

HUBUNGAN *SELF ESTEEM* DENGAN *BODY DISSATISFACTION* PADA SISWI DI SMA HANG TUAH BELAWAN

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Guna Memenuhi
Sebagai Syarat Untuk Meraih Gelar Sarjana Psikologi
Diajukan Oleh:

MEYLANI LOLINA BR SEMBIRING
188600338



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
2022**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 26/10/22

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)26/10/22

HALAMAN PENGESAHAN

JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN SELF ESTEEM DENGAN BODY DISSATISFACTION PADA SISWI DI SMA HANG TUAH BELAWAN

NAMA MAHASISWA : MEYLANI LOLINA BR SEMBIRING

NO. STAMBUK : 18.860.0338

BAGIAN : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

Disetujui Oleh :

Komisi Pembimbing

Pembimbing

(Andy Chandra, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

MENGETAHUI :

Kepala Bagian

(Dinda Permatasari Harahap, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

(Hassanuddin Ph. D)

Tanggal Sidang

15 September 2022

LEMBAR PENGESAHAN

Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana (S1) Psikologi

Pada Tanggal

15 September 2022

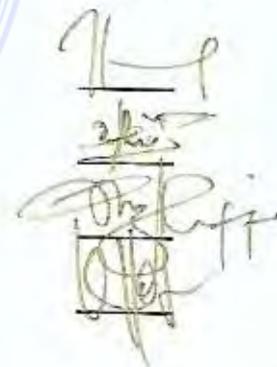
Mengesahkan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

Dekan

DEWAN PENGUJI

1. Azhar Aziz, S.Psi, MA
2. Andy Chandra, S.Psi, M.Psi, Psikolog
3. Maghfirah DR., S.Psi, M.Psi, Psikolog
4. Ayudia Popy Sesilia, S.Psi, M.Si

TANDA TANGAN



LEMBAR PERNYATAAN PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Meylani Lolina Br Sembiring
NIM : 188600338
Tahun Terdaftar : 2018
Program Studi : Psikologi Perkembangan

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

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

Medan, 15 September 2022


Meylani Lolina


METERAI
TEMPEL
C5F6AKX088043649

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

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

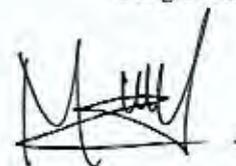
Nama : Meylani Lolina Br Sembiring
NPM : 188600338
Program Studi : Psikologi Perkembangan
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Tugas Akhir

Demikian perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (Non- Exclusive Royalty- Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul : Hubungan Self Esteem dengan Body Dissatisfaction pada siswi di SMA Hang Tuah Belawan

Dengan hak bebas royalti non eksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, memformat-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (data base), merawat dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Medan, 15 September 2022

Yang Menyatakan



(Meylani Lolina Br Sembiring)

MOTTO

“Success doesn’t come free”

“Pemenang bukannya tak pernah gagal, tapi tak pernah menyerah”

“Jangan takut pada apa pun, cukup doa dan jalani semua dengan Tuhan Yesus”



RIWAYAT HIDUP

I. IDENTITAS

1. Nama : Meylani Lolina Br Sembiring
2. Jenis Kelamin : Perempuan
3. Tempat/ Tanggal Lahir : Medan, 03 Mei 2000
4. Agama : Protestan
5. Nama Orangtua : Markus Sembiring/ Nasibta Br Karo
6. Alamat Orangtua : Jl. Kapten Rahmad Buddin Medan Marelan
7. Alamat Penulis : Jl. Kapten Rahmad Buddin Medan Marelan
8. Nomor hp : 082284364434
9. Alamat Email : Meylanilolinasembiring@gmail.com

II. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD Wahidin Sudirohusodo Tamat Tahun 2012
2. SMP Negeri 32 Medan Tamat Tahun 2015
3. SMA Negeri 16 Medan Tamat Tahun 2018

ABSTRAK

HUBUNGAN SELF ESTEEM DENGAN BODY DISSATISFACTION PADA SISWI DI SMA HANG TUAH BELAWAN

Oleh:

MEYLANI LOLINA BR SEMBIRING

18.860.0338

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Self Esteem dengan Body Dissatisfaction pada Siswi di SMA Hang Tuah Belawan. Tipe penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah self esteem dan body dissatisfaction. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 140 siswi di SMA Hang Tuah Belawan. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *purposive sampling*. Metode pengumpulan data penelitian ini menggunakan skala *self esteem* dan skala *body dissatisfaction* yang disusun berdasarkan skala likert. Data penelitian di uji menggunakan *Pearson Product Moment*. Dari hasil analisis diketahui bahwa hipotesis penelitian ini diterima ($r^{xy} = -0,457$ dengan $p = 0,000 < 0,05$) artinya semakin rendah *self esteem* maka semakin tinggi *body dissatisfaction*. Sebaliknya semakin tinggi *self esteem* maka semakin rendah *body dissatisfaction*. Self esteem dalam penelitian ini tergolong rendah karena (mean empirik = 41,38 < mean hipotetik = 52,5 dimana selisihnya melebihi bilangan SD = 8,427). Body dissatisfaction dalam penelitian ini tergolong tinggi karena (mean empirik = 109,31 > mean hipotetik = 90 dimana selisihnya tidak melebihi bilangan SD = 13,024). Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variabel X dan variabel Y adalah $r^2 = 0,209$. Ini menunjukkan bahwa *self esteem* memberikan kontribusi terhadap *body dissatisfaction* 20,9%. Berdasarkan penelitian ini maka dapat diketahui bahwa masih terdapat 79,1% pengaruh dari faktor lain terhadap *body dissatisfaction* yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Kata kunci : *self esteem*, *body dissatisfaction*, remaja perempuan,

ABSTRACT

THE CORELLATION OF SELF-ESTEEM WITH BODY DISSATISFACTION IN STUDENT AT SMA HANG TUAH BELAWAN

By :

MEYLANI LOLINA BR SEMBIRING

This study aims to determine the corellation between Self Esteem and Body Dissatisfaction in Female Students at Hang Tuah Belawan High School. The type of research used is quantitative research. The variables used in this study were self esteem and body dissatisfaction. The number of samples used in this study amounted to 140 students at Hang Tuah Belawan High School. The sampling technique uses the purposive sampling method. The data collection method of this study used a self esteem scale and a body dissatisfaction scale arranged based on the likert scale. The research data were tested using Pearson Product Moment. From the results of the analysis, it is known that the hypothesis of this study was accepted ($r_{xy} = -0.457$ with $p = 0.000 < 0.05$) meaning that the lower the self esteem, the higher the body dissatisfaction. On the other, the higher the self esteem, the lower the body dissatisfaction. Self esteem in this study is low because (empirical mean = 41,38 < hypothetical mean = 52,5 where the difference exceeds the SD number = 8,427). The body dissatisfaction in this study is high because (empirical mean = 109,31 > hypothetical mean = 90 where the difference does not exceed the SD number = 13.024). The determinant coefficient (r^2) of the relationship between variable X and variable Y is $r^2 = 0.209$. This shows that self esteem contributes to body dissatisfaction 20,9%. Based on this study, it can be seen that there is still 79,1% influence of other factors on body dissatisfaction which was not revealed in this study.

Keywords : self esteem, body dissatisfaction, adolescent girl.

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas Berkat dan KasihNya yang senantiasa menuntun sepanjang waktu sehingga di dalam kasih dan penyertaanNya peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul “HUBUNGAN SELF ESTEEM DENGAN BODY DISSATISFACTION PADA SISWI DI SMA HANG TUAH BELAWAN.” Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana Strata Satu (S1) Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung berupa moril ataupun material. Peneliti banyak mendapatkan bimbingan, arahan, bantuan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Drs. M. Erwin Siregar, MBA selaku Ketua Yayasan Haji Agus Salim Universitas Medan Area
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc selaku Rektor Universitas Medan Area
3. Bapak Hasanuddin, S.Ag, M.Ag, Ph.D. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
4. Ibu Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog, selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
5. Ibu Dinda Permatasari Harahap, M.Psi, Psikolog selaku Kabag Psikologi Perkembangan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

6. Bapak Andy Chandra, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing yang dengan penuh kesabaran telah memberikan bantuan, bimbingan dan saran selama proses penulisan skripsi ini.
7. Ibu Maqhfirah DR. S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku dosen penguji yang telah banyak memberikan masukan, membimbing peneliti, menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk membantu peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Ibu Ayudia Popy Sesilia, S.Psi, M.Psi selaku sekretaris yang telah meluangkan waktunya serta berbaik hati kepada peneliti dalam memberikan kritik dan saran yang membangun dalam perbaikan setiap kekurangan dari skripsi ini menjadi lebih baik.
9. Bapak Azhar Azis, S.Psi. MA. Psikolog selaku Ketua Penguji yang telah meluangkan waktunya untuk hadir dalam pelaksanaan sidang meja hijau dan berbaik hati memberikan saran kepada peneliti.
10. Ibu Endang Haryati S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku penguji dalam sidang meja hijau yang telah meluangkan waktunya serta banyak memberikan masukan, kritik dan saran yang membangun dalam perbaikan setiap kekurangan dari skripsi ini untuk menjadi lebih baik.
11. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, yang telah memberikan pengetahuan dan ilmunya kepada peneliti baik selama kuliah maupun dalam mengerjakan skripsi.
12. Seluruh staf tata usaha fakultas Psikologi Universitas Medan Area, yang telah banyak membantu peneliti yang turut memperlancar proses penyelesaian kuliah dan tugas akhir peneliti.

13. Kedua orang tua saya Bapak Markus Sembiring dan Ibu Nasibta Br Sitepu yang selalu mendoakan saya dan mendukung saya baik secara materi, motivasi dan doa yang tiada hentinya diberikan kepada peneliti.
14. Kedua saudara saya yaitu Kakak saya Yuni Marista Br Sembiring S.E dan Adik tercinta saya Julius Prananta Sembiring yang telah banyak memberikan dorongan, semangat, kasih sayang dan bantuan baik secara moral maupun material demi lancarnya penyusunan skripsi ini.
15. Sahabat saya Sela Br Ginting yang telah mendukung peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini baik lewat semangat, doa dan dukungan yang diberikan.
16. Teman-teman seperjuangan saya yaitu Yohanna Mutiara Sari Br Perangin-angin, Kris riahta Br Gurusinga, Anggi Theresia Br Sirait, Rinetty US Siringo-ringo terimakasih untuk semangat, kebersamaan dan bantuan yang berarti bagi Peneliti.
17. Seluruh teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Medan Area stambuk 2018 kelas B1 dan B3.
18. Semua pihak yang membantu Peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini yang telah memberikan dukungan moral maupun material dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat di sebut satu per satu.
19. Bapak kepala sekolah SMA Hang Tuah Belawan yang telah berkenan memberikan izin kepada peneliti untuk dapat meneliti disekolah.
20. Adik-adik remaja di SMA Hang Tuah Belawan yang telah meluangkan waktunya untuk mengisi angket yang diberikan serta memberi dukungan untuk peneliti dalam Menyusun skripsi.

21. Semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu per satu yang telah banyak membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
22. Dan yang terakhir saya mengucapkan terimakasih kepada diri saya sendiri Meylani Lolina Br Sembiring yang telah berjuang sekuat tenaga melawan kemalasan, dan senantiasa selalu sabar sampai detik ini dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

Medan, 15 September 2022

Peneliti

MEYLANI LOLINA BR SEMBIRING

NPM : 188600338



DAFTAR ISI

Halaman

LEMBAR PENGESAHAN	
LEMBAR PERNYATAAN PLAGIASI	
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS	
AKHIR SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK	
MOTTO	
RIWAYAT HIDUP	
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Batasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN TEORI	11
A. <i>Body Dissatisfaction</i>	11
1. Pengertian <i>Body Dissatisfaction</i>	11
2. Aspek-Aspek <i>Body Dissatisfaction</i>	12
3. Karakteristik <i>Body Dissatisfaction</i>	14
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Body Dissatisfaction</i>	15
B. <i>Self Esteem</i>	19
1. Pengertian <i>Self Esteem</i>	19
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Self Esteem</i>	20
3. Aspek-aspek <i>Self Esteem</i>	23
4. Karakteristik <i>Self Esteem</i>	24
C. Remaja	27
1. Pengertian Remaja.....	27
2. Tahap perkembangan remaja.....	28
3. Ciri-ciri masa remaja	30
4. Hubungan <i>Self Esteem</i> dengan <i>Body Dissatisfaction</i>	34
D. Berat Badan Ideal	36
E. Kerangka Konseptual	38
Aspek <i>Self Esteem</i> menurut Coopersmith (1967) yaitu.....	38
1. Rasa diterima	38
2. Rasa dibutuhkan	38
3. Rasa mampu	38
F. Hipotesis	39

BAB III METODE PENELITIAN	40
A. Tipe Penelitian.....	40
B. Identifikasi Varibel Penelitian	40
C. Definisi Operasional	41
D. Populasi, Sampel dan Metode Pengambilan Sampel.....	41
E. Metode Pengumpulan Data	42
F. Validitas dan Realibilitas Alat Ukur.....	44
1. Validitas.....	44
2. Realibilitas	46
G. Metode Analisis Data	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
A. Orientasi Kanchah Penelitian	49
B. Persiapan Penelitian.....	50
1. Persiapan Administrasi	50
2. Persiapan Alat Ukur Penelitian	50
C. Pelaksanaan Penelitian	57
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian	57
1. Uji asumsi	58
1. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik	60
2. Hasil Uji Korelasi	61
E. Pembahasan	63
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	67
A. Simpulan.....	67
B. Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	69

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Konseptual	38

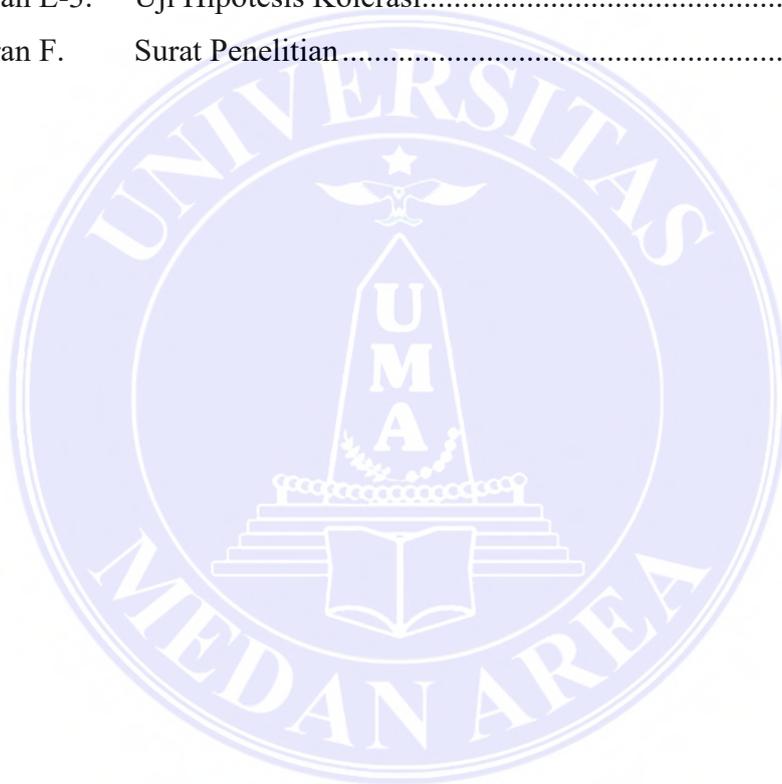


DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Berat Badan	37
Tabel 2 Populasi	43
Tabel 3. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Self Esteem	53
Tabel 4. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Body Dissatisfaction	54
Tabel 5. Distribusi Butir-Butir Skala Self Esteem	56
Tabel 6. Distribusi Butir Skala Body Dissatisfaction Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Body Dissatisfaction	57
Tabel 7. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Sebaran	59
Tabel 8. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas	60
Tabel 9. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Empirik	62
Tabel 10. Hasil Analisis Uji Hipotesis Korelasi.....	63

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran A. Screening	72
Lampiran B. Skala Penelitian.....	74
Lampiran C. Data Penelitian.....	80
Lampiran D. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	89
Lampiran E-1. Uji Normalitas.....	97
Lampiran E-2. Uji Linieritas	99
Lampiran E-3. Uji Hipotesis Kolerasi.....	104
Lampiran F. Surat Penelitian.....	106



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Memiliki bentuk tubuh yang ideal merupakan salah satu impian bagi anak remaja. Pada masa remaja terjadi beberapa perubahan baik perubahan hormonal, fisik, psikologis maupun perubahan sosial. Hal itu sependapat dengan Santrock (2007) yang menyatakan pada masa remaja terjadi proses peralihan perkembangan yang melibatkan perubahan-perubahan dalam diri individu, seperti perubahan fisik, perubahan sosio-emosional, dan perubahan kognitif. Selain itu, remaja juga berada pada masa yang bergejolak dan berisi konflik serta perubahan suasana hati. Perubahan fisik yang terjadi secara pesat menjadi perhatian bagi para remaja, khususnya remaja wanita. Oleh karena itu, remaja akan menjadi lebih peduli terhadap dirinya dan lebih memperhatikan tubuh mereka. Salah satu aspek psikologis dari pubertas yang pasti muncul pada remaja adalah praokupasi (perhatian) terhadap tubuhnya (Santrock, 2007).

Menurut Mueller, pada umumnya remaja putri merasa kurang puas dengan bentuk tubuhnya dan memiliki citra tubuh yang lebih negatif dibandingkan remaja putra. Banyak remaja putri yang merasa tubuhnya terlalu gemuk atau terlalu kurus dan tidak ideal. Padahal pada kenyataannya, tubuh yang dimiliki remaja sudah termasuk tubuh yang ideal dan orang lain yang melihat belum tentu memandang negatif terhadap bentuk tubuhnya (Santrock, 2011).

Menurut Thompson (dalam Prima & Sari 2013) *body dissatisfaction* merupakan kelanjutan dari adanya gangguan terhadap citra tubuh atau dari meningkatnya perhatian seseorang terhadap citra tubuhnya. *Body dissatisfaction*

merupakan penilaian individu saat sedang membandingkan persepsi citra tubuhnya (body image) dengan orang lain, orientasi yang berlebihan terhadap citra tubuh, persepsi diri sendiri terhadap tubuh serta adanya perubahan yang drastis dengan tubuhnya. Seseorang yang membandingkan bentuk tubuhnya dengan tubuh ideal di lingkungan sosialnya akan membuatnya mengalami *body dissatisfaction*.

Laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan pendapat mengenai kepuasan tubuh yang dimiliki. Laki-laki mengalami tekanan terhadap penyesuaian budaya untuk memiliki tubuh yang besar dan berotot. Sedangkan perempuan mempunyai orientasi kepuasan tubuh yang berbeda dengan laki-laki yaitu perempuan berusaha untuk mengubah ataupun memodifikasi tubuh mereka dengan diet, olahraga dan operasi plastik (Grogan, 2007).

Penelitian yang dilakukan Putra dkk (2019) terhadap 165 siswi kelas X, XI, dan XII SMA Pangeran Antasari Medan, didapati informasi bahwa siswi-siswi memiliki tingkat *body dissatisfaction* yang berbeda-beda. Siswi yang termasuk dalam kategori tinggi berjumlah 17 orang (10,3%), kategori sedang berjumlah 147 orang (89,1%) persen dan kategori rendah berjumlah 1 orang (0,6%) persen

Ciri-ciri individu yang mengalami *body dissatisfaction* di antaranya ialah adanya rasa kurang percaya diri, tidak pernah merasa puas terhadap bentuk tubuh, selalu mempedulikan dan membandingkan dengan orang lain yang dianggapnya lebih ideal, sensitif, memiliki kebutuhan untuk memperoleh dukungan serta sangat senang jika memperoleh pujian. Aspek *body dissatisfaction* yaitu individu menilai dan menanggapi secara negatif bentuk tubuh yang di milikinya, Individu merasa malu terhadap bentuk tubuhnya ketika berada di lingkungan sosial, individu

seringkali mengecek atau memeriksa kondisi fisik, individu seringkali menyamakan bentuk tubuh dari keadaan yang sebenarnya, individu sering merasa malas untuk mengikuti aktivitas sosial yang berhubungan dengan orang lain. Rosen dan Riter (Prima, E., & Sari, 2013).

Gambaran tubuh yang dimiliki antara remaja putra dan remaja putri berbeda. Hal tersebut karena perbedaan perubahan fisik yang dialami. Brooks dan Paikoff (dalam Santrock 2007) mengemukakan bahwa remaja putri menjadi kurang puas dengan Tubuhnya, dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini sejalan dengan pendapat Philips (dalam Santrock 2007) mengemukakan bahwa remaja putri memiliki lemak dalam tubuh yang bertambah, sedangkan pada laki-laki massa otot yang meningkat. Pendapat Rosenberg (dalam Mruk, 2006) mengemukakan bahwa *body dissatisfaction* memiliki dampak penolakan terhadap diri, merasa tidak puas dengan apa yang ada pada diri, memiliki pandangan negatif terkait diri, serta individu tersebut memiliki *self esteem* yang rendah.

Fenomena *body dissatisfaction* juga terjadi di Indonesia dimana beberapa artis ibukota melakukan operasi plastik untuk menutupi kekurangan pada penampilan tubuh mereka. Salah satunya ialah krisdayanti, dalam wawancara kepada tim Liputan 6, ia mengaku secara verbal bahwa ia melakukan operasi plastik dan sedot lemak. Jenis operasi yang kerap kali dilakukannya adalah sedot lemak (*liposuction*) di bagian bawah perut, implant payudara (*breast implants*) dan suntik *botox*. Krisdayanti melakukan semua itu semata-mata untuk menutupi kekurangan sebagai public figure dan selalu ingin tampil cantik dan sempurna.

Self esteem merupakan suatu pandangan, perasaan serta pemikiran individu mengenai diri sendiri. *Self esteem* menilai seberapa besar individu

menilai, menyetujui, menghargai dan menyukai dirinya sendiri. Hasil dari penelitian yang dilakukan Duchesne, persepsi yang negatif mengenai bentuk tubuh yang dimiliki seorang individu dapat memicu menurunkan *self esteem*, yang pada akhirnya akan meningkatkan tekanan psikologis. Saat remaja putri tidak menghargai dan memandang dirinya negatif serta kurang menerima keadaan yang ia miliki, maka remaja putri tersebut akan membentuk ketidakpuasan terhadap diri dan tubuh yang dimilikinya (Azizah, 2016).

Hasil penelitian Azizah, dkk (2018) menyatakan bahwa orang dengan *self esteem* tinggi menghargai kekuatan mereka, berinvestasi pada kemampuan dan kompetensi mereka, dan tidak merendahkan diri jika mereka tidak senang dengan penampilan mereka. Mereka merasa bahwa mereka cukup baik untuk mengekspresikan diri di depan umum, bahkan menghadapi perasaan atau situasi yang sulit. Dengan kata lain, *self esteem* secara langsung mempengaruhi perasaan, pikiran, dan perilaku seseorang terkait dengan penampilannya. Jika individu merasa baik tentang seluruh diri mereka, terutama tubuh mereka, dan menempatkan kepentingan pada diri mereka sendiri, mereka lebih mungkin untuk memperhatikan hal-hal baik dari tubuh mereka dan menghormati tubuh mereka. Faktanya, orang dengan tinggi *self esteem* memuliakan diri mereka sendiri, cenderung berpikir realistis, dan berusaha untuk menyesuaikan diri dengan perasaan tidak puas dari penampilan mereka (Azizah, 2016).

Ciri-ciri *self esteem* tinggi yaitu memiliki percaya diri yang tinggi, mampu menghargai diri sendiri, mencintai diri sendiri, menerima kekurangan dan kelebihan diri sendiri. Ciri *self esteem* rendah yaitu sulit untuk menerima pujian dari orang lain, tidak percaya diri, selalu membandingkan dirinya dengan

orang lain, meragukan diri sendiri, pesimis, individu yang memiliki *self esteem* yang rendah akan sulit untuk menerima dirinya apa adanya dan kurang percaya diri (Resky, B.; Hamid, 2021).

SMA Hang Tuah Belawan merupakan salah satu Sekolah Menengah Atas Negeri yang ada di Medan Kota Belawan, Provinsi Sumatera Utara yang terakreditasi A. SMA Negeri 1 Kisaran terletak di Jl. Kapten Rraden Sulian, Belawan II. SMA Hang Tuah Belawan berdiri pada tahun 1967 hingga sekarang dengan membuka dua program bidang studi jurusan atau peminatan yaitu Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (MIPA) dan Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS).

Fenomena *body dissatisfaction* yang terjadi pada siswi SMA Hang Tuah Belawan. Berdasarkan observasi yang telah dilakukan di SMA Hang Tuah Belawan, pada tanggal 6 - 7 oktober 2021 ditemukan beberapa masalah yang terjadi pada siswi disekolah tersebut, terlihat adanya siswi yang berbadan kurus suka menyendiri di dalam kelas dan tidak ikut gabung dengan teman-temannya yang lain. siswi tersebut duduk sambil membaca buku pada saat jam istirahat padahal semua temannya bermain kejar-kejaran, bercanda gurau tetapi ia hanya duduk diam dikelas sambil membaca buku. Siswi tersebut terlihat seperti terasingkan didalam kelas. Terdengar Ketika salah satu temannya yang ada dikelas memanggilnya dengan sebutan kutilangia hanya menunduk diam dan menangis.

Terdapat juga beberapa remaja yang memiliki tubuh ideal namun masih merasa gemuk sedang membanding-bandingkan tubuhnya serta khawatir dengan perubahan berat badan dan penampilan tubuhnya. Ketidakpuasan siswi terhadap

bentuk tubuhnya bisa muncul karena orang tersebut telah memiliki konsep tubuh ideal dalam pikirannya, namun dia merasa bahwa tubuhnya sendiri tidak atau belum memenuhi kriteria tubuh ideal tersebut.

Dari hasil observasi yang telah dilakukan peneliti terdapat bahwa mereka merasa tidak puas terhadap tubuh mereka. Setelah ditanya mereka mengaku bahwa memiliki warna kulit yang hitam, hidung pesek, tubuh yang kurus dan tidak ideal. Mereka telah berupaya untuk memperbaiki tubuh agar lebih menarik dan memiliki kepuasan terhadap tubuhnya.

Peneliti melakukan *screening* terhadap remaja perempuan berusia 15-17 tahun di SMA Hang Tuah Belawan pada tanggal 12-14 oktober 2021, dengan menyebarkan kuesioner yang berisi 10 pertanyaan yang menyangkut tentang ciri-ciri *body dissatisfaction* kepada 204 siswi guna melihat seberapa banyak subjek yang sesuai dengan kriteria peneliti tentukan sebelumnya. mengenai ciri-ciri *body dissatisfaction* yang dikemukakan oleh Ananta, (2016) dengan memberikan 10 pernyataan dengan pilihan ya dan tidak, dengan ketentuan jika menjawab ya lebih dari 5 maka akan masuk kedalam kriteria. lalu pernyataan tersebut diberikan secara acak kepada 204 siswi yang diantaranya 78 siswi kelas X ,62 siswi kelas XI dan 64 siswi kelas XII di SMA Hang Tuah Belawan (Ananta, 2016)

Data *screening* menunjukkan bahwa terdapat 140 siswi (69%) di SMA Hang Tuah Belawan cenderung mengalami *body dissatisfaction*. Siswa yang mengalami *body dissatisfaction* sebesar 80 siswi (57%) kurang percaya diri, 93 siswi (66%) tidak pernah merasa puas terhadap bagian bentuk tubuh, 89 siswi (63%) selalu membandingkan tubuhnya dengan orang lain, 50 siswi (36%)

sensitif , dan 63 siswi (45%) memiliki kebutuhan untuk memperoleh dukungan serta sangat senang jika memperoleh pujian,

Berdasarkan hasil *screening* yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat 140 siswi yang mengalami *body dissatisfaction* di SMA Hang Tuah Belawan. Mereka merasa tidak puas akan bentuk tubuhnya yang memunculkan perasaan malu dan cemas dengan bentuk tubuh, sering membandingkan tubuhnya dengan tubuh orang lain, merasa bahwa tubuhnya jelek padahal bagus, kurang puas dengan bentuk tubuhnya, siswi menjadi tidak percaya diri, malu untuk tampil dan minder.

Berikut ini adalah beberapa kutipan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 7-8 oktober 2021.

Wawancara 1

“ akutu gak pede sama tubuh yang kupunya sekarang karena aku merasa kalau tubuh kawan akutuh lebih bagus dari tubuhku. Aku pengen kali kayak kawanku karna dia putih,cantik dan badannya itu Nampak bentukannya. Gak kayak aku yang kurus dan ga berbentuk. Tapi kawanku malah pengen punya tubuh kayak aku ya Cuma karna tinggi badanku. Tapi aku merasa malu dengan tinggi badanku karna aku sering diejek kutilang. itu yang buat aku malas gabung sama temen-temanku kak. (PM, 16 tahun kelas 11, Wawancara Interpersonal,7 oktober 2021).

Wawancara 2

“badanku itu bisa dikatakan ideal kak. Tidak kurus dan tidak juga gemuk. Tapi kawanku sering ngejek aku gajah karna mereka melihat badanku seperti gajah. Entah mereka bercanda atau tidak aku gak tau, tetapi itu yang buat aku jadi gak percaya diri,merasa kalo aku jelek, dan merasa kurang puas dengan badan yang kumuliki sekarangsehingga aku berniatan untuk diet tapi dilarang sama keluargaku karena mereka merasa badanku itu udah pas dan tidak terlalu berlebihan.“(NS,17 tahun kelas 12, Wawancara Interpersonal, 8 oktober 2021)

Dari kutipan wawancara diatas terlihat bahwa dari 3 siswi yang diwawancarai dan *screening* menunjukkan bahwa siswi tersebut merasa tidak

puas dengan bentuk tubuh mereka atau mengalami *body dissatisfaction*. Dari latar belakang diatas maka peneliti mengadakan penelitian dengan mencari sejauh mana hubungannya dengan merumuskannya kedalam penelitian yang berjudul sebagai berikut **“Hubungan *Self Esteem* Dengan *Body Dissatisfaction* Pada Siswi di SMA Hang Tuah Belawan”**.

B. Identifikasi Masalah

Di zaman sekarang banyak remaja yang mengalami permasalahan dengan bentuk tubuhnya dimana banyak remaja yang merasa bentuk tubuhnya terlalu gemuk, terlalu kurus dan tidak ideal. Padahal sebenarnya jika dilihat bentuk tubuhnya ideal dan orang lain yang melihat juga menganggap tubuhnya termasuk ideal.

Standar kecantikan yang dibuat dilingkungan sosial membuat remaja yang sedang dalam masa pubertas bertindak untuk mengubah bentuk tubuhnya seperti yang diinginkan oleh lingkungan sosialnya. Hal tersebut membuat remaja merasa tidak puas akan bentuk tubuh yang mereka miliki. Ketidakpuasan bentuk tubuh tersebut akan membuat remaja mengalami ketidakpercayaan akan bentuk tubuhnya dikarenakan persepsi yang dibuat oleh lingkungan sosialnya

Evaluasi negatif akan bentuk tubuh membuat remaja merasa kehilangan *self esteem* yang rendah. Evaluasi negatif tersebut membuat remaja menjadi kurang dalam mengekspresikan dirinya karena mereka ingin menjadi seperti yang diinginkan oleh orang lain dan mereka ingin menjadi seperti orang lain. Fenomena tersebut yang membuat peneliti tertarik dalam membahas mengenai *body dissatisfaction*. Dimana *body dissatisfaction* adalah ketidakpuasan individu

terhadap bentuk tubuhnya yang menyebabkan timbulnya rasa tidak percaya diri individu Ketika tampil di depan umum atau dilingkungan sosialnya. Salah satu yang mempengaruhi *body dissatisfaction* adalah *self esteem* karena jika *self esteem* yang dimiliki oleh remaja rendah, maka remaja tersebut akan menimbulkan evaluasi diri yang negatif terhadap bentuk tubuh yang dimiliki.

C. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini peneliti membatasi penelitian yang akan dilakukan oleh remaja akhir dengan usia 15 – 17 Tahun khususnya siswi di SMA Hang Tuah Belawan. Oleh sebab itu, peneliti memfokuskan perhatian pada kajian mengenai Hubungan *Self Esteem* dengan *Body Dissatisfaction* Pada Siswi di SMA HANG TUAH BELAWAN.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah terdapat Hubungan *Self Esteem* dengan *Body Dissatisfaction* pada Siswi di SMA HANG TUAH BELAWAN.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui apakah ada Hubungan *Self Esteem* dengan *Body Dissatisfaction* pada Siswi di SMA HANG TUAH BELAWAN.

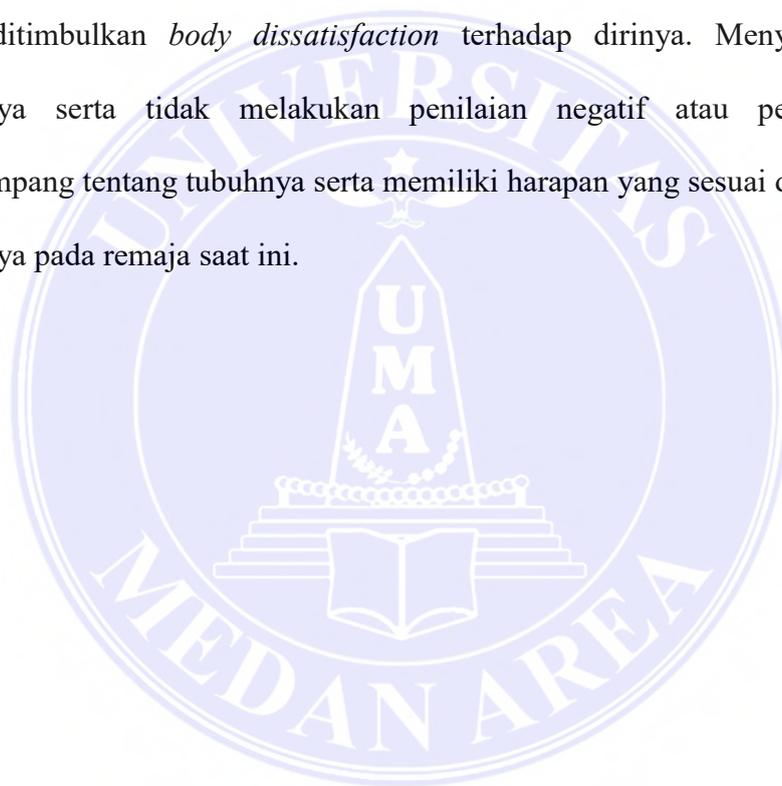
F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan dibidang psikologi, khususnya psikologi perkembangan. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberi pengetahuan mengenai *Self esteem* dengan *body dissatisfaction* agar menjadi sarana pengembangan wawasan keilmuan.

2. Manfaat Praktis

Bagi remaja yang mengalami *body dissatisfaction* Penelitian ini membantu mereka menyadari bahwa penilaian tubuh mereka dan dampak apa yang ditimbulkan *body dissatisfaction* terhadap dirinya. Menyadari kondisi tubuhnya serta tidak melakukan penilaian negatif atau penilaian yang menyimpang tentang tubuhnya serta memiliki harapan yang sesuai dengan kondisi tubuhnya pada remaja saat ini.



BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Body Dissatisfaction*

1. *Pengertian Body Dissatisfaction*

Mempunyai tubuh yang ideal merupakan salah satu impian dari setiap manusia baik wanita, pria, remaja, dewasa bahkan yang lanjut usia. Tetapi ukuran citra tubuh seseorang pastinya berbeda-beda. Menurut *National Eating Disorders Association* dalam Sunartio dkk (2012), *Body Dissatisfaction* adalah distorsi persepsi terhadap bentuk tubuh sendiri, yang menyakini bahwa orang lain lebih menarik dari padanya dan merasa bahwa ukuran tubuh merupakan suatu penyebab kegagalan seorang individu, perasaan malu, dan cemas seseorang dengan bentuk tubuh serta merasa tidak nyaman dengan tubuh yang dimiliki (Sunartio, 2012).

Body Dissatisfaction menurut Ogden (dalam Adlend, 2006) adalah perbedaan antara persepsi individu tentang bentuk tubuh ideal dan bentuk tubuh mereka yang sebenarnya, perbedaan antara persepsi mereka mengenai ukuran bentuk tubuh sebenarnya mereka bandingkan dengan ukuran bentuk tubuh ideal mereka atau sebagai perasaan tidak puas dengan ukuran bentuk tubuh. *Body Dissatisfaction* merupakan sebagai pikiran dan perasaan negatif seseorang terhadap bentuk tubuhnya. *Body Dissatisfaction* berhubungan dengan evaluasi negatif dari ukuran tubuh, bentuk, otot-otot dan berat, biasanya melibatkan perbedaan yang dirasakan antara evaluasi seseorang terhadap bentuk tubuh yang ideal (Grogan, 2007).

Menurut Rosen dan Reiter (dalam Asri dan Setasih, 2004) *body dissatisfaction* adalah keterpakuan pikiran akan penilaian negatif terhadap tampilan fisik serta adanya perasaan malu dengan keadaan fisik Ketika berada di lingkungan sosial. Ketidakpuasan bentuk tubuh tersebut dimaknai sebagai evaluasi negatif dan subyektif terhadap tubuh terkait bentuk tubuhnya. Sedangkan Menurut Thompson *body dissatisfaction* merupakan kelanjutan dari adanya gangguan terhadap citra tubuh atau dari meningkatnya perhatian seseorang terhadap citra tubuhnya. Jadi dapat disimpulkan bahwa jika seseorang sangat memperhatikan citra tubuhnya akan menimbulkan perilaku *body dissatisfaction* yang tinggi (Prima, E., & Sari, 2013).

Dari beberapa pengertian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *body dissatisfaction* adalah pemikiran negatif individu terhadap bentuk tubuhnya serta adanya rasa malu dengan keadaan ataupun penampilan tubuh yang menyebabkan terjadinya ketidakpuasan dengan ukuran bentuk tubuh.

2. Aspek-Aspek Body Dissatisfaction

Rosen dan Reiter (Hidayat, Sukamto & Tondok, 2011) menyatakan bahwa terdapat beberapa aspek *body dissatisfaction*, yaitu sebagai berikut:

a. Penilaian negatif terhadap bentuk tubuh

Individu yang mengalami *Body Dissatisfaction* menganggap bagian tubuh mereka secara negative baik secara keseluruhan maupun bagian-bagian tertentu dari tubuhnya.

b. Tidak mempunyai rasa percaya diri terhadap bentuk tubuh

Timbulnya perasaan malu, minder yang membuat individu menjadi tidak percaya diri terhadap bentuk tubuhnya.

c. *Body checking*

Seseorang yang mengalami *Body dissatisfaction* sering mengecek ataupun menimbang berat badan mereka dan sering bercermin untuk melihat penampilan mereka.

d. Kamufase tubuh,

Seseorang yang mengalami *body dissatisfaction* sering menyamarkan ataupun menyembunyikan bentuk tubuh mereka dari keadaan yang sebenarnya tujuannya agar menenangkan hati mereka.

e. Menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain

Seseorang yang mengalami *body dissatisfaction* akan sering merasa malas untuk mengikuti aktivitas yang berhubungan dengan orang lain (Hurlock; Elizabeth B., 2011).

Menurut Gerner dan Wilson (dalam Rohmah, 2014) menambahkan beberapa aspek *Body dissatisfaction* antara lain :

- a. *Body Disparagement* (meremehkan bentuk tubuh), bahwa seseorang sering meremehkan beberapa bagian dari tubuh tertentu ataupun keseluruhan tubuh.
- b. *Feeling Fat* (perasaan gemuk), yaitu perasaan dimana individu sering merasa bahwa ia gemuk ataupun merasa memiliki berat badan yang berlebih.
- c. *Lower Body fat* (rendahnya lemak tubuh), yaitu menganggap tubuh yang ideal adalah tubuh yang memiliki sedikit timbunan lemak.

- d. *Salience Of Weight and Shape* (arti penting dari berat dan bentuk), yaitu sikap mengutamakan pada berat badan serta bentuk tubuh seperti apa yang ideal (Rohmah K, 2014).

Dari beberapa uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa aspek *body dissatisfaction* yaitu afektif yang mencakup perasaan dan emosi, kognitif yang mencakup persepsi ataupun pemikiran, perilaku yang mencakup Tindakan dalam menyamakan bentuk tubuh dari keadaan yang sebenarnya, meremehkan bagian tubuh tertentu merasa gemuk dan berat badan yang berlebih, mengutamakan bagaimana cara agar mempunyai bentuk tubuh yang ideal

3. Karakteristik *Body Dissatisfaction*

Menurut (Ananta, 2016) menjelaskan karakteristik individu yang mengalami *body dissatisfaction* di antaranya ialah :

- a. Kurang percaya diri
- b. tidak pernah merasa puas terhadap bentuk tubuh
- c. Selalu mempedulikan dan membandingkan dengan orang lain yang dianggapnya lebih ideal
- d. Sensitive
- e. Memiliki kebutuhan untuk memperoleh dukungan serta sangat senang jika memperoleh pujian.

Menurut cash (2011) ada beberapa ciri *body dissatisfaction*, yaitu :

- a. Ketidakpuasaan terhadap bagian-bagian tubuh yang dimiliki
- b. Kurangnya penerimaan keadaan tubuh mereka sebagaimana adanya dan selalu membandingkan tubuhnya dengan orang lain
- c. Merasa bahwa dirinya memiliki penampilan yang jelek dan buruk

- d. Selalu mengidamkan tubuh yang ideal
- e. Selalu mencari jalan keluar untuk mengurangi kekurangan yang dimilikinya dan lebih terpusat pada kekurangan-kekurangan dibanding dengan memikirkan kelebihan yang dimilikinya (Ananta, 2016).

Dari uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik *body dissatisfaction* yaitu tidak percaya diri, tidak pernah merasa puas dengan bentuk tubuhnya, sering membandingkan bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh orang lain, ingin memiliki bentuk tubuh yang ideal agar terlihat bagus, menghindari beberapa aktivitas sosial yang berhubungan dengan individu lain.

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Body Dissatisfaction*

Menurut Bremh (dalam Rohmah, 2014), faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya *Body Dissatisfaction* antara lain :

- a. Standar Kecantikan yang tidak mungkin dicapai

Setiap kebudayaan dalam suatu tempat atau wilayah memiliki standar kecantikan yang mungkin dapat berbeda satu dengan yang lain. Sebagian besar kebudayaan, yang mungkin dapat berbeda, biasanya menganggap penampilan yang baik dan menyenangkan sebagai status yang lebih tinggi, kesempatan yang lebih baik untuk menarik lawan jenis, dan hal positif yang lain. *Body dissatisfaction* merupakan kesenjangan antara bentuk tubuh yang ideal dengan bentuk tubuh individu yang sesungguhnya.

- b. Kepercayaan atau keyakinan

Bahwa kontrol terhadap diri akan menghasilkan tubuh yang sempurna. Secara teori, salah satu hal yang dapat di ubah dari tubuh adalah berat badan. Hal ini menyebabkan berat badan menjadi sasaran. Saat berat

badan individu tidak memberikan tubuh yang sempurna bagi individu karena mitos kecantikan itu mengatakan bahwa setiap Wanita dapat mencapai berat badan yang ideal jika Wanita dapat mengontrol dirinya.

c. Ketidakpuasaan yang mendalam terhadap diri sendiri dan kehidupan

Ahli citra tubuh atau *body image* percaya bahwa *body dissatisfaction*, terutama jika meningkat menjadi rasa benci terhadap tubuhnya, merupakan gambaran *self esteem* yang rendah dan perasaan inadkuat. Hal ini bisa terjadi karena tubuh merupakan bagian diri yang dapat dilihat, sehingga bila individu memiliki perasaan negatif terhadap dirinya, maka dia juga memiliki perasaan negatif terhadap tubuhnya.

d. Kebutuhan akan Kontrol

Karena banyak hal yang tidak dapat di kontrol manusia pasti mempunyai beberapa masalah dalam yang dialami dalam hidupnya, dan Sebagian dari masalah tersebut tidak memiliki jawaban kendati orang yang bersangkutan sangat membutuhkan jawaban atas suatu masalah. Keadaan ini menyebabkan individu berusaha untuk mengontrol hal-hal yang dapat mereka kontrol, seperti mengontrol apa yang merasa makan dan mengontrol berat badan. Dengan mengontrol tubuh seperti itu, individu akan merasa tertolong karena individu tersebut memiliki pengaruh terhadap hidupnya.

e. Hidup dalam budaya "*first impression*" (Kesan Pertama)

Penampilan seseorang merupakan hal yang sangat penting. Ini dibuktikan dengan adanya penilaian terhadap orang lain yang baru dikenal berdasarkan bagaimana orang tersebut berpakaian, cara berbicara, cara berjalan dan lain.

f. *Self Esteem*

Self esteem menjadi salah satu faktor resiko yang menimbulkan terjadinya *body dissatisfaction* pada remaja. jika *self esteem* yang dimiliki oleh remaja rendah, maka remaja tersebut akan menimbulkan evaluasi diri yang negatif, sehingga akan berpengaruh terhadap evaluasi terhadap bentuk tubuh yang dimiliki. Hal tersebut yang akan menyebabkan *body dissatisfaction* pada remaja.

g. Persepsi

Persepsi juga memiliki hubungan dengan *self-esteem*. *Self esteem* yang tinggi dapat menunjuk pada persepsi yang tepat ataupun benar mengenai martabatnya sebagai seorang pribadi, termasuk juga dalam keberhasilan dan pencapaiannya. Sebaliknya individu dengan *self esteem* yang rendah akan mempersepsikan dirinya memiliki keterbatasan, bahkan kondisi yang kurang aman.

Menurut Grogan (2007) Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *body dissatisfaction* yaitu :

a. Budaya

Di budaya barat tubuh yang ideal dapat menciptakan suatu kebahagiaan, kesuksesan dan penerimaan secara sosial. Dengan perkembangan zaman modern budaya barat sangat mempengaruhi budaya timur. Perempuan yang Memiliki tubuh yang langsing dapat dikatakan sebagai tubuh yang ideal.

b. Media Sosial

Media sosial menjadi salah satu alat yang sangat berpengaruh pada remaja, dimana media sering memperlihatkan model-model yang langsing sebagai iklan penurunan berat badan dan peninggi badan. Dengan adanya iklan tersebut membuat para remaja berpikir bentuk tubuh yang ideal sangat diapresiasi oleh masyarakat. Media sosial membuka pemikiran seorang individu mengenai *body dissatisfaction*. Saat ini terdapat beberapa media sosial seperti *facebook, Instagram, twitter, youtube, line dll* yang sering digunakan oleh anak remaja.

c. Usia

Disetiap tahap usia anak remaja mempunyai karakteristik yang berbeda-beda dalam menanggapi mengenai *body dissatisfaction*.

d. Kelas Sosial

Kelas sosial mempengaruhi *body dissatisfaction* seseorang. Individu yang kelas sosialnya tinggi cenderung sering merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya dan mereka dengan sangat mudah dapat mencari tau ataupun mengakses segala informasi dalam menunjang penampilan fisiknya.

e. Hubungan Interpersonal

Seorang individu dalam suatu kelompok rentan mudah terpengaruh dan cenderung mengikuti pendapat atau keputusan kelompok. Pendapat kelompok tentang penampilan individu mempengaruhi cara individu berpikir tentang citra tubuh mereka.

f. Kepribadian

Kepribadian seorang individu terbentuk dari pola asuh dari lingkungan disosialnya. Lingkungan yang berbeda membuat orang memiliki

kepribadian yang berbeda. Kepribadian seseorang memiliki dampak besar pada cara dia melihat gambar tubuhnya. Percaya diri adalah atribut kepribadian. Orang dengan kepercayaan diri tinggi cenderung berpikir positif tentang citra tubuhnya. Orang yang memandang dirinya secara negatif memiliki *self esteem* yang rendah. Kepribadian seseorang mempengaruhi cara pandang mereka terhadap citra tubuhnya.

g. Perkembangan Pubertas

Pada masa pubertas, remaja putri mencapai kematangan fisik. Pubertas memungkinkan remaja untuk beradaptasi dengan perubahan dalam tubuhnya. Remaja yang mengalami perubahan fisik cenderung membandingkan tubuhnya dengan teman sebayanya dan merasa tidak puas dengan tubuhnya karena perbedaan bentuk tubuh.

Berdasarkan penjelasan diatas, standar kecantikan yang tidak bisa dicapai seorang individu, kebutuhan akan kontrol karena banyak yang tidak bisa dikontrol, *self esteem* yang rendah, budaya barat yang masuk diindonesia, kelas sosial, media sosial yang sering mengupload beberapa model-model cantik dan persepsi merupakan faktor-faktor dalam *body dissatisfaction*.

B. Self Esteem

1. Pengertian Self Esteem

Lerner dan Spanier (dalam Ghufron dan Risnawita,2020) berpendapat bahwa *self esteem* adalah tingkat penilaian yang positif atau negatif yang dihubungkan dengan konsep diri seseorang. Self esteem merupakan evaluasi seorang individu terhadap dirinya sendiri secara positif dan juga sebaliknya dapat menghargai secara negatif. Seorang individu yang memiliki *self esteem* positif

akan menghargai diri mereka. Namun individu yang memiliki *self esteem* negatif akan mereka memiliki banyak kekurangan dan merasa tidak dihargai oleh orang lain (Santrock, 2007).

Coopersmith (1967) mengemukakan bahwa bahwa *self esteem* merupakan evaluasi yang dibuat individu dalam sikap menerima, menolak, percaya terhadap kemampuan, keberartian dan kesuksesan, evaluasi tersebut individu dapat menghargai diri yang melibatkan dalam diri ataupun dari lingkungan sosial. Individu yang memiliki *self esteem* sedang memiliki ciri-ciri dan cara bertindak yang cenderung sama dengan individu yang memiliki *self esteem* tinggi. Individu yang memiliki *self esteem* sedang memiliki banyak pernyataan dalam diri terkait sesuatu yang positif juga berimbang dalam menilai kompetensi, keberartian, dan harapan. Individu dengan *self esteem* sedang merasa kurang yakin dalam menilai diri, ragu, dan bergantung penerimaan dilingkungan tempat individu berada (Cooper, Taylor, Cooper, & Fairbum, 1987).

Dari pengertian *self esteem* tersebut maka dapat disimpulkan bahwa *Self esteem* merupakan suatu penilaian positif maupun negatif yang dibuat individu dalam sikap menerima ataupun menolak yang menunjukkan keyakinan individu sebagai seorang yang mampu, berarti, berhasil dan berharga.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Self Esteem*

Self esteem dalam perkembangannya terbentuk dari hasil interaksi individu dengan lingkungan dan atas sejumlah penghargaan, penerimaan, dan pengertian orang lain terhadap dirinya. Beberapa faktor yang mempengaruhi *self esteem* menurut GhufromM. dan Risnawita (2020) diantaranya :

a. Faktor jenis kelamin

Wanita selalu merasa *self esteem* nya lebih rendah daripada pria seperti perasaan kurang mampu, kepercayaan diri yang kurang mampu, atau merasa harus dilindungi. Hal ini mungkin terjadi karena peran orangtua dan harapan-harapan masyarakat yang berbeda-beda baik pada pria maupun Wanita.

b. **Inteligensi**

Inteligensi sebagai gambaran lengkap kapasitas fungsional individu sangat erat berkaitan dengan prestasi karena pengukuran inteligensi selalu berdasarkan kemampuan akademis.

c. **Kondisi fisik**

Coopersmith (1967) menemukan adanya hubungan yang konsisten antara daya Tarik fisik dan tinggi badan dengan *self esteem*. Individu dengan kondisi fisik yang menarik cenderung memiliki *self esteem* yang lebih baik dibandingkan dengan kondisi fisik yang kurang menarik.

d. **Lingkungan keluarga**

Peran keluarga sangat penting bagi perkembangan *self esteem* anak. Dalam keluarga, seorang anak untuk pertama kalinya mengenal orangtua yang mendidik dan membesarkannya serta sebagai dasar untuk bersosialisasi dalam lingkungan yang lebih besar. Keluarga harus menemukan suatu kondisi dasar untuk mencapai perkembangan *self esteem* anak yang baik.

e. **Lingkungan sosial**

Klass dan Hodge (dalam Ghufroon dan Risnawita, 2020) berpendapat bahwa pembentukan *self esteem* dimulai dari seseorang yang menyadari dirinya berharga atau tidak. Hal ini merupakan hasil dari proses

lingkungan penghargaan, penerimaan, dan perlakuan orang lain kepadanya (Ogden, 2022).

Menurut Coopersmith (Maharsi Anindyajati C. M. K., 2004) terdapat empat faktor yang dapat mempengaruhi *self esteem*, yaitu:

a. Penerimaan atau penghinaan terhadap diri.

Individu yang merasa dirinya berharga akan memiliki penilaian yang baik atau positif terhadap dirinya dibandingkan dengan individu yang tidak mengalami hal tersebut. Individu yang memiliki *self esteem* yang baik akan mampu menghargai dirinya sendiri, menerima diri, tidak menganggap rendah dirinya, melainkan mengenali keterbatasan dirinya sendiri dan mempunyai harapan untuk maju dan memahami potensi yang dimilikinya, sebaliknya individu dengan *self esteem* rendah umumnya akan menghindar dari persahabatan, cenderung menyendiri, tidak puas akan dirinya, walaupun sesungguhnya orang yang memiliki *self esteem* yang rendah memerlukan dukungan.

b. Kepemimpinan atau popularitas.

Penilaian atau keberartian diri diperoleh seseorang pada saat individu tersebut harus berperilaku sesuai dengan tuntutan yang diberikan oleh lingkungan sosialnya yaitu kemampuan seseorang untuk membedakan dirinya dengan orang lain atau lingkungannya. Pada situasi persaingan, seseorang akan menerima dirinya serta membuktikan seberapa besar pengaruh dan kepopulerannya. Pengalaman yang diperoleh pada situasi itu membuktikan individu lebih mengenal dirinya, berani menjadi pemimpin, atau menghindari persaingan.

c. Keluarga dan orang tua.

Keluarga dan orang tua memiliki porsi terbesar yang mempengaruhi *self esteem*, ini dikarenakan keluarga merupakan modal pertama dalam proses imitasi. Alasan lainnya karena perasaan dihargai dalam keluarga merupakan nilai penting dalam mempengaruhi *self esteem*.

d. Keterbukaan dan kecemasan.

Individu cenderung terbuka dalam menerima keyakinan, nilai-nilai, sikap, moral dari seseorang maupun lingkungan lainnya jika dirinya diterima dan dihargai. Sebaliknya seseorang akan mengalami kekecewaan bila ditolak lingkungannya.

Dari beberapa uraian diatas disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi *Self Esteem* yaitu faktor internal yang berupajenis kelamin, inteligensi, kondisi fisik, faktor eskternal berupa lingkungan keluarga, lingkungan sosial. Penerimaan atau penghinaan terhadap diri, Kepemimpinan/popularitas, keterbukaan serta kecemasan juga mempengaruhi *self esteem*.

3. Aspek-aspek *Self Esteem*

Coopersmith (1967) mengemukakan ada tiga aspek *self esteem* yaitu :

a. Rasa Diterima

Rasa ini berupa merasa sebagai bagian dari suatu kelompok, dihargai, diterima oleh anggota kelompok lainnya.

b. Rasa Mampu

Rasa ini berupa rasa mampu untuk melakukan sesuatu yang penting karena akan mendorong kemajuan

c. Rasa Dibutuhkan

Rasa ini berupa merasa berharga, berarti, dan bernilai.

Menurut Smelser (Guindon M.H., 2010) menyebutkan aspek-aspek *self esteem* terdiri dari :

a. Kognitif

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

b. Afektif

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

c. Evaluatif

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

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek *self esteem* yaitu mencakup perasaan diterima, perasaan mampu, perasaan dibutuhkan, aspek ini akan digunakan sebagai skala dalam penelitian ini.

4. Karakteristik *Self Esteem*

Menurut Rosenberg dan Owens Guindon (Larasati W.P, 2012) mengemukakan karakteristik individu dengan *self esteem* rendah dan tinggi yaitu :

a. *Self Esteem* Tinggi

1. Bangga menjadi diri sendiri
2. Merasa puas dengan dirinya
3. Memiliki emosi yang positif
4. Menanggapi pujian serta kritikan sebagai masukan
5. Mampu menerima kegagalan serta bangkit dari kegagalannya
6. Memiliki pandangan hidup yang positif

7. Menghargai tanggapan orang lain sebagai umpan balik untuk memperbaiki diri
 8. Mampu menerima kejadian yang negative serta berusaha untuk memperbaikinya
 9. Dapat berinteraksi dan berhubungan dekat dan percaya pada orang lain
 10. Berani mengambil resiko
 11. Memiliki sikap positif pada orang lain
 12. Optimis
 13. Berpikir konstruktif (mampu mendorong diri sendiri)
- b. *Self Esteem Rendah*
1. Merasa tidak puas dengan dirinya
 2. Ingin menjadi orang lain atau berada diposisi orang lain
 3. Sering mengalami emosi negatif
 4. Sulit dalam menerima kritikan
 5. Mamandang hidup dan berbagai kejadian hidup sebagai hal yang negatif
 6. Menganggap tanggapan orang lain sebagai Kritik yang mengancam
 7. Membesar-besarkan peristiwa negatif yang pernah dialaminya
 8. Sulit dalam berinteraksi, berhubungan dekat dan percaya pada orang lain
 9. Menghindar dari resiko
 10. Bersikap sinis (negatif) pada orang lain
 11. Pesimis
 12. Berfikir yang tidak membangun (tidak dapat membantu diri sendiri)

Menurut Coopersmith (Azizah,A,N. Rahayu, S, 2016) membagi tingkat *self esteem* individu menjadi dua golongan yaitu :

- a. Individu dengan *self esteem* tinggi
 1. Aktif dan dapat mengekspresikan diri dengan baik
 2. Memiliki perilaku yang mandiri
 3. Dapat menerima kritik dengan baik
 4. Percaya pada persepsi dan reaksinya sendiri
 5. Berani dalam mengemukakan pendapat
 6. Memiliki keyakinan diri
- b. Individu dengan *self esteem* rendah
 1. Tidak memiliki rasa
 2. Terlibat sebagai orang yang putus asa dan cemas
 3. Merasa diasingkan dan tidak diperhatikan
 4. Menarik diri dari lingkungannya
 5. Kurang dapat mengekspresikan diri
 6. Sangat tergantung pada lingkungan
 7. Tidak konsisten
 8. Tidak memiliki ketahanan diri

Dari beberapa karakteristik diatas dapat disimpulkan bahwa *Self esteem* menimbulkan terbagi dalam diri individu dan lingkungannya. Individu yang memiliki *self esteem* tinggi cenderung membawa dampak yang positif bagi dirinya dan lingkungannya. Sementara individu yang memiliki *self esteem* rendah cenderung memiliki dampak negatif ataupun dampak yang kurang menguntungkan bagi dirinya serta perkembangan potensinya.

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

Masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak ke masa dewasa yang mengandung perubahan fisik, kognitif dan psikososial. Selama rentang kehidupan manusia, terjadi banyak pertumbuhan dan perkembangan dari mulai lahir sampai dengan meninggal dunia. Remaja berasal dari kata latin *adolensence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolensence* mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik. Pada masa ini sebenarnya tidak mempunyai tempat yang jelas karena tidak termasuk golongan anak tetapi tidak juga golongan dewasa atau tua. Remaja merupakan suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual (Sarwono, 2011).

Masa remaja disebut juga sebagai masa perubahan, meliputi perubahan dalam sikap, dan perubahan fisik. Remaja pada tahap tersebut mengalami perubahan banyak perubahan baik secara emosi, tubuh, minat, pola perilaku dan juga penuh dengan masalah-masalah pada masa remaja (Hurlock; Elizabeth B., 2011).

Menurut Erickson masa remaja adalah masa terjadinya Krisis identitas atau pencarian identitas diri. Gagasan Erickson ini dikuatkan oleh James Marcia yang menemukan bahwa ada empat status identitas diri pada remaja yaitu *identity diffusion/ confusion, moratorium, foreclosure, dan identity achieved* (Santrock, 2011).

Dari beberapa teori diatas maka dapat disimpulkan bahwa masa remaja adalah suatu masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, yang ditandai dengan individu telah mengalami beberapa perkembangan atau pertumbuhan yang sangat pesat dalam segala bidang, yang meliputi dari perubahan fisik yang menunjukkan kematangan organ reproduksi serta optimalnya fungsional organ-organ lainnya.

2. Tahap perkembangan remaja

Menurut Sarwono (2011) ada 3 tahap perkembangan dalam proses penyesuaian diri menuju dewasa :

a. Remaja awal

Seorang remaja pada tahap ini berusia 10-12 tahun yang masih heran akan perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan yang menyertai perubahan itu. Mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang secara erotis

b. Remaja madya

Seorang remaja pada tahap ini berusia 13-15 tahun. Ditahap ini remaja sangat membutuhkan kawan-kawan. Remaja akan senang kalau banyak kawan yang menyukainya. Ada kecenderungan *narastic* yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang mempunyai sifat yang sama dengan dirinya. Selain itu, ia berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana : peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimis, idealis atau meterialis, dan sebagainya.

c. Remaja akhir

Seorang remaja pada tahap ini berusia 16-19 tahun yang adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian lima hal dibawah ini :

1. Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek
2. Egonya mencari kesempatan untuk Bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru.
3. Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi
4. Egosentrisme (selalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
5. Tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya pada masyarakat umum.

Tahapan perkembangan remaja dengan terjadinya Perubahan fisik terjadi dengan cepat pada remaja. Kematangan seksual sering terjadi seiring dengan perkembangan seksual secara primer dan sekunder. Perubahan secara primer berupa perubahan fisik dan hormon penting untuk reproduksi, perubahan sekunder antara laki-laki dan perempuan berbeda, Perkembangan kognitif Remaja mengembangkan kemampuannya dalam menyelesaikan masalah dengan tindakan yang logis. Remaja dapat berfikir abstrak dan menghadapi masalah yang sulit secara efektif. Jika terlibat dalam masalah, remaja dapat mempertimbangkan beragam penyebab dan solusi yang sangat banyak, Perkembangan psikososial ditandai dengan terikatnya remaja pada kelompok sebaya. Pada masa ini, remaja mulai tertarik dengan lawan jenis. Minat sosialnya bertambah dan penampilannya menjadi lebih penting dibandingkan sebelumnya. Perubahan fisik yang terjadi

seperti berat badan dan proporsi tubuh dapat menimbulkan perasaan yang tidak menyenangkan seperti, malu dan tidak percaya diri (Santrock, 2011).

Dari beberapa uraian diatas dapat disimpulkan bahwa tahapan perkembangan remaja ada 3 yaitu remaja awal, remaja madya, remaja akhir. Juga terjadinya perkembangan kognitif, perkembangan fisik, perkembangan psikososial, perkembangan emosi pada remaja dalam tahapan perkembangannya.

3. Ciri-ciri masa remaja

Menurut Hurlock (2011) masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakan dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri tersebut yaitu:

- a. Masa remaja sebagai periode yang penting
ada periode penting karena akibat fisik dan ada juga karena akibat psikologis. Akibat fisik dan akibat psikologis mempunyai persepsi yang sangat penting. Perkembangan fisik yang cepat, terutama pada awal masa remaja. Semua perkembangan menimbulkan perlu ada penyesuaian mental dan perlu membentuk nilai, sikap dan minat baru.
- b. Masa remaja sebagai periode peralihan
periode peralihan yang dimaksud adalah dari tahap perkembangan pertama ke tahap selanjutnya. Artinya apa yang sudah terjadi dimasa lalu akan meninggalkan bekasnya untuk masa yang akan datang.
- c. Masa remaja sebagai periode perubahan
selama awal masa remaja, Ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat maka perubahan perilaku dan sikap akan juga berlangsung pesat. Jika perubahan fisik menurun, pasti perubahan sikap dan perilaku juga pasti menurun. Terdapat beberapa perubahan yang sama dan hampir bersifat

universal. Pertama, meningginya emosi yang intensitasnya tergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis. Kedua, perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok. Ketiga, dengan berubahnya minat dan pola perilaku maka nilai-nilai juga berubah. Keempat, Sebagian besar remaja bersikap abivalen terhadap setiap perubahan.

d. Masa remaja sebagai usia bermasalah

masalah remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi. Terdapat dua alasan kesulitan. Pertama, sepanjang masa kanak-kanak, masalah anak Sebagian diselesaikan oleh orangtua dan guru-guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalahnya. Kedua, karena remaja merasa mandiri, sehingga mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan orang tua dan guru-guru.

e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas diri

remaja menarik perhatian pada diri sendiri dan agar dipandang sebagai individu, sementara pada saat yang sama ia mempertahankan identitas dirinya terhadap kelompok sebaya. Identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya, apa peranannya dalam masyarakat, apakah ia seorang anak atau dewasa, apakah ia mampu percaya diri sekalipun latar belakang ras atau agama atau nasionalnya membuat beberapa orang merendharkannya. Secara keseluruhan, apakah ia berhasil atau akan gagal.

f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

anggapan Stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapi, yang tidak dapat dipercaya, dan cenderung merusak dan berperilaku merusak menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja muda takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.

Stereotip berfungsi sebagai cermin yang ditegakkan masyarakat bagi remaja yang menggambarkan citra diri remaja sendiri yang lambat laun dianggapnya sebagai gambaran yang asli dan remaja membentuk perilakunya sesuai gambaran ini. Dengan menerima stereotip tersebut dan adanya keyakinan bahwa orang dewasa mempunyai pandangan yang buruk tentang remaja, membuat peralihan ke masa dewasa menjadi sulit.

g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik

remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita. Cita-cita yang tidak realistik ini, tidak hanya bagi dirinya sendiri tetapi juga bagi keluarga dan teman-temannya, menyebabkan meningkatkan emosi yang merupakan ciri dari awal masa remaja. Semakin tidak realistic cita-citanya semakin ia menjadi marah. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau kalau ia tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkannya sendiri.

h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

dengan semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Berpakaian dan

bertindak seperti orang dewasa ternyata belumlah cukup. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan obat-obatan dan terlibat dalam perbuatan seks. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

Menurut Santrock (2011), ciri utama remaja meliputi :

- a. Pertumbuhan fisik yang pesat
- b. Kesadaran diri yang tinggi
- c. Selalu tertarik untuk mencoba sesuatu yang baru.
- d. Remaja bukanlah masa berakhirnya terbentuk kepribadian akan tetapi merupakan salah satu tahap utama dalam pembentukan kepribadian seseorang.
- e. Remaja banyak meluangkan waktunya bersama teman-teman sebaya. Disamping itu, remaja mulai banyak menerima informasi dari media massa yang sudah mulai dikenal dan dekat dengan mereka.
- f. Remaja merupakan individu yang terbuka terhadap hal-hal baru. Banyaknya informasi yang diterima membuat remaja melakukan pemrosesan informasi secara lebih mendalam.

Dari beberapa uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri masa remaja yaitu: masa remaja sebagai periode yang penting, masa remaja sebagai periode peralihan, masa remaja sebagai periode perubahan, masa remaja sebagai masa mencari identitas, masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan, masa remaja sebagai masa yang tidak realistis dan masa remaja sebagai ambang masa dewasa (Santrock, 2011).

4. Hubungan *Self Esteem* dengan *Body Dissatisfaction*

Semua manusia mendambakan penampilan fisik yang menarik. Namun Hasrat untuk mencapai penampilan yang menarik lebih besar pada wanita dibandingkan pria. Di sepanjang kehidupan, setiap individu menghadapi tugas-tugas perkembangan tertentu. Individu juga akan memiliki krisis di setiap tahap perkembangannya. Menurut Havighurst (dalam Hurlock, 2011) salah satu tugas perkembangan pada masa remaja adalah menerima keadaan fisik dan menggunakannya secara efektif. Pada remaja putri, penampilan fisik lebih penting dan sering merasa tidak puas dibandingkan dengan remaja putra (Hurlock; Elizabeth B., 2011).

Menurut Anastasia, wanita cenderung lebih memperhatikan penampilan tubuhnya dibanding dengan pria. Sependapat dengan Mousa & Mashal (2011) yang menyatakan bila dibandingkan dengan pria, wanita akan lebih memperhatikan penampilannya. Pernyataan yang terdapat (dalam Husni & Indrijati (2014), dimana didalamnya Croll mengatakan bahwa 85% wanita muda sangat khawatir dengan penampilannya. Perhatian yang lebih terhadap penampilan fisiknya seringkali menyebabkan munculnya kebutuhan untuk tampil cantik dan tubuh yang ideal (Husni & Indrijati, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Azizah dan Rahayu (2016) tentang Hubungan Antara *Self Esteem* dengan *Body Image* pada Remaja Awal yang mengalami obesitas dilakukan di sebagian sekolah yang berada di kabupaten Jember memperlihatkan bahwa dari 41 remaja, ditemukan 10 remaja atau sekitar 24,39% yang memiliki *self-esteem* yang tergolong rendah, 25 remaja atau sekitar 60,97% yang memiliki *self-esteem* yang tergolong sedang, dan 6 remaja atau

sekitar 14,63% yang memiliki *self-esteem* yang tergolong tinggi. *Self esteem* memiliki hubungan dengan penampilan tubuh dibandingkan dengan bidang lain seperti kemampuan akademik dan penerimaan social (Azizah,A,N. Rahayu, S, 2016).

Hasil penelitian ini juga didukung Sztainer, dkk (2000) mengemukakan bahwa fokus pada penampilan dalam membuat evaluasi diri yang menyebabkan pada rendahnya *self esteem* pada masa remaja. Remaja perempuan mendapatkan tekanan sosial yang lebih kuat dan berhubungan dengan penampilan fisik. Tekanan sosial yang diterima membuat remaja perempuan mengevaluasi penampilan fisik, menerima atau menolak diri yang juga berhubungan kuat dengan *self esteem* (Sztainer D. N; Peter J. H., 2000).

Body dissatisfaction merupakan perasaan negatif individu terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya. Salah satu faktor yang mempengaruhi body dissatisfaction seseorang, adalah Kepercayaan atau keyakinan bahwa kontrol terhadap diri akan menghasilkan tubuh yang sempurna, berat badan merupakan salah satu hal yang dapat di ubah dari tubuh. Ini menjadikan berat badan menjadi sasaran saat seseorang merasa tidak puas dengan hal lain dari tubuhnya, ia akan mempersepsikan tentang hal yang negatif terhadap tubuhnya sendiri. Ketika berat badan individu tidak memberikan tubuh yang sempurna bagi individu yang disebabkan oleh mitos kecantikan itu mengatakan bahwa setiap Wanita dapat mencapai berat badan yang ideal jika Wanita dapat mengontrol dirinya (Safitri A. O., 2019).

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *self esteem* merupakan salah satu dari faktor yang mempengaruhi *body dissatisfaction* pada seorang

individu. jika *self esteem* yang dimiliki oleh remaja rendah, maka remaja tersebut akan menimbulkan evaluasi diri yang negatif, sehingga akan berpengaruh terhadap evaluasi terhadap bentuk tubuh yang dimiliki. Hal tersebut yang akan menyebabkan terjadinya *body dissatisfaction* pada remaja.

D. Berat Badan Ideal

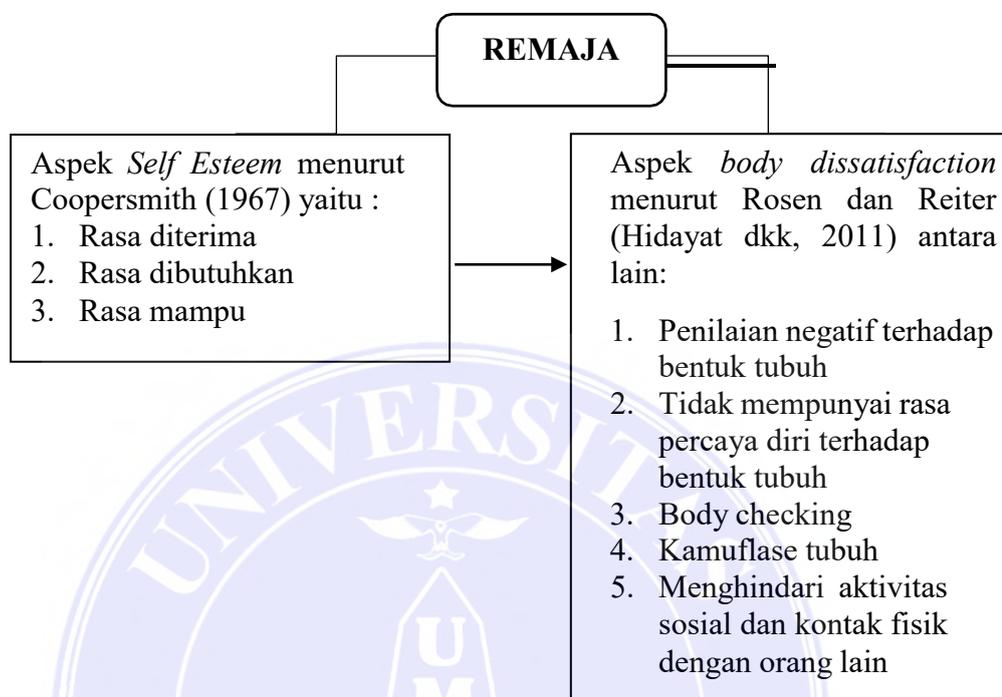
Tabel 1
Perempuan

Tinggi Badan (cm)	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)	Berat Badan (kg)
145	46-50 (kecil) 49-55 (sedang) 53-59 (besar)	157	50-56 (kecil) 55-61 (sedang) 59-66 (besar)	170	57-63 (kecil) 61-68 (sedang) 66-76 (besar)
147	46-51 (kecil) 50-56 (sedang) 54-61 (besar)	160	51-57 (kecil) 56-62 (sedang) 61-68 (besar)	173	58-64 (kecil) 63-69 (sedang) 66-77 (besar)
150	47-52 (kecil) 51-57 (sedang) 55-62 (besar)	163	53-59 (kecil) 67-64 (sedang) 62-70 (besar)	175	60-66 (kecil) 64-71 (sedang) 69-78 (besar)
152	48-53 (kecil) 52-58 (sedang) 56-63 (besar)	165	54-60 (kecil) 59-65 (sedang) 63-72 (besar)	178	61-67 (kecil) 66-72 (sedang) 70-80 (besar)
155	49-55 (kecil) 53-60 (sedang) 58-65 (besar)	168	56-61 (kecil) 69-66 (sedang) 65-74 (besar)	180	62-68 (kecil) 67-73 (sedang) 71-81 (besar)

Laki-laki

Tinggi Badan (cm)	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)	Berat Badan (kg)
155	57-60 (kecil) 58-63 (sedang) 61-67 (besar)	168	61-65 (kecil) 63-69 (sedang) 66-75 (besar)	180	66-71 (kecil) 70-76 (sedang) 73-84 (besar)
157	58-61 (kecil) 59-64 (sedang) 62-68 (besar)	170	62-66 (kecil) 65-70 (sedang) 68-77 (besar)	183	68-73 (kecil) 71-78 (sedang) 75-86 (besar)
160	59-61 (kecil) 60-65 (sedang) 63-70 (besar)	173	63-67 (kecil) 66-71 (sedang) 69-79 (besar)	185	69-75 (kecil) 73-80 (sedang) 77-88 (besar)
163	60-62 (kecil) 61-66 (sedang) 64-71 (besar)	175	64-69 (kecil) 67-73 (sedang) 71-81 (besar)	188	71-77 (kecil) 75-81 (sedang) 79-91 (besar)
165	61-63 (kecil) 62-67 (sedang) 65-73 (besar)	178	67-70 (kecil) 69-74 (sedang) 72-82 (besar)	190	72-79 (kecil) 76-84 (sedang) 81-93 (besar)

E. Kerangka Konseptual



Gambar 1. Kerangka Konseptual

F. Hipotesis

Berdasarkan konsep teori diatas maka hipotesis yang dikemukakan dalam penelitian ini adalah Ada hubungan negatif antara *self esteem* dengan *body dissatisfaction* pada siswi. Dengan asumsi semakin rendah self esteem maka akan tinggi *body dissatisfaction*. Begitu juga sebaliknya, semakin tinggi *self esteem* maka akan rendah *body dissatisfaction*.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Variable penelitian merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari agar memperoleh suatu informasi tentang hal tersebut, dan kemudian ditarik kesimpulannya. Jenis penelitian ini bersifat kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai suatu metode penelitian yang berdasarkan pada filsafat positivism, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2015).

Tipe penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif yang digunakan untuk mengukur/mengetahui variabel bebas dan variabel terikat dengan menggunakan angka-angka yang diolah melalui statistik. Metode ini menggunakan pendekatan kuantitatif, Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan korelasional yang bertujuan untuk mengetahui Hubungan *Self Esteem* dengan *Body Dissatisfaction* pada Remaja.

B. Identifikasi Varibel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah

1. Variabel bebas : *Self Esteem* (X)
2. Variabel terikat : *Body Dissatisfaction* (Y)

C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah penjabaran masing-masing variabel terhadap indikator-indikator yang membentuknya.

1. *Self Esteem* adalah suatu penilaian positif maupun negatif yang dibuat individu dalam sikap menerima ataupun menolak yang menunjukkan keyakinan individu sebagai seorang yang mampu, berarti, berhasil dan berharga.
2. *Body Dissatisfaction* adalah pemikiran negatif individu terhadap bentuk tubuhnya serta adanya rasa malu dengan keadaan ataupun penampilan tubuh yang menyebabkan terjadinya ketidakpuasan dengan ukuran bentuk tubuh.

D. Populasi, Sampel dan Metode Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi di SMA HANGTUAH BELAWAN dengan jumlah 204 siswi.

Adapun kriteria yang dijadikan populasi adalah :

- a. Murid yang berjenis kelamin perempuan
- b. Berusia 15-17 tahun

Tabel 2**Populasi**

KELAS	POPULASI
X	78
XI	62
XII	64
JUMLAH	204

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 140 orang siswi (Sugiyono, 2015).

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah salah satu teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan tertentu ini, sebagai contoh seseorang yang dianggap yang paling tahu tentang apa yang kita harapkan, atau barangkali dia sebagai seorang penguasa sehingga dapat memudahkan peneliti untuk bisa menjelajahi objek ataupun situasi sosial yang diteliti (Sugiyono, 2015).

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan skala psikologis. Metode dari skala ini sering digunakan untuk pengumpulan data. Metode ini akan menghasilkan hasil yang signifikan jika peneliti dapat memilih jenis yang tepat berdasarkan jenis data yang dikumpulkan dan tujuan penelitian yang dinyatakan. Skala yang digunakan dalam penelitian ini

terdiri dari skala *self esteem* dan skala *body dissatisfaction* untuk mengukur ketidakpuasan tubuh dari subjek penelitian Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada pendapat Azwar bahwa bentuk skala instrumen adalah bentuk skala dan stimulus skala adalah bentuk pertanyaan atau pernyataan yang tidak secara langsung mengungkapkan atribut (Azwar, 2015).

Dalam hal ini orang yang diukur memahami pertanyaan atau pernyataan tersebut, tetapi tidak mengetahui arah jawaban yang dimaksudkan oleh pertanyaan yang diajukan, sehingga jawaban yang diberikan lebih merupakan proyeksi dari interpretasi pertanyaan atau pernyataan tersebut dan jawaban subjeknya. Variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah *self esteem* dan *body dissatisfaction*. Masing-masing skala dijelaskan secara rinci sebagai berikut:

1. Skala *Body Dissatisfaction*

Skala *body dissatisfaction* ini disusun menggunakan model skala Likert yang terdiri dari pernyataan-pernyataan dalam bentuk *favourable* dan *unfavorable*.

Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2015). Skala ini terdiri dari 40 aitem yang terbagi menjadi dua kelompok, yaitu aitem yang mendukung pernyataan (*favorable*) dan aitem yang tidak mendukung pernyataan (*unfavorable*).

Penilaian yang diberikan kepada masing-masing jawaban subjek pada setiap pernyataan *favourable* adalah Sangat Sesuai (SS) mendapat nilai 4, Sesuai (S) mendapat nilai 3, Tidak Sesuai (TS) mendapat nilai 2, dan Sangat Tidak

Sesuai (STS) mendapat nilai 1. Untuk pernyataan yang bersifat *unfavorable* penilaian yang diberikan adalah Sangat Sesuai (SS) mendapat nilai 1, Sesuai (S) mendapat nilai 2, Tidak Sesuai (TS) mendapat nilai 3, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapat nilai 4.

2. Skala *Self Esteem*

Skala self esteem ini terdiri dari aitem *favourable* dengan *unfavorable*. Skala ini bertujuan untuk mengukur self esteem remaja. Skala self esteem ini disusun menggunakan model skala Likert, yang merupakan suatu series butir (butir soal). Responden hanya memberikan persetujuan atau ketidaksetujuannya terhadap butir soal tersebut. Skala ini dimaksudkan untuk mengukur sikap individu dalam dimensi yang sama dan individu menempatkan dirinya ke arah satu kontinuitas dari butir soal. Skala ini terdiri dari 24 aitem yang terbagi menjadi dua kelompok, yaitu aitem yang mendukung pernyataan (*favorable*) dan aitem yang tidak mendukung pernyataan (*unfavorable*).

Penilaian yang diberikan kepada masing-masing jawaban subjek pada setiap pernyataan *favourable* adalah Sangat Sesuai (SS) mendapat nilai 4, Sesuai (S) mendapat nilai 3, Tidak Sesuai (TS) mendapat nilai 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapat nilai 1. Untuk pernyataan yang bersifat *unfavorable* penilaian yang diberikan adalah Sangat Sesuai (SS) mendapat nilai 1, Sesuai (S) mendapat nilai 2, Tidak Sesuai (TS) mendapat nilai 3, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapat nilai 4.

F. Validitas dan Realibilitas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas alat ukur digunakan untuk mengetahui apakah skala psikologi mampu menghasilkan data akurat yang sesuai dengan tujuan ukurnya. Instrumen yang valid berarti instrumen yang digunakan untuk memperoleh (mengukur) data yang valid. Validitas berasal dari kata *validity* yang memiliki arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukuran dalam melakukan fungsinya (Azwar, 2015). Substansi yang terpenting dalam validasi skala psikologi adalah membuktikan bahwa struktur seluruh aspek berperilaku, indikator berperilaku, dan aitem-aitemnya memang membentuk suatu konstruk yang akurat bagi atribut yang diukur karena identifikasi tujuan ukur sebagai langkah pertama dalam penyusunan skala dimaksudkan untuk membangun konstruk teoritik yang tepat, maka skala yang disusun berdasarkan kawasan ukur yang teridentifikasi dengan baik dan telah dibatasi dengan jelas, secara teoritikpun akan valid (Azwar, 2015).

Dalam hal ini pengujian kesahian alat ukur menggunakan angket yang dapat dilakukan berdasarkan uji. Validitas internal ditentukan oleh korelasi antara setiap item dan skor total semua item. Metode analisisnya menggunakan *Analisa Pearson Product Moment* dengan rumus:

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

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi antara variabel X (skor subjek setiap pernyataan) dengan

Variabel Y (total skor dari seluruh pernyataan).

$\sum XY$ = Jumlah dari hasil perkalian antara variabel X dengan variabel Y.

$\sum X$ = Jumlah skor pada seluruh pernyataan.

ΣY = Jumlah skor tiap pernyataan

ΣX^2 = Jumlah kuadrat skor x.

ΣY^2 = Jumlah kuadrat skor y.

N = Jumlah subjek.

2. Realibilitas

Reabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability*. Suatu pengukuran yang mampu menghasilkan data yang memiliki tingkat reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel. Konsep reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya. Hasil dari proses pengukuran dapat dipercaya apabila diperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek yang diukur belum berubah (Azwar, 2015).

Teknik yang digunakan adalah koefisien *Alpha Cronbach*. Skala yang akan diestimasi reliabilitasnya dalam jumlah yang sama banyak untuk mengetahui reliabilitas alat ukur, maka akan digunakan rumus koefisien Alpha sebagai berikut:

$$Rho = 1 - \frac{6 \sum D^2}{N(N^2 - 1)}$$

Keterangan:

Rho (rs) = korelasi

N = jumlah subjek penelitian

D = Perbedaan R1 – R2

Langkah selanjutnya adalah hendaknya dicari lagi korelasinya dengan menggunakan spearman brown formula sebagai berikut:

$$r_{xx} = \frac{2r_{x_1x_2}}{1 + r_{x_1x_2}}$$

Keterangan :

$r_{x1\ x2}$ = korelasi skor genap dan ganjil

r_{xx} = reliabilitas instrumen secara keseluruhan

G. Metode Analisis Data

Metode analisis data merupakan suatu langkah dalam proses penelitian dimana data yang terkumpul diolah untuk memecahkan masalah yang ada. Pengelolaan data ini disebut analisis data. Analisis data itu sendiri bertujuan untuk menjelaskan data dengan cara yang mudah dipahami dan untuk memperoleh informasi yang menarik tentang karakteristik kumpulan data berdasarkan sampel data yang dihasilkan dari hasil uji hipotesis.

Berdasarkan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, analisis statistik dilakukan dengan menggunakan program komputer *Statistical Package for Social Science* (SPSS) versi 16.0. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara satu variabel bebas dengan satu variabel terikat. Dalam penelitian ini, variabel bebasnya adalah *self esteem*, dan variabel terikatnya, *body dissatisfaction*. Rumus korelasi *product moment* adalah:

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

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi antara variabel X (skor subjek setiap pernyataan) dengan Variabel Y (total skor dari seluruh pernyataan).

$\sum XY$ = Jumlah dari hasil perkalian antara variabel X dengan variabel Y.

$\sum X$ = Jumlah skor pada seluruh pernyataan.

$\sum Y$ = Jumlah skor tiap pernyataan

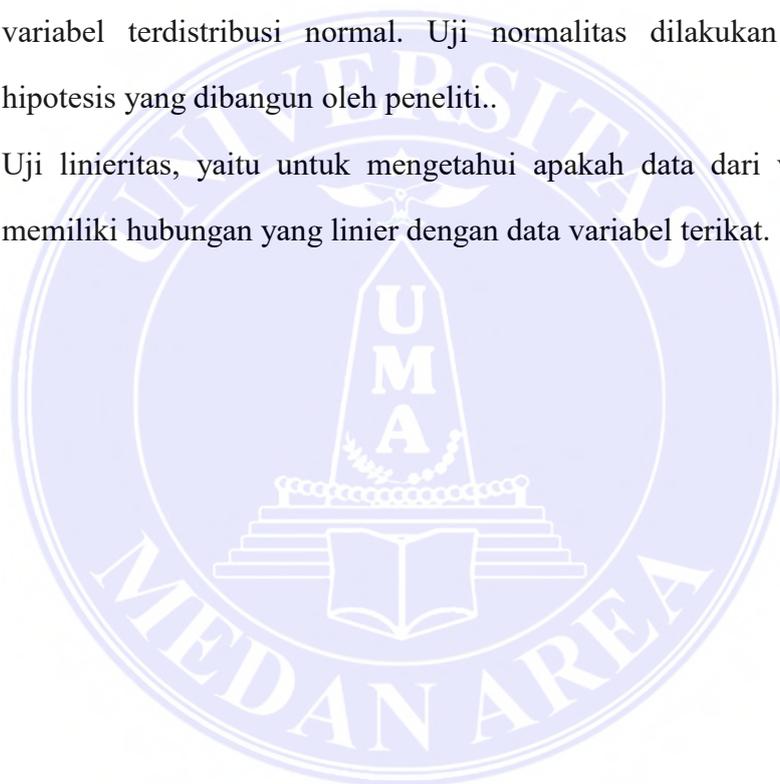
$\sum X^2$ = Jumlah kuadrat skor x.

$\sum Y^2$ = Jumlah kuadrat skor y.

N = Jumlah subjek.

Sebelum melakukan analisis data dengan menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi dan penelitian, yaitu meliputi :

1. Uji normalitas, digunakan untuk menentukan apakah distribusi data suatu variabel terdistribusi normal. Uji normalitas dilakukan untuk setiap hipotesis yang dibangun oleh peneliti..
2. Uji linieritas, yaitu untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan data variabel terikat.



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis yang diperoleh sehingga peneliti memiliki simpulan sebagai berikut :

1. Adanya hubungan negative antara *self esteem* dengan *body dissatisfaction*.
Meninjau dari korelasi koefisien dimana $r_{xy} = -0,457$; jika $P(\text{sig}) < 0,05$.
Artinya semakin tinggi *self esteem*, maka semakin rendah *body dissatisfaction*.
dan sebaliknya semakin rendah *self esteem* maka semakin tinggi *body dissatisfaction*. sehingga hipotesis yang telah diajukan dalam penelitian ini, dinyatakan diterima.
2. Adapun koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y) adalah sebesar 0,209 ini menunjukkan bahwa *body dissatisfaction* berkontribusi terhadap *self esteem* sebesar 20,9%
3. Dari nilai rata-rata yang didapat dari hasil penelitian ditemukan bahwasannya nilai rata-rata *self esteem* sebesar 41,38 dan nilai rata-rata *body dissatisfaction* sebesar 109,31
4. Siswi SMA Hang Tuah Belawan dinyatakan mempunyai *self esteem* yang rendah dan *body dissatisfaction* yang tinggi, karena nilai rata rata empirik dari variabel *self esteem* yang didapat, yaitu 41,38. Selisihnya dengan nilai rata rata hipotetik sebesar 52,5 melampaui bilangan SD yang besarnya 8,427. Kemudian nilai rata-rata empirik variabel *body dissatisfaction* yang diperoleh, yakni 109,31 selisihnya dengan nilai rata-rata hipotetik sebesar 90 dan tidak melebihi dari bilangan SD sebesar 13,024.

B. Saran

Berdasarkan dengan simpulan diatas, maka berikut dapat diberikan beberapa saran diantaranya :

1. Saran kepada Siswi

Siswi diharapkan mampu menerima apa adanya keadaan serta bentuk tubuh yang dimiliki. Tidak perlu malu dan tidak perlu banyak mengubah apa yang dikaruniakan oleh Tuhan, mensyukuri karunia dari Tuhan akan lebih baik.

Siswi juga diharapkan mampu menerima setiap kekurangan yang ada pada tubuh agar mampu mengembangkan potensi-potensi yang ada pada diri dan dapat menimbulkan perilaku yang positif dalam meningkatkan *self esteem* dengan cara meningkatkan rasa percaya diri, mengubah perspektif berpikir bahwa cantik yang sebenarnya tidak selalu berkaitan dengan tubuh, namun berkaitan dengan hati dan pikiran.

2. Saran kepada Pihak Sekolah

Pihak sekolah diharapkan dapat membantu serta membimbing siswi dengan cara mengadakan penyuluhan ataupun sosialisasi dengan mengundang pihak yang berkompeten agar memberi ilmu pengetahuan tentang *inner beauty* dan pentingnya menerima keadaan tubuh.

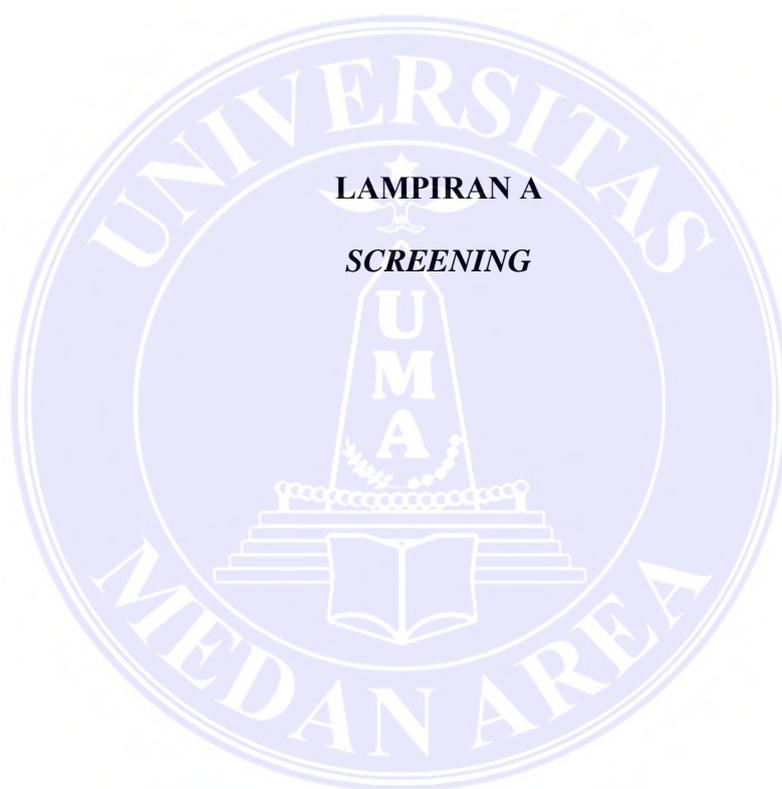
3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran untuk peneliti selanjutnya, jika ingin melakukan penelitian mengenai *body dissatisfaction* diharapkan memakai faktor yang lain selain *self esteem*, yaitu faktor budaya, sosial media, usia, kepribadian dan persepsi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananta, A. (2016). Penurunan Body Dissatisfaction Pada Perempuan Dalam Masa Emerging Adulthood Dengan Gratitude Intervention. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02).
- Azizah, A. N., & Rahayu, S. A. (2016). Hubungan self-Esteem Dengan Tingkat Kecenderungan Kesepian Pada Lansia. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 40-58.
- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., & Fairbum, C. G. (1987). The Development and Validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485–494. Wiley Online Library.
- Grogan, S. (2007). *Body Image Understanding Body Dissatisfaction in Men Women and Children Second Edition*. New York: Taylor & Francis Library.
- Guindon M.H. (2010). *Self-Esteem Across The Lifespan*. New York: Taylor & Francis Group.
- Hurlock; Elizabeth B. (2011). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Husni, H. K., & Indrijati, H. (2014). Pengaruh Komparasi Sosial pada Model pada Iklan Kecantikan di Televisi Terhadap Body Image Remaja Putri yang Obesitas. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 3(3), 207–209.
- Larasati W.P. (2012). Meningkatkan Self Esteem Melalui Metode Self Intraction.
- Maharsi Anindyajati C. M. K. (2004). Peran Harga Diri Terhadap Asertivitas Remaja Penyalahguna Narkoba (Penelitian Pada Remaja Penyalahguna Narkoba Di Tempat Rehabilitasi Penyalahguna Narkoba). *Jurnal Psikologi*, Vol, 2(1).
- Mruk, C. J. 2006. *Self-Esteem Research, Theory, And Practice: Toward A Positive Psychology Of Self-Esteem (3rd Ed.)*. New York: Springer Publishing Company.
- Ogden, J. (2022). Health psychology. *Health Studies* (pp. 157–200). Springer.
- Prima, E., & Sari, E. P. (2013). Hubungan Antara Body Dissatisfaction Dengan Kecenderungan Perilaku Diet Pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Integratif*, 1 No. 1, 17-30.b.

- Resky, B.; Hamid, H. . H. A. N. (2021). Hubungan Harga Diri Dengan Body Dissatisfaction Pada Mahasiswi Di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa, Vol 1 (1)*, 92–104.
- Rohmah K. (2014). *Hubungan Antara Body Dissatisfaction Dengan Harga Diri Pria Dan Wanita Dewasa Awal. Psikologi Surabaya*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Safitri A. O. (2019). Body Dissatisfaction Dan Perilaku Diet Pada Remaja Perempuan. *Jurnal Psibernetika, Vol.12 (2)*, 100–105.
- Santrock. (2007). *Adolescence Perkembangan Remaja* (Edisi ke-6.). Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2011). *Remaja* (Edisi ke-1.). Jakarta: Erlangga.
- Sarwono. (2011). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Solistiawati, A., & Novendawati. (2015). Hubungan antara Citra Tubuh Dengan Harga Diri Remaja Akhir Putri (Studi Pada Mahasiswa Regular Universitas Esa Unggul). *Jurnal Psikologi*, 13(1). 13-20.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian & Pengembangan: Research And Development*. Bandung: Alfabeta.
- Sunartio, L., Sukanto, M. E., & Dianovianina, K. (2012). Social Comparison dan Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 9(2), 157-168.



LAMPIRAN A
SCREENING

Nama :

Umur :

Kelas :

1. Saya merasa malu dan cemas dengan bentuk tubuh saya
 - a. Ya
 - b. Tidak
2. Saya tidak suka Ketika bentuk tubuh/penampilan disamakan dengan orang lain
 - a. Ya
 - b. Tidak
3. Ketika saya bercermin, saya merasa tubuh saya buruk padahal tubuh saya normal dan baik-baik saja
 - a. Ya
 - b. Tidak
4. Saya merasa ukuran/bentuk tubuh saya tidak menarik dan tidak sesuai dengan yang saya harapkan
 - a. Ya
 - b. Tidak
5. Saya tidak suka ketika orang lain mengomentari tubuh/penampilan saya
 - a. Ya
 - b. Tidak
6. Saya berani tampil Ketika mendapatkan dukungan dari orang sekitar
 - a. Ya
 - b. Tidak
7. Saya merasa kurang puas dengan bentuk tubuh saya
 - a. Ya
 - b. Tidak
8. Saya senang ketika ada yang memuji penampilan saya
 - a. Ya
 - b. Tidak
9. Saya malas mengikuti aktivitas sosial yang berhubungan dengan orang lain
 - a. Ya
 - b. Tidak
10. Saya tidak pede ketika mengekspos penampilan saya di Sosmed.
 - a. Ya
 - b. Tidak



LAMPIRAN B

SKALA PENELITIAN

SKALA BODY DISSATISFACTION**IDENTITAS RESPONDEN**

Nama :
 Usia :
 Kelas :
 Tinggi badan :
 Berat badan :

– PETUNJUK PENGISIAN SKALA –

1. Bacalah setiap pernyataan dengan seksama
2. Temukan pilihan jawaban yang sungguh-sungguh menggambarkan diri anda dengan memberikan **tanda centang/ceklis (√)** pada pilihan jawaban tersebut

SS = Apabila anda **“SANGAT SESUAI”** dengan pernyataan tersebut

S = Apabila anda **“SESUAI”** dengan pernyataan tersebut

TS = Apabila anda **“TIDAK SESUAI”** dengan pernyataan tersebut

STS = Apabila anda **“SANGAT TIDAK SESUAI”** dengan pernyataan tersebut

CONTOH :

NO	KETERANGAN	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa memiliki penampilan yang menarik	√			

NO	KETERANGAN	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa memiliki penampilan yang menarik				
2	Saya tampak tinggi dibandingkan dengan teman-teman saya				
3	Saya aktif mengikuti kegiatan sosial karena saya mudah bergaul dengan orang lain				
4	Saya tidak suka memakai flatshoes karena terlihat pendek				
5	Saya senang berada dilingkungan sosial/luar rumah dengan penampilan yang apa adanya				
6	Penampilan tubuh saya memiliki daya Tarik pada lawan jenis				
7	Tubuh saya lebih bagus daripada tubuh teman-teman saya				
8	Saya selalu memikirkan tentang penampilan tubuh saya				
9	Saya tampak pendek dibandingkan dengan teman-teman saya				
10	Saya cuek dengan keadaan bentuk tubuh saya jika berjalan dengan teman saya				
11	Saya sering bercermin untuk melihat akan bentuk tubuh saya				
12	Saya memilih baju yang pas untuk bentuk tubuh saya				
13	Saya sering menimbang berat badan saya				
14	Saya tidak suka memakai sandal/sepatu/heels tinggi				
15	Setelah berolahraga saya selalu mengecek tubuh saya dengan timbangan				
16	Saya menyukai penampilan saya				
17	Saya berdandan agar kelihatan cantik dari yang sebenarnya				
18	Saya kurang nyaman bertemu dengan orang lain karena bentuk tubuh saya akan diejek				
19	Saya nyaman Ketika berada di rumah dan senang menghabiskan waktu saya dirumah				
20	Penampilan tubuh saya tidak memiliki daya Tarik pada lawan jenis				
21	Saya tidak pede dengan penampilan tubuh saya				
22	Saya jarang bercermin memperhatikan bentuk tubuh saya				
23	Saya tahu berapa berat badan saya				

24	Saya minder apabila sedang berada dilingkungan sosial karena bentuk tubuh saya yang tidak ideal				
25	Saya menghindari aktivitas yang berhubungan dengan orang lain karena malu dengan bentuk tubuh saya				
26	Saya terlihat gendut jika dibandingkan dengan teman saya				
27	Saya senang berada dilingkungan sosial				
28	Saya merasa penampilan tubuh saya jelek				
29	Saya memakai sandal/sepatu/heels tinggi agar terlihat tinggi				
30	Saya tidak terlalu suka berada diluar rumah karena insecure dengan penampilan saya				
31	Saya sering merasa bosan Ketika berada dirumah				
32	Saya pede dengan penampilan tubuh saya				
33	Saya tidak memperdulikan ukuran baju, yang penting saya nyaman dalam memakainya				
34	Saya tidak tahu pasti berat badan saya				
35	Saya tidak menyukai tubuh saya yang pendek/gendut/hitam				
36	Saya senang jika bertemu dengan orang lain karena saya cantik dan memiliki bentuk tubuh ideal				
37	Saya lebih senang memakai flatshoes karena nyaman walaupun terlihat pendek				
38	Saya tidak suka berdandan				
39	Saya tidak suka mengecek tubuh saya				
40	Saya jarang menimbang berat badan saya				

SKALA SELF ESTEEM**IDENTITAS RESPONDEN**

Nama :

Usia :

Kelas :

Tinggi badan :

Berat badan :

– PETUNJUK PENGISIAN SKALA –

3. Bacalah setiap pernyataan dengan seksama
4. Temukan pilihan jawaban yang sungguh-sungguh menggambarkan diri anda dengan memberikan **tanda centang/ceklis (√)** pada pilihan jawaban tersebut

SS = Apabila anda **“SANGAT SESUAI”** dengan pernyataan tersebut

S = Apabila anda **“SESUAI”** dengan pernyataan tersebut

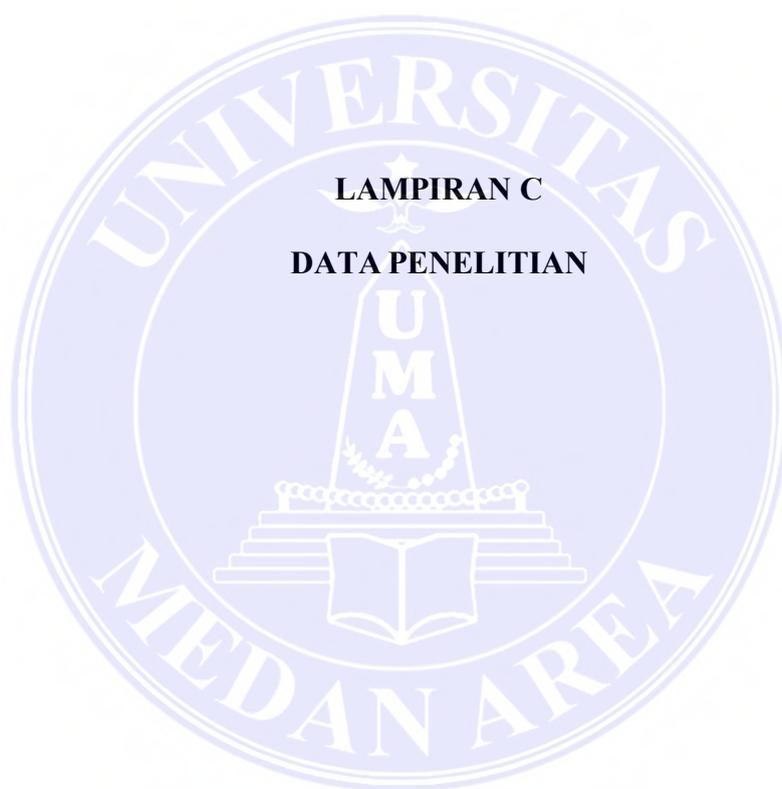
TS = Apabila anda **“TIDAK SESUAI”** dengan pernyataan tersebut

STS = Apabila anda **“SANGAT TIDAK SESUAI”** dengan pernyataan tersebut

CONTOH :

NO	KETERANGAN	SS	S	TS	STS
1	Saya disukai di lingkungan sekitar	√			

NO	KETERANGAN	SS	S	TS	STS
1	Saya disukai dilingkungan sekitar				
2	Saya rasa kehadiran saya ditunggu-tunggu				
3	Saya merasa diri saya berguna bagi orang sekitar saya				
4	Saya tidak memiliki keunikan yang membuat orang tertarik kepada saya				
5	Pendapat/ide saya sering dipuji				
6	Saya mudah emosi				
7	Saya sanggup mengerjakan tugas sulit yang diberikan kepada saya				
8	saya memerlukan keluarga dan orang terdekat				
9	Saya merasa diri saya tidak berguna bagi orang sekitar saya				
10	Saya kurang mampu mengendalikan diri saya				
11	Saya bisa bekerja sama dengan kelompok/tim dengan cukup baik				
12	Saya dihargai dilingkungan sekitar				
13	Saya merasa tidak disukai di lingkungan sekitar				
14	Saya tidak memerlukan orang terdekat				
15	Saya memiliki keunikan yang membuat orang tertarik kepada saya				
16	Pendapat/ide saya tidak pernah dipuji				
17	Saya tidak mudah emosi				
18	Saya kurang sanggup mengerjakan tugas sulit yang diberikan kepada saya				
19	Saya kurang diberi semangat oleh orang sekitar saya				
20	Saya mampu mengendalikan diri saya				
21	Saya tidak bisa bekerja sama dengan kelompok/tim dengan baik				
22	Saya tidak dihargai dilingkungan sekitar				
23	Saya rasa kehadiran saya diabaikan \				
24	Orang sekitar saya selalu memberikan semangat kepada saya				



Self Esteem																									
No	Aitem																								Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
1	2	2	2	2	2	3	2	4	2	3	2	3	2	4	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	58
2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	2	2	3	2	1	1	1	3	2	2	2	1	54
3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	60
4	3	2	3	3	2	4	2	4	3	1	3	3	3	4	3	3	4	2	2	1	3	3	3	2	66
5	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	68
6	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	66
7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	71
8	1	1	1	2	2	4	1	3	2	3	2	3	2	4	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	52
9	2	2	3	3	2	3	2	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	60
10	3	2	3	3	2	3	1	4	1	3	3	3	2	4	2	3	2	1	4	3	4	4	3	3	66
11	3	2	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	3	4	3	3	4	3	3	2	4	4	4	3	77
12	3	3	3	1	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	86
13	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	4	3	3	68
14	3	3	4	1	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	70
15	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	61
16	3	2	1	1	3	2	2	2	3	3	1	3	3	2	3	2	1	1	4	4	3	4	3	3	59
17	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	4	3	3	3	4	72
18	3	2	3	3	2	2	2	4	3	2	4	3	3	3	4	3	2	2	4	3	4	4	4	4	73
19	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	3	2	2	1	1	1	4	2	2	2	2	45
20	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	60
21	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	65
22	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	68
23	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	62
24	1	1	1	3	1	4	4	4	1	1	4	3	4	4	1	4	4	4	2	2	4	1	1	4	63
25	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	66
26	3	2	4	3	3	4	2	3	3	1	3	4	4	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	2	69
27	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	66
28	3	3	3	1	3	4	2	4	1	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	64
29	2	3	3	1	4	3	3	4	4	1	3	3	3	4	1	4	3	4	2	1	4	4	2	3	69
30	2	2	3	3	2	3	2	4	3	1	3	3	3	4	2	2	4	2	2	2	3	3	2	3	63
31	2	4	3	3	3	4	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	74
32	2	4	3	3	3	4	2	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	73
33	2	2	2	2	3	4	3	4	2	3	1	3	1	3	2	2	3	2	2	4	3	3	2	2	60
34	2	2	2	3	2	3	3	3	2	4	2	3	1	4	2	2	3	1	1	4	2	3	2	2	58
35	2	2	2	1	3	4	3	4	2	1	1	3	1	3	1	1	3	2	2	1	3	3	2	2	52
36	3	2	2	3	3	4	3	3	2	2	3	2	2	3	3	4	4	1	1	3	3	2	2	2	62
37	2	1	2	3	2	3	1	2	1	3	3	2	1	2	1	2	3	1	1	4	3	1	2	1	47
38	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	1	57
39	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	67
40	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	53
41	2	2	2	3	2	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	1	4	3	4	3	65
42	2	2	2	1	3	1	3	4	1	4	4	3	2	4	1	2	4	1	1	4	4	3	2	1	59
43	2	2	3	3	3	2	1	4	1	4	4	3	2	4	1	2	4	1	1	4	4	3	2	1	61
44	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	71
45	2	2	2	3	3	3	2	4	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3	2	61
46	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	66
47	2	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	4	73
48	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	71
49	3	2	3	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	63
50	2	2	3	3	2	4	3	4	4	1	3	3	3	4	2	3	4	3	4	2	3	3	2	4	71

No	Aitem																								Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
51	3	1	2	1	2	4	2	4	1	1	3	3	3	2	2	2	4	1	3	4	3	3	3	4	61
52	3	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	69
53	3	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	70
54	3	2	2	1	3	4	2	4	2	1	3	3	3	3	2	3	4	1	2	2	3	3	2	3	61
55	3	2	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	65
56	4	4	4	1	3	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	3	4	3	1	1	3	4	4	4	79
57	4	2	2	3	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	4	4	4	1	2	4	4	4	1	79
58	2	2	3	3	2	4	2	4	3	2	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	69
59	3	2	2	1	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	1	59
60	1	2	1	2	3	4	4	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	1	65
61	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	57
62	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	61
63	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	65
64	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	3	3	3	70
65	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	83
66	1	2	2	3	2	3	3	3	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	1	54
67	3	2	3	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	67
68	2	1	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	4	2	3	3	3	2	2	64
69	3	2	3	1	2	2	1	4	2	4	4	4	4	4	3	4	1	2	3	4	4	4	4	3	72
70	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	64
71	3	2	4	3	3	4	4	4	4	1	3	4	3	3	3	4	3	3	1	3	3	4	3	4	76
72	3	2	3	3	2	3	2	4	3	2	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	69
73	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	73
74	1	1	1	1	1	4	2	4	1	1	2	2	1	3	1	1	4	1	1	1	1	1	1	4	41
75	3	3	3	1	3	2	2	4	4	3	3	3	4	4	4	3	2	2	3	3	3	4	3	3	72
76	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	63
77	2	2	2	1	2	4	3	4	3	3	3	3	2	3	2	1	4	1	1	1	2	3	1	1	54
78	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	62
79	4	3	3	3	3	4	3	4	4	2	4	3	4	4	4	3	2	3	3	4	4	3	3	4	81
80	3	2	3	3	1	1	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	51
81	2	2	4	1	4	2	2	4	3	3	4	4	3	3	4	3	1	1	3	4	4	3	3	4	71
82	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	66
83	2	2	4	1	3	4	4	4	1	1	2	1	3	2	2	3	3	3	1	2	3	3	3	4	61
84	1	1	1	1	1	4	2	1	1	1	3	1	1	1	1	2	3	2	1	1	2	1	1	1	35
85	3	2	3	1	3	3	2	4	3	2	4	4	3	4	3	4	2	3	3	3	4	3	3	4	73
86	3	3	3	3	3	4	3	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	85
87	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	68
88	2	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	65
89	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	4	4	4	4	4	3	2	4	2	4	4	4	4	74
90	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	72
91	3	3	3	3	4	4	3	4	3	2	4	3	3	4	2	4	4	3	2	2	4	3	3	3	76
92	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	2	70
93	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	68
94	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	71
95	3	2	2	3	4	4	4	4	3	1	4	4	4	2	3	4	4	3	3	3	4	4	4	1	77
96	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	73
97	1	2	1	1	1	4	2	4	1	1	1	1	1	1	2	1	2	4	2	2	1	4	1	1	42
98	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	1	1	3	3	3	2	3	59
99	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	59
100	1	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	52

No	Aitem																								Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
101	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	69
102	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	63
103	4	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	1	4	4	4	4	4	4	4	77
104	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	61
105	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	61
106	2	1	1	1	2	4	2	3	1	2	3	2	1	3	3	1	4	2	1	1	3	2	2	1	48
107	2	2	2	3	2	4	2	3	2	1	3	2	2	3	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2	56
108	3	2	3	3	2	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	68
109	2	2	2	1	3	4	2	4	2	2	3	3	3	4	3	4	4	1	1	2	3	3	3	1	62
110	2	2	2	1	2	4	3	4	1	1	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	64
111	2	2	2	3	2	2	2	4	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	1	4	58
112	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	61
113	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	60
114	2	2	2	1	1	4	1	4	1	1	3	3	3	3	4	2	3	1	1	1	3	3	3	4	56
115	2	1	2	3	2	4	2	4	2	2	4	2	2	4	3	3	4	2	4	2	3	2	3	2	64
116	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	68
117	3	2	3	3	3	4	2	4	3	1	2	2	2	3	3	2	3	3	1	1	1	4	2	1	58
118	3	2	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	73
119	3	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	4	3	3	4	71
120	3	3	4	3	4	2	3	4	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	4	64
121	3	3	2	1	1	3	1	3	4	2	4	2	3	3	3	2	3	4	4	2	2	3	2	2	62
122	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	62
123	2	2	2	3	3	4	2	4	2	1	4	3	3	3	2	3	3	1	2	2	3	3	2	2	61
124	3	2	3	1	3	4	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	2	2	3	3	3	2	2	63
125	3	1	2	3	3	4	3	4	1	1	3	4	2	4	2	3	4	4	1	3	4	3	3	2	67
126	3	2	3	1	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	2	2	3	4	4	4	3	2	72
127	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	65
128	3	2	2	3	2	4	2	3	1	1	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	60
129	3	2	3	3	3	4	3	4	2	1	3	3	3	4	3	3	4	2	3	2	3	3	3	4	71
130	2	2	2	3	2	4	3	4	2	2	3	2	2	4	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	60
131	4	3	3	3	3	3	2	4	3	2	4	4	3	4	2	4	4	1	4	3	3	3	3	3	75
132	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	66
133	2	2	3	3	3	2	1	4	1	4	4	3	2	4	1	2	4	1	1	4	4	3	2	1	61
134	1	1	2	1	2	4	2	2	1	2	3	1	1	3	1	2	4	2	2	1	2	2	2	1	45
135	1	1	1	1	2	2	2	3	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	1	4	3	2	2	2	48
136	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	66
137	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	68
138	3	4	4	1	3	3	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	84
139	1	1	1	1	1	4	2	4	1	1	2	2	2	4	1	1	4	2	1	1	3	3	2	1	46
140	4	4	4	1	3	3	2	4	4	2	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	79

Body Dissatisfaction																																											
No	Aitem																																								Total		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40			
1	3	3	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	92		
2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	106			
3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	1	1	2	2	102			
4	2	2	3	1	1	2	3	3	2	1	2	2	3	1	1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	88				
5	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	104			
6	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	1	3	3	2	3	2	3	3	104		
7	1	3	3	2	3	2	3	3	2	2	1	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	101	
8	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	1	3	1	101		
9	3	3	3	2	3	1	1	3	3	3	3	3	3	2	3	1	1	1	2	2	2	3	1	2	2	1	1	2	1	2	3	2	3	3	2	3	1	3	4	2	89		
10	3	3	2	3	1	3	2	2	2	2	3	3	2	3	1	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	1	2	1	2	3	1	1	83		
11	3	1	2	1	2	3	2	2	2	1	3	1	2	1	2	3	1	2	2	2	1	3	2	2	2	2	3	1	1	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	80		
12	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	3	3	2	3	3	3	2	1	4	87		
13	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	103		
14	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	82	
15	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	80
16	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	73	
17	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	81	
18	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	80
19	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	78
20	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	80
21	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	80
22	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	78
23	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	78
24	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	71	
25	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	80
26	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	81	
27	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	78	
28	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	75	
29	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	79		
30	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	80		

No	Aitem																																								Total			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40				
31	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	82		
32	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	82	
33	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	80	
34	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	81	
35	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	78	
36	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	80	
37	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	81	
38	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	78
39	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	78	
40	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	78
41	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	78
42	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	4	1	74
43	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	1	74	
44	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	79	
45	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	79	
46	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	80
47	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	77	
48	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	80
49	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	80	
50	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	81	
51	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	75	
52	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	79	
53	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	81	
54	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	80
55	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	79	
56	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	77	
57	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	78	
58	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	80	
59	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	78	
60	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	81	

No	Aitem																																								Total				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40					
61	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	81		
62	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	80	
63	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	80
64	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	81	
65	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	81		
66	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	78		
67	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	82		
68	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	79		
69	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	78		
70	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	79		
71	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	71		
72	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	81		
73	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	78		
74	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	69			
75	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	79		
76	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	80		
77	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	76		
78	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	82		
79	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	3	3	78			
80	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	73			
81	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	75			
82	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	78		
83	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	4	75				
84	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	65				
85	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	79			
86	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	75				
87	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	79		
88	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	80			
89	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	79			
90	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	79			

No	Aitem																																								Total					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40						
91	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	1	76			
92	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	81			
93	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	82			
94	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	81				
95	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	77		
96	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	82			
97	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	75	
98	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	79		
99	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	80	
100	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	78	
101	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	81		
102	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	81			
103	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	77	
104	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	80
105	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	80
106	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	76		
107	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	80	
108	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	80		
109	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	78	
110	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	79			
111	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	84		
112	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	99		
113	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	97			
114	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1	1	3	3	2	1	2	1	3	2	1	3	2	1	86			
115	3	2	1	2	1	3	3	3	1	1	3	2	1	2	1	3	1	1	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	91			
116	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	108				
117	2	3	3	1	2	3	2	2	2	2	3	3	1	2	3	3	2	3	3	2	2	3	1	3	3	2	2	2	1	1	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	91			
118	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	1	94			
119	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	91				
120	2	2	2	1	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	1	3	1	2	3	3	2	2	3	1	3	3	2	3	3	1	3	2	1	86					

No	Aitem																																								Total				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40					
121	3	2	3	3	1	3	2	3	2	2	3	2	3	3	1	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	103
122	3	3	2	3	3	2	1	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	101		
123	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	96	
124	2	3	2	1	2	2	3	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	3	3	85			
125	2	1	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	1	2	2	2	2	4	3	3	4	2	2	3	2	94				
126	4	3	3	4	2	2	1	4	4	3	4	3	3	4	2	2	2	1	2	1	2	4	4	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	4	4	110			
127	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	4	2	2	3	110			
128	3	3	4	3	3	4	2	4	2	3	3	3	4	3	3	4	3	1	2	4	4	2	4	1	1	1	3	4	2	1	1	2	3	4	3	3	3	2	2	3	110				
129	3	4	3	3	3	2	2	4	2	3	3	4	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	1	2	1	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	105				
130	2	3	2	3	3	2	2	2	1	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	89			
131	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	93			
132	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	97			
133	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	1	1	2	2	3	3	1	3	2	2	1	77			
134	2	3	3	1	3	2	1	2	3	2	2	3	3	1	3	2	1	1	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	1	1	2	1	3	2	1	1	3	2	2	3	86				
135	3	2	1	1	3	2	2	3	1	3	3	2	1	1	3	2	3	1	2	2	3	2	3	1	1	2	2	3	1	1	2	1	3	3	2	2	2	3	2	2	82				
136	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	101			
137	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	93				
138	2	2	1	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	1	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	1	3	2	2	1	2	3	2	87			
139	2	2	2	1	2	3	2	2	3	3	2	2	3	1	2	2	1	1	2	2	2	3	3	1	1	3	1	3	1	1	2	1	2	3	2	1	2	2	2	2	78				
140	2	2	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	1	1	81				





Reliability

Scale: Skala Self Esteem

Case Processing Summary

		N	%
Valid		140	100,0
Cases	Excluded ^a	0	,0
Total		140	100,0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,859	24

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
se1	2,52	,724	140
se2	2,21	,651	140
se3	2,57	,731	140
se4	2,46	,868	140
se5	2,55	,682	140
se6	3,04	,821	140
se7	2,50	,725	140
se8	3,41	,677	140
se9	2,53	,877	140

se10	2,21	,835	140
se11	2,98	,651	140
se12	2,85	,645	140
se13	2,71	,742	140
se14	3,14	,705	140
se15	2,53	,781	140
se16	2,75	,701	140
se17	2,84	,828	140
se18	2,29	,789	140
se19	2,39	,895	140
se20	2,69	,856	140
se21	3,04	,616	140
se22	2,96	,645	140
se23	2,74	,706	140
se24	2,72	,990	140

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
se1	62,10	70,580	,631	,847
se2	62,41	72,417	,536	,850
se3	62,05	71,012	,587	,848
se4	62,16	75,817	,341	,864
se5	62,07	72,498	,501	,851
se6	61,58	79,425	-,090	,871
se7	62,12	74,338	,314	,857

se8	61,21	74,155	,357	,855
se9	62,09	68,891	,627	,846
se10	62,41	77,726	,024	,867
se11	61,64	73,080	,474	,852
se12	61,77	71,357	,643	,847
se13	61,91	69,639	,694	,845
se14	61,48	74,007	,353	,856
se15	62,09	70,819	,559	,849
se16	61,87	70,516	,661	,846
se17	61,79	79,364	-,086	,871
se18	62,34	72,642	,410	,854
se19	62,23	70,350	,508	,850
se20	61,93	74,642	,331	,861
se21	61,59	72,705	,542	,851
se22	61,66	71,347	,645	,847
se23	61,89	70,030	,699	,845
se24	61,90	69,817	,483	,851

mean hipotetik : $(21 \times 1) + (21 \times 4) : 2 = 52,5$

Reliability

Scale: Skala Body Dissatisfaction

Case Processing Summary

		N	%
	Valid	140	100,0
Cases	Excluded ^a	0	,0
	Total	140	100,0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,824	40

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
bd1	2,54	,582	140
bd2	2,42	,643	140
bd3	2,35	,745	140
bd4	2,35	,892	140
bd5	2,27	,667	140
bd6	2,42	,578	140

bd7	2,04	,528	140
bd8	2,62	,697	140
bd9	2,23	,815	140
bd10	2,27	,778	140
bd11	2,54	,582	140
bd12	2,46	,647	140
bd13	2,46	,706	140
bd14	2,35	,892	140
bd15	2,35	,689	140
bd16	2,35	,562	140
bd17	2,27	,667	140
bd18	2,00	,800	140
bd19	2,35	,485	140
bd20	2,42	,703	140
bd21	2,23	,710	140
bd22	2,50	,707	140
bd23	2,85	,543	140
bd24	2,12	,816	140
bd25	2,38	,752	140
bd26	2,27	,667	140
bd27	2,46	,582	140
bd28	2,46	,811	140
bd29	2,04	,599	140
bg30	2,08	,744	140
bd31	2,12	,653	140
bd32	2,19	,634	140
bd33	2,42	,703	140

bd34	2,54	,647	140
bd35	2,42	,643	140
bd36	2,35	,892	140
bd37	2,31	,679	140
bd38	2,35	,562	140
bd39	2,54	,647	140
bd40	2,15	,784	140

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
bd1	91,27	90,205	,660	,812
bd2	91,38	92,246	,419	,817
bd3	91,46	91,698	,391	,817
bd4	91,46	89,458	,450	,815
bd5	91,54	94,178	,349	,822
bd6	91,38	95,846	,347	,824
bd7	91,77	99,705	-,203	,831
bd8	91,19	88,962	,638	,810
bd9	91,58	93,294	,347	,822
bd10	91,54	92,818	,395	,821
bd11	91,27	90,205	,660	,812
bd12	91,35	92,795	,371	,818
bd13	91,35	93,995	,345	,822
bd14	91,46	88,978	,479	,814
bd15	91,46	95,778	,318	,825

bd16	91,46	94,018	,322	,820
bd17	91,54	91,298	,479	,815
bd18	91,81	95,682	,097	,827
bd19	91,46	97,058	,057	,826
bd20	91,38	93,846	,357	,822
bd21	91,58	91,614	,421	,817
bd22	91,31	91,982	,395	,817
bd23	90,96	94,278	,310	,820
bd24	91,69	96,142	,065	,828
bd25	91,42	94,334	,201	,823
bd26	91,54	99,618	-,167	,833
bd27	91,35	91,195	,568	,814
bd28	91,35	92,315	,312	,820
bd29	91,77	94,425	,363	,821
bg30	91,73	92,445	,338	,819
bd31	91,69	95,182	,375	,824
bd32	91,62	92,086	,440	,817
bd33	91,38	94,806	,386	,824
bd34	91,27	94,765	,315	,823
bd35	91,38	93,366	,345	,820
bd36	91,46	93,138	,323	,823
bd37	91,50	94,180	,343	,822
bd38	91,46	95,938	,344	,824
bd39	91,27	92,845	,367	,819
bd40	91,65	90,475	,452	,815

mean hipotetik : $(36 \times 1) + (36 \times 4) : 2 = 90$



NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		SelfEsteem	BodyDissatisfac tion
N		140	140
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	41,38	109,31
	Std. Deviation	8,427	13,024
	Absolute	,066	,063
Most Extreme Differences	Positive	,039	,063
	Negative	-,066	-,048
Kolmogorov-Smirnov Z		,777	,743
Asymp. Sig. (2-tailed)		,582	,640

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.



Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
BodyDissatisfaction * SelfEsteem	140	100,0%	0	0,0%	140	100,0%

Report

BodyDissatisfaction

SelfEsteem	Mean	N	Std. Deviation
44	141,00	1	.
47	118,00	2	,000
50	141,00	1	.
55	125,33	3	4,041
56	91,00	1	.
58	86,00	1	.
60	108,00	1	.
61	91,00	1	.
62	119,00	3	17,321
64	113,25	4	20,532
66	114,00	1	.
67	143,00	2	,000
68	86,00	2	7,071

70	131,00	2	,000
72	123,00	2	,000
73	109,00	1	.
74	107,00	3	20,075
75	105,50	4	17,898
76	114,00	1	.
77	112,20	5	9,935
78	115,67	3	2,887
79	105,33	6	10,746
80	111,00	2	,000
81	117,20	5	9,011
83	119,00	2	,000
84	121,00	2	12,728
85	114,67	3	6,351
86	111,00	4	,000
87	111,71	7	10,657
88	114,33	6	8,116
89	110,00	2	,000
90	114,00	5	12,104
92	118,33	3	4,041
93	96,50	4	4,041
94	104,33	3	2,887
95	105,38	8	4,838
96	105,00	2	,000
97	99,33	3	5,774
98	101,00	1	.
99	109,67	3	9,238

100	103,50	4	5,196
101	109,00	2	,000
103	107,00	2	,000
105	99,00	2	,000
107	99,67	3	13,279
108	96,00	1	.
112	92,50	4	1,732
114	93,00	2	,000
117	93,00	1	.
118	95,67	3	2,309
121	94,00	1	.
Total	109,31	140	13,024

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
	(Combined)	15755,851	50	315,117	3,586	,000
BodyDissatisfaction * SelfEsteem	Between Groups	4930,090	1	4930,090	56,107	,000
	Deviation from Linearity	10825,761	49	220,934	2,514	,000
	Within Groups	7820,320	89	87,869		
	Total	23576,171	139			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
BodyDissatisfaction * SelfEsteem	-,457	,209	,817	,668

LAMPIRAN E-3
UJI HIPOTESIS KORELASI

Correlations

		SelfEsteem	BodyDissatisfac tion
SelfEsteem	Pearson Correlation	1	-,457**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	140	140
BodyDissatisfaction	Pearson Correlation	-,457**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	140	140

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

LAMPIRAN F
SURAT PENELITIAN



UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
 Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
 Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 572/FPSI/01.10/V/2022

9 Mei 2022

Lampiran : -

Hal : Riset dan Pengambilan Data

Yth. Bapak/Ibu Kepala Sekolah
SMA Hang Tuah Belawan
 di
 Tempat

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

Nama : **Meylani Lolina Br. Sembiring**
 NPM : **188600338**
 Program Studi : Ilmu Psikologi
 Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data di **SMA Hang Tuah Belawan, Jl. Kapten Raden Sulian, Belawan II, Medan Kota Belawan, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara 20411** guna penyusunan skripsi yang berjudul **"Hubungan Self Esteem dengan Body Dissatisfaction Pada Siswi Di SMA Hang Tuah Belawan"**.

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

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

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

An. Dekan,
 Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian Dan
 Pengabdian Kepada Masyarakat



M. Yain Alifia, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan
 - Mahasiswa Ybs
 - Arsip



**CABANG BELAWAN YAYASAN HANG TUAH
SMA SWASTA HANG TUAH BELAWAN**

NDS: G.17124003, NSS : 304076005023 NIS : 030.022.0

Jenjang Akreditasi "A" (Amat Baik) Tahun 2015

SIOP Nomor : 420/4028/Dikmenjur/2015, 06 April 2015

Jl. Kapten Raden Sulian – Belawan I, Kecamatan Medan Belawan, Kota Medan Telp. (061) 6944524

SURAT KETERANGAN

Nomor : B/106/V/2022/YHT

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMA Swasta Hang Tuah Belawan, Kecamatan Medan Belawan, Kota Medan menerangkan bahwa :

N a m a	: MEYLANI LOLINA BR. SEMBIRING
N P M	: 188600338
Universitas	: MEDAN AREA
Fakultas	: Psikologi
Program Studi	: Ilmu Psikologi

Benar nama tersebut di atas telah melaksanakan Riset dan Pengambilan Data di- SMA Swasta Hang Tuah Belawan guna penyusunan skripsi yang berjudul "Hubungan Self Esteem dengan Body Dissatisfaction Pada Siswi Di SMA Hang Tuah Belawan" pada tanggal 18 Mei 2022.

Demikian Surat Keterangan ini diperbuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 18 Mei 2022
KEPALA SMA HANG TUAH BELAWAN
SWASTA
HANG TUAH
MEDAN
CABANG BELAWAN
S N A D I

