

**HUBUNGAN HARGA DIRI DENGAN *BODY IMAGE* PADA
REMAJA PUTRI KELAS XI DI SMA SWASTA NURUL
AMALIAH**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area**

**OLEH
NADILLA FITRIYANI
16.860.0312**



MEDAN

2021

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 16/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)16/12/21

JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN HARGA DIRI DENGAN *BODY IMAGE* PADA REMAJA PUTRI KELAS XI DI SMA SWASTA NURUL AMALIYAH

NAMA MAHASISWA : NADILLA FITRIYANI

NO. STAMBUK : 16.860.0312

BAGIAN : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

MENYETUJUI :

Komisi Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II

(Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog)

(Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

MENGETAHUI :

Kepala Bagian

Dekan

(Dinda Permata Sari Harahap, M.Psi, Psikolog)

(Dr. Rizkiyah Fadillah, S.Psi, M.Psi)

Tanggal : 18 Januari 2021

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA
DAN DITERIMA UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN
DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH
DERAJAT SARJANA (S1) PSIKOLOGI
PADA TANGGAL :
18 JANUARI 2021

MENGESAHKAN
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA


UNIVERSITAS
DEKAN

(Dr. Hj. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

1. **Andy Chandra, S.Psi, M.Psi, Psikolog**
2. **Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi**
3. **Laili Alfita, S.Psi.MM.M.Psi, Psikolog**
4. **Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi, Psikolog**



LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.



Medan, 18 Januari 2021

NADILLA FITRIYANI

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

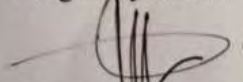
Nama : *Nadilla Fitriyani*
NPM : 16.860.0312
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : .Psikologi
Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul : **Hubungan Harga Diri dengan *Body Image* Kelas XI di SMA Swasta Nurul Amaliyah**, beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Medan, 18 Januari 2021

Yang menyatakan



(Nadilla Fitriyani)

Scanned by TapScanner

HUBUNGAN HARGA DIRI DENGAN *BODY IMAGE* PADA REMAJA PUTRI KELAS XI DI SMA SWASTA NURUL AMALIAH

Oleh:

NADILLA FITRIYANI

NPM: 168600312

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan harga diri dengan *body image* pada remaja putri kelas XI di SMA Swasta Nurul Amaliyah. *Body image* adalah gambaran persepsi seseorang tentang tubuh ideal dan apa yang mereka inginkan pada tubuh mereka baik itu dalam hal berat badan maupun bentuk tubuh yang didasarkan pada persepsi-persepsi orang lain dan seberapa harus mereka menyesuaikan persepsi tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dimana prosedur yang digunakan dalam penelitian ini adalah model korelasional. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 59 orang siswi. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan model skala *likert*. Analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian ini adalah teknik korelasi *spearman*. Berdasarkan hasil uji Kolerasi *Spearman* diketahui bahwa terdapat ada hubungan positif antara harga diri dengan *body image*, dengan asumsi semakin tinggi harga diri, maka semakin positif *body image* yang di miliki remaja tersebut. Begitu pula sebaliknya, dimana $r_{xy} = 0,620$ dengan signifikan $p = 0.000 < 0,050$. Adapun koefisien determinan $r^2 = 0,485$ yang menunjukkan bahwa harga diri berkontribusi terhadap *body image* sebesar 48,5%, sedangkan sisanya sebesar 51,5% dipengaruhi oleh faktor lain. Mean hipotetik dalam penelitian ini untuk variabel harga diri sebesar 72,5 dan untuk variabel *body image* sebesar 140. Mean empirik pada harga diri sebesar 92,58 dan *body image* sebesar 176,47. Hal ini berarti hipotesis yang di ajukan dinyatakan diterima dengan hasil ada hubungan harga diri dengan *body image* pada remaja putri kelas XI di SMA Swasta Nurul Amaliyah.

Kata kunci :*harga diri , body image dan remaja*

The Correlation Of Self-Esteem and Body Image at Adolescents in Private High School 11 Of Nurul Amaliyah

NADILLA FITRIYANI

NPM: 168600312

ABSTRACT

The aim of this study was to find out correlation self-esteem and body image at Adolescents in Private High School 11 Of Nurul Amaliyah. Body image is a description of a person's perception of their ideal body and what they want in their body, both in terms of body weight and body shape, based on other people's perceptions and how much they have to adjust those perceptions. This research is a quantitative research, where the procedure used in this study is a correlational model. The sampling technique in this research used total sampling. The sample used in this study were 59 female students. The technique used for data collection in this study is to use a Likert scale model. The analysis used to test the hypothesis of this study is the Spearman Correlation technique. Based on the results of the Spearman Correlation test, it is known that there is a positive relationship between self-esteem and body image, assuming that the higher the self-esteem, the more positive the body image that the teenager has. Vice versa, where $r_{xy} = 0.620$ with significant $p = 0.000 < 0.050$. The determinant coefficient of $r^2 = 0.485$ which indicates that self-esteem contributes to body image by 48.5%, while the remaining 51.5% is influenced by other factors. The hypothetical mean in this study for self-esteem variable is 72.5 and for body image variable is 140. The empirical mean of self-esteem is 92.58 and body image is 176.47. This means that the hypothesis proposed is accepted with the result that there is a relationship between self-esteem and body image at Adolescents in Private High School 11 Of Nurul Amaliyah.

Keywords: self-esteem, body image and adolescence

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim,

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan segala kenikmatan dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan Harga Diri Dengan *Body Image* Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMA Swasta Nurul Amaliyah” sebagai salah satu syarat dalam memenuhi gelar Sarjana Psikologi.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi yang ditulis masih jauh dari kata kesempurnaan, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan untuk kedepannya. Selain itu, terselesaikannya penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dari pihak-pihak yang turut serta dalam memberikan dukungan. Oleh karena itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ketua Yayasan Haji Agus Salim Universitas Medan Area, Bapak Drs. M. Erwin Siregar, MBA
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramadan, M. EnG, M.Sc selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Ibu Dr. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
4. Ibu Kepala Bagian Psikologi Perkembangan yang selalu bersedia meluangkan waktu, dan memberikan masukan kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir hingga saat ini.

5. Bapak Fadhil, S.Psi, M.Psi selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan dan arahan terkait perkuliahan.
6. Ibu Laili Alfita, S.Psi, M.M, M.Psi, Psikolog selaku wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area sekaligus selaku dosen pembimbing pertama yang selalu bersedia membantu saya dan banyak memberikan masukan dan motivasi, yang selalu meluangkan waktunya dan selalu sabar membimbing saya selama pengerjaan skripsi ini.
7. Ibu Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing kedua yang selalu membimbing saya dan meluangkan waktunya untuk memberikan saran dan masukan, dalam pengerjaan skripsi ini yang terdapat kekeliruan.
8. Ibu Salamiah Sari Dewi, S.Psi, M.Psi selaku sekretaris yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan kritikan dan saran dalam pengerjaan skripsi ini.
9. Bapak Andy Chandra, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku ketua dalam pelaksanaan sidang meja hijau yang telah banyak memberikan saya saran dalam pelaksanaan sidang meja hijau.
10. Seluruh Dosen Psikologi yang telah mengajarkan pengalaman berharga selama perkuliahan, tak pernah berhenti memberikan semangat dan motivasi, yang selalu menuntun mahasiswanya dalam hal kebaikan, serta staff fakultas psikologi yang telah banyak membantu peneliti dalam menyusun administrasi.
11. Terimakasih kepada SMA Swasta Nurul Amaliyah yang telah bersedia dan memberi izin kepada penulis untuk melakukan penelitian hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

12. Kepada buya saya Ir. Abdul dan umi saya Nur'ainun Lubis tersayang, yang selalu mendoakan dan memberikans semangat yang tiada hentinya agar peneliti tetap semangat dalam menyusun skripsi ini.
13. Seseorang yang sangat spesial dalam hidupku, Sertu Billy Rizky Harahap yang tak pernah lelah memberikan support dan selalu membantu peneliti menyelesaikan skripsi ini.
14. Sahabattersayang, Fify Sa'adah, Ririn Tri Handayani, Adelia Anggraini, Devi Julinar, Chairunisa, Suci Ramadhani, Nurfidiawati. Atas kasih sayang dan kebahagiaan yang kalian berikan, untuk saling bercerita, memotivasi, dan berbagi, kebersamaan, serta support dan semangat kalian dalam membantu proses skripsi ini serta selalu mengingatkan saya dalam hal kebaikan.
15. Rekan-rekan seperjuangan, Riana Syafitri, Nur Wahyuni, Vio Awalyani dan banyak lagi .Yang memberi informasi, mensupport dan saling berbagi terkait proses penyelesaian skripsi ini.
16. Sahabatku, Putri Nabila, Astary Tyas Damarwiarni, Alfa Khairani yang telah memberikan motivasi, semangat dan doa kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
17. Murid-muridku tercinta, Lady, Galuh, Dea, dan seluruh Al-Aziz Squard yang selalu memberikan semangat dan do'anya selama pengerjaan skripsi ini.
18. Semua pihak yang telah memberi dukungan baik secara langsung maupun tidak langsung.

19. Terimakasih teman – teman se Almamater stambuk 2016 yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, yang selama ini belajar Bersama dan berjuang Bersama di Fakultas Psikologi Medan Area.

Medan, 15 Januari 2020

Penulis

Nadilla Fitriyani

168600312



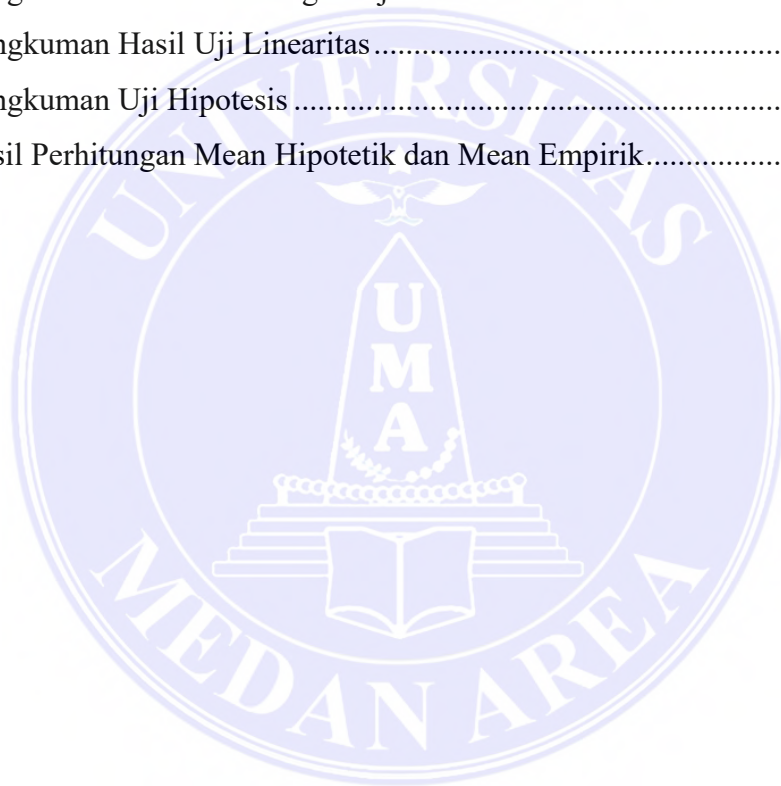
DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI	iv
ABSTRAK	v
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Batasan Masalah.....	10
D. Rumusan Masalah	10
E. Tujuan Masalah.....	11
F. Manfaat Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
A. Remaja.....	12
1. Pengertian Remaja.....	12
2. Ciri-ciri Remaja	13
3. Perkembangan Masa Remaja	17
4. Tugas-tugas Perkembangan pada Remaja.....	18
5. Perubahan Fisik yang Terjadi pada Masa Remaja	20
B. <i>Body Image</i>	23
1. Pengertian <i>Body Image</i>	23
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	24
3. Aspek-aspek <i>Body Image</i>	31
4. Ciri-Ciri <i>Body Image</i>	32
C. Harga Diri.....	34
1. Pengertian Harga Diri	34
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Harga Diri	36
3. Aspek-aspek Harga Diri	40
4. Ciri-ciri Harga Diri.....	43

D. Hubungan Harga Diri dengan <i>Body Image</i> pada Remaja Putri.....	44
E. Kerangka Konseptual	46
F. Hipotesis.....	46
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	47
A. Tipe Penelitian	47
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	48
C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian	48
1. Harga diri	49
2. <i>Body image</i>	49
D. Populasi,Sampel dan Metode Pengambilan Sampel	49
1. Populasi.....	49
2. Teknik Pengambilan Sampel.....	50
3. Sampel.....	50
E. Teknik Pengumpulan Data	51
1. Skala Harga Diri.....	51
2. Skala <i>Body Image</i>	52
F. Validitas dan Reabilitas Alat Ukur	52
1. Validitas	52
2. Reabilitas Alat Ukur.....	53
G. Analisis Data	54
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	57
A. Orientasi Kancan Penelitian.....	57
B. Persiapan Penelitian	59
1. Persiapan Administrasi	59
2. Persiapan Alat Ukur Penelitian	60
3. Pelaksanaan Penelitian	63
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian	66
1. Uji Asumsi	66
2. Hasil Perhitungan Analisis Data	68
3. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	69
D. Pembahasan.....	72
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	75
A. Simpulan	75
B. Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA	77
DAFTAR TABEL	viii
LAMPIRAN.....	ix

DAFTAR TABEL

1. Distribusi Penyebaran Butiran-butiran Pernyataan Skala Harga Diri Sebelum Uji Coba	60
2. Distribusi Penyebaran Butiran-butiran Pernyataan Skala <i>Body Image</i> Sebelum Uji Coba	62
3. Distribusi Penyebaran Aitem-aitem Pernyataan Skala Harga Diri	66
4. Distribusi Penyebaran Aitem-aitem Pernyataan Skala <i>Body Image</i>	66
5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	67
6. Rangkuman Hasil Uji Linearitas	68
7. Rangkuman Uji Hipotesis	69
8. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik	69



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kurva Distribusi Normal Harga Diri.....	70
Gambar 2. Kurva Distribusi Normal <i>Body Image</i>	71



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Skala Harga Diri	80
Lampiran B Skala <i>Body Image</i>	83
Lampiran C Data Penelitian	87
Lampiran D Uji Validitas dan Reabilitas	93
Lampiran E Uji Asumsi Normalitas dan Linieritas	102
Lampiran F Uji Hipotesis.....	106
Lampiran G Surat Penelitian.....	107
Lampiran H Surat Balasan Penelitian	108

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan individu merupakan pola gerakan atau perubahan yang secara dinamis dimulai dari pembuahan atau konsepsi dan terus berlanjut sepanjang siklus kehidupan manusia yang terjadi akibat dari kematangan dan pengalaman. Individu melewati beberapa masa di dalam perkembangannya, salah satunya adalah masa perkembangan remaja.

Menurut Hurlock (2011), awal masa remaja biasa disebut sebagai “usia belasan”. Masa remaja merupakan masa peralihan yang dianggap sebagai periode badai tekanan, dimana ketegangan emosi meninggi akibat perubahan fisik kelenjar. Secara psikologis, masa remaja merupakan usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa. Sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri dan harapan sosial yang baru.

Dalam masa transisi atau peralihan ini remaja akan menunjukkan beberapa perubahan, yang ditandai dengan perubahan fisik dan psikis, keinginan bebas dari kekuasaan, rasa ingin tahu, mencari dan menemukan identitas diri, pembentukan kelompok sebaya dan sebagainya. Hal ini juga didukung oleh pernyataan (Denich & Ifdil, 2015) yaitu perubahan fisik menimbulkan dampak psikologis yang tidak diinginkan. Mayoritas anak muda lebih banyak memperhatikan penampilan mereka ketimbang aspek lain dalam diri mereka, dan banyak di antara mereka

yang tidak suka melihat apa yang mereka lihat di cermin. Para remaja mengembangkan gambaran pribadi tentang bagaimana bentuk tubuh mereka, dimana hal tersebut terkait erat dengan *body image*. *Body image* atau yang dalam terjemahan bahasa Indonesia dapat diartikan menjadi citra tubuh, menyangkut tentang bagaimana individu menilai penampilan fisiknya, serta kepuasan dan penerimaan terhadap tubuhnya.

Menurut Denich& Ifdil (2015), *body image* adalah gambaran dan persepsi tentang penampilan fisik seseorang. *Body image* adalah suatu perkiraan dan evaluasi individu terhadap tubuh fisiknya di dalam hubungannya dengan norma-norma sosial dan penilaian dari orang lain. Gambaran tubuh seseorang dapat dianggap sebagian dari hasil pengalaman pribadi, kepribadian, dan berbagai kekuatan sosial dan budaya. 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.

Body image yang dimiliki antara remaja putra dan remaja putri berbeda. Hal tersebut karena perbedaan perubahan fisik yang dialami. Perubahan fisik yang terjadi selama masa remaja mempengaruhi tingkat perilaku individu. Diperkuat oleh iklan dan media secara umum, remaja tiba-tiba menjadi sangat sadar akan penampilan fisik mereka. Anak laki-laki tiba-tiba peduli dengan rambut mereka. Gadis-gadis yang sebelumnya mungkin tidak memiliki selera berpakaian tiba-tiba menjadi sadar mode dan harus memiliki pakaian modis terbaru. Perbedaan antara kedua jenis kelamin ini menjadi lebih mencolok pada

tahap ini dibandingkan tahun-tahun sebelumnya. Anak perempuan memiliki perasaan tidak suka yang lebih tinggi dibandingkan anak laki-laki. Mayoritas remaja putri lebih banyak memperhatikan penampilan mereka dan banyak di antara mereka yang tidak suka melihat apa yang mereka lihat di cermin. (Denich & Ifdil, 2015).

Dalam hal ini, Cash & Smolak (2011) juga menyebutkan terdapat dua jenis *body image* yaitu *body image* positif dan *body image* negatif. Ciri *Body image* positif terkait dengan pengapresiasian seseorang terhadap bagian-bagian tubuhnya, selalu menerima bagaimanapun keadaan tubuhnya tanpa mencari kekurangan tubuhnya, selalu bersikap optimis dan merasa bahagia, percaya diri tanpa harus memikirkan berat dan bentuk tubuh ideal dan tidak pernah terpengaruh dengan standar kecantikan di media sosial. Sedangkan *body image* negatif memiliki yang menggambarkan seseorang tidak menyukai bagian-bagian tertentu dari dirinya, tidak pernah merasa bahagia ketika berat badannya tidak ideal, merasa tidak nyaman dengan seluruh bagian tubuhnya, selalu mencemaskan bagian tubuhnya yang menurutnya tidak sesuai dengan standar kecantikan dan selalu membandingkan bentuk tubuhnya dengan orang lain tanpa memperhatikan kelebihan yang dia miliki serta selalu menginginkan bentuk tubuh yang ideal sesuai dengan standart kecantikan dilingkungan sosialnya.

Disisi lain, ketika kita melihat remaja pada jenjang pendidikan SMA, penampilan fisik menjadi kecenderungan yang sangat penting bagi remaja di SMA. Mereka sangat memikirkan mengenai penampilannya agar selalu diakui dan di puji oleh orang-orang disekitarnya. Mereka juga berusaha untuk menampilkan sesuatu yang unik agar berbeda dari teman-teman lainnya. Jika

penampilan fisiknya dirasa sudah menarik, maka mereka akan cenderung menilai positif pada keseluruhan aspek dalam diri mereka (Damayanti & Susilawati, 2018).

Dalam penelitian ini, peneliti meneliti remaja putri kelas XI di SMA Swasta Nurul Amaliyah. Hal ini menjadi pertimbangan karena peneliti melihat banyaknya remaja putri yang merasa memiliki bentuk tubuh, warna kulit serta penampilan yang tidak sesuai dengan yang mereka harapkan. Hal tersebut diketahui berdasarkan dari hasil observasi dan wawancara dengan lima remaja putri yang duduk di kelas XI SMA swasta Nurul Amaliyah.

Berdasarkan hasil observasi terhadap remaja kelas XI SMA Swasta Nurul Amaliyah, didapatkan hasil bahwasannya remaja putri yang memiliki bentuk tubuh jauh dari kata ideal terlihat minder, terlihat sulit bergabung dengan teman-temannya yang lain, sulit menempatkan perkataan temannya mana yang bercanda dan mana yang serius, tak jarang lirikan teman-temannya dianggap semacam ejekan padahal temannya hanya melirik biasa saja, lebih sensitif terhadap teman-temannya, terlihat tidak terlalu peduli ketika ada temannya yang sedang bercanda, bahkan ada yang bertubuh gemuk mendapat julukan “gendut” dari teman-temannya yang laki-laki maupun yang perempuan. Ada juga siswi yang memiliki kulit gelap memilih menyendiri di bangkunya ketika teman-temannya yang lain asyik bercanda dan tertawa. Bahkan terkadang dia menutup wajahnya menghadap ke meja karena sesekali di ajak bercanda oleh temannya. Ada juga remaja yang gemuk ketika di ajak berfoto bersama malah memilih untuk diam di bangkunya dan ketika dipaksa untuk ikut, dia lebih memilih untuk mengambil barisan dibelakang agar tidak

terlihat di kamera karena bentuk tubuhnya yang terlalu besar dibandingkan teman-temannya yang lain.

Selain itu, berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 02 Januari 2020 dengan kelima remaja di sekolah tersebut diketahui bahwasannya kelima remaja tersebut menyatakan bahwa merasa kurang puas dan kurang percaya diri dengan bentuk tubuhnya saat ini. Ada remaja yang mengatakan bahwa dirinya terlihat kurus dan pendek, sehingga terkadang dirinya sering dijuluki anak TK. Kemudian ada remaja yang merasa bahwa dirinya terlalu tinggi dan kurus, sehingga merasa tidak memiliki bentuk tubuh yang ideal. Selain itu adapula remaja yang menyatakan bahwa dirinya terlihat gendut sehingga malu jika berfoto dengan teman-teman yang tubuhnya lebih berisi dan berbentuk. Remaja lainnya juga menambahkan bahwa dengan bentuk tubuh yang berisi maka akan meningkatkan rasa percaya diri jika mendekati lawan jenisnya. Berdasarkan hasil wawancara dengan lima remaja tersebut dapat disimpulkan bahwa lima remaja tersebut merasa tidak puas dan tidak percaya diri dengan bentuk tubuh yang mereka miliki, karena menurut mereka bentuk tubuh yang ideal adalah bentuk tubuh yang berisi dan berbentuk.

Dari hasil observasi dan wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwasannya pada usia remaja, *body image* merupakan salah satu fokus perhatian yang penting bagi remaja. Penampilan yang menarik merupakan idaman setiap remaja putri. Hal inilah yang membuat remaja putri menjadi lebih memperhatikan penampilannya. Disisi lain, penilaian standar tubuh pada remaja putri saat ini selalu mementingkan penampilan fisik dengan bentuk tubuh yang ideal. Hal ini juga diungkapkan oleh Destiana (2012), bahwasannya konsep tubuh ideal diartikan sebagai bentuk dan ukuran tubuh yang dinilai sempurna dan paling diinginkan oleh

seseorang. Konsep tubuh ideal wanita dalam masyarakat secara umum yang berangsur-angsur menjadi semakin mengurusi dan tidak masuk akal telah menyebabkan wanita memiliki perkiraan yang berlebihan (*overestimasi*) terhadap berat badan tubuhnya. Media menyampaikan pesan-pesan kepada masyarakat bahwa wanita langsing itu cantik, dan cantik itu baik. Padahal, pada kenyataannya model-model wanita bertubuh langsing itu berdasarkan BMI-nya termasuk dalam kategori tubuh kurus, jauh di bawah normal dan berpotensi mengalami risiko kematian dini yang lebih besar daripada mereka yang bertubuh normal menurut standar BMI. Rumus untuk mendapatkan BMI (*Body Mass Index*) sebagai berikut:

$$\text{BMI} = \text{Berat Badan (kg)} \div [\text{Tinggi Badan (m)}]^2$$

Biasanya, individu yang menilai tubuh dan penampilannya menarik dan memiliki *body image* yang positif, akan menjadi lebih populer, lebih percaya diri, merasa nyaman, dan mendapat penerimaan kelompok yang lebih besar sedangkan individu yang mengalami perkembangan fisik yang terlambat biasanya akan mendapatkan perlakuan yang kurang menyenangkan dan diskriminasi dari lingkungan sekitarnya. Semakin besar penerimaan orang lain terhadap diri remaja putri, maka semakin besar pula harga diri yang dimiliki remaja putri. Hal ini didukung dengan pendapat Damayanti & Susilawati (2018), yang menjelaskan bahwa tingkat kepuasan terhadap tubuh yang dimiliki individu sepadan dengan tingkat penerimaan diri secara keseluruhan. Ketika remaja putri beranggapan bahwa tubuhnya indah, ideal dan menarik maka akan membentuk *body image* yang positif. Sehingga membuat remaja putri memiliki kepuasan, kebanggaan serta kebahagiaan terhadap tubuh yang dimiliki hingga harga diri menjadi tinggi. Sebaliknya, ketika remaja putri beranggapan bahwa bentuk tubuhnya tidak

menarik, tidak proporsional dan tidak ideal maka akan membentuk *body image* yang negatif. Mereka menganggap kondisi fisiknya tidak sama dengan konsep idealnya dan merasa memiliki kekurangan secara fisik meskipun dalam pandangan orang lain sudah dianggap menarik. Keadaan seperti itu yang sering membuat seseorang tidak dapat menerima kondisi fisiknya secara apa adanya sehingga *body imagenya* menjadi negatif. Mereka cenderung memperhatikan masalah makan, seperti perilaku mengontrol berat badan yang tidak sehat. Hal ini membuat rasa tidak puas, minder, malu serta perasaan kecewa terhadap tubuhnya sehingga membentuk harga diri menjadi rendah dan depresi yang buruk.

Menurut Vonderen dan Kinnally (2012), terdapat dua faktor yang mempengaruhi *body image*, yaitu (1) Pengaruh sosial yang didalamnya terdapat rekan dan orangtua, (2) Pengaruh internal yaitu harga diri. Harga diri cenderung menurun dimasa remaja, meningkat di usia 20-an, mendatar di usia 30-an, dan meningkat di usia 50-an dan 60-an, kemudian menurun di usia 70-an dan 80-an.

Sebuah kasus menunjukkan bahwa telah terjadi sebuah kekerasan yang dilakukan oleh tiga orang remaja perempuan yang menyebabkan tewasnya seorang remaja perempuan akibat persaingan antar remaja karena merasa wajah yang lebih cantik dan penampilan yang lebih menarik. Kasus tersebut merupakan salah satu cerminan bahwa pentingnya peran harga diri pada individu, terutama remaja putri dalam hal penilaian diri. Oleh karena itu masa remaja adalah saat yang tepat untuk memperkuat harga diri agar individu tersebut mampu beradaptasi dan menerima diri apa adanya (Damayanti & Susilawati, 2018).

Johnson (Febrina dkk., 2018) mendefinisikan harga diri merupakan evaluasi seseorang dalam menilai dirinya sendiri, yakni seberapa puas seseorang dengan dirinya sendiri. Harga diri berhubungan langsung dengan penampilan fisik seseorang, karena umpan balik dari teman sebaya, sekolah, orang tua, dan orang dewasa lainnya menginformasikan persepsi remaja tentang daya tarik tubuh (Guindon, 2010). Remaja yang mementingkan penampilan bentuk tubuh yang kurang sesuai dapat menyebabkan menurunnya harga diri. Harga diri yang rendah pada masa remaja akan memengaruhi masa dewasa. Ketidakmatangan pola pikir serta keinginan untuk mengintimasi lingkungan dan diri sendiri menimbulkan masalah tersendiri bagi remaja. Keterbatasan fungsi fisik, mental, emosional dan sosial akan berdampak pada kualitas hidupnya (Damayanti & Susilawati, 2018).

Rosenberg dan Owens (Febrina dkk, 2018) mengemukakan bahwa individu yang memiliki harga diri tinggi menunjukkan dirinya sebagai pribadi yang optimis; bangga dan puas akan dirinya sendiri. Sebaliknya, remaja dengan harga diri rendah cenderung menunjukkan karakteristik seperti pesimis; tidak puas akan dirinya, berkeinginan untuk menjadi orang lain atau berada di posisi orang lain; lebih sensitif terhadap pengalaman yang akan merusak harga dirinya (terganggu oleh kritik orang lain dan lebih emosional saat mengalami kegagalan); cenderung melihat peristiwa sebagai hal yang negatif (membesar-besarkan peristiwa negatif yang dialami); cenderung mengalami kecemasan sosial dan lebih sering mengalami emosi negatif; canggung dan pemalu.

Oleh karena itu, jika seorang wanita memiliki bentuk tubuh yang ideal dan sesuai dengan keinginannya, maka wanita tersebut memandang *body image* nya

secara positif kemudian wanita tersebut dapat menerima fisiknya dengan baik sehingga harga dirinya tinggi. Sebaliknya, jika seorang wanita memiliki bentuk tubuh yang tidak sesuai dengan yang dia harapkan, maka wanita tersebut akan menjadi minder, kurang percaya diri, bahkan tidak menerima bentuk tubuhnya sendiri, sehingga hal tersebut dapat membuat harga dirinya menjadi rendah.

Berdasarkan beberapa pemaparan tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang Hubungan Antara Harga Diri Dengan *Body Image* Pada Remaja Putri Kelas XI di SMA Swasta Nurul Amaliyah.

B. Identifikasi Masalah

Body image diartikan sebagai pandangan dari penampilan fisik seseorang secara keseluruhan. Sedangkan harga diri adalah cara seseorang menerima, menyukai dan mengapresiasi dirinya sendiri. Ketidaksesuaian antara bentuk tubuh yang dipersepsi oleh individu dengan bentuk tubuh yang menurutnya ideal akan memunculkan ketidakpuasan terhadap tubuhnya. Berdasarkan fenomena yang terjadi pada siswi-siswi di SMA Swasta Nurul Amaliyah terlihat bahwa mereka selalu merasa tidak puas dengan sesuatu yang ada pada dirinya sendiri. Misalnya dalam bentuk fisik, ada yang menilai dirinya terlalu gendut, terlalu kurus, ataupun terlalu pendek. Mereka merasa malu dengan bentuk tubuhnya dan selalu berkeinginan memiliki bentuk tubuh seperti orang lain yang menurut mereka lebih ideal. Bahkan dengan bentuk tubuh yang tidak sesuai dengan yang harapan mereka mengakibatkan timbulnya rasa minder, kurang percaya diri dan pemalu.

Hal inilah yang mendasari peneliti untuk melakukan penelitian terhadap Hubungan Antara Harga Diri Dengan *Body Image* Pada Remaja Putri Kelas XI di SMA Swasta Nurul Amaliyah.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka perlu adanya pembatasan masalah untuk mempermudah penelitian, dan memungkinkan tercapainya hasil yang sebaik mungkin. Pembatasan masalah ini dimaksudkan untuk membantu mengarahkan penulis pada masalah yang sebenarnya dan mengingat masalah yang sangat kompleks, keterbatasan waktu, pengetahuan, tenaga dan dana untuk menghindari meluasnya masalah dalam penelitian ini, maka penelitian ini membatasi masalahnya pada *body image* remaja putri dimana dari berbagai penyebab yang mempengaruhi positif atau negatifnya *body image* seseorang disebabkan oleh harga diri dimana yang menjadi subjek penelitian adalah Remaja Putri Kelas XI di SMA Swasta Nurul Amaliyah yang berlokasi di Kecamatan Tanjung Morawa.

D. Rumusan Masalah

Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada Hubungan antara Harga Diri dengan *Body Image* pada Remaja Putri Kelas XI di SMA Swasta Nurul Amaliyah?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan antara Harga Diri dengan *Body Image* pada Remaja Putri Kelas XI di SMA Swasta Nurul Amaliyah.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan agar dapat menambah ilmu pengetahuan, khususnya di bidang psikologi perkembangan yang terkait dengan harga diri dan *body image*.

2. Manfaat Praktis

Sebagai informasi yang berguna tentang pemahaman hubungan antara harga diri dengan *body image* pada remaja putri. Selain itu, diperuntukkan untuk para ibu rumah tangga, pramugari, modelling, dan *public figure* terkait dengan *body image* mereka.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Remaja

1. Pengertian Remaja

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin *adolescere* (kata bendanya, *adolelescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Menurut Piaget (Hurlock, 1980) istilah *adolescence*, seperti yang dipergunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik.

Putro (2017) berpendapat bahwa pada masa remaja terjadi proses perkembangan meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual, dan juga terjadi perubahan dalam hubungan dengan orangtua dan cita-cita mereka, di mana pembentukan cita-cita merupakan proses pembentukan orientasi masa depan.

Menurut King (2010), masa remaja adalah masa perkembangan yang merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Masa ini dimulai sekitar usia 10 hingga 12 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 21 tahun. Sedangkan menurut Santrock (Denich & Ifdil, 2019) masa remaja dimulai sekitar usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir pada sekitar usia 18 hingga 22 tahun. Steinberg (Denich & Ifdil, 2019) mengemukakan remaja pada usia 15-18 tahun mengalami banyak perubahan secara kognitif, emosional, dan sosial, berpikir lebih kompleks,

secara emosional lebih sensitif, serta sering menghabiskan waktu bersama dengan teman-temannya.

Hurlock (2011), menyatakan awal masa remaja biasa disebut sebagai “usia belasan”. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari tiga belas tahun sampai enam belas atau tujuh belas tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia enam belas atau tujuh belas tahun sampai delapan belas tahun yaitu usia matang secara hukum.

Erikson (King 2010), masa remaja adalah masa penanggungan. Masa penanggungan adalah celah pada waktu dan pada perkembangan pikiran antara keamanan pada masa kanak-kanak dengan kemandirian pada masa dewasa. Kemudian Santrock (2019), mengungkapkan bahwa masa remaja adalah masa transisi dalam rentang hidup manusia, menghubungkan masa kanak-kanak dan dewasa.

Myers (2012), masa remaja adalah masa berpisah dari orang tua dan mendefinisikan diri sendiri adalah seseorang yang mandiri. Remaja merupakan individu yang unik dengan kemampuan, sifat, nilai, dan impian tertentu.

Berdasarkan teori diatas dapat peneliti simpulkan bahwa masa remaja ialah masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa dengan disesuaikan oleh perubahan fisik dan psikisnya.

2. Ciri-ciri Remaja

Hurlock (2011), menyatakan bahwa masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya.

Ciri-ciri tersebut adalah :

a. Masa remaja sebagai periode yang penting

Pada remaja, ada periode yang penting akibat fisik dan akibat psikologis. Pada periode remaja keduanya sama-sama penting. Perkembangan fisik yang cepat harus disertai dengan cepatnya perkembangan mental. Semua perkembangan itu menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan perlunya pembentukan sikap, nilai dan minat baru.

b. Masa remaja sebagai periode peralihan

Pada masa remaja apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang. Perubahan fisik yang terjadi selama tahun awal masa remaja mempengaruhi tingkat perilaku individu dan mengakibatkan diadakannya penilaian kembali penyesuaian nilai-nilai yang telah bergeser.

c. Masa remaja sebagai periode perubahan

Ada lima perubahan yang sama yang bersifat universal pada remaja, yaitu meningginya emosi, perubahan tubuh, perubahan minat dan peran yang diharapkan kelompok sosial. Perubahan nilai-nilai dan sebagian besar remaja bersifat ambivalen disetiap perubahan.

d. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Masalah remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Ketidakmampuan mereka untuk mengatasi

masalahnya sendiri menurut cara yang mereka yakini, membuat remaja akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka.

e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Hal ini ditunjukkan dalam hal berpakaian, berbicara dan perilaku anak yang lebih ingin seperti teman-teman kelompoknya. Dengan cara ini remaja menarik perhatian pada diri sendiri agar ia mempertahankan identitas dirinya terhadap kelompok sebaya.

Selain itu, Jahja (Putro, 2017), mengemukakan bahwa masa remaja adalah suatu masa perubahan. Pada masa remaja terjadi perubahan yang cepat baik secara fisik, maupun psikologis. Ada beberapa perubahan yang terjadi selama masa remaja yang sekaligus sebagai ciri-ciri masa remaja yaitu :

a. *Storm & Stress*

Peningkatan emosional ini merupakan hasil dari perubahan fisik terutama hormon yang terjadi pada masa remaja. Pada fase ini banyak tuntutan dan tekanan yang ditujukan kepada remaja, misalnya mereka diharapkan untuk tidak lagi bertingkah laku seperti anak-anak, mereka harus lebih mandiri, dan bertanggung jawab.

b. Perubahan fisik yang cepat disertai dengan kematangan seksual

Terkadang perubahan ini membuat remaja merasa tidak yakin akan diri dan kemampuan mereka sendiri. Perubahan fisik yang terjadi secara cepat, baik perubahan internal seperti sistem sirkulasi, pencernaan, dan sistem respirasi

maupun perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan, dan proporsi tubuh sangat berpengaruh terhadap konsep diri remaja.

c. Perubahan hal yang menarik bagi dirinya dan hubungannya dengan orang lain

Selama masa remaja banyak hal-hal yang menarik bagi dirinya dibawa dari masa kanak-kanak digantikan dengan hal menarik yang baru dan lebih matang. Hal ini juga dikarenakan adanya tanggung jawab yang lebih besar pada masa remaja, maka remaja diharapkan untuk dapat mengarahkan ketertarikan mereka pada hal-hal yang lebih penting. Perubahan juga terjadi dalam hubungannya dengan orang lain. Remaja tidak lagi berhubungan hanya dengan individu dari jenis kelamin yang sama, tetapi juga dengan lawan jenis, dan dengan orang dewasa.

d. Perubahan nilai

Merupakan perubahan di mana apa yang mereka anggap penting pada masa kanak-kanak menjadi kurang penting, karena telah mendekati dewasa.

e. Kebanyakan remaja bersikap *ambivalen*

Di satu sisi mereka menginginkan kebebasan, tetapi di sisi lain mereka takut akan tanggung jawab yang menyertai kebebasan itu, serta meragukan kemampuan mereka sendiri untuk memikul tanggung jawab itu.

Berdasarkan beberapa teori diatas dapat peneliti simpulkan bahwa ciri-ciri masa remaja menurut Hurlock (2011) adalah masa remaja sebagai periode yang penting, masa remaja sebagai periode peralihan, masa remaja sebagai periode perubahan, masa remaja sebagai usia bermasalah dan masa remaja sebagai masa mencari identitas. Sedangkan ciri-ciri masa remaja menurut Jahja (Putro, 2017)

diantaranya, *storm & stress*, perubahan fisik yang cepat disertai dengan kematangan seksual, perubahan hal yang menarik bagi dirinya dan hubungannya dengan orang lain, perubahan nilai dan kebanyakan remaja bersikap *ambivalen*.

3. Perkembangan Masa Remaja

Menurut Sarwono (2011) ada tiga tahap perkembangan remaja, yaitu :

1. Remaja awal

Remaja awal sering dikenal dalam istilah asing yaitu *early adolescence* memiliki rentang usia antara 11-13 tahun. Pada tahap ini mereka masih heran dan belum mengerti akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan tersebut. Mereka juga mengembangkan pikiran-pikiran baru, mudah tertarik pada lawan jenis, dan juga mudah terangsang secara erotis.

2. Remaja madya

Remaja yang dikenal dalam istilah asing yaitu *middle adolescence* memiliki rentang usia antara 14-16 tahun. Tahap remaja madya atau pertengahan sangat membutuhkan temannya. Pada masa ini remaja lebih cenderung memiliki sifat yang mencintai dirinya sendiri (*narcistic*). Remaja pada tahap ini juga masih bingung dalam mengambil keputusan atau masih labil dalam berperilaku.

3. Remaja akhir

Remaja akhir atau istilah asing yaitu *late adolescence* merupakan remaja yang berusia antara 17-20 tahun. Masa ini merupakan masa menuju dewasa dengan sifat egois yaitu mementingkan diri sendiri dan mencari pengalaman baru.

Remaja akhir juga sudah terbentuk identitas seksualnya. Mereka biasanya sudah berpikir secara matang dan intelek dalam mengambil keputusan.

Berdasarkan beberapa teori diatas dapat peneliti simpulkan bahwa perkembangan masa remaja terbagi atas remaja awa, remaja madya dan remaja akhir.

4. Tugas-tugas Perkembangan pada Remaja

Tugas perkembangan pada masa remaja dipusatkan pada penganggulan sikap dan pola perilaku yang kekanak-kanakan dan mengadakan persiapan untuk menghadapi masa dewasa.

Hurlock (2011) membagi tugas-tugas perkembangan pada masa remaja sebagai berikut :

- a. Mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.
- b. Mencapai peran sosial pria dan wanita.
- c. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif.
- d. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab.
- e. Mencapai kemandirian emosional dari orangtua dan orang-orang dewasa lainnya.
- f. Mempresiapkan karier ekonomi.
- g. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga

h. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis.

Kemudian menurut Havighurt (Haditono & Siti, 2006), tugas-tugas perkembangan bagi remaja adalah :

- a. Perkembangan aspek-aspek biologis.
- b. Menerima peranan orang dewasa berdasarkan pengaruh kebiasaan masyarakat sendiri.
- c. Mendapatkan kebebasan emosional dari orang tua dan orang dewasa yang lain.
- d. Mendapatkan pandangan hidup sendiri.

Merealisasikan suatu identitas sendiri dan dapat mengadakan partisipasi dalam kebudayaan pemuda sendiri.

Sedangkan Kay (Putro, 2017) mengemukakan tugas-tugas perkembangan masa remaja sebagai berikut:

- a. Menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya.
- b. Mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau figur-figur yang mempunyai otoritas.
- c. Mengembangkan ketrampilan komunikasi interpersonal dan bergaul dengan teman sebaya, baik secara individual maupun kelompok.
- d. Menemukan manusia model yang dijadikan identitas pribadinya.
- e. Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri.

Kemudian, Konopa (Agustini,2006) membagi tugas remaja dalam tiga bagian, yaitu :

a. Masa remaja awal (12-15 tahun)

Dimasa ini individu mulai meninggalkan peran sebagai anak-anak dan berusaha mengembangkan diri sebagai individu yang unik dan tidak lagi bergantung pada orang tua. Pada tahap ini focus nya adalah terhadap penerimaan diri terhadap bentuk fisik serta adanya konformitas.

b. Masa remaja pertengahan (15-18 tahun)

Pada masa ini ditandai dengan adanya perkembangan dalam kemampuan berfikir yang baru. Teman sebaya masih memiliki peranan yang penting, namun individu sudah lebih mampu mengarahkan diri sendiri.

c. Remaja akhir (19-22 tahun)

Pada masa ini ditandai dengan kesiapan untuk memasuki peran-peran sebagai seorang yang dewasa. Berusaha memantapkan tujuan hidup.

5. Perubahan Fisik yang Terjadi pada Masa Remaja

Menurut Widyastuti dkk (2009) tanda-tanda seks sekunder pada wanita antara lain:

a. Rambut

Rambut kemaluan pada wanita juga tumbuh seperti halnya remaja laki-laki. Tumbuhnya rambut kemaluan ini terjadi setelah pinggul dan payudara mulai berkembang. Bulu ketiak dan bulu pada kulit wajah tampak setelah haid.

Semua rambut kecuali rambut wajah mula-mula lurus dan terang warnanya, kemudian menjadi lebih subur, lebih kasar, lebih gelap dan agak keriting.

b. Pinggul

Pinggul pun menjadi berkembang, membesar dan membulat. Hal ini sebagai akibat membesarnya tulang pinggul dan berkembangnya lemak di bawah kulit.

c. Payudara

Seiring pinggul membesar, maka payudara juga membesar dan puting susu menonjol. Hal ini terjadi secara harmonis sesuai pula dengan berkembang dan makin besarnya kelenjar susu sehingga payudara menjadi lebih besar dan lebih bulat.

d. Kulit

Kulit, seperti halnya laki-laki juga menjadi lebih kasar, lebih tebal, pori-pori membesar. Akan tetapi berbeda dengan laki-laki kulit pada wanita tetap lebih lembut.

e. Kelenjar lemak dan kelenjar keringat. Kelenjar lemak dan kelenjar keringat menjadi lebih aktif. Sumbatan kelenjar lemak dapat menyebabkan jerawat. Kelenjar keringat dan baunya menusuk sebelum dan selama masa haid.

f. Otot

Menjelang akhir masa puber, otot semakin membesar dan kuat. Akibatnya akan membentuk bahu, lengan dan tungkai kaki.

g. Suara

Suara berubah semakin merdu. Suara serak jarang terjadi pada wanita.

Menurut Hurlock (1980), terdapat empat perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja :

a. Perubahan tinggi

Anak yang pada masa bayi diberi imunisasi biasanya lebih tinggi dari usia ke usia dibandingkan dengan bayi yang tidak diberi imunisasi.

b. Perubahan berat

Perubahan berat badan mengikuti jadwal yang sama dengan perubahan tinggi. Tetapi berat badan tersebar ke bagian-bagian tubuh yang tadinya hanya mengandung sedikit lemak atau tidak mengandung lemak sama sekali.

c. Proporsi tubuh

Berbagai anggota tubuh lambat laun mencapai perbandingan tubuh yang baik. Misalnya, melebar dan memanjang sehingga anggota badan tidak lagi kelihatan terlalu panjang.

d. Organ seks

Baik organ seks pria maupun wanita, mencapai ukuran yang matang tetapi fungsinya belum matang sampai beberapa tahun kemudian.

Dari beberapa teori diatas dapat peneliti simpulkan bahwa perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja menurut Hurlock (1980), yaitu perubahan tinggi, perubahan berat, proporsi tubuh dan organ seks.

B. Body Image

1. Pengertian *Body Image*

Cash & Pruzinsky (2002) mendefinisikan *body image* adalah kumpulan kumulatif dari gambar, fantasi, dan makna tentang tubuh dan bagian serta fungsinya; yang merupakan komponen integral dari citra diri dan dasar representasi diri.

Body image digambarkan oleh Schilder (1935) sebagai "citra tiga dimensi yang dimiliki setiap orang tentang dirinya sendiri": Seseorang dapat memvisualisasikan tubuh seseorang di depan, samping, dan bahkan tampilan belakang, meskipun tidak ketiganya pada saat yang sama. Atau seseorang dapat merasakan tubuh seseorang sebagai persepsi yang terintegrasi, tanpa secara terpisah mengalami kontribusi sentuhan, pengertian posisi, dan keseimbangan.

Cash & Pruzinsky (2002) mendefinisikan *body image* adalah gambaran persepsi seseorang tentang tubuh ideal dan apa yang mereka inginkan pada tubuh mereka baik itu dalam hal berat badan maupun bentuk tubuh yang didasarkan pada persepsi-persepi orang lain dan seberapa harus mereka menyesuaikan persepsi tersebut.

Smolak & Thompson (2009) mendefinisikan *body image* adalah evaluasi subjektif dari penampilan seseorang, berbeda dengan daya tarik fisik, yang merupakan penilaian penampilan eksternal atau objektif. Sedangkan Cash & Pruzinsky (2002) mendefinisikan *body image* adalah aspek yang sangat penting dari perkembangan psikologis dan interpersonal pada remaja, terutama bagi anak perempuan. Selain itu, Thompson & Smolak (2001) mendefinisikan *body image* adalah representasi internal, subjektif dari penampilan fisik dan pengalaman tubuh. Dengan demikian *body image* sangat menentukan kepuasan tubuh.

Berdasarkan beberapa teori di atas dapat peneliti simpulkan bahwa *body image* adalah penilaian, penggambaran dan persepsi individu terhadap bentuk serta fungsi tubuh yang dapat di lihat secara positif maupun negatif.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Body Image*

Menurut Vonderen dan Kinnally (2012), faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* antara lain :

a. Pengaruh Sosial - Rekan & Orang Tua

Teman sebaya juga berpengaruh penting pada sikap citra tubuh. Pengaruh teman sebaya dapat berdampak signifikan pada apa yang dianggap diinginkan atau normal mengenai berat dan bentuk tubuh. Selain dampak dari teman sebaya, penting untuk mempertimbangkan hubungan antara sikap orang tua dan sikap *body image*, karena pengaruh orang tua adalah salah satu faktor terpenting yang terkait dengan sikap tubuh selama perkembangan anak. Komentar orang tua

tentang penampilan fisik anak-anak menyampaikan norma-norma *body image* yang dapat menyebabkan asosiasi negatif dengan bentuk tubuh.

b. Pengaruh Internal - Harga Diri

Harga diri adalah faktor internal yang penting untuk dipertimbangkan ketika memeriksa ketidakpuasan tubuh. Harga diri sebagian merupakan cerminan dari pendapat orang lain terhadap seseorang. Ketika seseorang kelebihan berat badan, stigmatisasi dan pendapat negatif yang dimiliki orang lain tentang mereka dapat mempengaruhi harga diri mereka.

Kemudian Cash (dalam Denich dan Ifdil, 2015) mengungkapkan faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan *body image* antara lain :

a. Jenis kelamin

Jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan *body image*. Cash menyatakan ketidakpuasan terhadap tubuh lebih sering terjadi pada wanita daripada laki-laki. Pada umumnya wanita, lebih kurang puas dengan tubuhnya dan memiliki *body image* yang negatif. Wanita biasanya lebih kritis terhadap tubuh mereka baik secara keseluruhan maupun pada bagian tertentu tubuh mereka daripada laki-laki. Persepsi *body image* yang buruk sering berhubungan dengan perasaan kelebihan berat badan terutama pada wanita. Seorang laki-laki ,lebih memperhatikan masa otot ketika mempertimbangkan *body image* mereka.

b. Media massa

Media massa yang muncul dimana-mana memberikan gambaran ideal mengenai figure perempuan dan laki-laki yang dapat mempengaruhi gambaran tubuh seseorang. Konsumsi media yang tinggi dapat mempengaruhi konsumen dalam berbagai cara. Isi tayangan media massa sering menggambarkan standart kecantikan perempuan adalah tubuh yang kurus , dalam hal ini berarti level kekurusan yang dimiliki, kebanyakan wanita percaya mereka adalah orang-orang yang sehat.

c. Hubungan interpersonal

Hubungan interpersonal membuat seseorang cenderung membandingkan diri dengan orang lain dan *feedback* yang diterima mempengaruhi konsep diri termasuk mempengaruhi bagaimana perasaan terhadap penampilan fisik. Hal inilah yang sering membuat orang merasa cemas dengan penampilannya dan gugup ketika orang lain melakukan evaluasi terhadap dirinya.

Selain itu, Cash & Pruzinsky (2002) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* antara lain :

a. Pengaruh sejarah dan perkembangan

Faktor sejarah sebagian besar berkaitan dengan sosialisasi tentang makna penampilan fisik dan pengalaman yang berfokus pada tubuh selama masa kanak-kanak dan masa remaja.

b. Sosial Budaya

Pesan budaya tidak hanya mengartikulasikan gagasan normatif tentang daya tarik dan tidak menarik, tetapi juga mengekspresikan harapan berbasis gender yang mengikat "feminitas" dan "maskulinitas" dengan atribut fisik tertentu. Budaya menyampaikan standar atau harapan tentang penampilan: karakteristik fisik mana yang dinilai dan tidak dihargai secara sosial. Budaya lebih jauh menentukan cara mengubah tubuh yang banyak sekali untuk mencapai harapan masyarakat. Misalnya dengan berdiet, berolahraga, menggunakan produk kecantikan dan lain-lain.

c. Pengalaman Interpersonal

Hubungan interpersonal membuat seseorang cenderung membandingkan diri dengan orang lain dan *feedback* yang diterima mempengaruhi konsep diri termasuk mempengaruhi bagaimana perasaan terhadap penampilan fisik. Harapan, pendapat, dan komunikasi verbal dan nonverbal disampaikan dalam interaksi dengan anggota keluarga, teman, dan bahkan orang asing. Peran orang tua, komentar, dan kritik mengungkapkan sejauh mana penampilan fisik dihargai dalam keluarga berpotensi membangun standar seorang anak membandingkan dirinya.

d. Karakter fisik

Body image tentu dipengaruhi oleh karakteristik fisik aktual seseorang. Daya tarik dan penerimaan sosial dari penampilan fisik seseorang berdampak pada bagaimana orang tersebut diperlakukan oleh orang lain. Biasanya orang-orang yang kelebihan berat badan menerima lebih banyak godaan dan penolakan

sosial. Perubahan kompetensi fisik dan penampilan sangat dramatis selama masa muda. Misalnya, pematangan pubertas pada masa remaja, periode yang ditandai oleh perubahan fisik yang cepat, dapat memengaruhi perkembangan *body image*.

e. Faktor Kepribadian

Harga diri merupakan faktor terpenting dari faktor-faktor ini. Konsep diri positif dapat memfasilitasi pengembangan evaluasi positif tubuh seseorang dan berfungsi sebagai penyangga terhadap peristiwa yang mengancam *body image* seseorang. Sebaliknya, harga diri yang buruk dapat meningkatkan kerentanan *body image* seseorang.

Sedangkan menurut Smolak & Thompson (2009) faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* antara lain :

a. Faktor biologis dan fisik

Sebagian besar gangguan citra tubuh terjadi karena karakteristik tubuh individu tidak sesuai dengan norma-norma budaya yang ditentukan yang melibatkan ukuran dan bentuk tubuh.

b. Pengaruh Sosiokultural

Pengaruh sosiokultural telah terbukti signifikan dalam menentukan standar kecantikan dan dalam menyarankan betapa pentingnya penampilan bagi anak perempuan. Pengaruh-pengaruh ini terdiri dari konteks sosial umum, yang digambarkan melalui gambar dan pesan media, mainan yang dijual di toko-toko, masukan dari orang tua, teman sebaya, tetangga, teman sekolah, dan praktisi medis.

c. Karakteristik individu

Karakteristik ini termasuk temperamen dan kepribadian negatif seperti harga diri rendah, suasana hati tertekan, fungsi psikologis global, dan perfeksionisme. Bagi remaja perempuan pengaruh iklan yang negatif terkait penampilan pada *body image* sebagian dimoderasi oleh skema penampilan, menyimpulkan bahwa paparan iklan terkait penampilan bertindak dengan priming skema terkait penampilan.

Thompson (Denich dan Ifdil, 2015) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* antara lain :

a. Pengaruh berat badan dan persepsi gemuk/kurus

Keinginan-keinginan untuk menjadikan berat badan tetap optimal dengan menjaga pola makan yang teratur, sehingga persepsi terhadap citra tubuh yang baik akan sesuai dengan diinginkannya.

b. Budaya

Adanya pengaruh disekitar lingkungan individu dan bagaimana cara budaya mengkomunikasikan norma- norma tentang penampilan fisik, dan ukuran tubuh yang menarik.

c. Siklus hidup

Pada dasarnya individu menginginkan untuk kembali memiliki bentuk tubuh seperti masa lalu.

d. Masa kehamilan

Proses dimana individu bisa menjaga masa tumbuh kembang anak dalam kandungan, tanpa ada peristiwa-peristiwa pada masa kehamilan.

e. Sosialisasi

Adanya pengaruh dari teman sebaya yang menjadikan individu ikut terpengaruh didalamnya.

f. Konsep diri

Gambaran individu terhadap dirinya, yang meliputi penilaian diri dan penilaian sosial.

g. Peran gender

Dalam hal ini peran orang tua sangat penting bagi citra tubuh individu, sehingga menjadikan individu lebih cepat terpengaruh.

h. Pengaruh distorsi citra tubuh pada diri individu

Perasaan dan persepsi individu yang bersifat negatif terhadap tubuhnya yang dapat diikuti oleh sikap yang buruk.

Berdasarkan faktor-faktor di atas, peneliti menggunakan faktor-faktor *body image* menurut teori yang dikemukakan oleh Vonderen dan Kinnally (2012) yaitu : pengaruh sosial - rekan & orang tua dan pengaruh internal - harga diri.

3. Aspek-aspek *Body Image*

Cash dan Pruzinsky (Denich & Ifdil, 2015) menyatakan bahwa terdapat 5 aspek dari *body image*, diantaranya yaitu :

a. Evaluasi penampilan (*appearance evaluation*)

Penilaian terhadap tubuh, perasaan menarik atau tidak menarik, kenyamanan terhadap penampilan secara keseluruhan.

b. Orientasi penampilan (*appearance orientation*)

Mengukur perhatian individu terhadap penampilannya dan usaha individu untuk memperbaikinya.

c. Kepuasan terhadap bagian tubuh (*body area satisfaction*)

Kepuasan atau ketidakpuasan individu terhadap bagian tubuh tertentu seperti wajah, rambut, paha, pinggul, kaki, pinggang, perut, tampilan otot, berat, ataupun tinggi badan, serta penampilan secara keseluruhan.

d. Kecemasan menjadi gemuk (*overweight preoccupation*)

Menggambarkan kecemasan terhadap kegemukan dan kewaspadaan akan berat badan yang ditampilkan melalui perilaku nyata dalam aktivitas sehari-hari, seperti kecenderungan melakukan diet untuk menurunkan berat badan serta membatasi pola makan.

e. Pengkategorian ukuran tubuh (*self-classified weight*)

Bagaimana seseorang memandang, mempersepsi, dan menilai berat badannya.

Selain itu, Smolak & Thompson (2009) aspek-aspek *body image* meliputi :

a. Kekhawatiran terhadap berat dan bentuk tubuh

Mengacu pada ketidakpuasan individu terhadap berat badan, bentuk, atau ukuran tubuhnya. Hal ini mencerminkan keinginan individu untuk menjadi lebih kurus.

b. Kekhawatiran terhadap penampilan

Mengacu kepada ketidakpuasan terhadap penampilan tubuh secara keseluruhan yang tidak hanya mencerminkan tentang bentuk tubuh yang kurus tetapi juga penampilan, baik yang dapat mendatangkan perasaan senang ataupun tidak senang terhadap bentuk tubuhnya sendiri.

Berdasarkan aspek-aspek di atas, peneliti menggunakan aspek-aspek *body image* menurut teori yang dikemukakan oleh Cash dan Pruzinsky (Denich & Ifdil, 2015) yaitu : evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorian ukuran tubuh.

4. Ciri-Ciri *Body Image*

Cash & Smolak (2011) menyebutkan terdapat dua jenis *body image* yaitu *body image* positif dan *body image* negatif, yang masing-masing memiliki ciri-ciri:

a. *Body image* positif

1. Individu mengapresiasi bentuk tubuhnya dengan menghargai fungsi, kesehatan, dan bagian-bagian tubuhnya.
2. Individu menerima, merasa nyaman dan mencintai tubuhnya dengan memilih untuk fokus pada aset tubuh daripada kekurangan tubuhnya.
3. Individu merasa senang dengan diri sendiri, bersikap optimis dan selalu merasa bahagia.

4. Individu merasa percaya diri dengan keunikan tubuhnya dan percaya bahwa kecantikan seseorang terpancar dari dalam diri bukan hanya memikirkan tentang berat dan bentuk tubuh.
5. Individu menyadari bahwa gambar di media tidak realistis dan palsu.

b. *Body image* negatif

1. Individu tidak menyukai bagian-bagian tertentu dari dirinya.
2. Individu tidak merasa bahagia ketika berat badannya tidak ideal.
3. Individu merasa tidak nyaman dengan seluruh bagian tubuhnya.
4. Individu mencemaskan bagian tubuhnya yang menurutnya tidak sesuai dengan standar kecantikan.
5. Individu selalu membandingkan bentuk tubuhnya dengan orang lain tanpa memperhatikan kelebihan yang dia miliki.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri *body image* terdiri dari *body image* positif dan *body image* negatif.

C. Harga Diri

1. Pengertian Harga Diri

Harga diri adalah penilaian individu atas perbedaan antara citra diri dan diri ideal (Lawrence, 2006). Sedangkan Luxmoore (2008), mendefinisikan bahwa harga diri adalah pengalaman bahwa kita pantas untuk kehidupan dan dengan persyaratan hidup. Harga diri adalah suatu sikap, yaitu evaluasi individu terhadap konsep-

diri. Kompetensi dan prestasi tampaknya merupakan elemen integral dari harga diri, dan dua elemen ini terkait dengan penilaian harga diri (Guindon, 2010).

Selain itu, Plummer (Luxmoore, 2008) menyatakan harga diri sebagai perbedaan antara perasaan diri yang dirasakan seseorang dan diri ideal mereka. Santrock (2014) menyatakan bahwa harga diri merupakan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri secara rendah atau tinggi. Penilaian tersebut terlihat dari penghargaan mereka terhadap keberadaan dan keberartian dirinya. Dalam harga diri tercakup evaluasi, penghargaan diri dan menghasilkan penilaian tinggi atau rendah terhadap dirinya sendiri.

Disisi lain, Trisakti & Astuti (2014) menyatakan harga diri adalah penilaian yang diterapkan individu pada dirinya sendiri dalam bentuk perasaan positif dan negatif serta menunjukkan tingkat kepercayaan individu terhadap dirinya bahwa individu yang bersangkutan merasa mampu dan ditunjukkan melalui sikap terhadap dirinya. Sedangkan menurut Harper (Damayanti & Susilawati, 2018) Harga diri adalah evaluasi individu terhadap diri yang dipengaruhi oleh sikap, interaksi, penghargaan, dan penerimaan orang lain terhadap individu.

Menurut Robinson, harga diri merupakan salah satu komponen yang lebih spesifik dari konsep diri, yang melibatkan unsur evaluasi atau penilaian terhadap diri (Istiana, 2017). Sedangkan Stuart dan Sundeen, mengatakan bahwa harga diri adalah penilaian individu terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh perilaku yang memenuhi ideal dirinya sehingga dapat diartikan bahwa harga diri menggambarkan sejauhmana individu tersebut menilai dirinya sebagai orang

yang memiliki kemampuan, keberartian, berharga, dan kompeten (Jasmadi & Azzama, 2016)

Menurut Santrock (1996), harga diri adalah dimensi evaluatif yang menyeluruh dari diri. Selain itu menurut Baron & Byrne (2003), harga diri merupakan evaluasi diri yang dibuat oleh setiap individu terhadap dirinya sendiri dalam rentang dimensi yang sangat positif sampai yang sangat negatif. Sedangkan menurut Coopersmith (Trisakti & Astuti, 2014) harga diri merupakan keyakinan yang dimiliki individu bahwa dirinya mampu, berarti, berhasil, dan berharga.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa harga diri adalah penilaian individu terhadap dirinya sendiri berdasarkan pada keyakinan bahwa dirinya sebagai individu yang mampu, penting dan berharga yang dipengaruhi oleh hasil interaksinya dengan orang di sekitarnya serta sikap, penerimaan, penghargaan dan perlakuan orang lain terhadap dirinya.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Harga Diri

Coopersmith (Kosedyantho, 2009) menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri adalah:

a. Latar belakang sosial

Kelas sosial secara umum dapat diklasifikasikan dalam tiga tingkatan, yaitu: kelas atas (*upper class*), kelas menengah (*middle class*), dan kelas bawah (*lower class*). Individu yang berada pada kelas sosial yang menengah ke atas cenderung

memiliki harga diri yang tinggi, sebaliknya individu yang berada pada kelas sosial menengah ke bawah cenderung memiliki harga diri yang rendah.

b. Karakteristik pengasuhan

Peran pengasuhan yang dilakukan orang tua terhadap anak akan berpengaruh pada perkembangan harga diri anak mereka sendiri. Anak-anak yang berasal dari ibu yang melaksanakan perannya sebagai ibu, akan memiliki harga diri positif, sedangkan anak yang berasal dari ibu yang tidak bisa melaksanakan perannya sebagai orang tua dari anak-anak, cenderung anaknya memiliki harga diri yang negatif. Hal ini disebabkan oleh pengembangan penilaian terhadap dirinya sebagai orang yang tidak berarti apa-apa dibanding dengan saudaranya yang lain di dalam keluarga.

c. Karakteristik subyek-Atribut fisik

Permasalahan yang sering dialami remaja adalah harga diri, karena tubuhnya yang dinilai tidak atau kurang ideal baik oleh orang lain maupun oleh dirinya sendiri, atau tidak merasa memiliki kelebihan yang bisa dipakai sebagai modal dalam bergaul. Keadaan seperti ini sangat mempengaruhi kepribadian termasuk harga diri remaja dimana mereka akan menilai dirinya sebagai orang yang tidak memiliki harga diri yang positif. Harga diri perempuan berhubungan dengan apakah dia merasa cantik dan langsing, harga diri laki-laki berhubungan dengan apakah mereka memiliki wajah yang tampan.

d. Riwayat awal dan pengalaman

Setiap siswa berasal dari keluarga yang berbeda-beda, baik dari segi ukuran besar kecilnya keluarga maupun posisi atau kedudukannya dalam keluarga.

Ukuran keluarga atau posisi dalam keluarga memberikan pengaruh terhadap harga diri. Anak yang lahir dari keluarga dengan sedikit anak akan mendapatkan perhatian yang lebih besar dari orang tuanya. Kondisi seperti ini sering diasumsikan memberikan pengaruh pada harga diri yang tinggi. Sedangkan anak yang berasal dari keluarga yang lebih dari tiga orang anak akan terjadi persaingan antar saudara. Hal ini akan mempengaruhi harga diri anak tersebut menjadi rendah.

e. Hubungan orang tua anak

Penerimaan dicerminkan dalam bentuk perhatian orang tua, kehangatan, kasih sayang, dan mencintai apa adanya. Orang tua merasa peduli tentang keberadaan dan kondisi anak, kehangatan, dan orang tua yang memberikan dukungan ketika anak merasakan atau berada dalam tekanan. Hal-hal tersebut membantu dalam pembentukan harga diri anak yang tinggi, tetapi sebaliknya apabila orang tua mempunyai sikap permusuhan, tidak mempunyai perhatian terhadap anak, maka hal tersebut akan membentuk harga diri yang rendah pada anak.

Selain itu, Monks (Istiana, 2017) menyebutkan bahwa terdapat empat faktor yang mempengaruhi harga diri seseorang, diantaranya:

a. Lingkungan keluarga

Lingkungan keluarga merupakan tempat sosialisasi pertama bagi anak. Perlakuan adil dari orang tua, pemberian kesempatan untuk aktif dan pendidikan yang demokratis di dapat pada anak yang memiliki harga diri yang tinggi.

b. Lingkungan sosial

Lingkungan sosial tempat individu mempengaruhi bagi pembentukan harga diri. Individu mulai menyadari bahwa dirinya berharga sebagai individu dengan lingkungannya. Kehilangan kasih sayang, penghinaan, dan dijauhi teman sebaya akan menurunkan harga diri. Sebaliknya pengalaman, keberhasilan, persahabatan, dan kemasyuran akan meningkatkan harga diri.

c. Faktor psikologis

Penerimaan diri akan mengarahkan individu mampu menentukan arah dirinya pada saat mulai memasuki hidup bermasyarakat sebagai anggota masyarakat yang sudah dewasa.

d. Jenis kelamin

Perbedaan jenis kelamin mengakibatkan terjadinya perbedaan dalam pola pikir, cara berpikir, dan bertindak antara laki-laki dan perempuan.

Sedangkan Demo (Guindon, 2010) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri antara lain :

a. Perubahan peran

Pergantian status dari kawin menuju bercerai membuat perubahan pada peran seseorang. Apabila dalam status kawin ia harus berperan sebagai istri, mengurus semua kebutuhan suami dan keseluruhan rumah tangga, maka berbeda dengan wanita dengan status cerai. Tidak ada suami yang menjadi tanggung jawabnya lagi. Apabila sebelumnya ia dapat memenuhi aspek *respect from others* dari suami, maka akan berbeda halnya jika individu tersebut tidak lagi bersuami.

Selain itu, respon dari orang lain yang didapat juga akan berubah, seiring bergantinya status. Status cerai di masyarakat masih dipandang sebelah mata. Seorang wanita dengan status cerai akan lebih rentan mendapatkan respon negatif dari lingkungan.

b. Harapan

Saat individu memiliki harapan tertentu, ia akan berusaha mencapainya dengan berbagai cara. Pencapaian harapan tidak lepas dari peran orang-orang di sekitarnya.

d. Respon dari orang lain

Respon dari orang lain yang dimaksud adalah reaksi dari orang-orang di sekitar individu atas dirinya, baik apa yang dilakukan maupun apa yang dimiliki. Respon tersebut akan terlihat ketika telah terjadi hubungan antara kedua belah pihak.

Berdasarkan beberapa faktor-faktor di atas, peneliti menggunakan faktor-faktor *body image* menurut teori yang dikemukakan oleh Vonderen dan Kinnally (2012) yaitu : pengaruh sosial - rekan & orang tua dan pengaruh internal - harga diri.

3. Aspek-aspek Harga Diri

Menurut Smelser (dalam Guindon, 2010) menyebutkan aspek-aspek harga diri adalah :

a. Kognitif

Mengekspresikan bagian diri dalam istilah deskriptif. Hal ini akan menjawab pertanyaan seperti apa orang tersebut.

b. Afektif

Aspek positif atau negatif dari masing-masing atribut ini, atau valensinya. Hal ini menentukan apakah harga diri tinggi atau rendah.

c. Evaluatif

Tingkat kelayakan yang ditetapkan untuk setiap atribusi. Hal ini didasarkan pada standar sosial yang ideal.

Selain itu, menurut Branden (1992) aspek-aspek harga diri adalah :

a. Persepsi diri

Keyakinan pada berfungsinya pikiran, kemampuan untuk berpikir, dalam proses-proses di mana menilai, memilih, memutuskan; kepercayaan pada kemampuan seseorang untuk memahami fakta-fakta kenyataan yang berada dalam lingkup minat dan kebutuhannya. kepercayaan diri kognitif; kemandirian kognitif.

b. Menghargai diri

Merupakan sebuah persetujuan sikap terhadap hak untuk hidup dan menjadi bahagia, kenyamanan dalam menyatakan pikiran dan keinginan.

Disisi lain, Coopersmith (Trisakti & Astuti, 2014), aspek-aspek harga diri yaitu sebagai berikut :

a. *Significance* (keberartian)

Keberartian menyangkut seberapa besar seseorang percaya bahwa dirinya mampu, berarti, berhasil, dan berharga menurut standar nilai dan pribadi.

b. *Power* (kekuasaan)

Kemampuan untuk mengatur dan mempengaruhi individu lainnya yang didasari oleh adanya pengakuan dan rasa hormat yang diterima individu lainnya.

c. *Virtue* (kebijakan)

Ketaatan kepada standar moral dan etika yang berlaku, individu berusaha menjauhi tingkahlaku yang harus dihindari dan melakukan tingkah laku yang diperolehkan atau diharuskan oleh moral, etika dan agama.

d. *Competence* (kemampuan)

Menunjukkan kemampuan yang terbaik dalam meraih tujuan untuk memenuhi tuntutan prestasi.

Sedangkan menurut Brown (Devras dkk, 2012) terdapat 3 aspek harga diri, yakni:

a. Harga diri menyeluruh

Merupakan variabel keseluruhan dalam diri individu secara keseluruhan dan relatif menetap dalam berbagai waktu dan situasi.

b. Evaluasi diri

Merupakan bagaimana cara seseorang dalam mengevaluasi variabel dan atribusi yang terdapat pada diri mereka. Misalnya ada seseorang yang kurang yakin kemampuannya di sekolah, maka bisa dikatakan bahwa ia memiliki harga diri yang rendah dalam bidang akademis, sedangkan seseorang yang berpikir bahwa dia terkenal dan cukup disukai oleh orang lain, maka bias dikatakan memiliki harga diri sosial yang tinggi.

c. Emosi

Merupakan keadaan emosi sesaat terutama sesuatu yang muncul sebagai konsekuensi positif dan negatif.

Berdasarkan aspek-aspek di atas, peneliti menggunakan aspek-aspek harga diri menurut teori yang dikemukakan oleh Smelser (dalam Guindon, 2010) yaitu: kognitif, afektif dan evaluatif.

4. Ciri-ciri Harga Diri

Rosenberg dan Owens (Guindon, 2010) menyebutkan terdapat dua jenis harga diri yaitu:

a. Harga diri yang tinggi

Harga diri yang tinggi ditunjukkan dengan menunjukkan dirinya sebagai pribadi yang optimis, bangga dan puas akan dirinya sendiri, lebih sensitif terhadap tingkat kemampuan, berusaha memperbaiki diri, lebih sering mengalami emosi positif (senang, bahagia), fleksibel, berani, dan lebih mampu mengekspresikan

diri saat berinteraksi dengan orang lain, berusaha untuk melakukan sesuatu agar kapasitas dirinya meningkat, berani mengambil resiko, bersikap positif terhadap orang lain, kelompok, atau institusi, mampu mengambil keputusan dengan cepat dan yakin dengan keputusan yang diambilnya.

b. Harga diri yang rendah

Harga diri yang rendah cenderung menunjukkan ciri-ciri seperti pesimis, tidak puas akan dirinya, berkeinginan untuk menjadi orang lain, sensitif, terganggu oleh kritik orang lain, lebih emosional saat mengalami kegagalan, cenderung melihat peristiwa sebagai hal yang negatif, cenderung mengalami kecemasan sosial, canggung, pemalu, dan tidak mampu mengekspresikan diri saat berinteraksi dengan orang lain.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri harga diri terdiri dari harga diri tinggi dan harga diri rendah.

D. Hubungan Harga Diri dengan *Body Image* pada Remaja Putri

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Remaja sebagai individu, dimana masa remaja tersebut adalah masa yang paling singkat namun banyak mengalami perubahan. Salah satu perubahan yang paling menonjol adalah perubahan fisik. Berkaitan dengan perubahan fisik tersebut, terkadang memunculkan masalah yang terkait yang membuat remaja terkadang tidak mampu menerima perubahan tubuhnya.

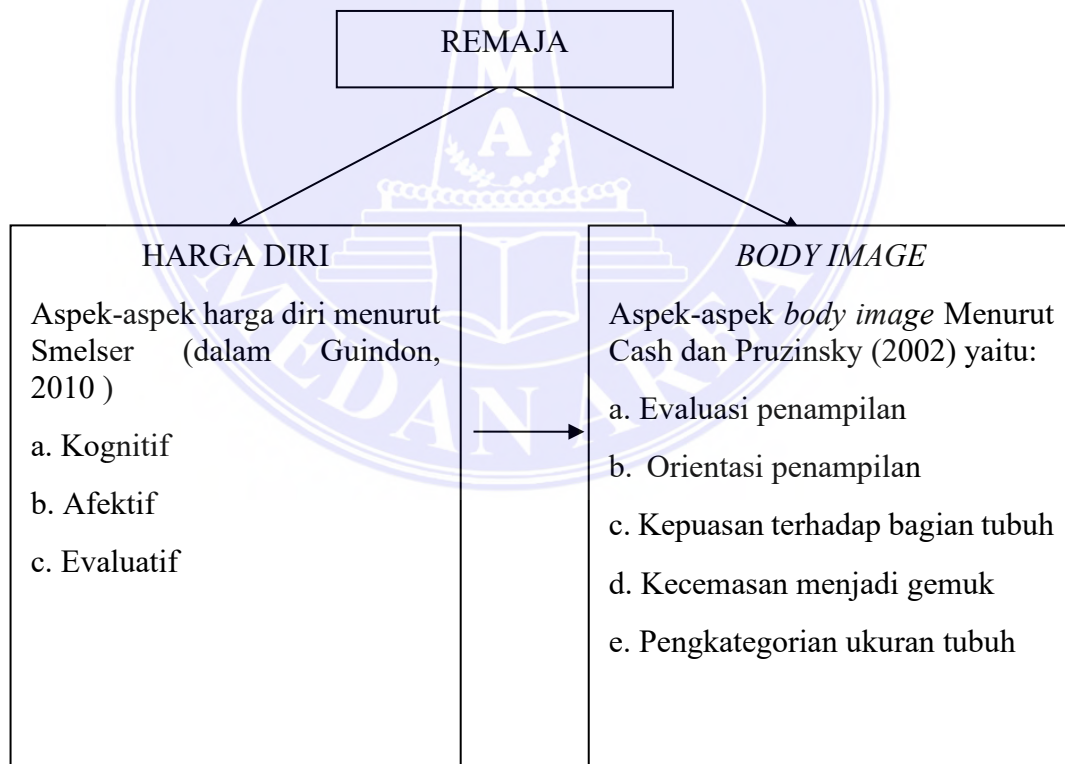
Body image menjadi bagian yang sangat penting dalam pembentukan harga diri selama menjalani masa remaja. Ketika individu memiliki kepercayaan bahwa memiliki tubuh yang indah, ideal, dan menarik maka akan membentuk *body image* yang positif. *Body image* yang positif membuat individu memiliki kepuasan, kebahagiaan, serta kebanggaan, terhadap tubuh yang dimiliki yang mendorong meningkatnya harga diri individu. Ketika individu beranggapan bahwa bentuk tubuhnya bagus, menarik dan ideal, maka akan membentuk *body image* yang positif, sebaliknya ketika individu beranggapan bahwa bentuk tubuhnya tidak menarik, kurang proporsional, dan tidak ideal maka akan membentuk *body image* yang negatif. Rasa kecewa, merasa tidak puas, minder, serta malu merupakan hal yang menyebabkan terbentuknya harga diri yang rendah pada individu.

Harga diri memiliki pengertian dan pemahaman yang sangat luas, yaitu gabungan dari kepercayaan atau perasaan yang kita miliki terhadap diri kita sendiri dengan kata lain persepsi kita terhadap diri kita sendiri. Bagaimana seseorang memandang dirinya mempengaruhi motivasi, sikap (*attitude*) dan tingkah laku (*behaviour*), serta mempengaruhi pengendalian emosinya.

Menurut hasil penelitian tentang harga diri dan *body image* yang dilakukan oleh Damayanti & Susilawati (2018) tentang Peran Citra Tubuh Dan Penerimaan Diri Terhadap *Self Esteem* Pada Remaja Putri Di Kota Denpasar yang dilakukan di SMAN 1 Denpasar diketahui bahwa Nilai t sebesar 7.632 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) pada variabel citra tubuh menunjukkan bahwa citra tubuh berperan secara signifikan terhadap *self esteem*. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Nurvita dan Handayani (2015) tentang Hubungan antara *Self-esteem* dengan *Body Image* pada Remaja Awal yang Mengalami Obesitas dilakukan

di beberapa sekolah di kabupaten Jember menunjukkan bahwa dari 41 remaja, terdapat 10 remaja atau sekitar 24,39% yang memiliki *self-esteem* yang tergolong rendah, 25 remaja atau sekitar 60,97% yang memiliki *self-esteem* yang tergolong sedang, dan 6 remaja atau sekitar 14,63% yang memiliki *self-esteem* yang tergolong tinggi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Wulandari dkk (2016), tentang Hubungan Obesitas Dengan Harga Diri (*Self-Esteem*) Pada Remaja Putri SMA Negeri 13 Semarang dari 85 remaja putri di SMA Negeri 13 Semarang, berdasarkan distribusi frekuensi remaja putri dengan rentang harga diri, didapatkan hasil terbanyak yaitu 48 orang (56.5%) remaja putri dengan harga diri positif.

E. Kerangka Konseptual



F. Hipotesis

Berdasarkan latar belakang permasalahan dan kajian teoritis yang telah dipaparkan di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, yaitu terdapat hubungan positif antara harga diri dengan *body image*. Semakin tinggi harga diri maka semakin positif *body image* yang dimiliki subjek. Sebaliknya, semakin rendah harga diri, maka semakin negatif *body image* yang dimiliki subjek.



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif sebagai metode penelitian. Adapun pembahasan pada bagian metode penelitian ini akan menguraikan mengenai (A) Jenis penelitian, (B) Identifikasi variable penelitian, (C) Definisi operasional, (D) Populasi dan sampel, (E) Teknik pengambilan data, serta (F) Analisis data.

A. Tipe Penelitian

Penelitian ini berjenis penelitian kuantitatif, dimana prosedur yang digunakan dalam penelitian ini adalah model korelasional. Berdasarkan latar belakang masalah dan rumusan masalah yang ada, penelitian ini dirancang sebagai penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif, sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian korelasional dengan tujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara dua variable. Menurut Yusuf (2014) penelitian dengan pendekatan kuantitatif memandang tingkah laku manusia dapat diramal dan realitas sosial; objektif dan dapat diukur. Oleh karena itu, penggunaan penelitian dan kuantitatif dengan instrument yang valid dan reliabel serta analisis statistik yang sesuai dan tepat menyebabkan hasil penelitian yang dicapai tidak menyimpang dari kondisi yang sesungguhnya.

Yusuf (2014) mengungkapkan bahwa penelitian korelasional merupakan suatu tipe penelitian yang melihat hubungan antara satu atau beberapa tipe perubahan dengan satu atau beberapa perubahan yang lain. Tujuannya utama

melakukan penelitian korelasional adalah menolong menjelaskan pentingnya tingkah laku manusia atau untuk meramalkan suatu hasil.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Sesuai dengan fenomena permasalahan penelitian, maka penelitian ini merupakan penelitian korelasional dua variable yaitu harga diri sebagai variable X dan *body image* sebagai variable Y sejauh mana variasi – variasi pada suatu faktor berkaitan dengan variasi – variasi pada satu atau lebih, berdasarkan pada koefisien korelasi.

Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini, terdiri dari variabel-variabel sebagai berikut, diantaranya ialah :

1. Variabel Bebas (X) : Harga Diri
2. Variabel Terikat (Y) : *Body Image*

C. Definisi Operasional

Dalam hal ini penelitian ini perlu kiranya diberikan mengenai definisi variable penelitian. Hal ini dilakukan untuk menghindari timbulnya pengertian dan peninjauan yang terlalu luas terhadap istilah yang digunakan. Berdasarkan teori yang telah digunakan/dipaparkan maka peneliti akan merumuskan definisi operasional yang merupakan pengertian secara operasional mengenai variabel-variabel yang diteliti dalam penelitian ini. Definisi operasional dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut :

1. Harga Diri

Harga diri adalah penilaian individu terhadap dirinya sendiri berdasarkan pada keyakinan bahwa dirinya sebagai individu yang mampu, penting dan berharga yang dipengaruhi oleh hasil interaksinya dengan orang di sekitarnya serta sikap, penerimaan, penghargaan dan perlakuan orang lain terhadap dirinya.

Untuk memperoleh data harga diri, digunakan skala harga diri melalui aspek-aspek harga diri menurut Smelser (dalam Guindon, 2010), yaitu kognitif, afektif dan evaluatif.

2. *Body Image*

Body image adalah penilaian, penggambaran dan persepsi individu terhadap bentuk serta fungsi tubuh yang dapat di lihat secara positif maupun negatif.

Untuk memperoleh data *body image*, digunakan skala *body image* melalui aspek-aspek *body image* menurut Cash dan Pruzinsky (2002) yaitu: evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorian ukuran tubuh.

D. Populasi, Teknik Pengambilan Sampel dan Sampel

1. Populasi

Menurut Bailey (dalam Yusuf, 2014) populasi adalah jumlah keseluruhan dari unit analisis. Menurut Speigel (dalam Yusuf, 2014) populasi adalah keseluruhan unit (yang telah ditetapkan) mengenai dan darimana informasi yang diinginkan. Menurut Sarwono (2006), populasi didefinisikan sebagai seperangkat

unit analisis yang lengkap yang sedang diteliti. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i SMA Swasta Nurul Amaliyah kelas XI yang berjumlah 108 orang yang terdiri dari siswa yang berjumlah 49 orang dan siswi yang berjumlah 59 orang.

2. Teknik Pengambilan Sampel

Dalam menentukan jumlah sampel Arikunto (2010) menjelaskan apabila subjek kurang dari 100 lebih baik di ambil semua, sehingga penelitian merupakan penelitian populasi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2007). Alasan mengambil total sampling karena menurut Sugiono (2007) jumlah populasi kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya. Di dalam penelitian ini, peneliti meneliti remaja putri kelas XI di SMA Swasta Nurul Amaliyah yang berjumlah 59 orang.

3. Sampel

Menurut Sax (dalam Yusuf, 2014) menyatakan sampel adalah suatu jumlah yang terbatas dari unsur yang terpilih dari suatu populasi. Warwick (dalam Yusuf, 2014) mengemukakan bahwa sampel adalah sebagian dari suatu hal yang luas, yang khusus dipilih mewakili keseluruhan. Menurut Sarwono (2006), sampel adalah sub dari seperangkat elemen yang dipilih untuk dipelajari.

Dalam hal ini, peneliti hanya meneliti remaja putri kelas XI di SMA Swasta Nurul Amaliyah.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan model skala *likert*. Kedua skala dalam penelitian ini antara

lain adalah skala harga diri dan skala *body image*. Kuesioner adalah daftar yang berisi pertanyaan atau pernyataan-pernyataan secara tertulis yang harus dijawab oleh responden secara tertulis (Supratik, 2015).

Skala menjadi alat yang tepat untuk mengumpulkan data karena berisi sejumlah pernyataan yang logis tentang pokok permasalahan dalam penelitian. Pemilihan skala sebagai alat pengumpulan data karena skala berisi sejumlah pernyataan yang mampu mengungkapkan unsur-unsur variabel seperti harapan, sikap, perasaan dan minat. Pertimbangan lain berdasar asumsi bahwa, yang mengetahui kondisi subyek penelitian adalah dirinya sendiri, dan setiap pernyataan subyek dapat dipercaya kebenarannya. Setiap penilaian subyek terhadap pernyataan dalam skala adalah sama dengan maksud dan tujuan oleh penyusunan skala (Hadi, 2000).

1. Skala Harga Diri

Skala harga diri disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Smelser (dalam Guindon, 2010), yaitu kognitif, afektif dan evaluatif.

Metode pemberian skor yang dipakai dalam skala harga diri ini adalah metode *likert*. Untuk aitem *favorable*, nilai tertinggi ada pada pilihan sangat setuju (SS) dengan skor = 4, setuju (S) = 3, tidak setuju (TS) = 2, dan sangat tidak setuju (STS) = 1. Sebaliknya untuk aitem *unfavorable*, nilai tertinggi ada pada pilihan jawaban sangat tidak setuju (STS) dengan skor = 4, tidak setuju (TS) = 3, setuju (S) = 2, dan sangat setuju (SS) = 1.

2. Skala *Body Image*

Skala *body image* disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Cash dan Pruzinsky (2002) yaitu : evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorian ukuran tubuh.

Metode pemberian skor yang dipakai dalam skala *body image* ini adalah metode *likert*. Untuk aitem *favorable*, nilai tertinggi ada pada pilihan sangat setuju (SS) dengan skor = 4, setuju (S) = 3, tidak setuju (TS) = 2, dan sangat tidak setuju (STS) = 1. Sebaliknya untuk aitem *unfavorable*, nilai tertinggi ada pada pilihan jawaban sangat tidak setuju (STS) dengan skor = 4, tidak setuju (TS) = 3, setuju (S) = 2, dan sangat setuju (SS) = 1.

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas adalah sejauh mana ketetapan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Menurut Hadi (2014) alat ukur dapat dikatakan validitas tinggi apabila alat ukur tersebut dapat memberikan hasil yang sesuai dengan besar kecilnya gejala ataupun bagian yang diukur. Untuk mengetahui validitas dan realibilitas dengan menggunakan rumus *Product Moment* yang dikemukakan oleh Pearson dan dianalisis dengan menggunakan SPSS.

Suatu alat ukur (kuesioner) dikatakan valid jika pernyataan pada kuesioner mampu mengungkap sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut secara cermat. Untuk mencari nilai validitas di sebuah item kita mengkorelasikan skor item dengan total item-item tersebut. Jika ada item yang tidak memenuhi syarat,

maka item tersebut tidak akan diteliti lebih lanjut. Syarat tersebut menurut Sugiyono (2010) yang harus dipenuhi yaitu harus memiliki kriteria sebagai berikut :

- a. Jika $r \geq 0,3$ maka item-item tersebut dinyatakan valid.
- b. Jika $r \leq 0,3$ maka item-item tersebut dinyatakan tidak valid.

Uji validitas instrumen dapat menggunakan rumus korelasi. Rumus korelasi berdasarkan *Pearson Product Moment* adalah sebagai berikut :

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

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi *pearson*

$\sum xy$ = Jumlah perkalian variabel X dan Y

$\sum x$ = Jumlah nilai variabel X

$\sum y$ = Jumlah nilai variabel Y

$\sum x^2$ = Jumlah pangkat dua nilai variabel X

$\sum y^2$ = Jumlah pangkat dua nilai variabel Y

N = Banyaknya sampel

2. Reabilitas Alat Ukur

Reliabilitas alat ukur adalah untuk mencari dan mengetahui sejauh mana hasil dapat di percaya. Menurut Yusuf (2014) suatu instrument dikatakan reliabel apabila instrument itu dicobakan kepada subjek yang sama secara berulang namun hasilnya tetap sama atau relatif sama.

Reliabilitas merupakan konsistensi atau kestabilan skor suatu instrumen penelitian terhadap individu yang sama, dan diberikan dalam waktu yang

berbeda. Realibilitas secara umum dikatakan sebagai adanya konsistensi hasil pengukuran hal yang sama jika dilakukan dalam konteks waktu yang berbeda (Sarwono dalam Nurmalasari dkk, 2018). Rumus yang digunakan adalah Korelasi *Alpha Cronbach* sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{n}{n-1} \right] + \left[1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma^2} \right] \dots$$

Keterangan :

R11 = Reliabilitas

N = Jumlah item yang valid

$\frac{\sigma^2}{\sigma_i^2}$ = Jumlah varians skor tiap-tiap item

= Varians total Kriteria.

Reliabilitasnya adalah : Jika " $r_{hitung} > r_{tabel}$ ".

G. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini adalah menggunakan statistik inferensial nonparametris. Statistik inferensial adalah teknik statistik yang digunakan untuk menganalisis data sampel dan hasilnya diberlakukan untuk populasi (Sugiyono, 2013).

Analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian ini adalah teknik korelasi *Spearman Rank*, yaitu teknik korelasi yang digunakan untuk mencari hubungan dan membuktikan hubungan dua variabel bila data kedua variabel berbentuk ordinal, data yang akan dikorelasikan tidak harus membentuk distribusi normal, serta sumber data untuk kedua variabel dapat berasal dari sumber data yang tidak sama. Dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara harga diridan *body image* pada siswi di SMA Swasta Nurul Amaliyah.

Adapun rumus yang digunakan untuk menghitung koefisien korelasi adalah sebagai berikut:

$$\rho = 1 - \frac{6\sum d_i^2}{n(n^2 - 1)}$$

Keterangan :

- ρ = Nilai korelasi *spearman rank*
 d^2 = Selisih setiap pasang rank
 n = Jumlah pasangan untuk *spearman* ($5 < n < 30$)

Sebelum dilakukan analisis data dengan teknik analisis *spearman*, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian yang meliputi:

- a. Uji Normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal. Uji normalitas pada model regresi digunakan untuk menguji apakah nilai residual yang dihasilkan dari regresi terdistribusi secara normal atau tidak. Model regresi yang baik adalah memiliki distribusi data normal atau mendekati normal. Untuk mendeteksi normalitas dapat menggunakan analisa grafik dengan melihat penyebaran data pada sumbu diagonal pada grafik normal p-p *Plot Of Regression Standardized Residual*. Sebagai dasar pengambilan keputusannya, jika titik-titik menyebar di sekitar garis dan mengikuti garis diagonal maka nilai residual tersebut telah normal. Sebagai pelengkap analisis grafik disertakan uji statistik dengan uji statistik *Kolmogorov-Smirnov Test* menggunakan program SPSS. Hal ini untuk membuktikan bahwa data yang digunakan berdistribusi normal, hasil analisis ini kemudian akan dibandingkan dengan nilai kritisnya. Dasar pengambilan keputusan dapat dilakukan berdasarkan probabilitas (*asymptotic significance*), yaitu :

- Jika probabilitas $> 0,1$ maka distribusi dari populasi adalah normal.
 - Jika probabilitas $< 0,1$ maka distribusi dari populasi adalah tidak normal.
- a. Uji Linieritas yaitu, untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan data dari variabel terikat.



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan diuraikan simpulan dan saran-saran sehubungan dengan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. diantaranya adalah (A) Simpulan, (B) Saran.

A. Simpulan

1. Berdasarkan hasil uji Kolerasi *Spearman* diketahui bahwa terdapat ada hubungan positif antara harga diri dengan *body image*, yaitu dengan asumsi semakin tinggi harga diri, maka semakin positif *body image* yang di miliki remaja tersebut. Begitu pula sebaliknya, dimana $r_{xy} = 0,620$ dengan signifikan $p = 0.000 < 0,050$. Artinya hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima. Harga diri tergolong tinggi dimana mean hipotetik (72,5) lebih kecil dari mean empirik (92,58).
2. Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variabel bebas X dengan variabel terikat Y adalah sebesar $r^2 = 0,485$. Ini menunjukkan bahwa harga diri berkontribusi terhadap *body image* sebesar 48,5%.
3. Melihat nilai rata-rata yang diperoleh dari hasil penelitian diketahui bahwa Nilai rata-rata harga diri 92,58 dan nilai rata-rata *body image* 176,47.
4. Kemudian berdasarkan perbandingan kedua nilai rata-rata (Mean Hipotetik dan Mean Empirik), maka dilihat bahwa harga diri tergolong tinggi dimana mean hipotetik (72,5) lebih kecil dari mean empirik (92,58) dan selisihnya melebihi bilangan satu SD (12,116). dan *body image* tergolong tinggi dimana mean hipotetik (140) lebih kecil dari mean empirik (176,47) dan selisihnya melebihi bilangan satu SD (26,340).

B. Saran

Berdasarkan dari pengkajian hasil penelitian dilapangan maka penulis bermaksud memberikan saran yang mudah-mudahan dapat bermanfaat bagi lembaga maupun bagi penelitian yang selanjutnya, yaitu sebagai berikut:

1. Saran kepada subjek penelitian

Melihat dari hasil penelitian, maka diharapkan pada subjek penelitian untuk dapat mempertahankan harga diri dalam dirinya, untuk dapat mempertahankan *body image* yang positif dengan cara melihat kelebihan yang dimiliki, selalu optimis, percaya dengan kemampuan yang dimiliki dan berusaha menjadi diri sendiri.

2. Saran kepada pihak sekolah

Melihat pentingnya kemampuan lembaga pendidikan untuk meningkatkan prestasi belajar dan kualitas pendidikan, maka disarankan agar pihak sekolah mampu memberikan pengarahan agar harga diri yang tinggi mampu terbentuk sehingga siswi memiliki *body image* yang positif.

3. Saran kepada peneliti selanjutnya

Menyadari bahwa penelitian ini belum sempurna dan memiliki berbagai kekurangan, maka disarankan kepada peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan penelitian ini untuk diharapkan dapat melakukan penelitian dengan menggunakan metode pengumpulan data yang lebih bervariasi, karena data yang diperoleh akan lebih bervariasi sehingga hasil yang diperoleh dapat lebih maksimal. Selain itu, peneliti disarankan untuk meneliti *body image* dengan faktor lain selain harga diri, yaitu faktor pengaruh sosial, rekan dan orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, H., (2006). *Psikologi Perkembangan: Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja*, Jakarta: Refika Aditama.
- Akhtar, Hanif. 2017. Cara Mengatasi Data Berdistribusi Tidak Normal. <https://www.semestapsikometrika.com/2017/12/mengatasi-data-tidak-normal.html>
- Arikunto, S., (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Branden, N., (1992). *The Power of Self-esteem*. Florida: Health Communications.
- Branden, N (1994) *The Six Pillars of Self-esteem*, United States and Canada: Bantam Books
- Cash, T.F., & Linda, S., (2011). *Body Image A Handbook of Science, Practice, and Prevention (2nd ed)*. New York: The Guilford Press.
- Cash, T.F., & Thomas P., (2002). *Body Image A Handbook of Science, Research, and Clinical Practice*. New York: The Guilford Press.
- Creswell, J.W., (2016). *Research Design : Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. (edisi ke 3). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Damayanti, A.A.M., & Susilawati., (2018). Peran Citra Tubuh Dan Penerimaan Diri Terhadap Self Esteem Pada Remaja Putri Di Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*. 201-210
- Denich, A.U., & Ifdil., (2015). Konsep *body image* remaja putri. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 3 (2), 55-61.
- Febrina, D., dkk., (2018). Self-Esteem Remaja Awal : Temuan Baseline Dari Rencana Program Self-Instructional Training Kompetensi Diri. *Jurnal Psikologi Insight*, 3 (1), 43-56.
- Guindon, M.H., (2010). *Self-esteem Across the Lifespan*, New York: Taylor & Francis Group.
- Hadi, S., (2000). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Haditono, Dr., & Siti R., (2006). *Psikologi Perkembangan*, Yogyakarta, Gadjah Mada: University Press.
- Hurlock, E.B., (1980). *Psikologi Perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (edisi ke 5): Jakarta: Erlangga.

- Istiana., (2017). Perbedaan Harga Diri Remaja Ditinjau Dari Status Keluarga Pada SMA Al - Ulum Medan. *Jurnal Psikologi Konseling*. 1 (10). 25-39.
- Jasmadi., & Aulia. A., (2016). Hubungan Harga Diri Dengan Perilaku Konsumtif Remaja Di Banda Aceh. *Jurnal Psikoislamedia*. 2 (1). 325-334.
- King, L.A., (2010). *Psikologi Umum : Sebuah Pandangan Apresiasi*. New York: Mc-Graw Hill.
- Lawrence, D., (2006). *Enhancing Self-esteem in the Classroom*, (3rd ed), London: Paul Chapman Publishing.
- Luxmore, N (2008) *Feeling Like Crap Young People and the Meaning of Self-esteem*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- McKay, M., & Fanning, P (2000). *Self-esteem*, (3rd ed), Canada: Rain coast Books.
- Myers, D.G. (2012). *Exploring Social Psychology*. (6thed). New York: Mc-Graw Hill.
- Nurmalasari., & Devi, W., (2018). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Tingkat Prestasi Siswa SMPN Satu Atap Pakisjaya Karawang. *Jurnal Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi Komputer*, 3 (2), 211-218.
- O'Dea, J., (2007). *Everybody's Different : A Positive Approach To Teaching About Health, Puberty, Body Image, Nutrition, Self-Esteem And Obesity Prevention*, Victoria: ACER Press.
- Ogden, C.K., (1950). *The Image And Appearance Of The Human Body: Studies In The Constructive Energies Of The Psyche*. International Universities Press.
- Plummer, D., (2005). *Helping Adolescents and Adults to Build Self-esteem*, London and Philadelphia: Jessica Kingsley.
- Rozika, L.A., & Ramadhani, Neila., (2016). Hubungan antara Harga Diri dan *Body Image* dengan Online *Self-Presentation* pada Pengguna Instagram, *Journal of Psychology*, 2 (3), 172-183.
- Putro, K.Z., (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, 17 (1), 25-32.
- Santrock, J.W., (2014). *Adolescence* (15thed). New York: McGraw-Hill Education.
- Santrock, J.W., (2019). *Life-Span Development*. (7thed). New York: McGraw-Hill Education.
- Sarwono, J., (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sarwono. (2011). *Psikologi Remaja. Edisi Revisi*. Jakarta: Rajawali Pers.

- Schilder, Paul. (1935). *The Image and Appearance of The Human Body*. New York: Routledge.
- Smolak, L., & J. Kevin, T., (2009). *Body Image, Eating Disorders, and Obesity in Youth Assessment, Prevention, and Treatment (2nd ed)*. Washington, DC : American Psychological Association.
- Syofian., (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: PT Fajar Interpratama Mandiri.
- Thompson, J.K., & Linda, S., (2001) *Body Image, Eating Disorders, and Obesity in Youth Assessment, Prevention, and Treatment (2nd ed)*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Vonderen, K.E.E., & William.K., (2012). Media Effects on Body Image: Examining Media Exposure in the Broader Context of Internal and Other Social Factors. *American Communication Journal*. 2 (14), 41-57.
- Widyastuti, Y., dkk. (2009). *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitrimaya.
- Yusuf, M., (2014). *Metode Penelitian : Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Premadamedia Group.

LAMPIRAN A

SKALA HARGA DIRI

Petunjuk pengisian skala :

1. Bacalah pertanyaan dengan baik dan teliti.
2. Dalam pengisian angket mohon diisi secara jujur. Karena penulis menjamin bahwa jawaban yang diterima hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.
3. Pilih salah satu jawaban yang menurut Bapak/Ibu/Saudara anggap paling tepat dengan cara memberi tanda ceklis (√) pada huruf yang benar dari setiap pertanyaan di kolom yang disediakan :

SS : SANGAT SETUJU
 S : SETUJU
 TS : TIDAK SETUJU
 STS : SANGAT TIDAK SETUJU

4. Contoh :

Jika Jawaban **Setuju** dengan kenyataan pada diri anda :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya mencintai diri saya		√		

5. Tidak ada jawaban yang benar atau salah untuk setiap pernyataan. Seluruh jawaban akan benar selama itu menggambarkan diri anda.
6. Jawablah semua pernyataan dan pastikan tidak ada nomor yang terlewat.

Nama (inisial) :

Usia :

Jenis kelamin : L / P

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya paling cantik diantara teman yang lainnya				
2.	Orang merasa senang ketika bertemu saya				
3.	Saya selalu sukses dalam mengerjakan sesuatu				
4.	Semua orang merasa segan ketika berbicara dengan saya				
5.	Saya selalu meraih apa yang diinginkan				
6.	Saya yang paling kaya di sekolah ini				
7.	Saya merasa bangga dengan kecantikan yang dimiliki				
8.	Saya takut tidak dihargai orang lain				
9.	Saya sangat percaya diri				
10.	Saya khawatir dengan kemampuan yang dimiliki				
11.	Pujian orang lain akan memunculkan kekuatan dalam diri				
12.	Saya senang bisa menolong banyak orang				
13.	Saya paling populer diantara teman-teman yang lain				
14.	Orang akan lebih menghargai ketika saya mempunyai kelebihan				
15.	Teman-teman merasa kesepian jika tidak ada saya				
16.	Saya selalu menerima setiap penilaian orang lain tentang saya				
17.	Saya tidak cantik				

18.	Saya minder karena tidak secantik teman-teman yang lain				
19.	Hinaan orang akan membuat saya tidak percaya diri				
20.	Tidak ada yang bisa saya lakukan sendiri				
21.	Saya merasa tidak pernah dihargai				
22.	Saya merasa selalu dihargai orang				
23.	Saya tidak terlalu peduli tentang orang lain				
24.	Sangat sedikit orang yang mengenal saya				
25.	Saya merupakan siswi yang sederhana				
26.	Saya merasa kurang percaya diri				
27.	Saya selalu gagal				
28.	Saya mempunyai kelebihan yang tidak dimiliki orang lain				
29.	Orang hanya melihat kekurangan saya saja				
30.	Teman-teman tidak menyukai keberadaan saya				
31.	Orang-orang selalu meremehkan saya				
32.	Saya tidak suka ketika di kritik orang lain				

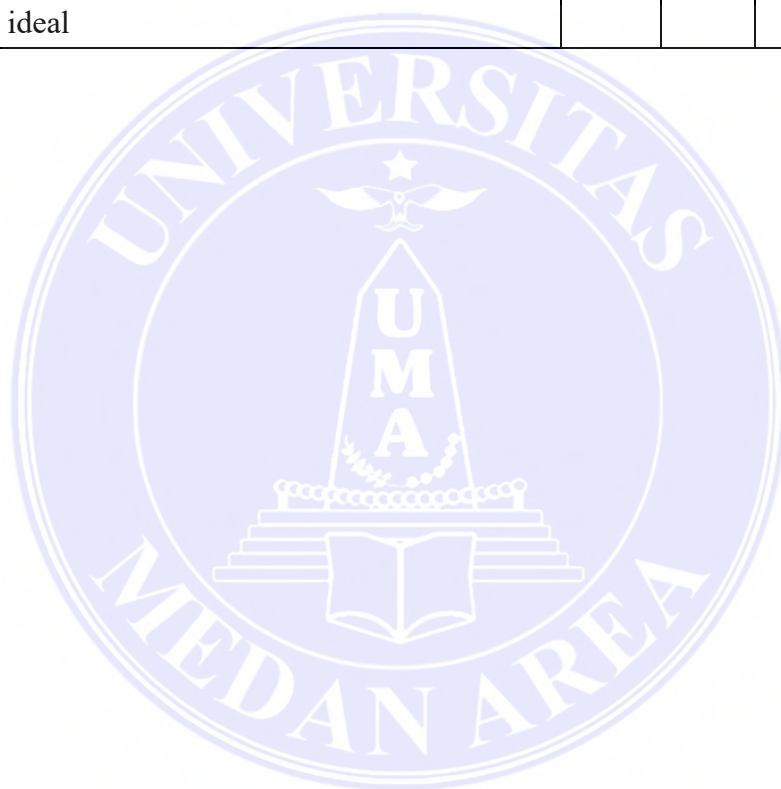
LAMPIRAN B
SKALA *BODY IMAGE*

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa puas dengan tubuh saya.				
2.	Saya sudah merasa cantik walaupun tidak merubah bentuk tubuh				
3.	Bagian tubuh yang paling saya sukai adalah payudara saya.				
4.	Saya selalu mempertimbangkan jumlah kalori yang akan masuk ke tubuh saya				
5.	Berat badan saya sangat sesuai dengan ukuran				
6.	Penampilan saya <i>trendy</i>				
7.	Saya rutin melakukan perawatan kecantikan				
8.	Saya sangat suka dengan ukuran paha yang kecil				
9.	Saya ingin merubah berat badan				
10.	Bentuk tubuh saya seperti gitar spanyol				
11.	Banyak orang yang ingin memiliki tubuh yang indah seperti saya				
12.	Saya tidak pernah merubah gaya rambut				
13.	Saya memiliki perut yang kecil				
14.	Saya tidak pernah makan <i>fast food</i>				
15.	Saya memiliki betis yang kecil				
16.	Saya merasa memiliki penampilan yang menarik				
17.	Saya melakukan diet ketat				

18.	Meskipun saya pendek, saya terlihat paling imut				
19.	Saya pergi ke salon sebulan sekali				
20.	Sayasenang dengan bentuk tubuh yang saya miliki				
21.	Saya sering membentuk tubuh agar ideal				
22.	Saya senang memiliki bentuk kaki yang kecil				
23.	Saya hanya makan satu kali dalam sehari				
24.	Tubuh saya sangat proporsional				
25.	Saya merasa cantik meskipun gendut				
26.	Penampilan saya tidak ada yang perlu diubah				
27.	Ada bagian tubuh tertentu yang sangat saya suka				
28.	Saya hanya makan buah-buahan setiap hari				
29.	Leher saya jenjang				
30.	Bentuk pinggul saya sangat indah				
31.	Saya sangat senang memiliki bentuk tubuh seperti model.				
32.	Menurut saya penampilan saya tidak menarik				
33.	Penampilan saya tidak <i>trendy</i>				
34.	Orang tidak akan percaya diri jika memiliki tubuh seperti saya				
35.	Saya malu memiliki tinggi seperti anak SD				
36.	Tidak ada yang menarik dari diri saya				
37.	Saya sering tidak nyaman memiliki bentuk tubuh seperti ini				

38.	Saya rela melakukan segala cara agar terlihat cantik				
39.	Tanpa perawatan tubuh saya sudah terlihat cantik				
40.	Saya ingin sekali melakukan operasi payudara				
41.	Saya memotong rambut seperti artis-artis Korea				
42.	Saya malas pergi ke salon				
43.	Saya ingin merubah bagian tertentu dari diri saya				
44.	Perut saya besar				
45.	Saya selalu menggunakan rok untuk menutupi ukuran paha yang besar				
46.	Saya selalu makan apa saja yang saya inginkan				
47.	Leher saya terlalu pendek tertutupi lemak				
48.	Saya sangat menyukai <i>fast food</i>				
49.	Kaki saya sangat besar				
50.	Saya selalu makan tiap kali merasa lapar				
51.	Saya tidak akan diet untuk mendapatkan tubuh yang ideal				
52.	Tinggi badan saya tidak sesuai dengan berat badan				
53.	Walaupun saya gendut saya tidak pernah mencoba untuk diet				
54.	Betis saya terlalu besar untuk ukuran tubuh saya yang kecil				
55.	Tubuh saya tidak seperti yang diharapkan				
56.	Saya selalu makan yang berlemak				

57.	Saya tidak ingin memiliki tubuh yang gendut				
58.	Saya berupaya merubah bentuk tubuh seperti seseorang yang saya kagumi				
59.	Saya minder dengan bentuk tubuh seperti ini				
60.	Saya tidak suka dengan bagian tertentu tubuh saya				
61.	Saya terlihat gemuk dengan bentuk pinggul yang terlalu besar				
62.	Saya tidak peduli dengan bentuk tubuh ideal				



LAMPIRAN C
DATA PENELITIAN

Harga Diri

No	Aitem																																Total	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		
1	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	109
2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	108	
3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	117	
4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	113	
5	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	111	
6	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	111
7	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	107
8	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	112	
9	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	113	
10	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	107	
11	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	106	
12	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	109
13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	106	
14	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	112
15	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	114
16	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	117

17	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	102		
18	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	108		
19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	115		
20	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	108	
21	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	110		
22	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	108		
23	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	113		
24	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	107		
25	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	111		
26	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	112		
27	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	113		
28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	112	
29	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	112	
30	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	114	
31	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	111	
32	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	106	
33	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	111	
34	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	114	
35	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	111	
36	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	112	
37	4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	107	
38	4	4	3	2	4	2	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	1	3	2	3	87
39	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	100	
40	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	1	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	97	
41	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	89	

42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	102
43	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	1	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	75
44	2	3	3	2	2	1	3	4	3	4	4	4	2	4	2	1	3	2	1	1	2	3	3	1	1	2	3	1	1	3	2	1	3	74	
45	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	90	
46	4	4	3	2	4	2	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	2	4	2	3	3	2	3	4	3	3	4	4	3	103		
47	2	3	4	3	3	1	2	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	1	3	1	3	1	3	1	1	1	1	1	3	1	1	3	80		
48	4	4	4	1	4	2	3	4	4	1	2	4	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	2	2	2	4	1	3	2	2	3	93		
49	2	3	3	3	4	2	3	4	3	1	4	4	2	2	2	4	4	4	4	4	2	4	1	4	1	3	4	4	4	4	4	1	98		
50	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	1	1	2	2	3	3	2	3	3	2	2	1	3	3	2	2	3	3	2	73		
51	2	2	3	3	3	2	1	2	4	2	3	4	4	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	84		
52	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	83		
53	3	3	2	2	3	2	4	3	3	2	3	4	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	3	1	86		
54	4	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	3	4	3	3	3	4	3	91		
55	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	1	3	2	3	4	4	3	4	4	4	85		
56	2	3	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	1	2	3	1	3	4	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3	82		
57	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	81		
58	2	3	2	2	3	2	3	4	3	3	3	4	2	4	3	4	3	2	2	3	3	2	3	2	1	2	1	2	3	2	3	3	84		
59	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	104		

47	4	4	4	4	2	1	3	1	1	2	1	3	2	2	2	2	1	3	1	2	3	2	3	2	3	1	1	1	3	2	3	3	1	3	4	4	3	1	4	2	4	1	3	4	1	3	3	3	3	2	3	1	1	4	4	3	137		
48	1	4	1	1	1	3	2	4	2	1	4	1	1	1	1	4	1	1	1	4	4	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	2	4	2	1	1	1	4	1	4	1	1	1	4	1	1	4	4	108		
49	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	1	2	1	3	3	3	1	3	1	3	3	2	3	2	2	3	3	3	4	4	4	1	3	2	2	4	2	4	2	4	2	3	1	3	4	4	3	2	2	1	3	2	3	142
50	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	152			
51	2	3	1	1	1	1	3	4	1	1	4	3	3	4	2	1	3	1	1	1	1	3	2	1	1	1	3	1	2	2	3	3	3	1	2	1	3	3	3	4	2	4	2	3	4	2	1	2	2	3	2	2	2	1	1	2	119		
52	2	3	2	3	3	2	2	3	1	2	1	3	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	2	1	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	4	2	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	142			
53	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	174	
54	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	4	3	3	3	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	173	
55	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	169
56	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	171	
57	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	1	2	3	4	146			
58	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	4	4	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	171	
59	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	198			



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

LAMPIRAN D

UJI VALIDITAS DAN REABILITAS

Reliability

Scale: Harga Diri

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	59	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	59	100,0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,927	32

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
aitem_1	3,36	,783	59
aitem_2	3,44	,595	59
aitem_3	3,37	,641	59
aitem_4	3,22	,767	59
aitem_5	3,25	,575	59
aitem_6	2,85	,827	59
aitem_7	3,19	,656	59
aitem_8	3,27	,691	59
aitem_9	3,39	,526	59
aitem_10	3,07	,740	59
aitem_11	3,34	,633	59
aitem_12	3,39	,558	59
aitem_13	3,08	,857	59
aitem_14	3,20	,689	59
aitem_15	3,15	,715	59
aitem_16	3,29	,696	59
aitem_17	3,15	,611	59
aitem_18	3,08	,677	59
aitem_19	3,03	,694	59
aitem_20	2,98	,656	59
aitem_21	3,20	,581	59
aitem_22	3,08	,749	59
aitem_23	3,25	,801	59
aitem_24	3,14	,819	59
aitem_25	2,95	,918	59
aitem_26	3,19	,776	59
aitem_27	3,34	,685	59

aitem_28	3,17	,813	59
aitem_29	3,32	,706	59
aitem_30	3,08	,535	59
aitem_31	3,24	,625	59
aitem_32	3,12	,768	59

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem_1	98,85	144,028	,648	,924
aitem_2	98,76	148,563	,545	,925
aitem_3	98,83	148,040	,537	,925
aitem_4	98,98	145,534	,578	,924
aitem_5	98,95	150,049	,457	,926
aitem_6	99,36	140,923	,775	,922
aitem_7	99,02	148,189	,514	,925
aitem_8	98,93	150,616	,338	,927
aitem_9	98,81	152,154	,338	,927
aitem_10	99,14	149,568	,371	,927
aitem_11	98,86	149,395	,454	,926
aitem_12	98,81	154,465	,148	,929
aitem_13	99,12	140,934	,745	,922
aitem_14	99,00	149,276	,420	,926
aitem_15	99,05	146,290	,579	,924
aitem_16	98,92	148,286	,475	,926
aitem_17	99,05	153,222	,213	,928
aitem_18	99,12	148,589	,471	,926
aitem_19	99,17	149,488	,404	,927
aitem_20	99,22	147,416	,563	,925
aitem_21	99,00	150,448	,424	,926

aitem_22	99,12	145,486	,596	,924
aitem_23	98,95	146,015	,525	,925
aitem_24	99,07	141,202	,768	,922
aitem_25	99,25	139,193	,775	,921
aitem_26	99,02	143,465	,686	,923
aitem_27	98,86	148,947	,443	,926
aitem_28	99,03	145,413	,548	,925
aitem_29	98,88	145,624	,628	,924
aitem_30	99,12	152,693	,291	,928
aitem_31	98,97	150,413	,392	,927
aitem_32	99,08	146,596	,518	,925

Mean Hipotetik: $\{(72,5 \times 1) + (72,5 \times 4)\} : 2 = 181,25$

Reliability

Scale: *Body Image*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	59	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	59	100,0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,966	62

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
aitem_1	3,46	,750	59
aitem_2	3,51	,598	59
aitem_3	3,08	,988	59
aitem_4	3,24	,795	59
aitem_5	3,19	,730	59
aitem_6	3,12	,768	59
aitem_7	3,17	,673	59
aitem_8	3,24	,817	59
aitem_9	3,29	,617	59
aitem_10	2,97	,870	59
aitem_11	2,92	,857	59
aitem_12	3,12	,790	59
aitem_13	3,17	,746	59
aitem_14	2,93	,828	59
aitem_15	3,08	,677	59
aitem_16	3,10	,824	59
aitem_17	3,02	,881	59
aitem_18	3,00	,947	59
aitem_19	2,95	,972	59
aitem_20	3,15	,867	59
aitem_21	3,19	,776	59
aitem_22	3,15	,827	59
aitem_23	3,07	,888	59
aitem_24	3,08	,857	59
aitem_25	3,08	,915	59
aitem_26	3,17	,746	59
aitem_27	3,24	,727	59

aitem_28	2,95	,839	59
aitem_29	2,98	,861	59
aitem_30	3,02	,754	59
aitem_31	3,05	,879	59
aitem_32	3,08	,535	59
aitem_33	3,05	,570	59
aitem_34	2,98	,707	59
aitem_35	3,24	,678	59
aitem_36	3,20	,581	59
aitem_37	3,19	,682	59
aitem_38	3,20	,714	59
aitem_39	3,15	,847	59
aitem_40	3,46	,536	59
aitem_41	3,47	,568	59
aitem_42	3,31	,793	59
aitem_43	3,29	,744	59
aitem_44	3,32	,706	59
aitem_45	3,42	,675	59
aitem_46	3,19	,798	59
aitem_47	3,22	,744	59
aitem_48	3,17	,699	59
aitem_49	3,12	,618	59
aitem_50	3,08	,794	59
aitem_51	3,10	,736	59
aitem_52	3,19	,706	59
aitem_53	3,20	,714	59
aitem_54	3,24	,678	59
aitem_55	3,24	,727	59
aitem_56	3,29	,645	59
aitem_57	3,05	,860	59

aitem_58	3,14	,840	59
aitem_59	3,29	,720	59
aitem_60	3,22	,789	59
aitem_61	3,24	,597	59
aitem_62	3,31	,701	59

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem_1	192,86	696,292	,782	,965
aitem_2	192,81	707,465	,628	,966
aitem_3	193,24	684,012	,829	,965
aitem_4	193,08	699,769	,651	,965
aitem_5	193,14	701,292	,672	,965
aitem_6	193,20	699,510	,682	,965
aitem_7	193,15	703,028	,681	,965
aitem_8	193,08	708,286	,434	,966
aitem_9	193,03	725,620	,054	,967
aitem_10	193,36	696,371	,668	,965
aitem_11	193,41	689,590	,833	,965
aitem_12	193,20	705,786	,510	,966
aitem_13	193,15	703,994	,587	,966
aitem_14	193,39	697,932	,668	,965
aitem_15	193,24	709,977	,482	,966
aitem_16	193,22	693,830	,767	,965
aitem_17	193,31	701,629	,544	,966
aitem_18	193,32	691,946	,702	,965
aitem_19	193,37	688,790	,746	,965
aitem_20	193,17	697,971	,635	,965
aitem_21	193,14	708,050	,464	,966

aitem_22	193,17	702,523	,561	,966
aitem_23	193,25	698,848	,600	,965
aitem_24	193,24	693,184	,751	,965
aitem_25	193,24	698,632	,586	,966
aitem_26	193,15	705,200	,556	,966
aitem_27	193,08	713,838	,346	,966
aitem_28	193,37	697,238	,674	,965
aitem_29	193,34	696,538	,672	,965
aitem_30	193,31	696,974	,760	,965
aitem_31	193,27	691,960	,758	,965
aitem_32	193,24	713,184	,502	,966
aitem_33	193,27	711,546	,524	,966
aitem_34	193,34	710,469	,447	,966
aitem_35	193,08	714,665	,350	,966
aitem_36	193,12	727,072	,013	,967
aitem_37	193,14	710,705	,458	,966
aitem_38	193,12	711,072	,426	,966
aitem_39	193,17	697,729	,656	,965
aitem_40	192,86	720,671	,238	,966
aitem_41	192,85	720,097	,242	,966
aitem_42	193,02	708,707	,437	,966
aitem_43	193,03	707,240	,506	,966
aitem_44	193,00	712,655	,389	,966
aitem_45	192,90	712,886	,402	,966
aitem_46	193,14	702,705	,578	,966
aitem_47	193,10	704,507	,576	,966
aitem_48	193,15	708,511	,506	,966
aitem_49	193,20	721,130	,190	,967
aitem_50	193,24	707,908	,456	,966
aitem_51	193,22	704,451	,584	,966

aitem_52	193,14	707,671	,522	,966
aitem_53	193,12	707,382	,524	,966
aitem_54	193,08	711,113	,449	,966
aitem_55	193,08	700,527	,695	,965
aitem_56	193,03	714,033	,388	,966
aitem_57	193,27	693,339	,745	,965
aitem_58	193,19	697,775	,661	,965
aitem_59	193,03	705,826	,561	,966
aitem_60	193,10	701,541	,613	,965
aitem_61	193,08	714,872	,394	,966
aitem_62	193,02	716,396	,291	,966

Mean Hipotetik: $\{(140 \times 1) + (140 \times 4)\} : 2 = 350$

LAMPIRAN E
UJI ASUMSI
(NORMALITAS & LINEARITAS)

NPar Tests**Descriptive Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Harga Diri	59	92,58	12,116	64	107
Body Image	59	176,47	26,340	108	205

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Harga Diri	Body Image
N		59	59
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	92,58	176,47
	Std. Deviation	12,116	26,340
	Absolute	,221	,248
Most Extreme Differences	Positive	,122	,159
	Negative	-,221	-,248
Kolmogorov-Smirnov Z		1,701	1,909
Asymp. Sig. (2-tailed)		,006	,001

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Body Image * Harga Diri	59	100,0%	0	0,0%	59	100,0%

Report

Body Image

Harga Diri	Mean	N	Std. Deviation
64	139,00	1	.
65	152,00	1	.
67	169,00	1	.
71	137,00	1	.
73	158,50	2	17,678
75	150,25	4	24,676
76	174,00	1	.
77	137,00	1	.
81	137,50	2	4,950
82	173,00	1	.
84	108,00	1	.
86	142,00	1	.

89	141,00	1	.
91	174,00	2	29,698
92	135,00	1	.
93	135,00	1	.
94	198,00	1	.
96	194,50	2	9,192
97	181,50	4	33,759
98	196,00	3	7,810
99	198,67	3	1,155
100	188,00	3	9,849
101	191,00	5	9,899
102	193,80	5	3,962
103	195,80	5	5,215
104	196,00	3	3,464
106	193,50	2	2,121
107	190,00	1	.
Total	176,47	59	26,340

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Body Image * Harga Diri	(Combined)	32780,695	27	1214,100	5,045	,000
	Between Groups					
	Linearity	19507,765	1	19507,765	81,064	,000
	Deviation from Linearity	13272,930	26	510,497	2,121	,086
	Within Groups	7460,017	31	240,646		
Total	40240,712	58				

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Body Image * Harga Diri	,696	,485	,903	,815

LAMPIRAN F

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 16/12/21

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)16/12/21

UJI HIPOTESIS

Nonparametric Correlations

Correlations

		Harga Diri	Body Image
Spearman's rho	Correlation Coefficient	1,000	,620**
	Harga Diri		
	Sig. (2-tailed)	.	,000
	N	59	59
	Correlation Coefficient	,620**	1,000
	Body Image		
	Sig. (2-tailed)	,000	.
	N	59	59

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

LAMPIRAN G
SURAT PENELITIAN





UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366678, 7364348 = (061) 7368012 Medan 20223
 Kampus II Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 = (061) 8226331 Medan 20122
 Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 380/FPSI/01.10/IX/2020
 Lampiran :-
 Hal : Pengambilan Data

Medan, 5 Oktober 2020

Yth. Kepala Sekolah SMA Swasta Nurul Amaliyah
 Di
 Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Nadilla Fitriyani
 NPM : 168600312
 Program Studi : Ilmu Psikologi
 Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di SMA Swasta Nurul Amaliyah, Jl. Sei Merah Desa Dagang Kerawang, Tanjung Morawa, Deli Serdang, Sumatera Utara guna penyusunan skripsi yang berjudul "*Hubungan Harga Diri Dengan Body Image Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMA Swasta Nurul Amaliyah*".

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di Sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih..



Dekan Bidang Akademik,
 Yuli Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan:

- Mahasiswa Ybs
- Arsip



Lampiran H

Surat Balasan Penelitian

