

**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN
PENYESUAIAN SOSIAL PADA MAHASISWI
FAKULTAS PSIKOLOGI ANGKATAN 2010
DI UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
Guna Memperoleh Sebagian Dari Syarat-syarat Untuk
Mendapatkan Gelar Sarjana



Oleh :
NURUL 'AIN
04. 860. 0177

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2012**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 29/6/22

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)29/6/22

JUDUL : HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN
PENYESUAIAN SOSIAL PADA MAHASISWI
FAKULTAS PSIKOLOGI ANGKATAN 2010 DI
UNIVERSITAS MEDAN AREA

NAMA : NURUL 'AIN

NPM : 04 860 0177

JURUSAN : PSIKOLOGI ANAK DAN PERKEMBANGAN

Menyetujui
Komisi Pembimbing

Pembimbing I Pembimbing II

Nini Sri Wahyuni S.Psi, M.Pd Zuhdi Budiman S.Psi, M.Psi

Mengetahui

Ketua Jurusan Dekan

Laili Alfita S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog Prof. DR. Abdul Munir, M.Pd



Tanggal Sidang Meja Hijau: 11 Mei 2012

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA DAN DITERIMA GUNA
MEMENUHI SEBAGIAN DARI SYARAT-SYARAT UNTUK MEMPEROLEH
DERAJAT SARJANA (S-1) PSIKOLOGI

Pada tanggal : 11 Mei 2012

Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area

Dekan

(Prof. DR. Abdul Munir, M.Pd)

DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

1. Anna Wati Dewi P S.Psi, M.Si

2. Nini Sri Wahyuni S.Psi, M.Pd

3. Zuhdi Budiman S.Psi, M.Psi

4. Farida Hanum Siregar S.Psi, M.Psi

5. Laili Alfita S.Psi, MM M.Psi. Psikolog

MOTTO

"Dan seandainya pohon-pohon di bumi menjadi pena dan laut (menjadi tinta), ditambahkan kepadanya tujuh laut (lagi) sesudah (kering)nya, niscaya tidak akan habis-habisnya (dituliskan) kalimat Allah (ilmu dan hakikat-Nya). Sesungguhnya Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana"

Q.S Al-luqman ayat 27)

*"Insyaa Allah, dengan keinginan-Mu Tuhan
Aku akan mencapai cita-cita yang hakiki
Suka duka kuterima, dengan penuh taqwa
Aku bersyukur menerima rahmat-Mu Tuhan"*

**"SYUKURI DAN HARGAILAH APA YANG KAMU MILIKI, KAMU TIDAK
AKAN PERNAH MERASA CUKUP JIKA TERUS BERFOKUS PADA APA
YANG TIDAK KAMU MILIKI"**

Persembahkanku

*Seiring pula karya kecil ini buat yang teristimewa
Ku persembahkan kepada Ibunda tercinta Rislaini Lubis
Teringat semua kejadian-kejadian di masa lalu, masa-masa sulit dan
menyakitkan yang pernah ku lewati bersama Wanita kuat bernama Ibu..
Yang dengan kedua tangannya bisa membuat aku ada sampai detik ini
Teringat betapa tangguhnyanya Ibu berjuang dan bertahan membesarkan anak-
anaknya
Yang ketika anak-anaknya tertidur sering ku dapati Ibu menangis..
Tetes-tetes keringat mengucur sepanjang hari tak kenal lelah
Tiap denyut nadimu berdesah penuh asa
Semua pengorbanan tiada sia-sia menjelma dalam skripsiku ini.
Terimakasih kepada Ibunda tercinta, Kaulah Segalanya untukku..*

Ku persembahkan skripsi ini juga untuk :

Ayahanda Irianisjah dan Adik-adikku tersayang Nurhidayah, Nurhafiza

dan Nurul

Fadilla Ghison

UCAPAN TERIMA KASIH

Bismillahirrahmanirrahim,

Puja dan puji syukur penulis panjatkan kehadirat Illahi Rabbi, yang karena hanya izin, rahmat, taufiq serta hidayahNya semata sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat beserta salam tetap terlimpahkan kepadanya yang mulia Rasulullah SAW, beserta keluarga, sahabat dan seluruh pengikutnya yang mengikuti jejak langkahnya samapai akhir zaman.

Penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Teristimewa kepada kedua orang tuaku Ibunda Rislaini Lubis yang tercinta dan Ayahanda Iriansyah yang telah membesarkan dan memberikan dorongan moril, materil, semangat serta do'a yang tulus untuk penulis.
2. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Munir M.Pd sebagai Dekan Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area.
3. Ibu Nini Sri Wahyuni S.Psi, M.Pd sebagai dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktunya serta memberikan dorongan semangat, pengarahan dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai.
4. Bapak Zuhdi Budiman S.Psi, M. Psi sebagai dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu, perhatian, saran, dan bimbingannya dalam menulis skripsi ini hingga selesai.
5. Ibu Laili Alfita S.Psi, M.M sebagai ketua jurusan Psikologi Anak dan Perkembangan Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area yang selalu memberikan semangat dan saran yang baik kepada peneliti dalam menghadapi sidang meja hijau.
6. Ibu Anna Wati DP, S.Psi, M.Si yang telah meluangkan waktunya sebagai ketua penguji pada sidang meja hijau dan Ibu Farida Hanum S.Psi, M.Psi selaku

- dosen tamu pada sidang meja hijau yang telah memberikan saran kepada peneliti.
7. Ibu Laili Alfita S.Psi, M.M yang telah meluangkan waktu untuk menjadi sekretaris pada sidang meja hijau.
 8. Ibu Ummu Khuzaimah S.Psi, M.Psi dan Bapak Drs. H.Mulia Siregar M.Psi yang telah memberikan bantuan dan kcsediaan waktunya menjadi sekretaris dan dosen tamu pada saat seminar proposal.
 9. Seluruh staf pengajar/dosen di Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area yang telah mengajarkan ilmunya kepada peneliti selama kuliah di kampus ini, sehingga peneliti dapat memahami dan merasakan manfaat dari ilmu psikologi yang diajarkan.
 10. Seluruh staf Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area yang telah membantu dan melancarkan urusan akademik yang dibutuhkan peneliti.
 11. Bapak Prof. Dr. H. A. Ya'kub Matondang MA selaku pimpinan rektor di Universitas Medan Area beserta staf-staf Universitas Medan Area yang telah memberikan izin dan bantuan kepada penulis dalam mengadakan penelitian di Fakultas Psikologi.
 12. Adik-Adikku tercinta Nur Hidayah, Nurhafiza dan Nurul Fadilla Husna yang telah memberikan do'a, kasih sayang dan semangat kepada penulis untuk selalu maju.
 13. Saudara-saudaraku Wak Ayang, Bang Adi Herman, Kak Dian Nugraha dan Dina Aprilya M.Psi, Psikolog yang sudah membantu dalam bentuk moril dan materil.
 14. Sahabat-sahabatku tersayang Dira Sofina ST, Gita Atika Fauzi S.Kom, Toni Aditya SE, Ak, dan Yuna Magdalena S.Psi terima kasih untuk segala bantuan, dorongan semangatnya agar menjadi lebih kuat.

15. Sahabat terkasihku dr. Syafed Rianda terima kasih untuk cinta dan kasih sayangnya.
16. Bapak dr. Surya Nitisastro BA terima kasih untuk nasehat dan dorongan semangatnya.
17. Terimakasihku untuk ibu-ibuku tersayang, ibu yayak dan ibu hafis terimakasih untuk pengorbanan dan semangatnya untuk peneliti.
- 18 Teman-teman Fakultas Psikologi Stambuk 04 khususnya kelas B terima kasih atas kebersamaan kita selama ini.
19. Teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, terima kasih telah membantu penulis untuk menjadi subjek penelitian dalam penelitian skripsi ini.
20. Semua pihak-pihak yang telah tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang terkait dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhirnya dengan harapan semoga tulisan ini dapat bermanfaat bagi penulis maupun kepada pembaca. Penulis sadar bahwa tulisan ini belum sempurna, dengan itu kritikan-kritikan yang sifatnya membangun kiranya dapat menyemouranakan tulisan ini agar dapat disumbangkan kepada ilmu pengetahuan khususnya ilmu pengetahuan dalam bidang Psikologi.

Medan, 11 Mei 2012

Penulis

Nurul 'Ain

ABSTRAKS

HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN PENYESUAIAN SOSIAL PADA MAHASISWI FAKULTAS PSIKOLOGI ANGGKATAN 2010 DI UNIVERSITAS MEDAN AREA

Oleh: NURUL 'AIN
04 860 0177

Pada dasarnya penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *body image* dengan penyesuaian sosial pada mahasiswa. Sebagai subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas Psikologi angkatan 2010 di Universitas Medan Area.

Berdasarkan penjabaran yang ada dalam bab landasan teori, maka diajukan hipotesis yang berbunyi : “ada hubungan positif antara *body image* dengan penyesuaian sosial pada mahasiswi Fakultas Psikologi angkatan 2010 di Universitas Medan Area” dengan asumsi dimana semakin positif *body image*nya maka akan semakin baik penyesuaian sosialnya, dan sebaliknya semakin negatif *body image*nya maka semakin buruk pula penyesuaian sosialnya.

Dalam upaya untuk membuktikan hipotesis diatas, maka di gunakan metode analisis data korelasi *product moment*, dimana variabel bebas (X) adalah *body image* dan variabel terikat (Y) adalah penyesuaian sosial. Berdasarkan analisis data yang menggunakan analisis *product moment*, maka diperoleh sebagai berikut: 1) terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dan penyesuaian sosial mahasiswi dimana $r_{xy} = 0,325$; $p < 0,010$. Artinya semakin positif *body image* maka semakin baik penyesuaian sosialnya, sebaliknya semakin negatif *body image*nya maka semakin buruk penyesuaian sosialnya.

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka hipotesis yang diajukan diterima. 2). Bahwa *body image* mahasiswi psikologi angkatan 2010 tergolong tinggi, sebab nilai rata-rata empirik (95,23) lebih besar daripada nilai hipoteknya 76, dan penyesuaian sosial mahasiswi psikologi angkatan 2010 tergolong sangat tinggi, sebab nilai empirik (103,17) dan nilai rata-rata hipoteknya 70.

Kata kunci: Body Image, Penyesuaian Sosial

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	9
C. Manfaat Penelitian	9
1. Manfaat Teoritis	9
2. Manfaat Praktis	9
BAB II LANDASAN TEORI	10
A. Penyesuaian Sosial	10
1. Pengertian Penyesuaian Sosial	10
2. Aspek-aspek Penyesuaian Sosial	13
3. Tanda-tanda Kemampuan Penyesuaian Sosial	15
4. Faktor-faktor Penyesuaian Sosial	16
B. <i>Body Image</i>	18
1. Pengertian <i>Body Image</i>	18
2. Aspek-aspek <i>Body Image</i>	20
3. Ciri-ciri <i>Body Image</i>	21
C. Mahasiswa.....	22
D. Remaja	
1. Pengertian remaja	24

2. Ciri-ciri Remaja.....	26
3. Tugas-tugas perkembangan.....	27
E. Hubungan <i>Body Image</i> dan Penyesuaian Sosial pada Remaja	28
F. Hipotesis	31.
BAB III METODE PENELITIAN	34
A. Identifikasi Variabel Penelitian	34
B. Definisi Operasional Penelitian	34
C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel	34
D. Metode Pengumpulan Data	36
E. Validitas dan Realibilitas Alat Ukur	38
1. Validitas Alat Ukur	38
F. Realibilitas Alat Ukur	40
Metode Analisa Data	40
1. Uji Normalitas	41
2. Uji Lineritas	41
BAB IV PELAKSANAAN, ANALISIS DATA, HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	42
A. Orientasi Kancah dan Persiapan Penelitian.....	42
1. Orientasi Kancah Penelitian.....	42
2. Persiapan Penelitian.....	44
a. Persiapan Administrasi.....	44
b. Persiapan Alat Ukur Penelitian.....	45
B. Pelaksanaan Penelitian.....	46
1. Uji Asumsi.....	50
a. Uji Normalitas Sebaran.....	50
b. Uji Lineritas Hubungan.....	51
2. Hasil Perhitungan Analisis Korelasi <i>Product Moment</i>	52
3. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	53
a. Nilai Rata-rata/ Mean Hipotetik.....	53
b. Nilai Rata-rata/ Mean Empirik.....	54
c. Kriteria.....	54

C. Pembahasan.....	56
BAB V PENUTUP.....	62
A. Kesimpulan.....	62
B. Saran.....	63

DAFTAR PUSTAKA



DAFTAR TABEL

Tabel :

1. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala <i>Body Image</i> Sebelum Penelitian.....	45
2. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Penyesuaian Sosial Sebelum Penelitian.....	46
3. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala <i>Body Image</i> Setelah Penelitian.....	48
4. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Penyesuaian Sosial Setelah Penelitian.....	49
5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	51
6. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Lineritas Hubungan.....	52
7. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi <i>Product Moment</i>	52
8. Statistik Induk.....	53
9. Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Nilai Rata-rata Empirik.....	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar :

1. Kurva Penentuan Kriteria dari *Body Image*.....55
2. Kurva Penentuan Kriteria dari Penyesuaian Sosial.....56



BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk sosial yang berarti tidak dapat hidup tanpa orang lain. Menurut Walgito (2001) dorongan atau motif sosial pada manusia, mendorong manusia mencari orang lain untuk mengadakan hubungan atau interaksi sehingga memungkinkan terjadi interaksi antara manusia satu dengan manusia yang lain. Sebagai makhluk sosial, individu dituntut untuk mampu mengatasi permasalahan yang timbul sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungan sosial dan mampu menampilkan diri sesuai dengan norma yang berlaku. Oleh karena itu setiap individu dituntut untuk mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan sekitarnya.

Setiap individu hidup dalam masyarakat. Di dalam masyarakat tersebut terdapat proses saling mempengaruhi satu sama lain silih berganti. Dari proses tersebut timbul suatu pola kebudayaan dan tingkah laku sesuai dengan sejumlah aturan, hukum, adat dan nilai-nilai yang mereka patuhi, demi untuk mencapai penyelesaian bagi persoalan-persoalan hidup sehari-hari. Dalam bidang ilmu psikologi sosial, proses ini dikenal dengan proses penyesuaian sosial. Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial tempat individu hidup dan berinteraksi dengan orang lain. Hubungan-hubungan tersebut mencakup hubungan dengan masyarakat di sekitar tempat tinggalnya, keluarga, sekolah teman atau masyarakat luas secara umum.

Apa yang diserap atau dipelajari individu dalam proses interaksi dengan masyarakat masih belum cukup untuk menyempurnakan penyesuaian sosial yang memungkinkan individu untuk mencapai penyesuaian pribadi dan sosial dengan cukup baik.

Penyesuaian diri yang baik ialah kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga remaja merasa puas terhadap diri sendiri dan lingkungan (Willis, 2005). Penyesuaian diri yang baik akan menjadi salah satu bekal penting karena akan membantu remaja pada saat terjun dalam masyarakat luas. Meskipun demikian, tampaknya penyesuaian diri yang baik bukanlah hal yang mudah (Hurlock, 1978).

Hurlock (1990) menyatakan bahwa penyesuaian sosial merupakan keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya.

Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial di tempat individu itu hidup dan berinteraksi dengan orang lain. Hubungan-hubungan sosial tersebut mencakup hubungan dengan anggota keluarga, masyarakat, sekolah, teman sebaya atau anggota masyarakat luas secara umum.

Proses yang harus dilakukan individu dalam penyesuaian sosial adalah kemauan untuk mematuhi nilai dan norma sosial yang berlaku dalam masyarakat. Setiap kelompok masyarakat atau suku bangsa memiliki sistem nilai dan norma sosial yang berbeda-beda. Dalam proses penyesuaian sosial individu berkenalan dengan nilai dan norma sosial yang berbeda-beda lalu berusaha untuk mematuhi, sehingga menjadi bagian dan membentuk kepribadiannya.

Dalam masa remaja, seseorang mempersiapkan diri memasuki masa dewasa. Pada masa remaja akhir, keadaan pribadi, sosial dan moral berada dalam kondisi kritis atau *critical period*. Dalam periode akhir masa remaja ini individu memiliki kepribadian tersendiri yang akan menjadi pegangan dalam alam kedewasaan. Perkembangan pribadi, sosial, dan moral yang dimiliki remaja dalam masa remaja awal dan yang dimantapkannya pada masa remaja akhir, banyak mempengaruhinya bahkan mendasari dirinya memandang diri dan lingkungan dalam masa-masa selanjutnya. (E.L. Kelly, dalam Mappiare, 1997).

Pada fase remaja akhir (berkisar antara umur 17-21 tahun, untuk perempuan antara umur 18-21 tahun) yang terjadi adalah pertumbuhan fisik dan aspek psikis mulai tumbuh dengan sempurna (proses) yang mengajak si remaja pada kondisi pematangan. Begitu pula pada perkembangan sosialnya. Semua mengarah pada kesempurnaan untuk menuju masa dewasa. Sebagaimana halnya remaja awal, pada remaja akhir ini pun mengalami perubahan, baik dalam pola pikir dan perilaku, maupun pola sikap dengan pola perasaannya (Ghozally, 2007).

Remaja memiliki keinginan yang kuat untuk mengikuti dan menyesuaikan diri khususnya dengan kelompok. Remaja akan berusaha untuk menghindari segala sesuatu yang tidak sesuai dengan kelompok. Adanya penyimpangan-penyimpangan didalam lajunya pertumbuhan mungkin merupakan sumber ketegangan psikologis bagi individu yang kurang matang. Penyimpangan-penyimpangan ini akan nampak didalam sikap-sikap sosial dan pandangannya (Ghozally, 2007).

Seringkali, penyesuaian diri dimengerti sebagai misalnya, kemampuan individu untuk menyamakan diri dengan harapan kelompok. Individu yang sehat mestinya mampu memahami harapan kelompok tempat individu yang bersangkutan menjadi anggotanya dan melakukan tindakan yang sesuai dengan harapan tersebut (Siswanto, 2007).

Dalam perkembangan sosial, pandangan remaja terhadap masyarakat dan kehidupan bersama dalam masyarakat banyak dipengaruhi oleh kuat atau tidaknya pribadi, citra diri dan rasa percaya diri. Hal ini terlihat pada banyaknya kasus yang terjadi, diantaranya banyak remaja yang mengalami krisis kepercayaan diri, baik dalam diri sendiri maupun lingkungan masyarakat. Percaya diri sebenarnya merupakan keberhasilan dari pengamatan "harga diri" yang dimiliki secara bertahap dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan. Masa remaja merupakan suatu proses yang terus berkembang, proses penyesuaian diri pun terjadi secara terus-menerus dan berkesinambungan. Proses penyesuaian diri dapat dikatakan berhasil bila seseorang dapat memenuhi tuntutan lingkungan, dan diterima oleh orang-orang di sekitar sebagai bagian dari masyarakat. Bila seorang remaja merasa gagal menyesuaikan diri dan merasa ditolak oleh lingkungan, maka akan menjadi regresif atau mengalami kemunduran. Lalu secara tidak sadar akan menjadi kekanak-kanakan (Suryanto, 2003).

Keseluruhan proses hidup dan kehidupan individu akan selalu diwarnai oleh hubungan dengan orang lain, baik itu dalam lingkup keluarga, sekolah maupun masyarakat secara luas, sebagai makhluk sosial, individu selalu

membutuhkan pergaulan dalam hidupnya dengan orang lain, pengakuan dan penerimaan terhadap dirinya dari orang lain.

Fenomena yang mengungkap penyesuaian sosial didapat dari hasil wawancara oleh peneliti pada beberapa mahasiswa yang dianggap oleh peneliti mempunyai penyesuaian sosial yang buruk. Salah satu mahasiswa tersebut mengatakan bahwa dia merasa takut untuk memulai pertemanan, memulai percakapan pada orang yang baru dikenalnya di kampus. Dia takut tidak diterima oleh teman-teman kampusnya. Dia merasa bahwa fisiknya, penampilannya sangat buruk dan tidak ideal seperti teman-teman kampusnya yang banyak teman dan disukai orang-orang. Kadang dia juga berpikir bahwa teman-teman yang lain tidak memandang dirinya dan menganggap dirinya ada. Dia merasa ingin sekali bisa berinteraksi dengan yang lain, dan pada akhirnya menghindari aktivitas-aktivitas yang berhubungan dengan orang banyak.

Kasus rendahnya penyesuaian sosial pada remaja juga dialami oleh seorang mahasiswi baru bernama LT yang tidak dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan kampus barunya di Medan, Sewaktu SMA ia bersekolah di luar Medan. Ia merasa kehilangan teman - teman SMA, merasa tidak betah, tidak punya teman. Sampai - sampai dia ingin keluar kuliah karena dia kuliah di Universitas tersebut juga atas keinginan orang tuanya bukan keinginan sendiri. (<http://www.PikiranRakyatCyberMedia.com>, 2009).

Kasus-kasus tersebut terlihat sebagai wujud dari rendahnya penyesuaian sosial. Maslow berpendapat bahwa salah satu ciri dari penyesuaian sosial yang baik adalah kemampuan seseorang untuk mempengaruhi tingkat kebutuhan yang

sifatnya hirarkis dengan unsur sebagai berikut: fisiologis, rasa aman, kebutuhan kasih sayang, kebutuhan akan rasa harga diri. Kegagalan dalam penyesuaian sosial dapat menimbulkan sikap yang apatis. Menurut Freud (<http://www.e-psikologi.com>, 2009) kegagalan penyesuaian sosial dapat dilihat dari tanda-tanda kecemasan tinggi, rasa rendah diri, depresi, ketergantungan pada orang lain dan tanda-tanda psikomatis lainnya.

Penyesuaian sosial dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kepribadian, jenis kelamin, inteligensi, pola asuh dan konsep diri. Konsep diri terbagi menjadi beberapa bagian. Pembagian konsep diri tersebut dikemukakan oleh Stuart and Sundeen (1991), yang terdiri dari *body mage* (gambaran diri), ideal diri, harga diri, peran dan identitas diri. *Body image* adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan pengalaman baru setiap individu (Stuart and Sundeen, 1991 dalam Kelliat, 1994). Tingkat *body image* pada individu digambarkan oleh seberapa jauh individu merasa puas terhadap bagian - bagian tubuh dan penampilan fisik secara keseluruhan. Gambaran seseorang mengenai kondisi fisiknya, jika dia merasa bahwa keadaan fisiknya tidak sesuai dengan konsep idealnya, maka dia akan merasa dirinya memiliki kekurangan pada fisik atau penampilannya, meskipun mungkin bagi orang lain dia sudah dianggap menarik secara fisik. Seringkali keadaan yang demikian membuat seseorang tidak dapat menerima fisiknya seperti apa adanya sehingga dirinya menjadi rendah diri (Kelliat, 1994).

Body image merupakan gambaran yang dimiliki dalam pikiran tentang ukuran, keadaan atau kondisi dan bentuk tubuh. Perubahan fisik yang dialami remaja bisa mempengaruhi hubungan dengan orang lain. Sebagian remaja ingin menghindari situasi atau orang tertentu karena merasa begitu rendah diri atau malu. Semua perubahan ini ada saatnya remaja tidak merasa yakin terhadap diri sendiri (kurang percaya diri) merasa gemuk, besar, kurus yang membuatnya merasa malu seakan semua orang di dunia memperhatikan ketidaksempurnaannya. Setitik jerawat bisa tampak sebesar bola dan membuat remaja ingin menggali lubang dan bersembunyi didalamnya. Hal ini mungkin menyebabkan sulit bergaul dan menyesuaikan diri dengan orang lain (<http://www.e-psikologi.com>, 2009).

Dalam interaksi sosial, penampilan fisik yang menarik merupakan potensi yang menguntungkan dan dapat dimanfaatkan untuk memperoleh berbagai hasil yang menyenangkan bagi pemiliknya. Salah satu keuntungan yang sering diperoleh ialah ia mudah berteman. Orang-orang yang menarik lebih mudah diterima dalam pergaulan dan dinilai lebih positif oleh orang lain dibandingkan teman-teman lainnya yang kurang menarik. Karena banyak hal-hal positif yang disebabkan oleh penampilan yang menarik ini, maka mereka pun mungkin lebih berbahagia dan lebih mudah menyesuaikan diri daripada mereka yang kurang menarik. Dan sangat mungkin pula, banyaknya orang yang menyukainya terpantul dalam harga diri yang tinggi (Hurlock, 1990).

Body image merupakan gambaran fisik seseorang yang meliputi penampilan dan figur diri dalam pengamatan orang lain. *Body image* yang positif akan menimbulkan rasa aman, rasa puas, rasa percaya diri, keyakinan diri yang

kuat dan konsep diri yang sehat. Remaja yang berhasil dalam mengatasi masalah yang berkaitan dengan penyesuaian sosial, sehingga akan terlepas dari rasa kecewa, ketegangan dan konflik-konflik batin. Sebaliknya kegagalan remaja dalam mengatasi masalahnya akan menimbulkan kekecewaan, sehingga akan mengganggu kestabilan psikisnya (Rini, 2004).

Keadaan fisik merupakan hal yang penting dalam suksesnya pergaulan. Remaja sangat peka terhadap keadaan tubuh yang tidak sesuai dengan gambaran masyarakat tentang tubuh ideal (Centi, 1993). Remaja mempunyai perhatian yang sangat besar terhadap penampilan diri (Monks dkk, 1991) apabila ada bagian tubuh atau seluruh tubuh dinilai tidak baik (tidak sesuai dengan gambaran ideal) maka cenderung akan mempengaruhi proses sosialisasinya. Bila remaja mengerti bahwa tubuhnya memenuhi persyaratan maka hal ini berakibat positif terhadap penilaian diri remaja. Sedangkan bila ada penyimpangan-penyimpangan maka timbullah masalah - masalah yang berhubungan dengan perilaku diri dan sikap sosial remaja. Remaja percaya bahwa kondisi fisik akan membuat diterima atau ditolak oleh lingkungan sosial.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti berasumsi bahwa *body image* atau gambaran diri mempengaruhi penyesuaian sosial pada remaja. Sehingga judul penelitian ini adalah Hubungan antara *body image* dengan penyesuaian sosial pada mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *body image* dengan penyesuaian sosial pada mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian tentang *body image* dan penyesuaian sosial pada remaja ini akan memperluas ilmu pengetahuan di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Khususnya ilmu Psikologi, terutama psikologi sosial, psikologi perkembangan dan psikologi klinis.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini jika hipotesisnya teruji, maka diharapkan nantinya dapat digunakan sebagai pertimbangan dan acuan ataupun masukan baik bagi remaja untuk dapat memiliki penyesuaian sosial yang baik sehingga remaja akan memiliki kepercayaan diri dan penerimaan diri yang akan mempengaruhi proses penyesuaian diri dengan lingkungan sosialnya dan bagi orang tua, tenaga pendidik dan tokoh masyarakat untuk dapat mengarahkan dan membimbing remaja dalam mempertahankan penilaian yang baik tentang penyesuaian sosialnya tersebut supaya dapat meningkatkan pula proses penyesuaian diri dengan lingkungan sosialnya.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Penyesuaian Sosial

1. Pengertian Penyesuaian Sosial

Manusia sebagai makhluk sosial, sejak dilahirkan membutuhkan pergaulan dengan orang lain untuk dapat tumbuh dan berkembang dengan baik. Pribadi manusia tidak sanggup hidup seorang diri tanpa lingkungan psikis atau rohaniannya, walaupun secara biologis maupun psikologis ia mungkin dapat mempertahankan dirinya pada tingkat kehidupan vegetatif (Gerungan, 1996).

Penyesuaian adalah proses yang dilakukan individu pada saat menghadapi situasi dari dalam maupun dari luar dirinya. Pada saat individu mengatasi kebutuhan, dorongan-dorongan, tegangan dan konflik yang dialami agar dapat menghadapi kondisi tersebut dengan baik (Hurlock, 1990).

Penyesuaian sosial merupakan suatu istilah yang banyak merujuk pada proses penyesuaian diri seseorang dalam konteks interaksi dengan lingkungan sekitar.

Hurlock (1990) menyatakan bahwa penyesuaian sosial merupakan keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya. Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik mempelajari berbagai ketrampilan sosial seperti kemampuan untuk menjalin hubungan secara diplomatis dengan orang lain- baik teman maupun orang yang tidak di kenal- sehingga sikap orang lain terhadap

mereka menyenangkan. Biasanya orang yang berhasil melakukan penyesuaian sosial dengan baik mengembangkan sikap sosial yang menyenangkan, seperti kesediaan untuk membantu orang lain, meskipun mereka sendiri mengalami kesulitan. Mereka tidak terikat pada diri sendiri.

Menurut Jourard (dalam Hurlock, 1990) salah satu indikasi penyesuaian sosial yang berhasil adalah kemampuan untuk menetapkan hubungan yang dekat dengan seseorang.

Davidoff (dalam Siregar, 1998) menjelaskan penyesuaian sosial merupakan suatu proses membimbing anak kearah perilaku, nilai, tujuan hidup dan motivasi yang dipandang tepat oleh masyarakat.

Dikatakan oleh Scneirders (dalam Hurlock, 1990) penyesuaian sosial merupakan proses mental dan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri dengan keinginan yang berasal dari dalam diri sendiri yang dapat diterima oleh lingkungannya.

Selanjutnya Schneiders (1964) menyebutkan bahwa istilah penyesuaian sosial berarti sejauh mana individu mampu bereaksi secara efektif terhadap hubungan, situasi, dan kenyataan sosial yang ada.

Eysenck dkk (1972) mendefinisikan penyesuaian sosial sebagai suatu proses untuk mencapai suatu keseimbangan sosial dengan lingkungan dan sebagai proses belajar, yaitu belajar memahami, mengerti dan berusaha untuk melakukan apa yang harus dilakukan dan yang diinginkan oleh individu maupun lingkungan sosialnya.

Pengertian penyesuaian sosial menurut Chaplin dalam Kartono (1993) menyebutkan bahwa *social adjustment* (penyesuaian sosial) adalah : (1) penjalinan secara harmonis suatu relasi dengan lingkungan sosial; (2) mempelajari tingkah laku yang diperlukan atau mengubah kebiasaan yang ada sedemikian rupa sehingga cocok bagi suatu masyarakat sosial.

Mu'tadin (<http://www.e-psikologi.com>, 2009) menambahkan bahwa penyesuaian sosial adalah kemauan untuk mematuhi norma - norma dan peraturan sosial kemasyarakatan. Penyesuaian diri juga dapat diartikan sebagai variasi dalam kegiatan organisme untuk mengatasi suatu hambatan dan memuaskan kebutuhan - kebutuhan atau kemampuan menegakkan hubungan yang harmonis dengan lingkungan fisik dan sosial (Chaplin, 2002).

Penyesuaian sosial merupakan kapasitas untuk bereaksi secara efisien terhadap realita sosial sehingga tuntutan akan kehidupan sosial dapat terpenuhi dengan cara yang tepat dan memuaskan. Untuk mengembangkan kapasitas ini kita harus menghormati hak orang lain, belajar bergaul dengan orang lain, mengembangkan persahabatan, berperan serta didalam aktivitas sosial, memperhatikan kesejahteraan orang lain, bersikap dermawan. Belajar menghormati dan menghargai nilai integrasi hukum social, kebiasaan dan tradisi yang berlaku di masyarakat. Bila prinsip ini dijalankan dan ditaati secara konsisten maka penyesuaian sosial akan tercapai (Mappiare, 1997).

Penyesuaian sosial merupakan suatu proses penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial atau penyesuaian dalam hubungan antar manusia. Melalui penyesuaian sosial, manusia memperoleh pemuasan akan kebutuhan-

kebutuhannya. Disamping itu, penyesuaian sosial diperlukan oleh setiap individu untuk menjadikan dirinya sebagai manusia dengan segala ciri kemanusiannya. Tidak ada manusia yang mampu hidup sebagai manusia tanpa manusia lain. Dengan kata lain, terdapat saling ketergantungan antara manusia yang satu dengan manusia yang lainnya.

Berdasarkan berbagai pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa penyesuaian sosial merupakan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri dengan orang lain dan kelompok sesuai dengan keinginan diri dan tuntutan lingkungan.

2. Aspek-aspek Penyesuaian Sosial

Hurlock (1990) mengemukakan empat kriteria untuk menentukan sejauh mana penyesuaian diri individu secara sosial, sebagai berikut :

a. Penampilan nyata

Bila perilaku individu yang dinilai dengan standar kelompoknya dianggap memenuhi harapan kelompoknya maka ia akan diterima oleh kelompoknya. Penampilan nyata ini dapat dilihat contohnya yang diungkapkan oleh Hurlock (1990), bahwa sebagian besar remaja mengetahui bila mereka memakai model pakaian yang sama dengan anggota kelompok yang populer, maka kesempatan baginya untuk diterima oleh kelompok menjadi lebih besar. Demikian pula bila anggota kelompok mencoba minum alkohol, obat-obat terlarang atau rokok, maka remaja cenderung mengikutinya tanpa mepedulikan perasaan mereka sendiri akan akibatnya.

b. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok

Individu yang dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok, baik teman sebaya maupun dengan orang dewasa dianggap mampu menyesuaikan diri dengan baik. Salah satu perilaku yang dapat mewakili yaitu tidak mudah merasa ingin pulang bila berada jauh dari lingkungan yang dikenal (Hurlock, 1990).

c. Sikap sosial

Individu menunjukkan sikap yang baik dan menyenangkan terhadap orang lain, bersikap baik dalam menjalankan perannya serta ikut berpartisipasi dalam kehidupan sosial. Sikap sosial ini dapat juga ditandai dengan adanya perilaku bertanggung jawab, tidak mudah menyerah dan tidak menunjukkan sikap yang agresif (Hurlock, 1990)

d. Kepuasan pribadi

Penyesuaian diri secara sosial dapat dikatakan baik jika individu merasa puas terhadap kontak sosialnya dan terhadap peran yang dimainkannya dalam situasi sosial. Kepuasan pribadi ini dapat juga ditunjukkan dengan adanya perilaku tidak mencari perhatian dengan menunjukkan kemunduran perilaku ke tingkat sebelumnya, tidak menggunakan mekanisme pertahanan seperti rasionalisasi, proyeksi, dan berkhayal (Hurlock, 1990)

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa empat aspek-aspek dari penyesuaian sosial adalah penampilan nyata, penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok, sikap sosial dan kepuasan pribadi.

3. Tanda-tanda Kemampuan Penyesuaian Sosial

Menurut Cole (<http://www.e-psikologi.com>, 2009) menyebutkan tanda-tanda kemampuan penyesuaian sosial sebagai berikut :

- a. Tanda-tanda kemasakan emosional, antara lain berupa perilaku tidak tergantung pada guru, tidak sering minta bantuan, tidak sering meminta perhatian khusus dan minta tolong, tidak berusaha meminat perhatian guru, tidak berusaha mencari nama di depan guru, menunjukkan perilaku yang bertanggung jawab serta tidak kekanak-kanakan.
- b. Tanda-tanda kecakapan sosial, antara lain berupa tidak ada perasaan malu yang berlebihan, memiliki rasa percaya diri, suka berkumpul dengan teman-teman, diterima oleh murid lain, mampu bergaul dan tidak menghindari teman jenis kelamin lain, mau mengikuti acara-acara atau kegiatan-kegiatan di sekolah atau kampus, tidak secara terus menerus merasa cemas atau tidak aman, tidak ada kecenderungan menyendiri pada saat istirahat, tidak mengharapkan hak-hak istimewa, dan rendah hati.
- c. Tidak memiliki kecenderungan melakukan perbuatan-perbuatan untuk menarik perhatian, antara lain tidak mentraktir teman-teman agar tidak disukai, menolong teman bila memang dibutuhkan, tidak berlebihan dalam sopan santun dan rasa hormat, tidak selalu menyetujui semua yang dikatakan oleh guru, tidak suka membual tentang perbuatan-perbuatan berani, bisa menerima kritik, tidak cenderung membenarkan diri sendiri, serta tidak berlagak dan tidak suka pamer.

- d. Tanda-tanda kenormalan emosi, antara lain tidak mudah tenggelam dalam lamunan, mau berpartisipasi di kelas, tidak selalu sedih, lesu atau murung, tidak peka berlebihan terhadap gangguan, tidak mudah sakit hati, tidak terlalu khawatir.

Berdasarkan uraian diatas terdapat banyak tanda-tanda kemampuan seseorang dalam penyesuaian sosial yaitu, tanda-tanda kemasakan emosional, tanda-tanda kecakapan sosial, tidak memiliki kecenderungan melakukan perbuatan-perbuatan untuk menarik perhatian dan tanda-tanda kenormalan emosi.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Sosial

Menurut Hurlock (1994) faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial yaitu penerimaan diri. Penerimaan diri adalah sikap yang melihat dirinya disukai, diinginkan, merasa berharga, mampu memainkan perannya dan mendapatkan kepuasan dari perannya tersebut dan melihat dirinya secara akurat dan realistis.

Schneiders (1964) mengungkapkan faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial antara lain :

- a. Kondisi fisik. dipengaruhi hereditas, system saraf, system otot dan konstitusi fisik individu yang sehat lebih siap menghadapi permasalahan sehari-hari dibandingkan misalnya yang tidak percaya diri dengan keadaan fisiknya.
- b. Perkembangan unsur-unsur kepribadian berupa kematangan intelektual, moral, sosial dan kematangan emosional. Penyesuaian sosial yang kuat membutuhkan kematangan individu hingga bisa memutuskan secara tepat apa yang harus dilakukan.

- c. Kondisi lingkungan termasuk situasi rumah dan keluarga.
- d. Pengaruh budaya, yaitu adat istiadat dan agama yang dianut.
- e. Kondisi psikologis, adalah kompleks dari pengalaman, kepercayaan, larangan, situasi emosional, hubungan dengan orang lain prasangka dan hal - hal lain yang mempengaruhi reaksi individu ketika melakukan pemenuhan kebutuhan dan memecahkan masalah.

Faktor-faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian sosial yang berdasarkan teori Bernard dan Huckins (1989) dan Furhmann (1991) yaitu kepribadian, jenis kelamin, inteligensi, pola asuh dan konsep diri. Salah satu komponen penting dalam konsep diri adalah *body image* atau persepsi individu terhadap penampilan fisiknya (Burns, 1979). Faktor kepribadian akan diuraikan di bawah ini berkaitan dengan faktor pola asuh.

Pola asuh dalam keluarga merupakan faktor lain yang berpengaruh terhadap kemampuan penyesuaian sosial, pola asuh yang berbeda akan menjadi pribadi yang berbeda pula. Lazarus (<http://www.e-psikologi.com>, 2009) mengatakan bahwa kepribadian terdiri dari sifat-sifat psikologis stabil dan khas. Sifat-sifat ini ikut menentukan dan membedakan bagaimana perilaku individu yang satu dengan individu yang lain dalam berhubungan dengan lingkungan sosial. Karena itu dalam situasi yang sama dua orang sering menunjukkan proses penyesuaian yang berbeda. Hurlock (1990) mengatakan bahwa kepribadian merupakan hasil pengaruh hereditas dan lingkungan. Ada 3 faktor bawaan yaitu pengalaman awal, lingkungan keluarga dan pengalaman-pengalaman dalam kehidupan selanjutnya. Jenis kelamin mempengaruhi penyesuaian sosial yang

ternyata berbeda antara laki-laki dan perempuan, hal ini disebabkan karena adanya perbedaan perlakuan antara perempuan dan laki-laki di dalam masyarakat. Perbedaan antara laki-laki dan perempuan ini juga terlihat dari ciri-ciri kepribadian yang berbeda dimana Erikson (Santrock, 2002) berpendapat bahwa struktur jenis kelamin laki-laki lebih suka mengganggu dan agresif, perempuan lebih inklusif dan pasif.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial adalah kondisi fisik, perkembangan unsur-unsur kepribadian, kondisi lingkungan, pengaruh budaya dan kondisi psikologis. Serta faktor-faktor lain yaitu kepribadian, jenis kelamin, inteligensi, pola asuh dan konsep diri.

B. Body Image

1. Pengertian *Body Image*

Body image adalah sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan pengalaman-pengalaman baru setiap individu (Stuart and Sundeen, dalam Kelliat 1994).

Body image berhubungan dengan kepribadian. Cara individu memandang diri mempunyai dampak yang penting pada aspek psikologisnya. Pandangan yang realistik terhadap diri, menerima dan mengukur bagian tubuh

akan memberi rasa aman, sehingga terhindar dari rasa cemas dan meningkatkan harga diri (Keliat, 1994).

Body image berkaitan dengan tingkah laku, pikiran, keyakinan dan kepercayaan individu tentang keadaan fisiknya. *Body image* ini juga diwarnai oleh sikap dan perasaan seseorang tentang raganya. Diawali secara perlahan-lahan dan berkembang tahap demi tahap.

Menurut Honigman (<http://www.e-psikologi.com>, 2009) *body image* adalah gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan dirasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya, dan atas bagaimana kira - kira penilaian orang lain terhadap dirinya. Sebenarnya apa yang dia pikirkan dan rasakan belum tentu benar-benar mempesentasikan keadaan yang aktual namun lebih merupakan hasil penilaian diri yang subyektif.

Menurut Chaplin (2002) *body image* adalah ide seseorang mengenai betapa penampilan badannya dihadapan orang lain. Kadang kala dimasukkan pula konsep mengenai fungsi tubuhnya. *Body image* adalah bagaimana cara pandang seseorang terhadap tubuhnya sendiri. Orang yang memiliki *body image* positif mencerminkan tingginya penerimaan jati diri, rasa percaya diri dan kepeduliannya terhadap kondisi badannya.

Menurut Ligshstone (<http://www.Edrefferel.com>) *body image* yang sehat yaitu ketika seseorang menilai dirinya secara positif, percaya diri dan *self caring*, gambaran ini sangat perlu untuk menjaga keadaan tubuh, pengungkapan diri,

mengembangkan kepercayaan diri dalam kemampuan fisik dan merasa nyaman dengan keadaan diri yang dimiliki.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan pengertian dari *body image* yaitu bagaimana seseorang memandang dirinya terutama ukuran tubuh, bentuk fisik dan penampilannya, penilaian ini merupakan penilaian subyektif dan hal ini berkaitan dengan kepribadian.

2. Aspek- aspek *Body Image*

Menurut Lingstone (1995) aspek-aspek *body image* mencakup:

a. Persepsi seseorang terhadap tubuhnya

Bagaimana individu memberikan penilaian terhadap kondisi tubuh yang dimilikinya, apakah individu memandang tubuhnya sebagai kondisi yang sudah ideal atau sebaliknya.

b. Imajinasi seorang terhadap tubuhnya

Bagaimana harapan dan khayalan individu terhadap keadaan tubuh yang dimilikinya. Individu dengan *body image* yang negatif biasanya berimajinasi seandainya keadaan tubuhnya lebih baik dari yang dimilikinya.

c. Emosi yang dirasakan seseorang terhadap tubuhnya

Berupa perasaan dan ekspresi emosi yang dirasakan individu terhadap kondisi tubuh yang dimilikinya apakah berupa perasaan bahagia, sedih, kecewa atau marah.

d. Sensasi fisik yang dirasakan seseorang

Suatu proses merasakan serta menghayati setiap bagian dari tubuh yang dimiliki individu.

Selain itu Maynard (dalam Syahputri, 2006) menyebutkan aspek-aspek *body image* adalah:

- a. Penampilan fisik
- b. Ketertarikan dari tubuh
- c. Keindahan tubuh
- d. Gambaran mental mengenai tubuh yang berupa pikiran, perasaan, penilaian sensasi, kesadaran dan tingkah laku.

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek *body image* adalah persepsi seseorang terhadap tubuhnya, imajinasi seseorang terhadap tubuhnya, emosi yang dirasakan seseorang terhadap tubuhnya, sensasi fisik yang dirasakan seseorang.

3. Ciri-ciri *Body Image*

The National Eating Disorders Association (dalam Syahputri, 2006) menyebutkan terdapat dua jenis *body image*, yaitu *body image* negatif dan *body image* positif, yang masing-masing memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

a. *Body image* negatif

1. Individu salah mempersepsikan bentuk tubuhnya, dimana individu mempersepsikan bagian-bagian tubuhnya tidak sesuai dengan yang seharusnya ada.

2. Individu meyakini bahwa hanya orang lain yang menarik sedangkan ukuran dan bentuk tubuhnya sendiri merupakan suatu kegagalan.
3. Individu merasa malu dan cemas mengenai tubuhnya.
4. Individu merasa tidak nyaman dan merasakan aneh didalam tubuhnya.

b. *Body image* positif

1. Individu mempersepsikan bentuk tubuhnya dengan tepat dan menyadari bahwa bagian-bagian tubuhnya indah sesuai dengan yang memang seharusnya ada.
2. Individu merayakan dan menghargai bentuk tubuh alaminya dan mengerti bahwa untuk melihat karakter seseorang dan menilai seseorang tidak hanya berdasarkan penampilan fisik semata.
3. Individu merasa bangga dan menerima keunikan tubuhnya dan menolak untuk menghabiskan waktu yang tidak beralasan hanya untuk mencemaskan mengenai makanan, berat badan dan kalori.
4. Individu merasa nyaman dan percaya diri pada tubuhnya.

C. Mahasiswa

Mahasiswa dalam peraturan pemerintah RI No 30 tahun 1990 adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di perguruan tinggi tertentu. Selanjutnya menurut Sarwono (1978) mahasiswa adalah setiap orang yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di perguruan tinggi dengan batas usia sekitar 18-30 tahun.

Mahasiswa merupakan suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh statusnya karena ikatan dengan perguruan tinggi. Mahasiswa juga merupakan calon intelektual atau cendekiawan muda dalam suatu lapisan masyarakat yang seringkali syarat dengan berbagai predikat (<http://psiko-malangraya.blogspot.com/2010/05/pengertian-mahasiswa.htm>, 2011).

Menjadi mahasiswa bukanlah merupakan hal yang mudah bagi sebagian remaja yang telah lulus dari SMU (Sekolah Menengah Umum) dan melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi. Menjadi mahasiswa mengharuskan remaja yang bersangkutan untuk melakukan penyesuaian-penyesuaian diri dengan situasi dan tuntutan yang baru. Kekurangmampuan dalam melakukan penyesuaian diri dengan situasi dan tuntutan yang ada dapat menimbulkan tekanan-tekanan bagi remaja yang bersangkutan. Hal ini bila dibiarkan tanpa penyelesaian akan mempengaruhi kesehatan mental yang bersangkutan.

Brouwer (Alisjahbana, dkk, 1983) mencatat beberapa masalah yang harus diperhatikan oleh mahasiswa dalam kaitannya dengan penyesuaian diri dengan situasi dan status baru yang dihadapi. Kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri dari beberapa masalah tersebut dapat menimbulkan tekanan mental bagi mahasiswa yang bersangkutan.

Mahasiswa baru memiliki masalah mencari teman baru dan hal-hal yang berkaitan dengan pergaulan. Menjadi mahasiswa berarti hubungan dengan teman-teman karib sewaktu SMU menjadi semakin renggang karena pertemuan yang semakin berkurang dan sekaligus ada tuntutan untuk mencari teman-teman yang baru. Mencari teman yang cocok bukanlah merupakan hal yang mudah. Apalagi

biasanya teman-teman kuliah maupun di tempat sekitar tinggal biasanya juga berasal dari latar belakang yang berbeda-beda. Gagal mendapatkan teman yang sesuai bisa berakibat timbulnya perasaan kesepian. Berkaitan dengan masalah teman dan pergaulan ini adalah masalah seksualitas.

D. Remaja

I. Pengertian Remaja

Istilah remaja ini bisa diartikan sebagai *youth*, *puberteit*, *adolescencia* (bahasa asing), atau puber (bahasa Indonesia).

Istilah remaja pun membuka pikiran para pakar untuk berpendapat mengenai arti remaja itu sendiri. Antara lain adalah pendapat dari E.H. Erikson (Gunarsa D. Singgih, 2000) bahwa remaja merupakan masa di mana terbentuk suatu perasaan baru mengenai identitas. Identitas mencakup cara hidup pribadi yang dialami sendiri dan sulit dikenal orang lain. Secara hakiki ia tetap sama walaupun telah mengalami berbagai perubahan.

Freud memberi pendapat bahwa remaja merupakan suatu masa yang meliputi proses perkembangan dimana terjadi perubahan-perubahan dalam hal motivasi seksual, organisasi daripada ego, dalam hubungan dengan orang tua, orang lain dan cita-cita yang dikejanya (Gunarsa D. Singgih, 2000)

Hurlock (1990) berpendapat bahwa pembagian berdasarkan bentuk perkembangan dan pola perilaku, maka akan nampak usia-usia tertentu yang cukup khas yaitu:

Pranatal: saat konsepsi-akhir

Masa neonatus: lahir-akhir minggu kedua setelah lahir

Masa bayi: akhir minggu kedua-akhir tahun kedua

Masa kanak-kanak awal: 2 tahun-6 tahun

Masa kanak-kanak akhir: 6 tahun-11 tahun

Masa pubertas: 12 tahun-14 tahun

Masa remaja awal: 14 tahun-17 tahun

Masa remaja akhir: 17 tahun-21 tahun

Masa dewasa awal: 21 tahun-40 tahun

Masa setengah baya: 40-60 tahun

Masa tua: 60 tahun-meninggal dunia

Istilah *adolescence* berasal dari kata lain atau *adolescence* (kata bendanya *adolescentia* yang artinya remaja) yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolescence* seperti yang di gunakan saat ini, merupakan arti yang luas mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik.

Monks (2004) sendiri memberikan batasan usia pada remaja adalah masa diantara 12-21 tahun dengan perincian 12-15 tahun masa remaja awal, 15-18 tahun pada masa pertengahan, dan 18-21 tahun masa remaja akhir. Sedangkan menurut Mappiare bahwa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan umur 21 tahun bagi wanita, dan 13 tahun sampai 22 tahun bagi pria.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa masa remaja merupakan masa peralihan dimana masa anak-anak beranjak menuju masa dewasa yang mana pada masa itu anak sudah dapat berinteraksi dengan orang dewasa dan

mempunyai tingkatan yang sama dengan orang dewasa sekurang-kurangnya dalam hak.

2. Ciri-ciri Remaja

Singgih Gunarsa (2000) memberikan ciri-ciri remaja sebagai berikut :

- a. Rendah diri, sering diikuti dengan perilaku overacting (perilaku berlebihan)
- b. Keseimbangan emosional yang labil, sehingga perlu bimbingan orang lain agar tidak terjerumus
- c. Remaja memiliki petunjuk hidup yang kosong sehingga sangat terbuka untuk pengaruh luar
- d. Banyak menentang kebijakan pihak lain, misalnya ketentuan orang tua atau guru
- e. Pertentangan di dalam dirinya sering memicu pertentangan dengan orang tuanya
- f. Kondisi yang tidak tenang, kegelisahan selalu menderanya
- g. Keinginan besar untuk mencoba segala sesuatu yang belum pernah dialaminya
- h. Keinginan untuk menjelajah alam yang sangat besar
- i. Banyaknya fantasi, khayalan dan bualan
- j. Kecendrungan selalu membentuk kelompok teman sebaya

Berdasarkan uraian diatas bahwa ciri-ciri remaja adalah rendah diri, emosi yang tidak stabil, terbuka untuk pengaruh luar, banyak menentang, pertentangan dalam dirinya, kondisi yang tidak tenang, keinginan untuk mencoba yang baru,

keinginan menjelajah alam, banyak fantasi, khayalan, dan membentuk kelompok teman sebaya.

3. Tugas-tugas Perkembangan Remaja

Tugas perkembangan pada masa remaja yang penting akan menggambarkan seberapa jauh perubahan yang harus dilakukan dan masalah yang timbul dari pembahasan itu sendiri. Hurlock (1990) menjelaskan beberapa tugas perkembangan pada masa remaja sebagai berikut:

1. Mencari hubungan baru dan lebih matang dengan teman sebaya dengan yang sejenis maupun lawan jenis
2. Dapat menjalankan peran-peran sosial menurut jenis kelamin masing-masing, artinya mempelajari dan menerima peranan masing-masing sesuai dengan ketentuan atau norma-norma masyarakat
3. Mencari kenyataan atau realita jasmaniah atau menggunakan selektif mungkin dengan perasaan puas
4. Mencari kebebasan emosional dari orang tua atau orang dewasa lainnya, tidak kekanak-kanakan lagi yang selalu terkait dengan orang tuanya
5. Mencapai kebebasan ekonomi, merasa sanggup untuk hidup berdasarkan usaha sendiri
6. Memilih dan mempersiapkan diri untuk pekerjaan atau jabatan, artinya memilih salah satu jenis pekerjaan yang sesuai dan mempersiapkan diri untuk pekerjaan tersebut

7. Memilih dan mempersiapkan diri untuk melakukan perkawinan dan hidup berumah tangga, mengembangkan sikap pribadi yang positif terhadap kehidupan orang lain
8. Mengembangkan kecakapan intelektual serta konsep-konsep yang diperlukan untuk kepentingan hidup bermasyarakat.

Berdasarkan uraian tentang tugas-tugas perkembangan remaja adalah mencari hubungan baru, menjalankan peran sosial, mencari kenyataan, mencari kebebasan emosional, mencapai kebebasan ekonomi, memilih pekerjaan, memilih untuk melakukan perkawinan, dan mengembangkan kecakapan intelektualnya.

E. Hubungan *Body Image* dan Penyesuaian Sosial pada Remaja

Masa remaja adalah masa transisi dari kanak-kanak ke dewasa (Willis, 2005) yang dialami sebelumnya akan mempengaruhi masa yang akan datang. Bila beralih dari masa kanak-kanak ke remaja, harus meninggalkan sesuatu yang bersifat kekanak-kanakan dan mengubah pola perilaku dan sikap baru untuk menggantikan pola perilaku dan sikap lama. Beralihnya masa maka terjadi pula banyak perubahan seperti perubahan fisik, pola emosi, sosial, minat, moral, dan kepribadian. Pada masa ini terjadi pula penyesuaian diri terhadap lingkungan sosialnya. Remaja cenderung berkelompok dengan teman sebaya. Pada penyesuaian ini remaja akan mencari identitas diri tentang siapakah dirinya dan bagaimana peranannya dalam masyarakat.

Penyesuaian sosial menurut Eysenck dkk (1972) adalah sebagai suatu proses untuk mencapai suatu keseimbangan sosial dengan lingkungan dan sebagai

proses belajar, yaitu belajar memahami, mengerti dan berusaha untuk melakukan apa yang harus dilakukan dan yang diinginkan oleh individu maupun lingkungan sosialnya.

Remaja mengalami penyesuaian diri terhadap lingkungan sosialnya untuk mencapai suatu kesinambungan sosial dengan lingkungan. Salah satu aspek dalam penyesuaian sosial adalah kepuasan pribadi, kepuasan pribadi yaitu merasa puas terhadap kontak sosialnya dan terhadap peran yang dimainkannya dalam situasi sosial. Untuk merasa puas terhadap kontak sosialnya tersebut individu harus merasa puas terhadap dirinya sendiri, salah satunya yaitu kepuasan terhadap bagian-bagian tubuh dan keseluruhan tubuh. Kepuasan tersebut merupakan bagian dari *body image* yang positif. Setelah individu merasa puas terhadap dirinya sendiri maka secara otomatis individu akan memiliki kepercayaan diri untuk menampilkannya kepada lingkungan sosial dalam bentuk kontak sosial dan peran yang dimainkannya dalam situasi sosial. Kepuasan pribadi tersebut maka individu akan dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik. Orang-orang yang menunjukkan *body image* positif maka akan memiliki rasa percaya diri yang tinggi sedangkan orang-orang yang menunjukkan *body image* yang negatif maka akan memiliki kepercayaan diri yang rendah pula. Demikian dapat diduga bahwa orang-orang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi cenderung lebih bisa menerima diri sendiri termasuk kepuasan terhadap bagian-bagian tubuh dan keseluruhan tubuh sehingga seseorang tersebut akan memiliki perilaku yang positif, *body image* yang realistis dan hubungan sosial yang sehat yang dapat menciptakan penyesuaian sosial yang baik (Rini, 2004).

Penerimaan diri akan membawa seseorang pada perilaku *well adjusted* (Hurlock, 1990). Menurut Mappiare (1997) bahwa pribadi yang sehat, citra diri yang positif dan rasa percaya diri yang mantap bagi remaja menimbulkan pandangan atau persepsi yang positif terhadap masyarakat, sehingga remaja lebih berpartisipasi dalam kehidupan sosial.

Harrocks (1951) menyatakan bahwa remaja menilai penting hal-hal yang berkaitan dengan fisik dan kurang bisa menerima perubahan-perubahan yang terjadi. Remaja sangat mengkhawatirkan perubahan ketidaksempurnaan tubuh mereka. mereka takut akan bentuk badan yang terlalu gemuk, pendek, tinggi, wajah tidak cantik atau tidak tampan, ada jerawat, dan sebagainya (Mappiare, 1997) hal ini karena remaja menyadari bahwa daya tarik fisik berperan dalam hubungan sosialnya.

Schonfeld (Thornburg, 1982) mengatakan bahwa cara seseorang menilai tubuhnya dapat didasarkan atas pengalaman serta perbandingan atau identifikasi-identifikasi dari tubuh orang lain. Disamping itu bagaimana penilaian seseorang mengenai tubuhnya juga dipengaruhi oleh persepsi-persepsi subyektif yang berdasarkan pengalaman pengalaman sensoris khususnya penglihatan.

Individu yang stabil, realistis dan konsisten terhadap gambaran dirinya akan memperlihatkan kemampuan yang mantap terhadap realisasi yang akan memacu sukses dalam kehidupan. Remaja akan berusaha diterima masyarakat karena remaja adalah harapan masyarakat dan remaja akan menyesuaikan diri dengan kelompoknya. Hurlock (1990) menegaskan bahwa individu yang mempunyai penyesuaian sosial yang baik akan merasa puas dengan dirinya,

meskipun pada suatu saat mengalami kegagalan akan tetap berusaha terus mencapai tujuannya. Disamping itu individu yang mempunyai penyesuaian sosial yang baik mempunyai hubungan yang harmonis dengan orang disekitar mereka.

Fuhrmann (<http://www.e-psikologi.com>, 2009) mengatakan bahwa penyesuaian sosial dipengaruhi oleh konsep diri yang salah satu komponen pentingnya adalah *body image*. *Body Image* berhubungan dengan kepribadian. Kepuasan seseorang terhadap *body imagenya* akan mendatangkan kepercayaan pada diri sendiri sehingga mendorong untuk dapat melakukan aktivitas luar yang lain sebaliknya ketidakpuasan remaja pada *body imagenya* akan mengganggu perkembangan kepribadian selanjutnya, hal ini akan mengganggu penyesuaian sosialnya.

Berdasarkan uraian di atas cukup jelas bahwa ada hubungan antara *body image* dan penyesuaian sosial pada remaja. Remaja yang mempunyai *body image* yang positif akan mampu melakukan penyesuaian sosial dengan baik, begitu juga sebaliknya jika remaja mempunyai *body image* yang negatif maka penyesuaian sosial akan berlangsung tidak baik. Uraian diatas dapat dijadikan landasan dalam menunjukkan adanya hubungan *body image* dengan penyesuaian sosial pada remaja.

E. Hipotesis

Berdasarkan tinjauan dari uraian yang dikemukakan diatas, maka dalam penelitian ini penulis mengajukan Hipotesis sebagai berikut : Ada hubungan positif antara *body image* dengan penyesuaian sosial remaja. Semakin positif

body imagenya maka akan semakin baik penyesuaian sosialnya. Begitu pula sebaliknya semakin negatif *body imagenya* maka akan semakin buruk penyesuaian sosialnya.



BAB III

METODE PENELITIAN

Pembahasan pada bagian metode penelitian ini akan menguraikan mengenai (A) Identifikasi Variabel Penelitian, (B) Definisi Operasional Penelitian, (C) Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel, (D) Metode Pengumpulan Data, (E) Uji Daya Beda Aitem, Validitas dan Reliabilitas alat ukur, serta (F) Metode Analisa Data.

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Variabel tergantung : Penyesuaian sosial
2. Variabel bebas : *Body image*

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional variabel bertujuan untuk mengarahkan variabel yang digunakan dalam penelitian agar sesuai dengan metode pengukuran yang telah dipersiapkan.

1. Penyesuaian sosial merupakan keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya. Penyesuaian sosial berdasarkan teori Hurlock (1990), yang mengungkapkan empat kriteria penyesuaian diri sosial yaitu

penampilan nyata, penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok, sikap sosial dan kepuasan pribadi.

2. *Body image* adalah bagaimana seseorang memandang dirinya terutama ukuran tubuh, bentuk fisik dan penampilannya. *Body image* menurut Lingstone (1995) mengungkapkan empat aspek *body image* yaitu persepsi seseorang terhadap tubuhnya, imajinasi seseorang terhadap tubuhnya, emosi yang dirasakan seseorang terhadap tubuhnya dan sensasi fisik yang dirasakan seseorang.

C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

Dalam setiap penelitian, masalah subjek penelitian, populasi dan sampel yang dipakai merupakan salah satu faktor penting yang harus diperhatikan. Subjek penelitian adalah orang-orang yang akan dikenai pertanyaan, pertanyaan dengan karakteristik tertentu.

Populasi adalah seluruh penduduk yang dimaksudkan untuk diselidiki (Hadi, 2000). Sedangkan menurut Sugiyono (2007) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari atas: objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Populasi penelitian dalam penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas Psikologi angkatan 2010 di Universitas Medan Area yang berjumlah 144 orang.

Menurut Arikunto (1999) sampel adalah sebagian populasi yang diteliti. Hasil penelitian sampel diharapkan dapat digeneralisasikan oleh seluruh populasi.

Selanjutnya menurut Hadi (2000) syarat utama agar dapat dilakukan generalisasi adalah bahwa sampel yang digunakan dalam penelitian harus mencerminkan keadaan populasinya. Dalam istilah teknik statistik dikatakan, sampel harus merupakan populasi dalam bentuk kecil.

Dalam menentukan besarnya sampel pendapat ahli (Arikunto, 1999) mengatakan apabila jumlah populasi dibawah 100 orang, lebih baik diambil semuanya sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi (total sampel). Selanjutnya jika jumlah populasinya lebih dari 100 orang dapat diambil 10-15% atau 20-25% atau lebih.

Dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah mahasiswi Fakultas Psikologi angkatan 2010 di Universitas Medan Area sebanyak 30 orang.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*, dimana sampel dipilih berdasarkan ciri-ciri atau sifat-sifat tertentu yang dipandang mempunyai hubungan erat dengan ciri-ciri atau sifat-sifat dalam populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Hadi, 2000).

Adapun ciri-ciri atau karakteristik sampel dalam penelitian ini adalah:

1. Mahasiswi Fakultas Psikologi angkatan 2010 di Universitas Medan Area
2. Remaja akhir, rentang usia 18-21 tahun.

D. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan salah satu unsur yang penting dalam suatu penelitian. Hal ini dilakukan untuk memperoleh bahan-bahan relevan dan akurat dalam mendapatkan hasil pengukuran yang memuaskan dalam penelitian.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan metode skala psikologi. Skala merupakan pengumpulan data yang menggunakan daftar pertanyaan yang menggunakan daftar pertanyaan yang diberikan kepada subjek agar dapat mengungkap aspek-aspek psikologis yang ingin diketahui. Alasan menggunakan skala dalam penelitian ini karena skala memiliki kebaikan-kebaikan seperti yang digunakan oleh Hadi (2000) yaitu :

1. Subjek adalah orang yang paling tahu dan mengerti tentang dirinya sendiri.
2. Hal-hal yang dinyatakan oleh subjek kepada peneliti adalah benar dan dapat dipercaya.
3. Intensi subjek tentang pertanyaan-pertanyaan padanya adalah sama dengan apa yang dimaksud oleh peneliti.

Skala yang digunakan untuk mengungkap data subjek dalam penelitian ini adalah :

1) Skala Penyesuaian Sosial

Skala penyesuaian sosial yang digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek penyesuaian sosial dari Hurlock (1978) yang mengungkapkan empat kriteria penyesuaian sosial yaitu, penampilan nyata, penyesuaian diri terhadap kelompok, sikap sosial dan kepuasan pribadi. Skala penyesuaian sosial ini menggunakan skala Likert. Skala penelitian ini

berbentuk tipe pilihan dan tiap butir diberi 4 pilihan jawaban. Pada skala ini, untuk butir *favourable*, jawaban “SS (sangat sesuai)” diberi nilai 4, jawaban “S (sesuai)” diberikan nilai 4, jawaban “TS (tidak sesuai)”, diberi nilai 2, dan jawaban “STS (sangat tidak sesuai)” diberi nilai 1. Untuk butir *unfavourable*, jawaban “SS (sangat sesuai)” diberi nilai 1, jawaban “S (sesuai)” diberi nilai 2, jawaban “TS (tidak sesuai)” diberi nilai 3, jawaban “STS (sangat tidak sesuai)” diberi nilai 4.

Adapun bentuk empat pilihan jawaban yang dipakai dalam penyusunan skala ini adalah karena menghindari kemungkinan jawaban di tengah-tengah. Dalam pengisian skala ini, subjek diminta memiliki salah satu dari keempat alternatif yang tersedia yang sesuai dengan keadaan dan perasaan subjek.

2) *Body Image*

Skala *body image* yang digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek *body image* dari Lingstone (1995) yang mengungkapkan empat kriteria *body image* yaitu: persepsi seseorang terhadap tubuhnya, imajinasi seseorang terhadap tubuhnya, emosi yang dirasakan seseorang terhadap tubuhnya, sensasi fisik yang dirasakan seseorang. Skala *body image* ini menggunakan skala Likert. Skala penelitian ini digunakan untuk mengukur sikap, hanya bentuknya tidak pilihan ganda maupun *checklist*, tetapi tersusun dalam satu garis kontinum yang jawabannya “*sangat positifnya*” terletak di bagian kanan garis, dan jawaban yang “*sangat negatif*” terletak dibagian kiri garis, atau sebaliknya. Pada skala ini subjek memberi

jawaban yang positif sampai dengan yang negatif hal ini tergantung pada persepsi subjek kepada yang dinilai.

Adapun bentuk empat pilihan jawaban yang dipakai dalam penyusunan skala ini adalah karena untuk menghindari kemungkinan jawaban di tengah-tengah. Dalam pengisian skala ini, subjek diminta memilih salah satu dari keempat alternatif yang tersedia yang sesuai dengan keadaan dan perasaan subjek.

E. Validitas dan Realibilitas Alat Ukur

1. Validitas Alat Ukur

Validitas berasal dari kata *validity* yang berarti sejauh mana ketetapan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu alat atau instrumen pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila instrumen tersebut menjalankan fungsi ukurnya dengan baik atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Alat ukur yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran dikatakan sebagai alat ukur yang memiliki validitas rendah. Valid tidaknya pengukuran tergantung pada mampu tidaknya alat ukur tersebut mencapai tujuan pengukuran yang dikehendaki dengan tepat (Azwar, 1992). Validitas alat ukur dalam penelitian ini dicarai dengan menggunakan kriteria perbandingan yang diambil dari alat ukur itu sendiri atau *internal criterium*, dengan cara mengkolerasi antar skor tiap-tiap item dengan skor total item. Teknik korelasi yang digunakan adalah korelasi *Product Moment* dari Pearson (Azwar, 1992) dengan rumus :

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{\left\{\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N}\right\}\left\{\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{N}\right\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} : Koefisien korelasi *product moment*

$\sum XY$: Jumlah perkalian skor item dengan skor total item

$\sum X$: Jumlah skor item

$\sum Y$: Jumlah skor total item

N : Jumlah subjek yang diteliti.

Untuk mengurangi kelebihan bobot (*over estimate*) dalam perhitungan karena terikutnya skor item ke dalam skor total item, dikoreksi dengan menggunakan teknik *Part Whole* dari Guilford (Hadi, 2000). Menurut Azwar (1992) mengatakan bahwa koefisien korelasi yang diperoleh dari perhitungan kasar dengan *Product Moment* belum dapat menunjukkan validitas yang sebenarnya atau masih dianggap kelebihan bobot karena skor item ikut dijumlahkan dengan skor total. Oleh karena itu harus dikoreksi dengan menggunakan *Part Whole* dengan rumus :

$$r_{bt} = \frac{(r_{xy})(SD_y) - (SD_x)}{\sqrt{\{(SD_x)^2 + (SD_y)^2 - 2(r_{xy})(SD_x)(SD_y)\}}}$$

Ketrangan:

r_{bt} : Koefisien korelasi setelah di korelasikan dengan *part whole*

r_{xy} : Koefisien korelasi sebelum dikorelasi

SDy : Standart deviasi total

SDx : Standart deviasi butir

2. Reliabilitas Alat Ukur

Reabilitas merupakan terjemahan dari kata *reliability* yang mempunyai asal kata *rely* dan *ability*. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel. Dalam arti lain reliabilitas berarti kepercayaan, keajegan, kestabilan, konsistensi, dan sebagainya. Pada ide pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 1999). Pernyataan ini mengandung arti bahwa hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama selama aspek dalam diri subjek yang diukur memang belum berubah (Azwar, 1992). Untuk menguji reliabilitas pada alat ukur dalam penelitian ini digunakan teknik Vaarians yang dikembangkan oleh Hyot. Adapun rumus reliabilitas Hyot :

$$r_n = 1 - \frac{MK_e}{MK_s}$$

Keterangan :

r_n : Koefisien reabilitas alat ukur

MKe : Mean kuadrat interaksi antaraa item dengan subjek

MKs : Mean kuadrat anatar subjek

1 : Bilangan koefisien

F. Metode Analisa Data

Sejalan dengan hipotesis diajukan dalam penelitian ini, maka teknik data akan dipakai adalah analisa korelasi *product moment*, dengan tujuan utama penelitian ini yakni ingin melihat apakah ada hubungan antara *body image* dengan penyesuaian social pada mahasiswa stambuk 2010 Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area. Adapun rumus korelasi *product moment* (dalam Azwar, 2001) sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{\left\{ \sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N} \right\} \left\{ \sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{N} \right\}}}$$

Keterangan :

- r_{xy} : Koefisien antara variabel x (skor subjek tiap item) dengan variabel y (total skor subjek dari keseluruhan item)
- $\sum XY$: Jumlah hasil perkalian antara x dan y
- $\sum X$: Jumlah skor keseluruhan subjek setiap item
- $\sum Y$: Jumlah skor keseluruhan item pada subjek
- $\sum X^2$: Jumlah kuadrat skor X
- $\sum Y^2$: Jumlah kuadrat skor Y

Sebelum data dianalisa dengan teknik korelasi *Product Moment*, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi penelitian, yaitu :

- Uji normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah ada distribusi data penelitian masing-masing variable telah menyebar secara normal.
- Uji linieritas, untuk mengetahui apakah ada hubungan antara variabel bebas (*Body image*) dengan variabel terikat (Penyesuaian sosial)

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian ini maka penulis dapat mengambil beberapa kesimpulan sehubungan dengan variabel penelitian ini. Kesimpulan-kesimpulan yang dapat dikemukakan oleh penulis adalah sebagai berikut ini :

1. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan penyesuaian sosial mahasiswi. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien $r_{xy} = 0,325$; $p < 0,010$. Ini berarti bahwa semakin positif *body image*, maka penyesuaian sosial pada mahasiswa semakin baik, sebaliknya semakin negatif *body image*, maka penyesuaian sosial pada mahasiswa semakin buruk. Dengan demikian maka hipotesis yang telah diajukan dalam penelitian ini, dinyatakan **diterima**.
2. *Body image* memberikan pengaruh atau kontribusi terhadap penyesuaian sosial pada mahasiswa sebesar 10,6%. Hal ini dilihat dari determinan r^2 sebesar 0,106. Dari hasil ini maka dapat dinyatakan bahwa terdapat 89,4% pengaruh dari faktor lain terhadap penyesuaian sosial mahasiswi antara lain konsep diri dan rasa percaya diri.
3. Mahasiswi Fakultas Psikologi angkatan 2010 di Universitas Medan Area, ternyata penyesuaian sosialnya tergolong sangat tinggi, sebab nilai mean hipotetik (70) lebih kecil dari nilai mean empirik (103,17). Hasil ini didukung

dengan pengamatan selama berada di kampus Fakultas Psikologi, dimana terlihat bahwa mahasiswi-mahasiswi Fakultas Psikologi angkatan 2010 di Universitas Medan Area berinteraksi dengan baik dengan teman-teman yang lain.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan-kesimpulan diatas, maka ada beberapa saran yang perlu disampaikan peneliti sehubungan dengan penelitian ini. Adapun saran-saran penulis adalah :

1. Saran Kepada Subjek Penelitian

Mengingat ditemukannya hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan penyesuaian sosial serta ditemukannya bahwa subjek mempunyai *body image* dan penyesuaian sosial yang positif. Maka hal ini diharapkan hendaknya dipertahankan agar tidak berubah kearah yang negatif. Disarankan agar dapat lebih berusaha untuk menggali potensi-potensi diri yang lain seperti bakat dan kemampuan agar para subjek tidak terlalu terpaku pada penampilan fisik mereka. Dan lebih mengembangkan diri agar para subjek dapat semakin puas dengan tubuh dan diri mereka sendiri karena jika merasa puas terhadap dirinya maka mendorong subjek untuk melakukan aktivitas luar dan melakukan penyesuaian sosial yang baik di masyarakat luas pada umumnya.

Dalam penelitian ini dinyatakan bahwa semakin positif *body image* mahasiswi maka semakin baik penyesuaian sosial mahasiswa tersebut.

2. Saran Kepada Pihak Fakultas

Lingkungan kampus merupakan tempat untuk memberikan pendidikan yang layak bagi remaja yang ingin melanjutkan pendidikannya, disini diharapkan peran dosen dan teman-teman untuk memberikan dukungan, bimbingan ataupun diadakannya pelatihan-pelatihan untuk para mahasiswi dan mahasiswa terkait dengan pelatihan dengan perkembangan fisik dan psikologis ataupun pelatihan kepribadian remaja, serta dapat saling memberikan pengaruh yang positif.

3. Saran Kepada Orang Tua

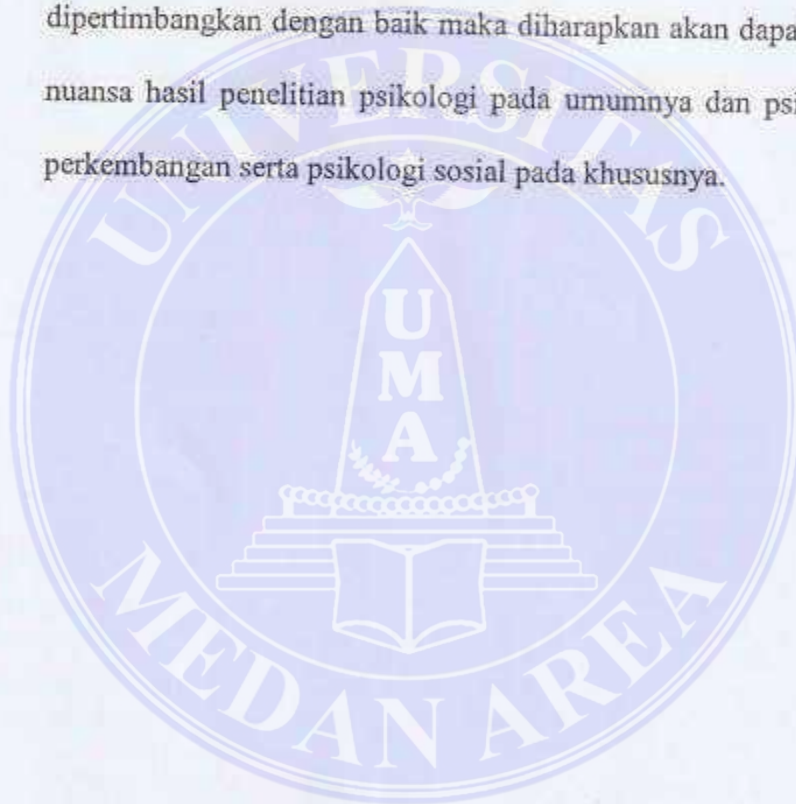
Para orang tua agar memperhatikan perkembangan yang terjadi pada anaknya, memberikan dukungan, dan mengajarkan anak untuk menghargai dan menerima tubuh yang dimilikinya baik kelebihan dari tubuh anak tersebut ataupun kekurangannya.

4. Saran Kepada Peneliti Selanjutnya

Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat meneliti faktor-faktor lain yang diperkirakan mempengaruhi penyesuaian sosial seperti konsep diri, rasa percaya diri, kepribadian, intelektual, moral sosial,

kematangan emosional, pola asuh dan kondisi lingkungan pada individu.

Selanjutnya disarankan kepada peneliti selanjutnya dengan permasalahan yang sama kiranya dapat mencari dan memperhatikan keakuratan dan alat pengungkap data yang dibutuhkan, apabila berbentuk skala, wawancara, ataupun observasi. Jika hal ini dipertimbangkan dengan baik maka diharapkan akan dapat menambah nuansa hasil penelitian psikologi pada umumnya dan psikologi anak perkembangan serta psikologi sosial pada khususnya.



DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. 1997. *Reliabilitas dan Validitas*. Edisi ke 3. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Arikunto. 1999. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rinca Cipta
- Atkinson, Rita. L, dkk. 1983. *Pengantar Psikologi Edisi Kedelapan Jilid 1*. Jakarta: Erlangga
- Centi, P.J. 1993. *Mengapa Rendah Diri?* . (Terjemahan oleh Hardjona, A.M) Yogyakarta: Percetakan Kanisius.
- Chaplin, J.P. 2002. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: P.T. Grafindo Persada.
- Eysenck, H.J.dkk. 1972. *Encyclopedia of psychology 2*. New York: Harder & Harder.
- Gerungan, W.A. 1988. *Psikologi Sosial*. Eresco. Jakarta
- Ghozally, Fitri. R. 2007. *Memahami Perkembangan Psikologi Remaja*. Jakarta. Prestasi Pustaka Publisher.
- Hadi, S. 2000. *Statistik Jilid II*. Yogyakarta: Andi.
- Harocks, E.J. 1951. *Psychology Of Adolescence Behavior And Development*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Hurlock, E. 1978. *Perkembangan Anak. Jilid 1. Edisi keenam*. Jakarta: Erlangga.
- _____ 1990. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (terjemahan). Jakarta: Erlangga.
- Keliat, B.A. 1994. *Gangguan Konsep Diri*. Penerbit Buku Kedokteran. EGC Jakarta.
- Lightstone, Judy. 2002. *Body Image*. www.Edrefferel.com. 2009.
- Mappiare, Andi. 1997. *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Mu'tadin, Z. Spsi., Msi. *Penyesuaian Diri Remaja*. <http://www.e-psikologi.com>. 2009

- Monks, dkk. 1991. *Psikologi Perkembangan (Pengantar Dalam Berbagai Bagian)*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Rini, J. 2004. *Mencemaskan Penampilan*. <http://www.e-psikologi.com>. 2009.
- Santrock, J.W. 2002. *Adolescence Edisi Keenam*. Jakarta: Erlangga
- Schneiders. 1964. *Personal Adjustment And Mental Hygiene*. New York: Holt Rinehart dan Winston.
- Siswanto, S.Psi, M.Si. 2007. *Kesehatan Mental; Konsep, Cakupan dan Perkembangannya*. Yogyakarta. CV. Andi Offset.
- Suadirman. 1986. *Menuju Kesehatan Jiwa*. Jogja. CV. Andi Offset.
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung. Alfabeta.
- Suryanto, W.Dr. 2003. *Memupuk Rasa Pedes Sejak Kecil*. <http://www.IntisariOnTheNet.com>. 2009
- Thornberg, D. Hersel. 1982 *Development In Adolescence*. California: Broks/Cole Publishing Company.
- Tyas, R.A. 2005. *Sekolahku Sekolah Baru*. <http://www.PikiranRakyatCyberMedia.com>. 2009
- Umami, Ida dan Panuju, Panut. 1999, *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: PT. Tiara Wacana.
- Walgito, 2001. *Psikologi Sosial : Suatu Pengantar (Edisi ke-2, Cetakan ke-3)* Jogjakarta: Andi.
- Willis, S. Sofyan, DR, M.Pd. 2005. *Remaja dan Masalahnya*. Bandung: CV. Alfabeta.
- (<http://www.PikiranRakyatCyberMedia.com>, 2009)
- (<http://www.e-psikologi.com>, 2009)
- (<http://psiko-malangraya.blogspot.com/2010/05/pengertianmahasiswa.htm>, 2011)



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 29/6/22

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)29/6/22



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 29/6/22

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)29/6/22

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	100.00	255.586	.540	.931
VAR00002	99.87	253.568	.554	.931
VAR00003	99.13	253.292	.623	.930
VAR00004	99.30	252.700	.445	.932
VAR00005	99.93	254.754	.522	.931
VAR00006	99.57	251.564	.562	.931
VAR00007	99.50	263.155	.254	.933
VAR00008	100.03	274.792	-.275	.937
VAR00009	99.50	253.293	.591	.931
VAR00010	100.00	255.586	.540	.931
VAR00011	99.50	252.397	.714	.930
VAR00012	99.87	253.568	.554	.931
VAR00013	99.93	254.754	.522	.931
VAR00014	100.03	273.620	-.194	.938
VAR00015	99.83	260.075	.369	.932
VAR00016	99.77	254.944	.587	.931
VAR00017	99.67	260.575	.363	.933
VAR00018	99.63	257.895	.488	.932
VAR00019	99.40	259.766	.403	.932
VAR00020	100.10	261.266	.446	.932
VAR00021	99.67	259.678	-.442	.932
VAR00022	99.20	255.752	.730	.930
VAR00023	99.40	256.317	.564	.931
VAR00024	99.30	252.700	.445	.932
VAR00025	99.57	251.564	.562	.931
VAR00026	99.50	253.293	.591	.931
VAR00027	99.50	256.121	.545	.931
VAR00028	99.40	251.834	.722	.930
VAR00029	99.40	255.972	.474	.932
VAR00030	99.30	253.459	.647	.930
VAR00031	99.93	254.754	.522	.931
VAR00032	99.50	255.086	.553	.931
VAR00033	99.50	253.293	.591	.931
VAR00034	99.87	253.568	.554	.931
VAR00035	99.90	255.955	.570	.931

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 29/6/22

Access From (repository.uma.ac.id)29/6/22

VAR00036	99.23	253.633	.736	.930
VAR00037	99.50	252.397	.714	.930
VAR00038	98.97	256.999	.441	.932
VAR00039	99.30	252.700	.445	.932
VAR00040	100.00	255.586	.540	.931

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
102.17	269.040	16.402	40





Lampiran A – 2

Hasil Uji Reliabilitas

Butir Skala Body Image

RELIABILITY

```

/VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR000
10 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VA
R00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020 VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024
VAR00025 VAR00026
VAR00027 VAR00028 VAR00029 VAR00030 VAR00031 VAR00032 VAR00033 VAR00034 VAR00035 VAR00036 VAR000
37 VAR00038 VAR00039 VAR00040
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE

/SUMMARY=TOTAL.
    
```

Reliability

[DataSet0]

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.933	40

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	2.17	.747	30
VAR00002	2.30	.837	30
VAR00003	3.03	.765	30
VAR00004	2.87	1.074	30
VAR00005	2.23	.817	30
VAR00006	2.60	.932	30
VAR00007	2.67	.661	30

VAR00008	2.13	.681	30
VAR00009	2.67	.802	30
VAR00010	2.17	.747	30
VAR00011	2.67	.711	30
VAR00012	2.30	.837	30
VAR00013	2.23	.817	30
VAR00014	2.13	.819	30
VAR00015	2.33	.711	30
VAR00016	2.40	.724	30
VAR00017	2.50	.682	30
VAR00018	2.53	.681	30
VAR00019	2.77	.679	30
VAR00020	2.07	.521	30
VAR00021	2.50	.630	30
VAR00022	2.97	.556	30
VAR00023	2.77	.679	30
VAR00024	2.87	1.074	30
VAR00025	2.60	.932	30
VAR00026	2.67	.802	30
VAR00027	2.67	.711	30
VAR00028	2.77	.728	30
VAR00029	2.77	.817	30
VAR00030	2.87	.730	30
VAR00031	2.23	.817	30
VAR00032	2.67	.758	30
VAR00033	2.67	.802	30
VAR00034	2.30	.837	30
VAR00035	2.27	.691	30
VAR00036	2.93	.640	30
VAR00037	2.67	.711	30
VAR00038	3.20	.805	30
VAR00039	2.87	1.074	30
VAR00040	2.17	.747	30

Item-Total Statistics

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 29/6/22

Access From (repository.uma.ac.id)29/6/22



Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	114.10	185.955	.567	.922
VAR00002	114.43	199.564	-.354	.930
VAR00003	113.80	178.028	.630	.920
VAR00004	113.97	180.585	.631	.921
VAR00005	114.10	185.955	.567	.922
VAR00006	113.67	186.920	.372	.923
VAR00007	114.00	181.793	.703	.920
VAR00008	113.97	180.585	.631	.921
VAR00009	113.67	187.057	.405	.923
VAR00010	113.70	184.355	.540	.922
VAR00011	113.80	178.028	.630	.920
VAR00012	114.33	182.437	.479	.922
VAR00013	113.53	186.395	.411	.923
VAR00014	114.10	188.852	.189	.926
VAR00015	114.10	185.955	.567	.922
VAR00016	114.23	187.909	.294	.924
VAR00017	113.57	184.806	.433	.923
VAR00018	113.97	180.585	.631	.921
VAR00019	113.63	182.723	.673	.921
VAR00020	114.60	182.524	.523	.922
VAR00021	114.47	183.844	.617	.921
VAR00022	114.07	181.582	.574	.921
VAR00023	114.37	189.068	.175	.926
VAR00024	113.80	191.476	.109	.926
VAR00025	113.67	187.057	.405	.923
VAR00026	114.43	186.185	.349	.924
VAR00027	113.80	178.028	.630	.920
VAR00028	113.63	186.171	.373	.923
VAR00029	114.00	181.793	.703	.920
VAR00030	113.70	180.907	.638	.921
VAR00031	114.27	182.409	.599	.921
VAR00032	113.93	180.961	.524	.922
VAR00033	114.17	178.557	.619	.921
VAR00034	114.13	186.189	.306	.924

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 29/6/22

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)29/6/22

VAR00035	113.97	180.585	.631	.921
VAR00036	113.63	195.689	-.135	.928
VAR00037	114.10	186.162	.551	.922
VAR00038	113.67	183.954	.693	.921
VAR00039	114.10	185.955	.567	.922
VAR00040	113.93	181.375	.535	.922

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
116.90	193.679	13.917	40





RELIABILITY

```

/VARIABLES=VAR00001 VAR00002 VAR00003 VAR00004 VAR00005 VAR00006 VAR00007 VAR00008 VAR00009 VAR000
10 VAR00011 VAR00012 VAR00013 VA
R00014 VAR00015 VAR00016 VAR00017 VAR00018 VAR00019 VAR00020 VAR00021 VAR00022 VAR00023 VAR00024
VAR00025 VAR00026
VAR00027 VAR00028 VAR00029 VAR00030 VAR00031 VAR00032 VAR00033 VAR00034 VAR00035 VAR00036 VAR000
37 VAR00038 VAR00039 VAR00040
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE

/SUMMARY=TOTAL.
    
```

Reliability

[DataSet0]

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

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

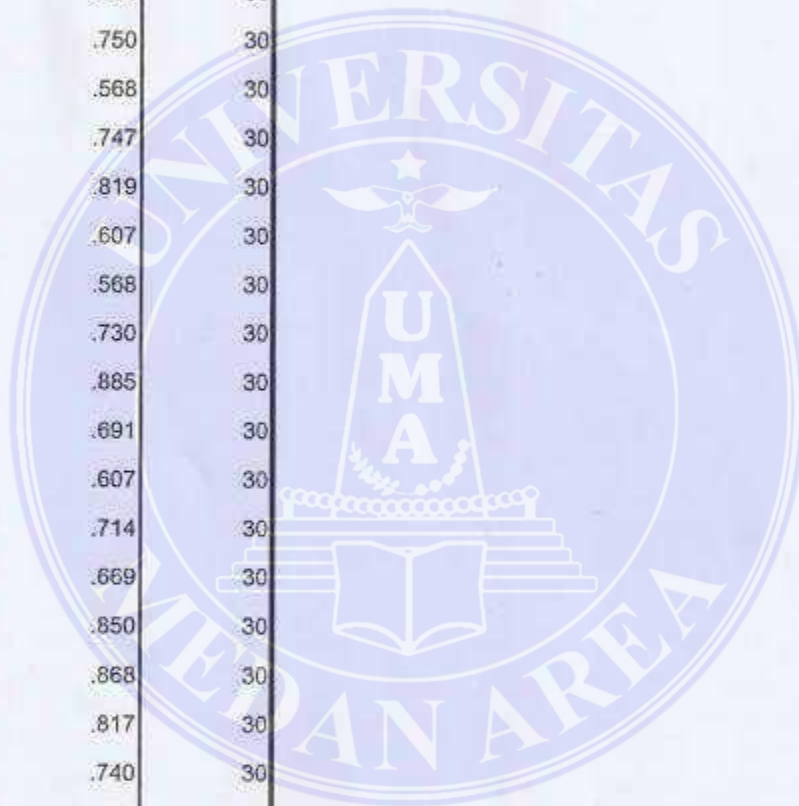
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.924	40

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	2.80	.484	30
VAR00002	2.47	.629	30
VAR00003	3.10	.885	30
VAR00004	2.93	.740	30
VAR00005	2.80	.484	30
VAR00006	3.23	.626	30
VAR00007	2.90	.607	30
VAR00008	2.93	.740	30

VAR00009	3.23	.568	30
VAR00010	3.20	.610	30
VAR00011	3.10	.885	30
VAR00012	2.57	.817	30
VAR00013	3.37	.615	30
VAR00014	2.80	.805	30
VAR00015	2.80	.484	30
VAR00016	2.67	.661	30
VAR00017	3.33	.711	30
VAR00018	2.93	.740	30
VAR00019	3.27	.583	30
VAR00020	2.30	.750	30
VAR00021	2.43	.568	30
VAR00022	2.83	.747	30
VAR00023	2.53	.819	30
VAR00024	3.10	.607	30
VAR00025	3.23	.568	30
VAR00026	2.47	.730	30
VAR00027	3.10	.885	30
VAR00028	3.27	.691	30
VAR00029	2.90	.607	30
VAR00030	3.20	.714	30
VAR00031	2.63	.669	30
VAR00032	2.97	.850	30
VAR00033	2.73	.868	30
VAR00034	2.77	.817	30
VAR00035	2.93	.740	30
VAR00036	3.27	.640	30
VAR00037	2.80	.484	30
VAR00038	3.23	.504	30
VAR00039	2.80	.484	30
VAR00040	2.97	.809	30





NPAR TESTS

/K-S(NORMAL)=VARIABELX VARIABELY
/STATISTICS DESCRIPTIVES

/MISSING ANALYSIS.

NPar Tests

[DataSet0]

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
VARIABELX	30	95.23	16.546	37	119
VARIABELY	30	103.17	13.631	70	128

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		VARIABELX	VARIABELY
N		30	30
Normal Parameters ^a	Mean	95.23	103.17
	Std. Deviation	16.546	13.631
Most Extreme Differences	Absolute	.152	.108
	Positive	.095	.080
	Negative	-.152	-.108
Kolmogorov-Smirnov Z		.832	.592
Asymp. Sig. (2-tailed)		.494	.874
a. Test distribution is Normal.			



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 29/6/22

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)29/6/22

MEANS TABLES=VARIABLEX BY VARIABLEY
 /CELLS MEAN COUNT STDDEV
 /STATISTICS ANOVA LINEARITY.

Means

[DataSet0]

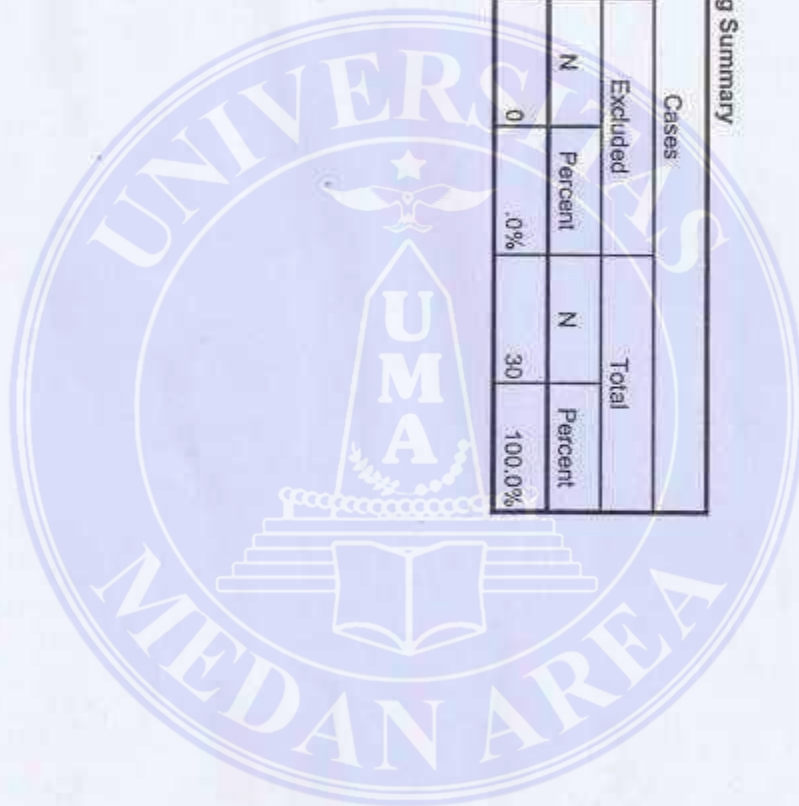
Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
VARIABLEX * VARIABLEY	30	100.0%	0	.0%	30	100.0%

Report

VARIABLEX

VARIABLEX	Mean	N	Std. Deviation
70	76.00	1	.
71	83.00	1	.
85	78.00	1	.
86	85.00	1	.
90	88.00	1	.
94	107.00	1	.
96	86.00	1	.
97	96.00	1	.
98	103.00	1	.
100	99.00	2	1.414



101	85,00	2	15,556
103	111,00	1	
104	90,00	2	4,243
105	112,00	1	
106	97,50	2	2,121
109	113,00	1	
112	108,50	2	14,849
113	84,33	3	40,992
114	114,00	1	
121	89,50	2	14,849
122	100,00	1	
128	113,00	1	
Total	95,23	30	16,546

ANOVA Table

VARIABLEX * VARIABLEY	Between Groups	(Combined)	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
		Linearity	3871,200	21	184,343	.363	.970
		Deviation from Linearity	840,300	1	840,300	1,652	.001
	Within Groups		3030,900	20	151,545	.298	.005
	Total		7939,367	29	508,521		

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
VARIABLEX * VARIABLEY	.325	.106	.698	.488



Analisis Korelasi Product Moment

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 29/6/22

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)29/6/22


```

CORRELATIONS
/VARIABLES=VARIABELX VARIABELY
/PRINT=TWOTAIL NOSIG
/STATISTICS DESCRIPTIVES XPROD

/MISSING=PAIRWISE.
    
```

Correlations

[DataSet0]

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VARIABELX	95.23	16.546	30
VARIABELY	103.17	13.631	30

Correlations

		VARIABELX	VARIABELY
VARIABELX	Pearson Correlation	1	.325*
	Sig. (2-tailed)		.079
	Sum of Squares and Cross-products	7939.367	2127.833
	Covariance	273.771	73.374
	N	30	30
VARIABELY	Pearson Correlation	.325*	1
	Sig. (2-tailed)	.079	
	Sum of Squares and Cross-products	2127.833	5388.167
	Covariance	73.374	185.799
	N	30	30

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



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 29/6/22

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)29/6/22

Data Identitas Diri

Isilah terlebih dahulu data-data berikut ini:

Nama (inisial) :

Jenis Kelamin :

Umur :

PETUNJUK PENGISIAN ANGKET

Berikut ini saya sajikan beberapa pertanyaan ke dalam bentuk skala. Saudara diminta untuk memberikan pendapat anda terhadap pernyataan yang terdapat dalam skala ini dengan cara memilih

- SS : bila merasa **SANGAT SESUAI** dengan pernyataan tersebut
S : bila merasa **SESUAI** dengan pernyataan tersebut
TS : bila merasa **TIDAK SESUAI** dengan pernyataan tersebut
STS : bila merasa **SANGAT TIDAK SESUAI** dengan pernyataan tersebut

Bacalah setiap pernyataan dengan teliti dan pilihlah satu diantara keempat jawaban yang tersedia, saudara hanya dibolehkan memilih salah satu pilihan jawaban saja pada setiap pernyataan. Cara memberikan jawaban adalah dengan memberikan tanda ceklist (√) pada salah satu jawaban yang tersedia disebelah kanan pernyataan.

Contoh:

1	Saya yakin semua yang dikatakan teman saya bahwa saya cantik.	SS	S	TS	STS
---	---	----	---	----	-----

Tanda ceklist (✓) menunjukkan bahwa saudara setuju dengan pernyataan tersebut.

Atas perhatian dan kerja samanya saya ucapkan terima kasih.



SKALA PENYESUAIAN SOSIAL

NO	ANGKET A	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa puas dengan model pakaian yang sama dengan teman-teman.				
2	Saya suka berkumpul dengan teman-teman yang populer.				
3	Biasanya setelah jam kuliah selesai, saya langsung pulang ke rumah.				
4	Saya merasa takut jika berbicara dengan orang lain.				
5	Saya tidak putus asa, jika ada teman yang menolak berteman dengan saya.				
6	Saya selalu tersenyum kepada teman yang baru saya kenal.				
7	Saya mudah bekerjasama dengan orang lain walau baru saya kenal.				
8	Saya sulit mengadaptasikan diri dengan orang yang berbeda agama.				
9	Saya merasa puas jika selalu berpartisipasi di kelas.				
10	Bagaimanapun keadaan diri saya, saya tetap memiliki banyak teman.				
11	Saya merasa harus memperlihatkan barang-barang bermerk kepada teman-teman.				
12	Saya lebih banyak diam didalam kelas.				
13	Saya merasa nyaman dengan teman saya sekarang.				
14	Saya sering berkhayal menjadi seperti orang lain.				
15	Saya merasa puas melakukan apapun tanpa mengikuti peraturan kelompok.				
16	Saya sering membandingkan diri saya dengan orang lain yang membuat saya sulit mengekspresikan diri.				
17	Saya merasa harus mentraktir teman-teman agar mereka menyukai saya.				
18	Saya merasa cemas jika jauh dengan teman yang sudah saya kenal.				
19	Saya tidak pernah menyesal dengan keadaan diri saya, sehingga mampu membuka komunikasi dengan banyak orang.				
20	Saya selalu mengajak orang lain berbicara lebih dulu.				

21	Saya merasa percaya diri memakai pakaian yang lama.				
22	Saya merasa perlu membeli pakaian seperti teman-teman yang lain.				
23	Saya betah berlama-lama ngobrol dengan teman-teman di kampus.				
24	Saya selalu minta bantuan teman untuk mengerjakan tugas kuliah saya.				
25	Apapun yang saya lakukan saya selalu bertanggung jawab.				
26	Saya merasa tidak perlu mengikuti kegiatan organisasi di kampus.				
27	Melanggar peraturan sekali-kali, tidak menjadi masalah.				
28	Saya menghindari berteman dengan jenis kelamin yang lain.				
29	Saya merasa nyaman dengan kelompok teman saya sekarang.				
30	Saya selalu mengikuti teman-teman yang berbelanja barang-barang mahal.				
31	Menurut saya, penampilan saya banyak disukai teman-teman.				
32	Kekurangan dalam diri saya tidak menghambat saya untuk memiliki banyak teman.				
33	Saya merasa potongan rambut saya sedikit kuno.				
34	Saya suka berkumpul dengan teman-teman yang berjenis kelamin lain.				
35	Saya merasa sakit hati jika teman saya dekat orang lain.				
36	Saya selalu tidak menyetujui semua yang dikatakan oleh dosen.				
37	Saya selalu menerima kritikan orang lain.				
38	Saya selalu emosi jika ada teman yang meminta bantuan saya.				
39	Setiap hal yang ada pada saya selalu membuat saya kesal sehingga sulit bergaul.				
40	Saya tidak mempermasalahkan kekurangan saya saat bergaul dengan teman-teman.				

SKALA BODY IMAGE

NO	ANGKET B	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa penampilan saya sangat sempurna.				
2	Saya menghindari menggunakan pakaian yang akan membuat saya terlihat tidak menarik.				
3	Bagaimanapun kondisi tubuh saya, saya akan menerimanya.				
4	Saya sering berpikir, andai berat badan saya bisa turun 3, 5, 7 atau 10 kg lagi.				
5	Saya yakin kondisi tubuh saya saat ini adalah yang terbaik yang diberikan Tuhan buat saya.				
6	Malu rasanya jika orang lain memperhatikan tubuh saya.				
7	Memiliki pipi yang tembem akan membuat saya terlihat awet muda.				
8	Lengan yang besar akan membuat saya terlihat seperti body guard.				
9	Memiliki kulit yang gelap akan menyulitkan saya untuk memilih pakaian apa yang akan saya kenakan.				
10	Kata orang pinggul saya seksi.				
11	Saya pernah merasa sangat jelek dengan tubuh saya saat ini.				
12	Teman-teman saya sering memuji penampilan saya.				
13	Saya akan senang bila saya memiliki tubuh seperti para artis.				
14	Saya tidak pernah berkhayal ingin memiliki tubuh seperti para artis.				
15	Saya merasa banyak kekurangan pada penampilan saya.				
16	Menurut saya, tubuh saya sudah ideal.				
17	Saya merasa penampilan saya lebih menarik dari orang lain.				
18	Terkadang saya merasa aneh melihat diri saya di depan cermin.				
19	Saya tidak ingin merubah sesuatu dari tubuh saya.				
20	Saya sering berharap memiliki tubuh lebih baik dari ini.				

21	Kebahagiaan selalu saya rasakan saat melihat tubuh saya.				
22	Saya sering merasa kecewa dengan tubuh saya.				
23	Meskipun kurang tinggi, tapi badan saya cukup proporsional.				
24	Menurut saya, memiliki perut buncit tidaklah menarik.				
25	Dengan memiliki bokong yang besar, teman-teman suka mengejek saya.				
26	Saya bangga dengan bentuk payudara yang besar karena akan terlihat lebih seksi.				
27	Saya sering sedih memikirkan tubuh saya.				
28	Saya cukup yakin dengan penampilan saya, sehingga membuat saya nyaman.				
29	Ingin rasanya merubah kondisi tubuh saya saat ini.				
30	Saya tetap ingin menjadi diri saya yang sekarang.				
31	Pakaian apapun yang saya kenakan membuat saya terlihat jelek.				
32	Saya bercermin, saya sering berkata dalam hati bahwa "saya cantik".				
33	Saya merasa pakaian apapun yang saya kenakan selalu membuat saya terlihat cantik.				
34	Saya merasa tidak ada pakaian yang sesuai dengan tubuh saya.				
35	Saya merasa sempurna jika berjalan dengan teman wanita yang lain.				
36	Saya tidak ingin menjadi diri saya yang sekarang.				
37	Saya merasa bangga dengan kondisi tubuh saya saat ini.				
38	Saya merasa Tuhan tidak adil pada saya, karena memberikan tubuh yang seperti ini.				
39	Teman saya suka memuji bibir saya yang sensual.				
40	Saya kurang suka dengan bentuk payudara saya, karena tidak sesuai dengan bentuk tubuh saya.				

Surat Keterangan

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 29/6/22

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)29/6/22



Nomor : 4412 /B.III.1.f/2011
Hal : Izin Pengambilan Data/Riset

Medan, 24 Agustus 2011

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area
di - M e d a n

Dengan hormat,

Sesuai dengan surat Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area nomor: 1025 / FO / PP / 2011 tanggal 19 Agustus 2011 perihal permohonan izin Pengambilan Data/Riset di Universitas Medan Area oleh mahasiswa Fakultas Psikologi sebagai berikut:

Nama : Nurul 'Ain
No. Pokok Mahasiswa : 04.860.0177
Fakultas : Psikologi

Pada prinsipnya disetujui yang bersangkutan melaksanakan Pengambilan Data/Riset, dengan judul penelitian "**Hubungan antara Body Image dengan Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.**"

Demikian kami sampaikan. Atas kerja sama yang baik diucapkan terima kasih.

Wakil Rektor
Bid. Administrasi & Keuangan

Ir. Hj. Siti Mardiana, MSI


Tembusan :

1. Bapak Wakil Rektor Bid. Akademik
2. Mahasiswa Ybs
3. Peringgal



SURAT KETERANGAN

Nomor : 4580 /B.III.1.a/2011

Rektor Universitas Medan Area dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Nurul' Ain
NPM : 04.860.0177
Fakultas / Prodi : Psikologi / Ilmu Psikologi

Benar telah selesai melaksanakan pengambilan data di Universitas Medan Area dengan judul : "Hubungan antara Body Image dengan Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area".

Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat digunakan seperlunya.

An Rektor
Wakil Rektor Bidang Adm dan Keuangan,



S. Mardiana
Ir. Hj. Siti Mardiana, MSi

Tembusan :

1. Rektor (sebagai laporan)
2. Ketua Program Studi Ybs.
3. Peringgal.