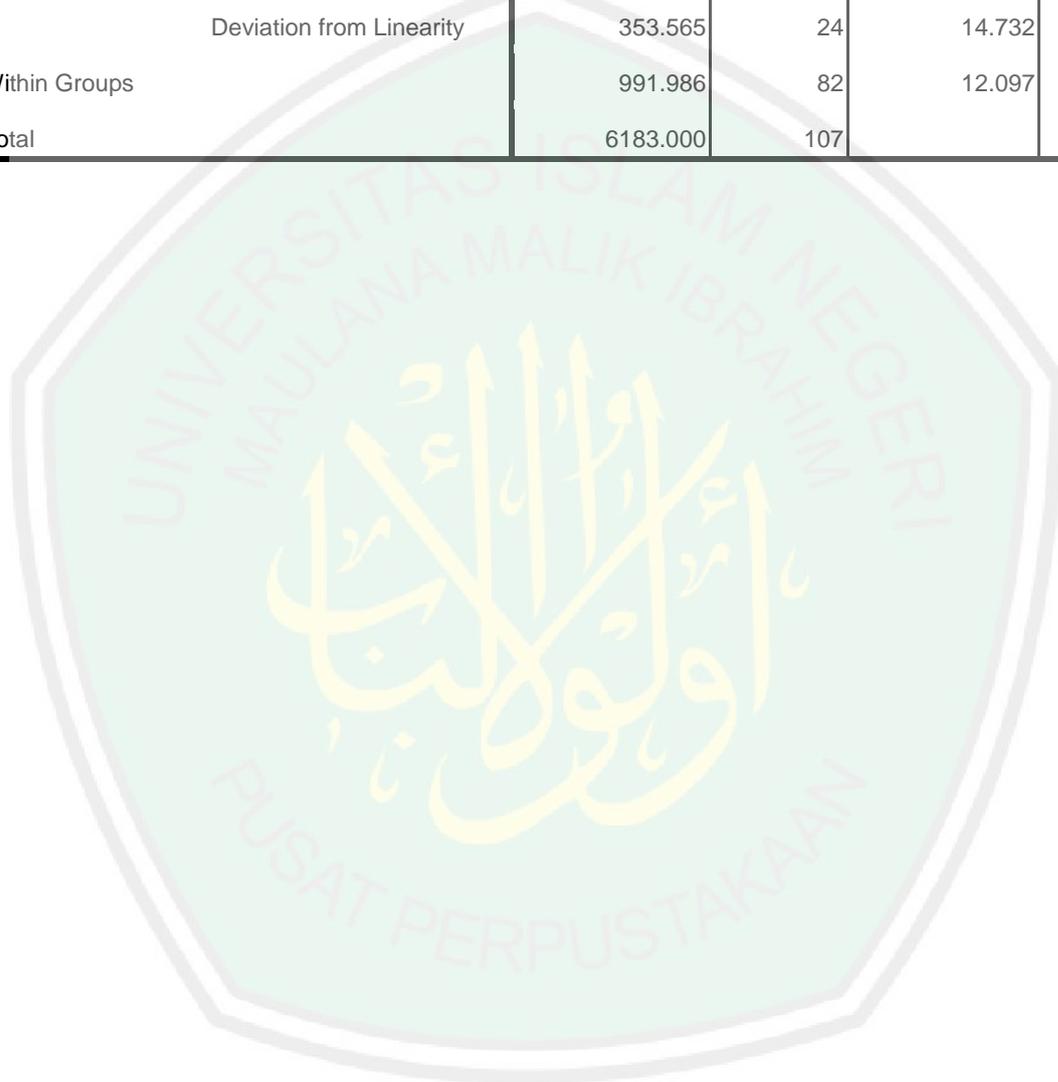
a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

**LAMPIRAN 6**  
**UJI LINIERITAS**

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
X * Y	Between Groups	(Combined)	5191.014	25	207.641	17.164	.000
		Linearity	4837.449	1	4837.449	399.876	.000
		Deviation from Linearity	353.565	24	14.732	1.218	.252
	Within Groups		991.986	82	12.097		
	Total		6183.000	107			



**LAMPIRAN 7**  
**UJI REGRESI**

**Uji Regresi *Body Image* terhadap *Self Esteem***

***Model Summary***

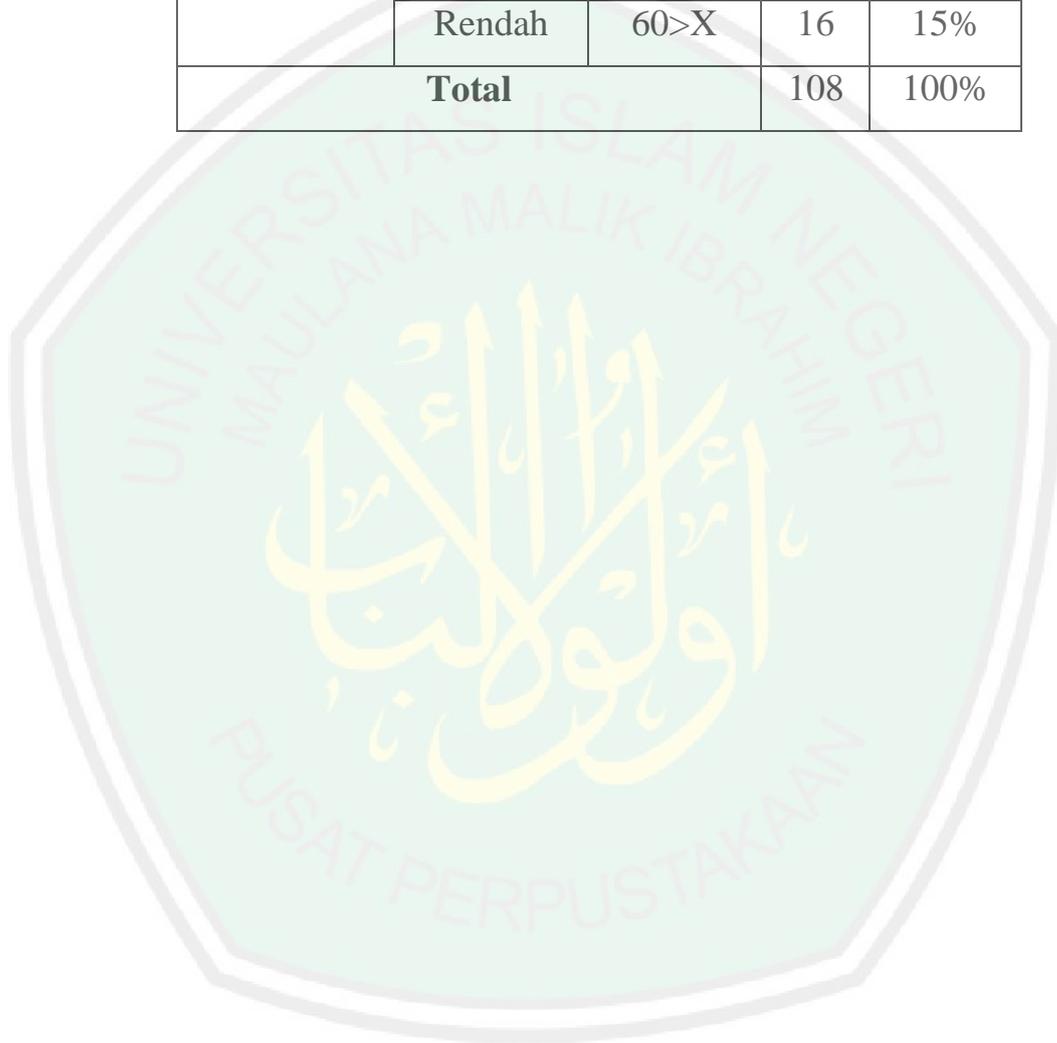
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.885 <sup>a</sup>	.782	.780	2.83712

a. Predictors: (Constant), X

## LAMPIRAN 8

TABEL KATEGORISASI *SELF ESTEEM*

Variabel	Kategori	Hasil	F	P
<i>Self Esteem</i>	Tinggi	$77 > X$	19	17,5%
	Sedang	$61 > X > 76$	73	67,5%
	Rendah	$60 > X$	16	15%
<b>Total</b>			108	100%



## LAMPIRAN 9

TABEL KATEGORISASI *BODY IMAGE*

Variabel	Kategori	Hasil	F	P
<i>Body Image</i>	Tinggi	$49 > X$	25	23%
	Sedang	$38 > X > 48$	67	62%
	Rendah	$37 < X$	16	15%
<b>Total</b>			108	100%

