

**PENGARUH *PEER APPEARANCE CULTURE* TERHADAP
BODY DISSATISFACTION PADA MAHASISWI PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

OLEH :

Adra Khalisha Aswandi

19.860.0180

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi
Universitas Medan Area



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2023**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

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

Document Accepted 16/5/23

Access From (repository.uma.ac.id)16/5/23

**PENGARUH PEER APPEARANCE CULTURE TERHADAP
BODY DISSATISFATCION PADA MAHASISWI PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi
Universitas Medan Area

OLEH
ADRA KHALISHA ASWANDI
19.860.0180

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2023

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

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

Document Accepted 16/5/23

Access From (repository.uma.ac.id)16/5/23

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI
PENGARUH PEER APPEARANCE CULTURE TERHADAP
BODY DISSATISFACTION PADA MAHASISWI PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA

Dipersiapkan dan disusun oleh

Adra Khalisha Aswandi

198600180

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal 12 April 2023

Ketua

Pembimbing


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


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

Dewan Penguji

Sekretaris


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


Ayudia Popy Sesilia, S.Psi, M. Si

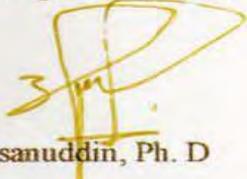
Skripsi ini diterima sebagai salah satu
Persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana

Kepala Bagian


Sairah, S. Psi, M. Psi, Psikolog

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area


Dr. Hasanuddin, Ph. D

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 16/5/23

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

Access From (repository.uma.ac.id)16/5/23

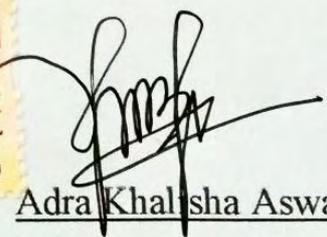
LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas 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, 26 Januari 2023




Adra Khalisha Aswandi

19.860.00180

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR/SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai civitas akademik Universitas Medan Area, saya bertanda tangan

dibawah ini :

Nama : Adra Khalisha Aswandi

NPM : 198600180

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, meyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul *Pengaruh Peer Appearance Culture Terhadap Body Dissatisfaction Pada Mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area*, beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk perangkat (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan namanya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Medan, 22 Februari 2023

Yang menyatakan

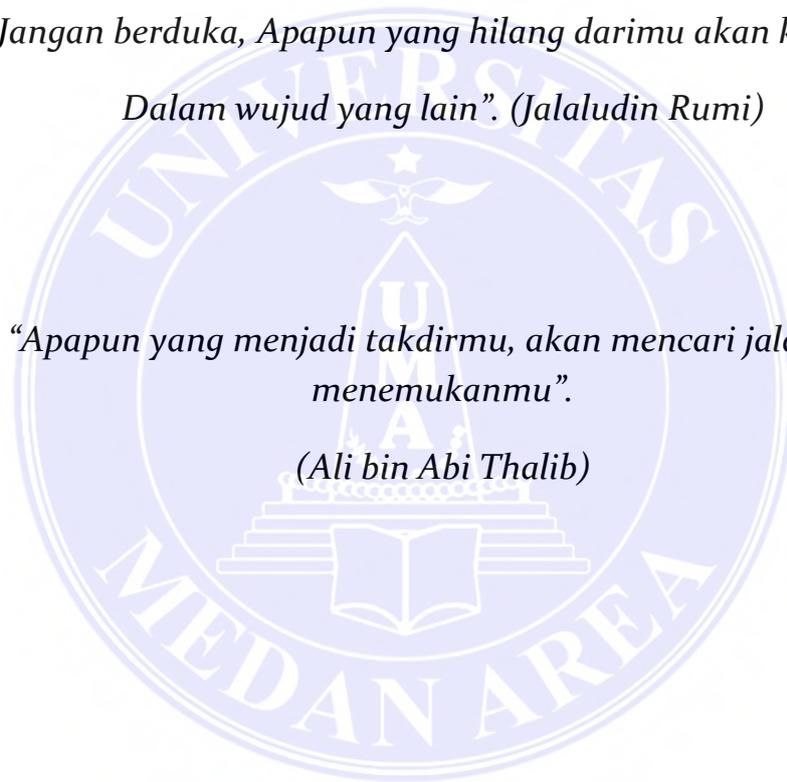

(Adra Khalisha Aswandi)

MOTTO

“Jangan menjelaskan tentang dirimu kepada siapapun, karena yang menyukaimu tidak butuh itu. Dan yang membencimu tidak percaya tu”. (Ali Bin Abi Thalib)

“Jangan berduka, Apapun yang hilang darimu akan kembali Dalam wujud yang lain”. (Jalaludin Rumi)

*“Apapun yang menjadi takdirmu, akan mencari jalannya menemukanmu”.
(Ali bin Abi Thalib)*



PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan saya kesehatan, kekuatan, kemudahan, kemampuan, rahmat, dan membekali saya ilmu sehingga saya bisa menyelesaikan hasil karya skripsi saya di waktu yang tepat. Sholawat dan salam saya sampaikan kepada junjungan baginda Rasulullah Muhammad SAW, semoga kita mendapat syafaat di akhirat nantinya, Aamiin Allahumma Aamiin.

Orang Tua Tercinta

Karya ini saya persembahkan sebagai tanda sayang dan terima kasih saya karena telah melahirkan serta mendidik saya agar saya menjadi anak yang berguna bagi nusa, bangsa dan agama. Hal yang tidak bisa saya balas adalah kebaikan yang diberikan oleh Mama saya (Nurwahidah) yang begitu banyak memberikan saya cinta dan kasih sayang yang tulus. Semoga Allah SWT memberkahi umur, memberikan kesehatan dan memberikan kebahagiaan dunia akhirat kepada Mama, Aamiin Allahumma Aamiin.

Saudara dan Orang Terdekat

Terima kasih banyak saya ucapkan kepada nenek saya dan kepada kakak, dan adik saya yang memberikan dukungan, perhatian dan doanya. Karya ini saya persembahkan untuk kalian semua. Semoga Allah SWT membalas kebaikan kalian semua. Aamiin Allahumma Aamiin.

Sahabat dan Teman Tersayang

Terima kasih banyak saya ucapkan kepada sahabat-sahabat saya Dea, Yani, Maya, Icha, Indri, Jihan, Ine, Audy, bg Pojan, Bombom, Ara, Ita , Syifa, dan Valen yang selalu ada untuk saya, selalu memberikan saya bantuan dan nasehat, selalu ada saat saya membutuhkan di kala senang maupun susah dan tidak pernah bosan memberikan semangat serta doanya, syukur Alhamdulillah semua telah saya lewati hingga skripsi ini selesai. Terima kasih juga kepada teman-teman Psikologi 2019 atas bantuannya dan sudah berjuang bersama-sama, semoga segala kebaikan dan dukungan kalian dibalas oleh Allah SWT, Aamiin Allahuma Aamiin.

Dosen Pembimbing Tugas Akhir

Terima kasih banyak kepada ibu Dinda Permatasari Harahap S. Psi, M. Psi, Psikolog. Selaku dosen pembimbing saya atas arahan, bimbingan, ilmu dan dukungan yang telah ibu berikan untuk menyelesaikan karya ini. Semoga ilmu yang ibu berikan menjadi bermanfaat serta kebaikan ibu dibalas oleh Allah SWT, Aamiin Allahumma Aamiin.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang telah memberikan segala kesempatan sampai saat ini sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini disusun guna memenuhi tuntutan sesuai dengan kurikulum yang ada di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Sumatera Utara. Penulisan Skripsi yang berjudul “Pengaruh *Peer Appearance Culture* Terhadap *Body Satisfaction* Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area)” merupakan sebagai wahana untuk mengembangkan wawasan serta untuk menerapkan dan membandingkan teori dengan keadaan di lapangan sebenarnya.

Dalam penyelesaian penelitian ini, peneliti telah banyak menerima bantuan dari berbagai pihak, maka pada kesempatan yang berbahagia ini peneliti ingin mengucapkan banyak terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Drs M. Erwin Siregar, MBA selaku ketua Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramadhan M. Eng. Msc selaku Rektor Universitas Medan Area
3. Bapak Dr. Hasanuddin, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
4. Ibu Laili Alfita, S.Psi, MM, M. Psi, Psikolog, selaku Wakil Dekan I Bidang Pendidikan, Penelitian dan Pengabdian Fakultas Psikologi Universitas Medan Area sekaligus ketua penguji skripsi saya.
5. Ibu Dinda Permatasari Harahap, M. Psi, Psikolog, selaku Kabag/ Kabid Psikologi Perkembangan Universitas Medan Area sekaligus pembimbing yang memberikan bimbingan kepada peneliti.
6. Ibu Sairah, S. Psi, M. Psi., Psikolog, selaku Kabag/ Kabid Psikologi Klinis Universitas Medan Area.
7. Bapak Andy Chandra, S. Psi., M. Psi., Psikolog selaku pembanding dalam seminar proposal dan seminar hasil peneliti.

8. Ibu Ayudia Popy Sesilia, S. Psi., M.Si, selaku sekretaris dalam seminar proposal, seminar hasil peneliti yang telah memberikan masukan terhadap tulisan peneliti.
9. Ibu Rahma Afwina, S. Psi, M. Psi, Selaku Dosen Penasihat Akademik
10. Bapak/ Ibu Dosen dan Bapak/ Ibu Staff Akademik di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
11. Terimakasih kepada orang tua yang selalu memberikan dukungan baik secara doa dan materi kepada penulis.
12. Terima kasih untuk alm. Atok H. Syamsudin Yok, nenek Hj. Kartini, kak Hanna, Alif, bg Dana yang memberikan saya motivasi dan nasihat baik, selalu meluangkan waktunya untuk mendengarkan segala keluhan saya, memberikan saya semangat dan doanya.
13. Terimakasih kepada pemilik Nrp. 00050426 yang telah memberikan semangat dan dukungannya kepada penulis.
14. Terimakasih kepada diri sendiri telah berjuang sejauh ini dan tetap kuat melewati berbagai cobaan dan rintangan.

Peneliti menyadari bahwa masih banyak terdapat kelemahan dan kekurangan dalam penyusunan skripsi ini baik tata tulis maupun isinya. Oleh karena itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun untuk menyempurnakan skripsi ini, semoga amal baik semuanya yang diberikan kepada penulis mendapatkan pahala ganda dari Allah SWT. Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat berguna bagi perkembangan ilmu psikologi.

Medan, 26 Januari 2023

Adra Khalisha Aswandi

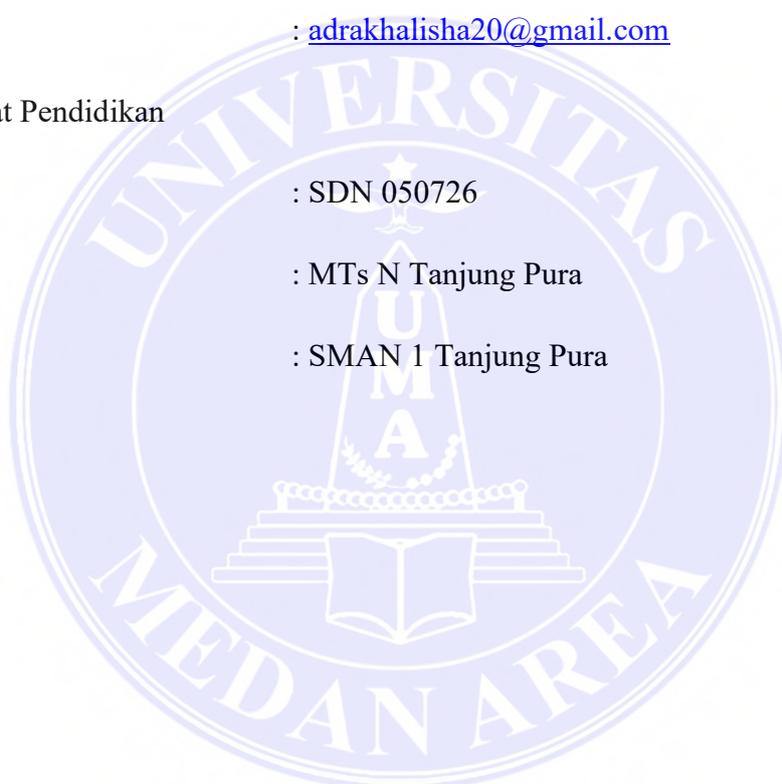
19.860.0180

RIWAYAT HIDUP

Nama : Adra Khalisha Aswandi
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat & Tanggal Lahir : Medan, 20 Mei 2001
Alamat : Jl. Jend Sudirman No 3 B
No. Hp : 085263674108
Email : adrakhalisha20@gmail.com

Riwayat Pendidikan

SD : SDN 050726
SMP : MTs N Tanjung Pura
SMA : SMAN 1 Tanjung Pura



DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	i
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	vii
RIWAYAT HIDUP	ix
DAFTAR TABEL	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Batasan Masalah	6
D. Identifikasi Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat Teoritis.....	7
2. Manfaat Praktis	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. <i>Body Dissatisfaction</i>	8
1.1 Pengertian <i>Body Dissatisfaction</i>	8
1.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Body Dissatisfaction</i>	10
1.3 Aspek-Aspek <i>Body Dissatisfaction</i>	14
1.4 Dimensi <i>Body Dissatisfaction</i>	18
1.5 Ciri-ciri <i>Body Dissatisfaction</i>	19
B. <i>Peer Appearance Culture</i>	20
1.1 Pengertian <i>Peer Appearance Culture</i>	20
1.2 Indikator <i>Peer Appearance Culture</i>	22
D. Pengaruh <i>Peer Appearance Culture</i> Dengan <i>Body Dissatisfaction</i> Pada Mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area	24
E. Kerangka Konseptual.....	29
F. Hipotesis Penelitian	29

BAB III METODE PENELITIAN.....	30
A. Tipe Penelitian	30
B. Identifikasi Variabel-Variabel Penelitian	30
C. Definisi Operasional Variabel.....	30
1. <i>Peer Appearance Culture</i>	31
2. <i>Body Dissatisfaction</i>	31
D. Subjek Penelitian	31
1. Populasi Penelitian.....	31
2. Sampel Penelitian	32
3. Teknik Pengambilan Sampel	32
E. Metode Pengumpulan Data	33
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	34
1. Uji Validitas Instrumen.....	35
2. Uji Reliabilitas	36
G. Teknik Analisis Data.....	36
1. Uji Prasyarat Analisis Data.....	36
2. Pengujian Hipotesis	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	38
A. Orientasi Kancah Penelitian.....	38
B. Persiapan Penelitian.....	39
1. Persiapan Administrasi Penelitian.....	39
2. Persiapan alat ukur penelitian	39
C. Pelaksanaan Penelitian.....	43
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	44
E. Pembahasan	51
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	54
A. Kesimpulan	54
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN.....	58

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kisi-kisi Skala Peer Appearance Culture.....	39
Tabel 2. Blue Print Skala BSQ 34.....	43
Tabel 3. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Reliabilitas	44
Tabel 4. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	45
Tabel 5. Hasil Uji Linearitas	46
Tabel 6. Hasil Uji Determinasi	47
Tabel 7. Interpretasi nilai r	47
Tabel 8. Hasil Uji ANOVA	48
Tabel 9. Hasil Uji T	50
Tabel 10. Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata Hipotetik dan Empirik	51



Pengaruh *Peer Appearance Culture* Terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area

ADRA KHALISHA ASWANDI

19.860.0180

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menguji secara empiris pengaruh *peer appearance culture* terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Jumlah sampel penelitian ini adalah 35 mahasiswi. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *peer appearance culture* berdasarkan indikator yang disusun oleh Dinhudayah (2019) dan *Body Shape Questionnaire 34* yang dibuat oleh J Cooper yang diadaptasi oleh Puspitasari (2016). Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa ada pengaruh yang positif dan signifikan antara *peer appearance culture* terhadap *body dissatisfaction* dimana nilai signifikansi adalah $0,003 < 0,05$. Hasil analisis menunjukkan nilai R^2 square sebesar 0,161 yang dapat diartikan bahwa besarnya pengaruh *peer appearance culture* terhadap *body dissatisfaction* sebesar 16,1%. Berdasarkan hasil perbandingan dari mean empirik *peer appearance culture* senilai 183, 17 dan *body dissatisfaction* senilai 107, 43 dan mean hipotetik *peer appearance culture* senilai 170 dan *body dissatisfaction* senilai 102 maka *peer appearance culture* dan *body dissatisfaction* berada pada kategori tinggi.

Kata kunci : *Body dissatisfaction, peer appearance culture, mahasiswi*

The Influence of Peer Appearance Culture Towards Body Dissatisfaction on Psychology Student at Universitas Medan Area

ADRA KHALISHA ASWANDI

19.860.0180

ABSTRACT

This study aims to determine the influence of peer appearance culture on body dissatisfaction among psychology students at Universitas Medan Area. The samples in this study consist of 35 Psychology students. Sampling using purposive sampling technique. The instrument used in this research are peer appearance culture by Hudayah (2019) and Body Shape Questionnaire 34 by J Cooper with adaptation by Puspitasari (2016). The result of the analysis showed that the significance value is $0,003 < 0,05$. The result of the analysis showed that the R Square value was 0,161 so it can be concluded that there is a significant influence of peer appearance culture toward body dissatisfaction on psychology student and the magnitude of the influence is 16,1%. The empirical measures clasify peer appearance culture of 183, 17 and body dissatisfaction of 107, 43as high, as do the hypothetical peer appearance culture of 170 and body dissatisfaction of 102.

Key-words : Peer appearance culture, body dissatisfaction, college students

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia makhluk yang hidup bersosialisasi, yang unik, serta menggunakan sistem yang terbuka dan mempengaruhi satu sama lain. Secara naluriah, manusia selalu berusaha dalam hidupnya agar selalu dalam kondisi terbaiknya. Orang dengan kondisi fisik terbaik mencoba beradaptasi dengan lingkungannya. Penyesuaian diri ini merupakan aspek penting dari realisasi tertinggi manusia dalam bentuk realisasi diri. Pengalaman teman sebaya mewakili konteks sosial yang penting untuk perkembangan citra tubuh pria dan wanita. Walaupun kekuatan sosial budaya lain seperti keluarga dan media jelas mempengaruhi perkembangan citra tubuh. Dengan demikian, akumulasi pengalaman dalam budaya kinerja rekan mencerminkan dan membentuk perilaku dan sikap individu terhadap citra tubuh mereka sendiri dan orang lain (Jones & Crawford, 2006).

Citra tubuh adalah bagian dari citra diri dan merupakan salah satu dari empat prinsip umum konsep diri. Saat ini masih ada penilaian di masyarakat, dan wanita cantik adalah wanita bertubuh kurus. Standar-standar ini berlaku untuk wanita dan pria. Dalam proses pembentukan citra tubuh ini tidak bisa terjadi secara kebetulan, ada faktor internal yaitu harga diri dan faktor eksternal yaitu sosial budaya yaitu peran media, lingkungan, keluarga, media sosial, televisi, majalah, dll. Grogan dalam (Wardani, 2019).

Media, lingkungan, keluarga dan teman sebaya memiliki peranan yang sangat penting terhadap pembentukan citra tubuh. Pandangan tentang wanita cantik dan menarik terbentuk di media, dan wanita yang cantik adalah wanita dengan tubuh ideal. Peran keluarga dan teman sebaya juga tidak kalah pentingnya, karena manusia sehari-hari berinteraksi dengan lingkungannya. Citra tubuh dibagi menjadi negatif dan positif. Citra tubuh positif adalah kepuasan seseorang dalam memandang bentuk tubuh yang dipunya, sedangkan citra tubuh negatif adalah perasaan tidak puas terhadap apa yang dimiliki. Individu cenderung memiliki citra tubuh yang negatif ketika orang-orang di sekitarnya memiliki ekspektasi tertentu dan lebih menghakimi penampilannya (Wardani, 2019).

Pada masa awal kematangan adalah peralihan darimasa kecil ke masa muda ditandai melalui sebuah pencarian untuk identifikasi, dan di awal masa dewasa identitas adalah diperoleh selangkah demi selangkah berbasis utama pada usia kronologis intelektualusia. Hurlock menyatakan bahwa awal kematangan dimulai pada usia 18 tahun dan berakhir sekitar usia 40 (dalam Jahja, 2011). Perkembangan dan awal kematangan tantangan mencakup berubah menjadi baik warga negara, temuan sebuah aktivitas, temuan sebuah gaya hidup, menikah dan memiliki anak-anak (Wardani, 2019). Menemukan pasangan hidup meningkatkan kemauan seseorang, terkhusus pada wanita berkeinginan untuk tampil lebih cantik dan menarik. (Sunartio & Dianovinina dalam Wardani 2019), penampilan fisik dipertimbangkan secara kritis dan utama untuk Wanita. Akibatnya wanita sering memperhatikan tubuh mereka, khususnya tipe tubuhnya, dengan tubuh dari lainnya. Wanita mempertimbangkan lebih besar tentang dirinya. Munculnya pandangan negatif dari wanita ke arah diri mereka sendiri

disebabkan oleh munculnya bingkai ketidakpuasan, atau banyak wanita yang tidak puas dengan tubuh mereka.

Pandangan positif terhadap tubuh sangat penting karena membantu meningkatnya kualitas hidup dan kesehatan individu. Kepuasan tubuh dapat membantu individu mencapai kualitas hidup dan kesehatan individu (Wertheim & Paxton, dalam Wardani 2019). Citra tubuh memiliki pengaruh besar terhadap cara individu menghadapi dirinya dan melewati kehidupan sehari-hari. Ogden dalam Wardani (2019) berpendapat bahwa ketika individu yang mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh memunculkan perilaku yang berkaitan dengan citra tubuh, seperti adanya usaha dalam merawat badan, berolahraga, dan mengatur pola makan. Seperti kehidupan yang ada dalam lingkungan bermasyarakat, kita dituntut untuk menjadi sempurna bahkan terkadang menjadi salah satu faktor ketidakpuasan yang sangat mempengaruhi keadaan orang tersebut terhadap dirinya. Berdasarkan studi pendahuluan pada mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area didapatkan hasil wawancara berikut ini :

“Gambaran fisik yang ideal menurut saya ialah wanita yang badannya padat dan berotot. Padat maksudnya tidak kurus dan tidak gemuk. Saya pernah mendapat kritikan yang negatif terhadap bentuk yang saya miliki. Saya berpikir tubuh saya kurang ideal karena berat badan saya naik. Saya sering menimbang berat badan saya dan memperhatikan bentuk tubuh di cermin dan terkadang merasa minder jika bertemu dengan orang banyak. Untuk mencapai tubuh yang ideal, saya sering berolahraga dan terkadang diet dengan puasa”. (S. 15 Juni 2022, Mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area)

Dari kutipan diatas, subjek merasa ukuran tubuhnya tidak ideal sehingga menyebabkan subjek menjaga tubuhnya agar ideal dengan cara diet, menjaga pola makan, berolahraga dll. Hal tersebut juga dipengaruhi dari budaya teman sebaya

yang memberikan ejekan, saran dan ungkapan yang memicu subjek merasa tidak puas pada citra tubuhnya dan ingin mempunyai tubuh yang ideal. Berdasarkan studi pendahuluan pada mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area dengan kutipan wawancara sebagai berikut :

“Dalam lingkungan teman nongkrong kami, terkadang saya di ejek terlalu gemuk dan kurang memperhatikan penampilan, sehingga saya merasa *insecure* dan berusaha untuk memiliki tubuh ideal seperti artis korea dengan mengubah pola makan saya dan melihat fashion-fashion di sosial media”. (15 Juni 2022, N, Mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area)

“Saya sering diejek teman-teman saya karena gemuk dan pipi saya terlalu tembem, sehingga saya berusaha untuk diet, makan sedikit, dan berolahraga”. (15 Juni, A, Mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area)

Berdasarkan kutipan wawancara diatas, subjek merasa tidak ideal karena adanya pengaruh dari teman sebaya. Menurut Jones & Crawford (2006) citra tubuh dapat terbentuk dari faktor sosiokultural yang disebut sebagai *peer appearance culture*. *Peer appearance culture* diartikan sebagai budaya yang ada dalam perkumpulan teman sebaya yang berdasarkan pengalaman serta interaksi berulang-ulang mengenai penampilan pribadi dan pentingnya penampilan ideal dalam suatu kelompok. *Peer appearance culture* dapat berbentuk thin-ideals, percakapan, kritik, saran, ejekan, tekanan, serta perbandingan mengenai penampilan satu sama lain.

(Dinhudayah, 2016) menemukan bahwa perbedaan jenis kelamin, etnis, lintas budaya, sejarah dan usia dalam kepuasan citra tubuh menunjukkan bahwa budaya dan masyarakat memainkan peran penting dalam membentuk citra tubuh. Secara umum, model sosiokultural mengenal standar kecantikan masyarakat saat

ini yang menekankan keinginan untuk memiliki tubuh yang ideal dan memenuhi standar tertentu. Ketidakcocokan antara diri ideal dan konsep diri menyebabkan ketidakpuasan tubuh (Clark & Tiggemann, 2006). Hal tersebut dibuktikan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Lawyer & Nixon dalam Wardani (2019), di mana kritik terhadap penampilan seseorang dapat mengarah pada perilaku diet, olahraga, dan gangguan makan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Wertheim dan Paxton dalam Wardani (2019) menghasilkan bahwa penerimaan dalam kelompok teman sebaya mencakup penampilan fisik, dan bahwa individu lebih mungkin diterima jika berpenampilan menarik atau memiliki tipe tubuh yang ideal. . Penelitian yang ditemukan oleh Wardani (2019) di Surabaya menunjukkan penampilan teman sebaya memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepuasan tubuh pada remaja putri di Surabaya.

Ketidakpuasan pada tubuh adalah masalah yang cukup membutuhkan perhatian lebih. Masalah dari tubuh terkait erat dan kritis karena ada banyak riset yang menampilkan bahwa banyak bangsa menderita oleh bingkai ketidakpuasan (Jones et al., 2004). Baik definisi ketidakpuasan dengan tubuh atau body image adalah perbedaan yang dirasakan antara tubuh dan kenyataan yang dirasakan.

Ketidakpuasan yang terlihat pada penelitian ini didapatkan dari mahasiswa psikologi di lingkungan Universitas Medan. Ketidakpuasan tubuh adalah ketidakpuasan terhadap tipe tubuh seseorang, dan ketidakpuasan tubuh ini mempengaruhi cara individu melihat dirinya sendiri. Mereka juga memperhatikan bentuk tubuh dan mengubah pola makan hingga mengonsumsi obat-obatan tertentu agar terlihat ideal.

Didasarkan pada paparan teori dan fenomena yang sesuai dengan tempat penelitian maka peneliti berminat untuk membuat penelitian dengan judul : “Pengaruh *Peer Appearance Culture* Terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan alasan pemilihan judul yang telah dijabarkan diatas, maka rumusan dari penelitian ini adalah apakah ada pengaruh antara *peer appearance culture* terhadap *body dissatisfaction* pada Mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area?

C. Batasan Masalah

Pada penelitian ini, peneliti memiliki batasan masalah yang akan diteliti agar menjadi lebih terfokus dan dapat menjawab permasalahan penelitian dengan efektif dan efisien. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini yaitu pengaruh *peer appearance culture* terhadap *body dissatisfaction* pada Mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area.

D. Identifikasi Masalah

Masalah utama dari *body dissatisfaction* yaitu merasa tidak puas pada bentuk tubuh yang dimiliki. Dari berbagai hasil penelitian ada beberapa masalah yang menyebabkan timbulnya *body dissatisfaction* yaitu pengaruh budaya penampilan teman sebaya. Akibat budaya tersebut orang-orang akan merasa tidak menerima bentuk tubuhnya sehingga munculah keinginan untuk memiliki tubuh sesuai standar yang mereka inginkan dengan cara berolahraga, diet, merubah pola makan.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh yang signifikan antara *peer appearance culture* terhadap *body dissatisfaction* pada Mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu menghasilkan manfaat untuk perkembangan ilmu psikologi, khususnya di bidang psikologi klinis yaitu membuka wawasan mengenai pengaruh *peer appearance culture* terhadap *body dissatisfaction*.

2. Manfaat Praktis

1. Bagi mahasiswa

Diharapkan agar tidak terlalu terpengaruh dengan standar tubuh ideal dan harus berpenampilan yang menarik agar diterima di lingkungan teman sebaya dan jangan merasa selalu tidak puas terhadap citra tubuhnya.

2. Peneliti

Memberikan saran untuk peneliti selanjutnya agar menambah jumlah sampel yang lebih luas dan tidak berfokus pada populasi mahasiswa saja, karena dengan melibatkan jumlah populasi yang lebih luas dapat memberikan hasil yang lebih beragam. Penelitian terhadap pengaruh *peer appearance culture* terhadap *body dissatisfaction* dengan latar belakang budaya maupun latar belakang pendidikan yang berbeda juga.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Body Dissatisfaction*

1.1 Pengertian *Body Dissatisfaction*

Body dissatisfaction (Ketidakpuasan tubuh) didefinisikan oleh Grogan dalam (B et al., 2021) sebagai ketidaksesuaian antara ukuran yang dirasakan seseorang dan ukuran ideal yang mereka impikan. Sedangkan Herbozo dalam (B et al., 2021) berpendapat bahwa *body dissatisfaction* ialah perasaan tidak senang seseorang terhadap penampilan keseluruhan atau sebagian tubuhnya. (Cash dan Szymanski dalam B et al., 2021) mendefinisikan *body dissatisfaction* sebagai evaluasi negatif terhadap ukuran, bentuk, otot, dan berat badan yang biasanya melibatkan evaluasi yang dirasakan berbeda antara tubuhnya dengan tubuh ideal yang diharapkan.

Body dissatisfaction merupakan pengalaman tidak puas seseorang terhadap citra tubuhnya. Ketika seseorang merasa ketidaksesuaian atau kesenjangan antara tubuhnya saat ini dengan tubuh idealnya, maka seseorang itu mulai mengalami ketidakpuasan tubuh (Tariq & Ijaz, 2015). *Body dissatisfaction* adalah komponen perspektif citra tubuh sebagai perbedaan antara ukuran tubuh ideal dan ukuran tubuh saat ini (Thompson dalam Yuanita & Sukamto, 2013). Menurut Ogden dalam Puspitasari & Ambarini (2017) *body dissatisfaction* merupakan konseptualisasi perbedaan antara persepsi individu terhadap ukuran tubuh mereka inginkan, atau hanya sebagai perasaan tidak puas terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya.

Thompson dkk dalam (Yuanita & Sukamto, 2013) mendefinisikan *body dissatisfaction* sebagai perbedaan antara tubuh yang dirasakan saat ini dengan ukuran dan bentuk seseorang yang ideal, sehingga semakin besar rasa tidak puas terhadap dirinya. Hall dalam (Yuanita & Sukamto, 2013) menyatakan *body dissatisfaction* sebagai evaluasi negatif yang subyektif dari seseorang terhadap bagian tubuhnya.

Seseorang dikatakan memiliki kepuasan citra tubuh apabila derajat kepuasan citra tubuhnya tinggi. Sebaliknya, ia dikatakan memiliki ketidakpuasan citra tubuh apabila derajat kepuasan citra tubuhnya rendah. Sehingga dapat dikatakan bahwa kepuasan citra tubuh merupakan suatu kontinum, dimana pada satu ujung terdapat kepuasan tubuh yang rendah (*body image dissatisfaction*), sedang pada ujung yang lain kepuasan tubuh yang tinggi (*body image satisfaction*).

Bila individu menilai penampilannya tidak sesuai dengan standar pribadinya, maka ia akan menilai rendah tubuhnya. Hal ini lebih lanjut dapat menyebabkan individu menjadi rentan terhadap harga diri yang rendah, depresi, kecemasan sosial dan menarik diri dari situasi sosial, serta mengalami disfungsi seksual.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *body dissatisfaction* adalah ketidakpuasan seseorang terhadap bentuk tubuhnya sekarang dengan ukuran dan bentuk tubuh yang ideal.

1.1 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Body Dissatisfaction*

Menurut Wertheim Paxton dalam buku (Smolak, 2011) menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang tampak mempengaruhi perkembangan *body image* dan *body dissatisfaction* diantaranya:

a. *Biological and Physical Factors* (Faktor Biologis dan Fisik)

Karakteristik biologis dan fisik adalah elemen mendasar dari *body dissatisfaction*. Karakteristik biologis dan gangguan neurobiologi menghasilkan disorientasi tubuh, distorsi persepsi tubuh, dan ketidaknyamanan tubuh, seperti ketika ukuran tubuh berubah dengan cepat atau gangguan fisik yang melibatkan rasa sakit. Namun, sebagian besar *body dissatisfaction* diperkirakan berkembang saat karakteristik tubuh seseorang tidak sesuai dengan norma budaya yang ditentukan dan terbentuk dalam suatu lingkungan contohnya berat badan yang tidak sesuai dengan stigma budaya yang berlaku di beberapa tempat membuat individu merasa tidak puas akan bentuk tubuh yang di miliki.

b. *Developmental Challenges of Puberty* (tantangan masa pubertas)

Perubahan terkait hormon dengan di mulainya menstruasi serta perubahan ukuran dan bentuk tubuh, termasuk peningkatan timbunan lemak di beberapa area seperti payudara dan pinggul.

c. *Sociocultural and Social Influences* (Pengaruh Sosial dan Sosialkultural/ *Peer Appearance Culture*)

Budaya atau subkultur di mana seseorang hidup mempengaruhi individu dalam berpikir, dalam suatu lingkungan budaya memiliki norma-norma tentang apa yang di anggap baik dan betapa pentingnya tipe tubuh tertentu yang di anggap bagus menurut beberapa individu. Norma sosial yang sangat luas bisa di komunikasikan dalam beberapa media contohnya televisi, radio, majalah, film, dan dalam beberapa tahun terakhir Internet. Pengaruh sosial di dapat dari orang tua, teman sebaya, saudara kandung, tetangga, sekolah, tenaga medis, dan bahkan bentuk boneka seperti barbie, yang dapat membentuk stigma cita-cita tubuh yang tidak sehat dan tidak realistis tentang bentuk tubuh yang di idam-idamkan beberapa individu.

d. *Individual Psychological and Cognitive Characteristics* (Karakteristik Psikologis dan Kognitif Individu)

Penelitian menemukan bahwa kecenderungan untuk membandingkan tubuh seseorang dengan orang lain (*social comparison*) telah memprediksi kekhawatiran tubuh, seperti yang lebih besar skema kognitif yang berhubungan dengan penampilan, yang merupakan kognitif atau pemikiran tentang gaya yang memengaruhi cara individu memproses informasi dari luar. Setiap karakteristik ini telah ditemukan berpengaruh untuk citra tubuh yang ideal akan kecantikan wanita.

Menurut Hui dan Brown dalam Puspitasari (2017) faktor-faktor yang mempengaruhi *body dissatisfaction* antara lain:

1. Mencemaskan kedekatan

Munculnya *body dissatisfaction* pada diri individu berhubungan dengan peristiwa penolakan oleh orang-orang terdekat karena keadaan tubuh yang dimiliki. Penelitian terdahulu menjelaskan bahwa wanita cenderung memiliki kecemasan yang tinggi mengenai perubahan tubuh dikarenakan wanita lebih memiliki penghargaan terhadap penampilan fisik. Ketika tubuh seorang wanita berubah maka kecemasan akan muncul karena takut orang-orang terdekat akan menjauhinya.

2. Perbedaan individu (*differentiation of self*)

Perbedaan individu berkaitan dengan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri. Individu yang terlalu memperhatikan perubahan tubuh akan dapat meningkatkan resiko *body dissatisfaction*.

3. Perbedaan budaya

Perbedaan budaya dimana jika suatu budaya memiliki standar kecantikan tersendiri erat kaitannya dengan *body dissatisfaction*.

4. Perbedaan gender

Pria dan wanita memiliki perbedaan mengenai *body dissatisfaction*. Wanita baik usia remaja maupun dewasa cenderung memiliki resiko *body dissatisfaction* daripada pria. Hal ini dikarenakan wanita lebih memiliki perhatian tinggi terhadap penampilan fisik yang disebabkan

oleh faktor dari luar maupun dari dalam diri individu tersebut. Seperti pendapat Chrisler dan McCreary dalam Puspitasari (2017) yang mengatakan bahwa seorang wanita pada umumnya ketika bertemu dengan teman-temannya akan membicarakan hal-hal yang berkaitan dengan penampilan fisik daripada pria. Ditambah lagi dengan sifat wanita yang lebih menggunakan sudut pandang orang lain sebagai poin penilaian tentang penampilannya. Selain itu, peran media seperti iklan televisi, film, majalah yang lebih mengekspos lebih banyak hal yang menarik dari wanita dapat menjadikan dorongan bagi wanita untuk dapat mencapai keadaan tubuh yang ideal seperti apa yang ditampilkan.

Sedangkan menurut Brehm (Hartini, 2005) faktor-faktor Yang menyebabkan timbulnya *body dissatisfaction* antara lain :

1. Standar kecantikan yang tidak mungkin dicapai
Setiap kebudayaan dalam suatu wilayah memiliki standar kecantikan yang mungkin dapat berbeda satu dengan wilayah lain. Namun, sebagian kebudayaan walaupun berbeda biasanya menganggap penampilan yang baik dan menyenangkan sebagai status yang lebih tinggi, kesempatan lebih baik untuk menarik lawan jenis.
2. Kepercayaan atau keyakinan bahwa kontrol terhadap diri akan menghasilkan tubuh yang sempurna
Salah satu yang dapat diubah dari bentuk tubuh ialah berat badan (Esther dalam Iswari, 2005). Hal ini menyebabkan berat badan

menjadi sasaran seseorang tidak puas dengan hal lain dari bentuk tubuhnya.

3. Ketidakpuasan yang mendalam terhadap diri sendiri dan kehidupan Body dissatisfaction yang meningkat akan mengakibatkan kebencian terhadap tubuhnya. Hal ini bisa terjadi karena bentuk tubuh adalah bagian yang terlihat, sehingga bila individu memiliki perasaan negatif terhadap dirinya maka individu tersebut memiliki perasaan negatif terhadap tubuhnya.

4. Hidupnya dalam budaya “*First impressions*”

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-lain (Esther dalam Iswari, 2005).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor *body dissatisfaction* yaitu faktor biologis, fisik, faktor sosiokultural/ *peer appearance culture*, perbedaan individu, perbedaan budaya dan jenis kelamin.

1.2 Aspek-Aspek *Body Dissatisfaction*

Menurut Rosen & Reiter dalam (Khoiriyah & Rosdiana, 2020) aspek-aspek *body dissatisfaction* antara lain:

- a. Penilaian negatif terhadap bentuk tubuh

Penilaian negatif terhadap bentuk tubuh baik secara keseluruhan maupun sebagian akan dialami oleh individu yang mengalami *body dissatisfaction*. Hal tersebut akan membuat individu melakukan

pembandingan dengan tubuh orang lain. Individu akan cenderung tidak nyaman jika membandingkan diri dengan individu yang memiliki bentuk tubuh lebih ideal, sebaliknya, individu akan merasa lebih baik jika membandingkan bentuk tubuhnya dengan individu lain yang memiliki bentuk tubuh tidak lebih baik darinya.

b. Perasaan malu terhadap bentuk tubuh di lingkungan sosial

Perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial akan dialami oleh individu yang mengalami *body dissatisfaction*. Hal ini karena mereka menganggap penampilan mereka akan selalu diperhatikan oleh orang lain.

c. *Body checking*

Sering melakukan pemantauan terhadap kondisi fisik dengan menimbang badan maupun melihat diri di cermin merupakan beberapa hal yang biasanya dialami oleh individu yang mengalami *body dissatisfaction*.

d. Kamuflase tubuh

Individu yang tidak puas terhadap tubuhnya seringkali menyamarkan maupun menyembunyikan bentuk tubuhnya yang sebenarnya. Hal ini dilakukan untuk mendapatkan ketenangan hati.

e. Menghindari kontak fisik dan aktivitas sosial dengan orang lain

Individu yang mengalami *body dissatisfaction* seringkali kurang nyaman dengan aktivitas sosial karena mengharuskan mereka untuk melakukan kontak fisik dengan orang lain.

Sedangkan menurut Cooper, *et al* dalam (Pietro & Xavier, 2008) menyatakan jika munculnya *body dissatisfaction* pada seseorang karena adanya perbedaan antara keinginan ideal dan persepsi atas tubuh. Aspek *body dissatisfaction* menurut Cooper, *et al* dalam (Pietro & Xavier, 2008) sebagai berikut:

Sedangkan menurut Cooper, *et al* (dalam Pietro dan Silviera, 2008) aspek-aspek *body dissatisfaction* sebagai berikut :

a. *Self perception of body image*

Sudut pandang individu dalam melihat bentuk tubuhnya. Individu yang memiliki pandangan positif terhadap tubuhnya menunjukkan bahwa individu tersebut tidak mengalami kepuasan tubuh. Akan tetapi, individu yang memiliki sudut pandang negatif terhadap tubuhnya menunjukkan bahwa individu mengalami ketidakpuasan tubuh.

b. *Comparative perception of body image*

Kecendrungan seseorang untuk melakukan perbandingan sudut pandang gambaran tubuhnya pada tubuh orang lain. Seseorang yang memiliki kecendrungan membandingkan sudut pandang gambaran tubuhnya dengan tubuh orang lain akan berpotensi mengalami ketidakpuasan tubuh. Akan tetapi, individu yang tidak membandingkan sudut pandang gambaran tubuhnya dengan orang lain mengindikasikan bahwa individu tersebut tidak berpotensi mengalami ketidakpuasan tubuh.

c. *Attitude concerning body image alteration*

Perilaku yang muncul terkait adanya perubahan dalam cara individu melihat tubuhnya. Aspek ini terkait dengan bagaimana individu bersikap ketika ia memiliki perasaan jika gambaran tubuhnya mengalami perubahan yang tidak sejalan dengan keinginan. Ketika individu memiliki sikap yang negatif terhadap perubahan cara individu memandang tubuhnya, maka dapat diindikasikan berpotensi mengalami ketidakpuasan tubuh.

d. *Severe alterations in body perception*

Ada tidaknya perubahan yang drastis dalam cara mempersepsi tubuhnya. Individu yang merasa dirinya buruk di mata orang lain cenderung mengalami *body dissatisfaction*, sehingga akan mengurangi atau menghindari aktivitas sosialnya.

Adapun aspek-aspek yang dapat mengalami gangguan, yaitu komponen afektif, kognitif perilaku dan perseptual (Jones & Crawford, 2006).

1. Aspek Afektif

Aspek afektif terganggu apabila individu merasa tertekan dengan penampilan fisiknya, misalkan tertekan akan ukuran perutnya.

2. Aspek Kognitif

Aspek kognitif terganggu apabila individu memiliki harapan-harapan yang tidak realistis terhadap bentuk tubuhnya, misalnya individu ingin memiliki bentuk tubuh seperti model.

3. Aspek Perilaku

Aspek perilaku terganggu apabila individu berusaha menghindari situasi spesifik yang akan melukai citra tubuhnya, misalnya seperti melakukan olahraga di pusat kebugaran atau berenang ditempat umum.

4. Komponen Perseptual

Komponen konseptual terganggu apabila individu memiliki estimasi yang berlebihan mengenai bentuk tubuhnya, misalnya merasa bahwa ukuran tubuhnya adalah L meskipun sebenarnya ukuran tubuhnya adalah M.

Dengan demikian dapat disimpulkan aspek-aspek *body dissatisfaction* yaitu penilaian negatif terhadap bentuk tubuh, perasaan malu terhadap bentuk tubuh di lingkungan sosial, *body checking*, kamuflase, menghindari kontak fisik dan aspek yang dapat mengalami gangguan yaitu aspek afektif, aspek kognitif, aspek perilaku dan komponen perseptual.

1.4 Dimensi *Body Dissatisfaction*

Berdasarkan konsep Tariq dan Ijaz (2015) dimensi *body dissatisfaction* terbagi menjadi : Dimensi *Body Dissatisfaction* untuk wanita:

a) Bentuk Tubuh dan Berat

Dimensi ini terkait dengan bentuk dan berat badan. Semua item terkait dengan berat badan keseluruhan dan bahwa dari area tubuh tertentu misalnya, kelebihan berat badan, tidak memiliki pinggang yang ramping.

b) Struktur rangka

Dimensi ini terkait dengan ukuran dan bentuk area tubuh yang berbeda yang secara terbuka dapat diamati misalnya, sangat kurus, pendek dll.

c) Fitur wajah

Dimensi ini berisi hal-hal yang berkaitan dengan fitur-fitur tubuh yang mudah terlihat oleh orang lain misalnya, tidak memiliki kulit yang sehat, memiliki lingkaran hitam di sekitar mata.

Dengan demikian dapat disimpulkan dimensi dari *body dissatisfaction* yaitu bentuk tubuh dan berat, struktur rangka serta fitur wajah.

1.5 Ciri-ciri *Body Dissatisfaction*

Beberapa ciri-ciri *body dissatisfaction* menurut Tadabbur (2008) yaitu :

- a) Merasa rendah diri, menganggap dirinya tidak berguna dan tidak berarti dengan masyarakat
- b) Merasa keberadaannya tidak dibutuhkan oleh masyarakat dan lingkungan.
- c) Merasa tidak pantas atau tidak berhak memiliki atau mendapatkan sesuatu
- d) Merasa dibenci dan tidak disukai oleh lingkungan dan orang sekitar
- e) Merasa tidak mampu dan selalu khawatir mendapatkan kegagalan dan cemoohan diri orang di sekelilingnya
- f) Merasa kurang pendidikan di banding orang lain

- g) Kurang memiliki dorongan dan semangat hidup, tidak berani memulai sesuatu hal yang baru, selalu khawatir berbuat kesalahan dan ditertawakan orang lain.

Ananta (2016) menjelaskan ciri-ciri individu yang mengalami *body dissatisfaction* diantaranya :

- a) Individu merasa kurang percaya diri
- b) Individu merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya sendiri
- c) Selalu memperdulikan dan membandingkan tubuhnya dengan orang lain yang dianggapnya lebih ideal
- d) Individu cenderung sensitif jika disinggung mengenai tubuhnya
- e) Memiliki kebutuhan untuk memperoleh dukungan serta senang jika memperoleh pujian.

Berdasarkan pendapat para ahli, peneliti menyimpulkan bahwa ciri-ciri *body dissatisfaction* adalah individu merasa kurang percaya diri, individu merasa khawatir dinilai buruk dan di cemooh oleh orang lain, individu merasa tidak percaya diri di lingkungannya dan selalu membandingkan tubuhnya dengan orang lain.

A. *Peer Appearance Culture*

1.1 Pengertian *Peer Appearance Culture*

Peer appearance culture merupakan budaya yang terbentuk dalam kelompok teman sebaya karena pengalaman serta interaksi berulang-ulang mengenai penampilan masing-masing dan pentingnya penampilan ideal dalam suatu kelompok. *Peer appearance culture* terdiri dari akumulasi pengalaman

individu terkait penampilan dalam lingkungan teman sebaya (Jones & Crowford dalam Dinhudayah 2019).

Peer appearance culture merupakan budaya yang terbentuk dalam kelompok teman sebaya karena interaksi yang berulang-ulang yang mencakup percakapan, ejekan, saran, serta membandingkan satu sama lain mengenai penampilan dan bentuk tubuh (Jones & Crowd dalam Wardani 2019). Sedangkan menurut Jones & Thompson dalam Hudayah (2019) *peer appearance culture* adalah budaya dalam lingkungan teman sebaya yang menilai, memperkuat, dan mengikuti budaya tentang kecantikan dan bentuk tubuh.

Jones dalam Dinhudayah (2016) menyatakan, *peer appearance culture* terdiri dari kumpulan pengalaman bersama teman sebaya dalam tiga domain: *appearance culture among friends (appearance conversations and body change talk)*, *peer evaluation (peer appearance evaluations (peer appearance pressure, appearance teasing, viscarious appearance teasing)*, dan *peer acceptance concern (appearance based acceptance, peer appearance comparison)*.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *peer appearance culture* adalah budaya penampilan teman sebaya karena interaksi yang berulang-ulang berupa saran, ejekan dan saran mengenai penampilan dan bentuk tubuh yang dianggap ideal.

1.2 Indikator *Peer Appearance Culture*

1. Percakapan penampilan dengan teman (*appearance conversation with friend*)

Teman juga berkontribusi pada pengembangan citra tubuh dan strategi perubahan tubuh (Paxton dalam Jones & Crawford, 2006). Dalam penelitian ini aspek budaya penampilan yang dimanifestasikan diantara teman-teman: percakapan penampilan dan perubahan tubuh. Pertukaran verbal yang memusatkan perhatian pada masalah umum yang berhubungan dengan penampilan, memperkuat nilai dan pentingnya penampilan pada teman dekat, dan mempromosikan konstruksi ideal penampilan. Percakapan dengan teman-teman ini memberikan konteks sehari-hari untuk memperhatikan, membangun, dan menafsirkan informasi yang relevan dengan masalah penampilan.

2. Pembicaraan perubahan tubuh (*body change strategies*)

Percakapan yang berfokus pada aspek khusus diet untuk wanita dan pembentukan otot untuk pria. Percakapan yang lebih berfokus pada topik tertentu tentang diet telah dikaitkan dengan ketidapuasan citra tubuh dikalangan remaja perempuan (Paxton dalam Diane, 2006). Namun, pria lebih cenderung terlibat dalam strategi pembentukan otot daripada diet (McCabe dan Ricciardel dalam Jones & Crawford, 2006), indikator yang lebih sesuai gender dari budaya penampilan dikalangan pria adalah menilai persepsi mereka tentang seberapa sering mereka berbicara dengan teman-teman mereka tentang pembentukan otot.

3. Tekanan penampilan teman sebaya (*peer appearance pressure*)

Teman sebaya memberikan tekanan sosial yang jelas atau tersirat ketika mereka memberikan saran untuk strategi perubahan tubuh. Pesan seperti “Anda

harus menurunkan berat badan” atau “Anda akan terlihat lebih baik jika anda memiliki banyak otot” dapat berdampak langsung pada kepuasan tubuh, strategi penurunan berat badan, dan patologi makan untuk pria dan wanita (Byelydk dalam Jones & Crawford, 2006).

4. Godaan penampilan (*appearance teasing*)

Godaan penampilan telah menjadi korelasi yang signifikan dari ketidakpuasan tubuh untuk anak laki-laki dan anak perempuan dalam penelitian crosssectional. Masalah berat badan hanyalah satu dari aspek dari godaan penampilan yang dapat mencakup komentar kritis tentang otot juga.

5. Godaan penampilan perwakilan (*viscariious appearance teasing*)

Ejekan perwakilan dapat dianggap sebagai cara lain dimana norma dan harapan budaya penampilan teman sebaya menjadi dikenal dan dibagikan dalam dunia teman sebaya. Menggodanya, apakah dialami pribadi atau perwakilan, mengidentifikasi atribut penampilan yang melanggar harapan dan dengan demikian membantu untuk membangun dan memperkuat standar normatif dan ideal.

6. Penerimaan berbasis penampilan (*appearance based acceptance*)

Temuan umum adalah bahwa anak perempuan yang berpikir bahwa hubungan teman sebaya mereka akan membaik melalui penurunan berat badan cenderung lebih tidak puas dengan citra tubuh mereka. Anak laki-laki yang kelebihan berat badan dan berat badan kurang akan lebih percaya bahwa hubungan mereka dengan teman sebaya akan meningkat sebagai akibat dari perubahan penampilan.

7. Perbandingan penampilan sejawat (*peer appearance comparisons*)

Perbandingan sosial penampilan mengacu pada penilaian kognitif yang dibuat orang tentang penampilan mereka sendiri relatif terhadap orang lain. Perbandingan ini sangat penting untuk evaluasi diri dan merupakan sarana untuk mengumpulkan informasi tentang atribut yang sangat dihargai, harapan sosial, dan norma (Wood dalam Jones & Crawford, 2006).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa indikator *peer appearance culture* terdiri dari percakapan penampilan dengan teman, pembicaraan perubahan tubuh, tekanan penampilan teman sebaya, godaan penampilan, godaan penampilan perwakilan, penerimaan berbasis penampilan, dan perbandingan penampilan sejawat.

D. Pengaruh *Peer Appearance Culture* Dengan *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area

Body dissatisfaction merupakan pengalaman tidak puas seseorang terhadap citra tubuhnya. Ketika seseorang merasa ketidaksesuaian atau kesenjangan antara tubuhnya saat ini dengan tubuh idealnya, maka seseorang itu mulai mengalami ketidakpuasan tubuh (Tariq & Ijaz, 2015). Sedangkan menurut Thompson dalam Yuanita & Sukanto (2013) *Body dissatisfaction* adalah komponen perspektif citra tubuh sebagai perbedaan antara ukuran tubuh ideal dan ukuran tubuh saat ini.

Individu yang memiliki *body dissatisfaction* tidak nyaman dengan tubuhnya karena mereka cenderung merasa bahwa bentuk tubuhnya tidak sempurna dan menginginkan bentuk tubuh yang lain. Hal ini ditunjukkan dengan

adanya kritik yang berlebihan terhadap kondisi tubuhnya, merasa bahwa tubuhnya tidak berharga dan membanding-bandingkan dengan kondisi tubuh orang lain, iri terhadap bentuk tubuh teman, orang-orang di sekitar, bahkan selebritis (Littleton & Ollendick dalam (Andini, 2020).

Cara pandang individu terhadap tubuhnya sendiri dikenal dengan citra tubuh. Orang yang memiliki citra tubuh positif mencerminkan tingginya penerimaan jati diri, rasa percaya diri dan kepeduliannya terhadap kondisi badan dan kesehatan. Kepuasan dan ketidakpuasan citra tubuh pada diri individu dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu berat badan dan persepsi derajat kegemukan serta kekurusan, budaya, siklus hidup, masa kehamilan, sosialisasi, konsep diri, peran gender dan distorsi citra tubuh (Thompson, dalam Villi & dona 2007).

Menurut Fallon dalam Wardani (2019) citra tubuh seseorang berkembang dalam konteks budaya. Budaya yang berkembang di barat berbeda dengan budaya yang berkembang di timur, sehingga menciptakan citra tubuh yang berbeda antara dua budaya yang berbeda. Masyarakat menentukan standar sosial mengenai apa yang cantik dan menarik. Selain itu, peranan budaya juga ikut mempengaruhi perkembangan tingkah laku dan sikap yang berhubungan dengan citra tubuh. Orang barat cenderung tidak mengikuti trend dan memilih sesuatu yang bersifat tradisional, sedangkan orang timur lebih memilih mengikuti trend dan menganggap orang yang tidak mengikuti trend tidak gaul. Pada saat berpakaian, orang barat bebas dalam berpakaian, sedangkan orang timur lebih mengetahui tata krama dan sopan santun. Dalam bentuk tubuh, orang barat cenderung tinggi dan besar, sedangkan orang timur kecil dan tidak terlalu tinggi.

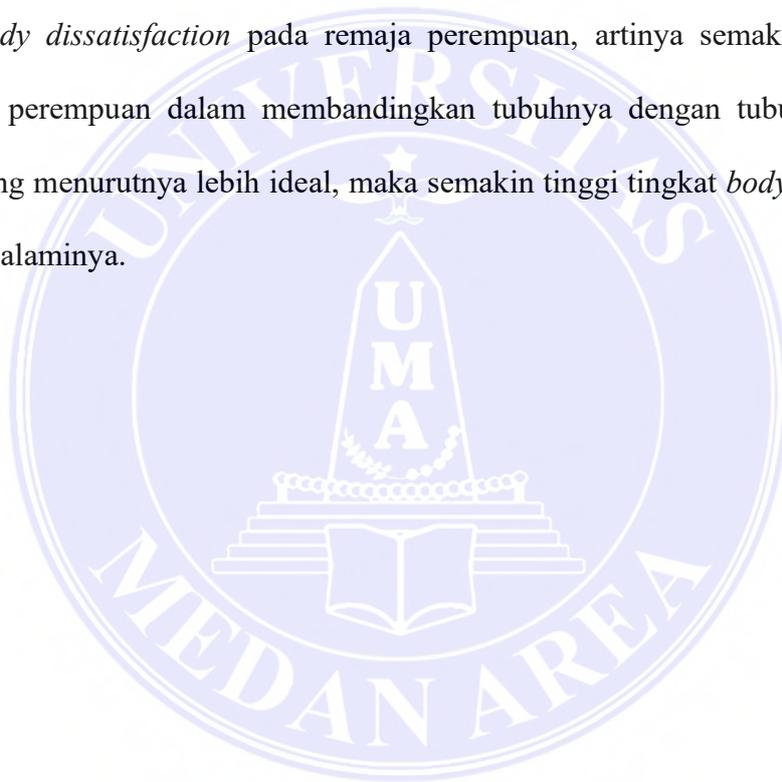
Menurut Ogden dalam Puspitasari (2017) Meskipun *body dissatisfaction* lebih di dominasi menjadi masalah bagi wanita berkulit putih, beberapa literatur menyebutkan bahwa terdapat beberapa hubungan yang bertolakbelakang antara *body dissatisfaction* dengan etnisitas atau kelompok etnik tertentu. Misalnya, tingginya tingkat perilaku yang terkait dengan ketidakpuasan bentuk tubuh ditemukan pada seorang wanita berkulit putih dibanding wanita hitam atau wanita Asia dengan perilaku bulimia (Gray et. Al dalam Puspitasari 2017), gangguan makan secara umum (Abrams et al. 1992, dalam Puspitasari 2017) dan ketidakpuasan tubuh serta masalah makan (Rucker dan Cash 1992, dalam Puspitasari 2017). Tetapi justru sebaliknya, penelitian lain melaporkan bahwa ada hubungan antara budaya (etnisitas) dan masalah berat badan. contohnya Mumford et.al dalam (de Vries et al., 2016)) menunjukkan hasil dari sekolah di utara Inggris menunjukkan bahwa prevalensi yang tinggi pada *bulimia nervosa* yang terjadi pada pelajar perempuan Asia dibandingkan mereka yang memang berkulit putih.. Dan Striegel-Moore et.al dalam (de Vries et al., 2016) menunjukkan level yang tinggi untuk bentuk tubuh yang kurus terjadi pada para gadis berkulit putih. Selanjutnya, studi tambahan mengatakan bahwa tingkat yang setara dari kekhawatiran berat badan dapat ditemukan pada wanita dan anak perempuan tanpa memandang etnis mereka. Oleh karena itu, dapat disimpulkan dari beberapa penelitian mengindikasi bahwa gadis berkulit putih lebih mengalami *body dissatisfaction* daripada gadis Asia dan berkulit hitam. Sedangkan penelitian lainnya menunjukkan gadis berkulit putih tidak lebih menunjukkan *body dissatisfaction* serta ada beberapa penelitian bahkan menunjukkan tidak ada perbedaan dengan kelompok etnis tertentu.

Peran dari media, lingkungan, keluarga dan teman sebaya sangat signifikan pada terbentuknya citra tubuh. Pada media pandangan mengenai individu yang cantik dan menarik telah terbentuk, dimana individu yang cantik adalah yang memiliki tubuh ideal. Peran keluarga dan teman sebaya tak kalah penting karena manusia berinteraksi sehari-hari dengan lingkungannya. Menurut Jones & Crawford (2006) citra tubuh dapat terbentuk dari faktor sosiokultural yang disebut sebagai *peer appearance culture*. *Peer appearance culture* merupakan budaya yang terbentuk dalam kelompok teman sebaya karena pengalaman serta interaksi berulang-ulang mengenai penampilan masing-masing dan pentingnya penampilan ideal dalam suatu kelompok.

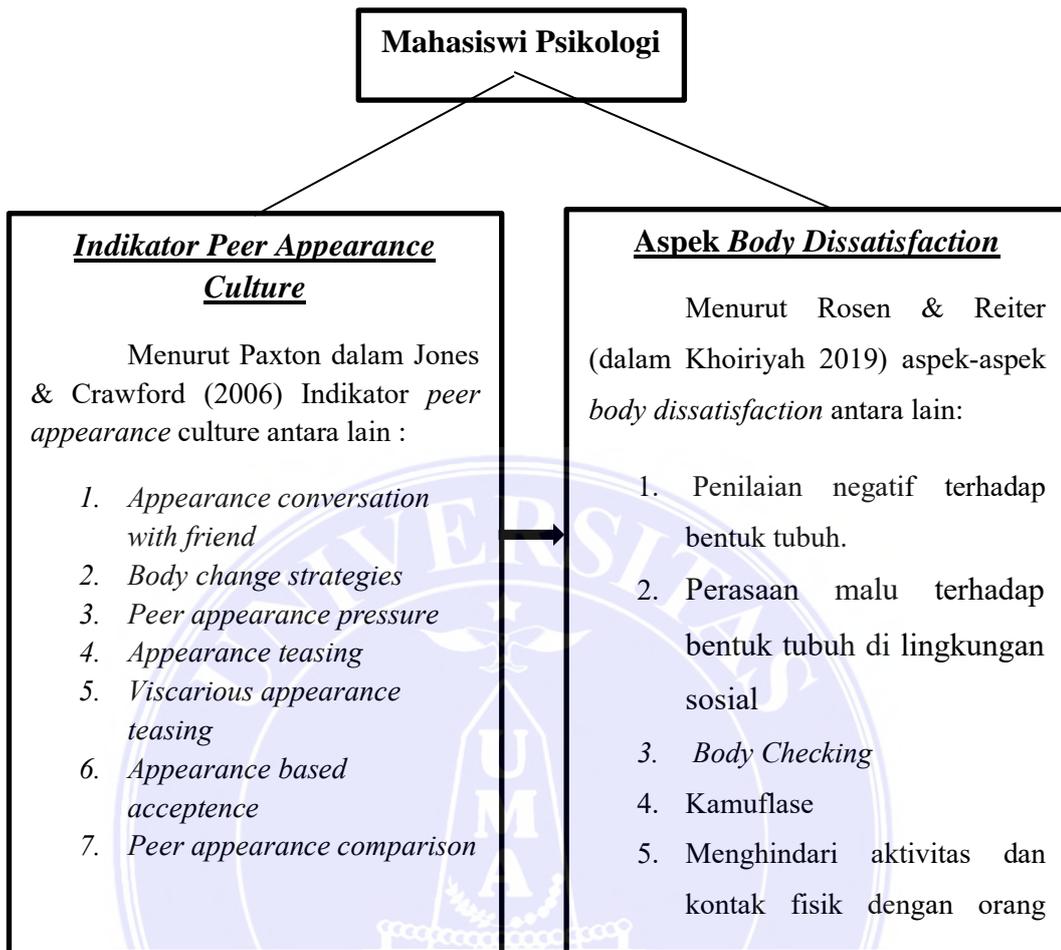
Adapun penelitian terdahulu yang sejalan dengan penelitian ini adalah : Pengaruh *Peer Appearance Culture* Terhadap *Body Satisfaction* Pada Remaja Perempuan di Surabaya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai signifikansi adalah $0,000 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *peer appearance culture* terhadap *body satisfaction* pada remaja perempuan. Hasil analisis menunjukkan nilai R^2 sebesar 0,116, yang dapat diartikan bahwa besarnya pengaruh *peer appearance culture* terhadap *body satisfaction* adalah sebesar 11,6%. Penelitian lain yang dilakukan oleh Helfert & Warschburger (2013) di Jerman menjelaskan bahwa peran teman sebaya cukup besar pada kecemasan tubuh remaja khususnya yang memiliki indeks masa tubuh tinggi.

Adapun penelitian lain yang dilakukan oleh (Partosudiro & Indriana, 2018) di Semarang menjelaskan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan dengan konformitas teman sebaya dengan *body image* pada remaja perempuan

pada siswi kelas X SMK Ibu Kartini Semarang ($r_{xy} = 0,693$; $p < 0,001$). Semakin tinggi konformitas remaja dengan teman sebaya maka semakin positif nilai *body image* yang dimiliki remaja dan semakin rendah konformitas maka semakin negatif nilai *body image* yang dimiliki remaja. Hal ini sebanding dengan penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari (2017) di Surabaya yaitu Hubungan *Sosial Comparison* dan *Body Dissatisfaction* Pada Remaja Perempuan. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear positif antara *social comparison* dan *body dissatisfaction* pada remaja perempuan, artinya semakin tinggi skor remaja perempuan dalam membandingkan tubuhnya dengan tubuh perempuan lain yang menurutnya lebih ideal, maka semakin tinggi tingkat *body dissatisfaction* yang dialaminya.



E. Kerangka Konseptual



Gambar 1. Kerangka Konseptual

F. Hipotesis Penelitian

Dari tinjauan teori di atas dan berdasarkan uraian permasalahan yang dikemukakan, maka dapat dibuat hipotesis penelitian sebagai berikut : ada pengaruh yang signifikan antara *peer appearance culture* terhadap *body dissatisfaction*.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Menurut Azwar (2011) penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif menekankan dengan menggunakan pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistika. Peneliti termasuk penelitian non-eksperimen, dimana peneliti tidak memberikan perlakuan terhadap subjek penelitian. Dengan metode penelitian ini diharapkan dapat menjelaskan fenomena yang berdasarkan data dan informasi yang diperoleh.

B. Identifikasi Variabel-Variabel Penelitian

Menurut Arikunto (2006) variabel adalah hal-hal yang menjadi objek penelitian yang menunjukkan variasi baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Dalam penelitian ini terdapat 2 jenis variabel. Variabel pertama adalah variabel terikat (*Dependent variable*) dan yang kedua adalah variabel bebas (*Independent Variable*).

a. Variabel bebas : *Peer Appearance Culture*

b. Variabel terikat : *Body Dissatisfaction*

C. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel adalah segala sesuatu berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang data penelitian tersebut (Sugiyono, 2009). Tujuannya agar dapat mencapai

suatu alat yang sesuai dekat hakikat variabel yang sudah didefinisikan konsepnya, maka peneliti harus memasukkan proses atau operasionalnya alat ukur yang digunakan untuk kuantifikasi gejala atau variabel yang ditelitinya. Adapun definisi operasional variabel penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. *Peer Appearance Culture*

Peer appearance culture merupakan budaya penampilan teman sebaya karena interaksi yang berulang-ulang berupa saran, ejekan dan saran mengenai penampilan dan bentuk tubuh yang dianggap ideal.

2. *Body Dissatisfaction*

Body dissatisfaction adalah ketidakpuasan seseorang terhadap bentuk tubuhnya sekarang dengan ukuran dan bentuk tubuh yang ideal.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Menurut Arikunto (2017) populasi adalah keseluruhan subjek yang akan dikenai generalisasi hasil penelitian. Menurut Hadi (2010) populasi adalah semua individu untuk siapa kenyataan-kenyataan yang diperoleh dari sampel itu hendak digeneralisasikan. Sedangkan menurut Sugiyono (2016) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa populasi merupakan keseluruhan objek yang dapat terdiri dari orang, benda, kejadian, waktu, dan tempat dengan ketentuan karakteristik dalam penelitian harus

sama. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah 1248 Mahasiswi Psikologi di Universitas Medan Area.

2. Sampel Penelitian

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono dalam Wardani, 2016). Sedangkan Suharsimi Arikunto dalam Wardani (2016) mengatakan bahwa sampel adalah bagian dari populasi (sebagian atau wakil populasi yang diteliti). Sampel penelitian adalah sebagian populasi yang diambil sebagai sumber data dan dapat mewakili seluruh populasi. Mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area yang menjadi sampel sebanyak 35 orang mahasiswi.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). Alasan menggunakan teknik *purposive sampling* ini karena sesuai untuk digunakan dalam penelitian kuantitatif, atau penelitian-penelitian yang tidak melakukan generalisasi (Sugiyono, 2016). Adapun kriteria sampel dalam penelitian ini adalah :

1. Mahasiswi
2. Memiliki kecenderungan mengalami *body dissatisfaction* yang dibuktikan dengan proses *screening*.

E. Metode Pengumpulan Data

Menurut Arikunto (2005) pengumpulan data adalah adalah cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data bagi penelitiannya. Sesuai dengan jenis penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini, maka metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Skala

Skala merupakan sejumlah pernyataan tertulis yang berupa konstruk atau konsep psikologi yang menggambarkan aspek kepribadian individu, dan pertanyaan dalam skala sebagai stimulus yang tertuju pada indikator perilaku guna memancing jawaban yang merupakan refleksi dari keadaan diri subjek yang biasanya tidak disadari oleh responden yang bersangkutan (Azwar, 2008).

Dalam menentukan hasil penelitian ini, maka digunakan metodologi pengumpulan data dengan skala *peer appearance culture measurements* milik Jones (2006) yang terdiri dari 43 aitem dengan reliabilitas sebesar 0,949. Skala yang digunakan untuk mengukur "*body dissatisfaction*" pada penelitian ini diadopsi dari skala *Body Shape Questionnaire (BSQ-34)* yang dikembangkan oleh Peter J. Cooper (1987) instrumen BSQ yang dipakai dalam penelitian iniyang telah diadaptasi oleh Arizka Indah Puspitasari salah satu Mahasiswi Universitas Airlangga. BSQ awalnya memiliki 51 item, setelah dihitung validitas dengan nilai *item correlated* >0,60 dianggap valid didapatkan 16 *item correlated* <0,60 sehingga set akhir skala BSQ ini terdiri dari 34 item.

Skala diatas menggunakan skala Likert dengan 4 pilihan jawaban, yakni Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju. Pernyataan disusun berdasarkan bentuk *favourable* dan *unfavourable*. Penelitian yang diberikan untuk jawaban *favourable*, yakni Sangat Setuju (SS) diberi nilai 4, jawaban Setuju (S) diberi nilai 3, jawaban Tidak Setuju (TS) diberi nilai 2, dan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 1. Sedangkan untuk item *unfavourable*, maka penilaian yang diberikan untuk jawaban Sangat Setuju (SS) diberi nilai 1, untuk jawaban Setuju (S) diberi nilai 2, untuk jawaban Tidak Setuju (TS) diberi nilai 3, dan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 4.

Berdasarkan cara penyampaiannya, skala yang akan digunakan dalam penelitian ini jenis skala langsung dan tertutup. Skala diberikan secara langsung dan subjek diminta untuk memilih salah satu dari alternative jawaban dari skala yang disajikan dalam pernyataan yang bersifat *favourable* dan *unfavourable*.

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Menurut Arikunto (2017) data di dalam penelitian ini dapat mempunyai kedudukan yang paling tinggi, karena merupakan penggambaran variabel yang diteliti, dan berfungsi sebagai alat pembuktian hipotesis. Oleh karena itu benar atau tidaknya data, tergantung dari baik tidaknya instrument pengumpulan data. Instrument yang baik harus memenuhi dua persyaratan penting, yaitu valid dan reliabel. Sedangkan menurut Sutrisno Hadi (2000) validitas adalah seberapa jauh alat ukur dapat mengungkap dengan benar gejala atau sebagian gejala yang hendak diukur, artinya tes tersebut mengukur apa yang seharusnya diukur. Suatu alat ukur dapat dikatakan mempunyai validitas tinggi apabila alat ukur tersebut

menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut.

1. Uji Validitas Instrumen

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen (Suharsimi dalam Puspitasri 2017). Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Validasi yang digunakan untuk pengujian instrumen ini adalah validitas konstruk. Validitas konstruk berkenaan dengan konstruk atau struktur dan karakteristik psikologis aspek yang akan diukur dengan instrumen (Nana Syaodih dalam Dinhudayah (2016). Untuk menguji validitas konstruk, dapat digunakan pendapat dari ahli (*judgement expert*).

Para ahli diminta pendapatnya tentang instrumen yang telah disusun kemudian para ahli akan memberikan keputusan instrumen dapat digunakan tanpa perbaikan, ada perbaikan, atau mungkin dirombak total. Peneliti dalam penelitian ini melakukan *expert judgment* untuk menguji validitas konstruk dan isi dilakukan kepada pembimbing tugas akhir dilanjutkan dengan melihat konsisten internal validitas konstruk dengan menganalisis hasil uji coba menggunakan SPSS 25.00 *for windows*. Untuk mengukur analisis item dan korelasi antar faktor digunakan rumus koefisien korelasi produk moment dan perhitungan dibantu dengan perhitungan SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) 25.00 *for windows*.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas berkenaan dengan tingkat keajegan atau ketetapan hasil pengukuran (Nana Syaodih, dalam Dinhudayah 2016). Menurut Azwar dalam Dinhudayah (2016) realibilitas adalah suatu tingkat kepercayaan hasil suatu pengukuran. Pengukuran yang memiliki reliable tinggi adalah pengukuran yang dapat menghasilkan data yang reliabel. Realibilitas dinyatakan dengan koefisien yang angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien realibilitas mendekati angka 1 maka berarti semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya koefisien yang semakin mendekati angka 0 maka semakin rendah reliabilitasnya Azwar dalam (Sugiyono, 2014).

Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *Alpha Cronbach*. Instrumen dikatakan reliabel apabila nilai koefisien korelasi minimal 0,60 (Burhan, 2009).

G. Teknik Analisis Data

1. Uji Prasyarat Analisis Data

a. Uji Normalitas

Uji normalitas data dimaksudkan untuk mengetahui apakah data dari sampel penelitian berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak, jika data berdistribusi normal maka sampel dapat mewakili populasi. Untuk uji normalitas digunakan uji *Kolmogorov Smirnov*. Kaidah yang digunakan adalah jika $p > 0,05$ maka sebarannya dikatakan normal, dan sebaliknya apabila $p < 0,05$ maka sebarannya dinyatakan tidak normal.

b. Uji Linearitas

Untuk memenuhi asumsi bahwa hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat merupakan hubungan yang linier maka harus diadakan uji linearitas. Untuk melihat kelinieran diuji dengan analisis compare means. Pada penelitian ini, kaidah yang digunakan yaitu, data dikatakan linear apabila pada kolom linearity nilai probabilitas atau $p < 0,05$. Uji linearitas diuji dengan *Compare Means test for linearity* dengan bantuan perangkat lunak SPSS 25.00 for windows.

2. Pengujian Hipotesis

Analisis regresi sederhana adalah hubungan secara linear antara satu variabel bebas dan satu variabel terikat yang digunakan untuk memprediksi atau meramalkan suatu nilai variabel terikat berdasarkan variabel bebas. Analisis ini dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS 25.00 for windows.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan peneliti mengenai “Pengaruh *Peer Appearance Culture* Terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area” , maka peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Hasil uji R square menunjukkan bahwa *peer appearance culture* memiliki pengaruh sebesar 0,161. Hal ini menyatakan bahwa *peer appearance culture* mempengaruhi *body dissatisfaction* sebesar 16,1 % yang termasuk dalam kategori sangat rendah dan sisanya 83,9 % dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak terdapat dalam penelitian ini.
2. Berdasarkan hasil perhitungan mean empirik dan mean hipotetik maka *peer appearance culture* berada pada kategori tinggi dan *body dissatisfaction* berada pada kategori tinggi juga.

B. Saran

1. Saran bagi yang bergabung dalam kelompok teman sebaya

Bagi individu yang mengalami *body dissatisfaction* untuk belajar melakukan *self love* untuk meningkatkan kepercayaan diri dan sikap positif terhadap tubuhnya. Individu baiknya lebih berfokus pada hobi dan kegiatan positif

lainnya yang dapat meningkatkan kepercayaan diri dan tidak berfokus hanya pada penampilan tubuh saja tapi bisa meningkatkan kemampuan dan wawasan.

2. Bagi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

Bagi Fakultas mungkin perlu adanya seminar tentang fenomena *body dissatisfaction* ini agar mahasiswa mengerti bahwa fenomena yang banyak terjadi saat ini adalah hal yang kurang baik.

3. Saran untuk penelitian selanjutnya

Peneliti menyadari penelitian ini memiliki kekurangan pada screening yang kurang sesuai, diharapkan peneliti selanjutnya memperbaiki kekurangan tersebut. Untuk penelitian selanjutnya yang membahas topik serupa, baiknya memperluas lingkup subjek penelitian. Hal ini dikarenakan peneliti hanya mengambil subjek dari Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Fenomena *Peer Appearance Culture* belum banyak diketahui di Indonesia, sehingga peneliti sedikit kesulitan mencari penelitian dan literatur pada topik terkait khususnya di Indonesia. Peneliti lain juga dapat menggunakan variabel bebas yang lain yang diperoleh dari faktor-faktor yang mempengaruhi *body dissatisfaction*.

DAFTAR PUSTAKA

- Andini, S. F. (2020). Aktivitas dan Pengaruh Sosial Media terhadap Body Dissatisfaction pada Dewasa Awal. *Analitika*, 12(1), 34–43. <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i1.3762>
- B, R., Hamid, H., & Hamid, A. N. (2021). Hubungan harga diri dengan body dissatisfaction pada mahasiswa di kota makasar. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(1), 92–104.
- Clark, L., & Tiggemann, M. (2006). Appearance culture in nine- To 12-year-old girls: Media and peer influences on body dissatisfaction. *Social Development*, 15(4). <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2006.00361.x>
- de Vries, D. A., Peter, J., de Graaf, H., & Nikken, P. (2016). Adolescents' Social Network Site Use, Peer Appearance-Related Feedback, and Body Dissatisfaction: Testing a Mediation Model. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(1), 211–224. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0266-4>
- DinhuDayah, Z. (2016). *HUBUNGAN PEER APPEARANCE CULTURE DENGAN BODY IMAGE PADA REMAJA USIA 14-15 TAHUN DI SMPN X BANDUNG*.
- Hartini, D. I. & N. (2005). Pengaruh Pelatihan dan Evaluasi self-talk terhadap body dissatisfaction. *Insan Media Psikologi*, 7(3).
- Jones, D. C., & Crawford, J. K. (2006). The Peer Appearance Culture During Adolescence: Gender and Body Mass Variations. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(2), 243–255. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-9006-5>
- Jones, D. C., Vigfusdottir, T. H., & Lee, Y. (2004). Body Image and the Appearance Culture Among Adolescent Girls and Boys. *Journal of Adolescent Research*, 19(3), 323–339. <https://doi.org/10.1177/0743558403258847>
- Khoiriyah, A. L., & Rosdiana, A. M. (2020). Hubungan Ketidakpuasan Tubuh Dengan Penerimaan Diri Pada Perempuan Usia Dewasa Awal (18 – 25 Tahun) Di Kota Malang. *Egalita*, 14(2), 42–53. <https://doi.org/10.18860/egalita.v14i2.9102>
- Partosudiro, V. J. P., & Indriana, Y. (2018). Hubungan antara konformitas teman sebaya dengan body image remaja perempuan Pada siswi kelas X SMK Ibu Kartini Semarang. *Jurnal Empati*, 7(4), 305–309.
- Pietro, M. Di, & Xavier, D. (2008). Internal validity , dimensionality and performance of the Body Shape Questionnaire in a group of Brazilian college students. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 31(1), 21–24.
- Puspitasari, A. I. (2017). Hubungan Social Comparison dan Body Dissatisfaction pada Remaja Perempuan. In *Mental Tahun* (Vol. 6).

- Smolak, T. F. C. and L. (2011). *Body Image : a handbook of science, practice, and prevention*.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Alfabeta.
- Tariq, M., & Ijaz, T. (2015). Development of Body Dissatisfaction Scale for University Students. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 30(2), 305–322.
- Wardani, F. (2019). Pengaruh Peer Appearance Culture terhadap Body Satisfaction pada Remaja Perempuan di Surabaya. In *Mental Tahun* (Vol. 8).
- Yuanita, H., & Sukanto, E. (2013). *1828-Article Text-4636-1-10-20171114*. 4(1), 12–23.



LAMPIRAN

Uji Relibilitas Peer Appearance Culture

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.966	67

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item_1	173.91	1444.936	.506	.966
item_2	173.63	1450.010	.460	.966
item_3	173.88	1440.625	.570	.965
item_4	173.81	1426.155	.651	.965
item_5	173.67	1430.315	.667	.965
item_6	173.99	1430.595	.611	.965
item_7	173.89	1429.313	.611	.965
item_8	173.87	1429.016	.716	.965
item_9	173.87	1418.184	.730	.965
item_10	174.30	1439.403	.549	.965
item_11	173.98	1426.157	.685	.965
item_12	174.18	1437.114	.552	.965
item_13	173.64	1423.805	.721	.965
item_14	173.92	1420.320	.774	.965
item_15	174.52	1437.376	.570	.965
item_16	174.28	1433.933	.570	.965
item_17	174.32	1436.446	.559	.965
Item_18	173.69	1427.250	.673	.965
item_19	173.77	1462.383	.311	.966
item_20	174.16	1445.504	.456	.966
item_21	174.30	1432.931	.545	.965
item_22	173.97	1418.549	.711	.965
item_23	173.87	1423.128	.680	.965
item_24	174.90	1430.293	.555	.965
item_25	174.69	1435.588	.577	.965
item_26	174.20	1436.049	.600	.965

item_27	174.49	1431.421	.641	.965
item_28	174.37	1430.302	.650	.965
item_29	175.52	1457.735	.407	.966
item_30	175.67	1458.494	.483	.966
item_31	175.34	1447.329	.448	.966
item_32	175.74	1468.102	.275	.966
item_33	175.83	1470.680	.320	.966
item_34	174.52	1445.353	.466	.966
item_35	174.74	1434.664	.559	.965
item_36	175.79	1467.202	.306	.966
item_37	174.62	1416.058	.719	.965
item_38	175.13	1459.218	.294	.966
item_39	174.69	1437.543	.548	.965
item_40	174.79	1425.202	.624	.965
item_41	174.80	1441.083	.506	.966
item_42	174.86	1442.080	.498	.966
item_43	174.92	1430.657	.580	.965
item_44	175.43	1441.507	.486	.966
item_45	174.84	1439.234	.507	.966
item_46	175.68	1449.704	.489	.966
item_47	175.02	1430.000	.654	.965
item_48	175.04	1447.369	.449	.966
item_49	174.63	1439.426	.546	.965
item_50	175.70	1451.651	.505	.966
item_51	175.73	1461.299	.398	.966
item_52	175.46	1448.161	.564	.965
item_53	175.84	1463.504	.429	.966
item_54	173.80	1440.589	.562	.965
item_55	174.19	1446.559	.522	.965
item_56	173.86	1447.338	.509	.966
item_58	173.83	1455.444	.416	.966
item_59	173.99	1447.517	.509	.966
item_60	174.63	1450.460	.459	.966
item_61	173.88	1449.502	.428	.966
item_62	173.54	1455.397	.457	.966
item_63	174.66	1452.027	.425	.966

item_64	174.20	1443.533	.577	.965
item_65	174.49	1438.882	.613	.965
item_66	174.20	1452.836	.463	.966
item_67	173.88	1457.569	.402	.966
item_68	173.98	1462.449	.316	.966

Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		35
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	8,83409668
2Most Extreme Differences	Absolute	,138
	Positive	,138
	Negative	-,096
Test Statistic		,138
Asymp. Sig. (2-tailed)		,088 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

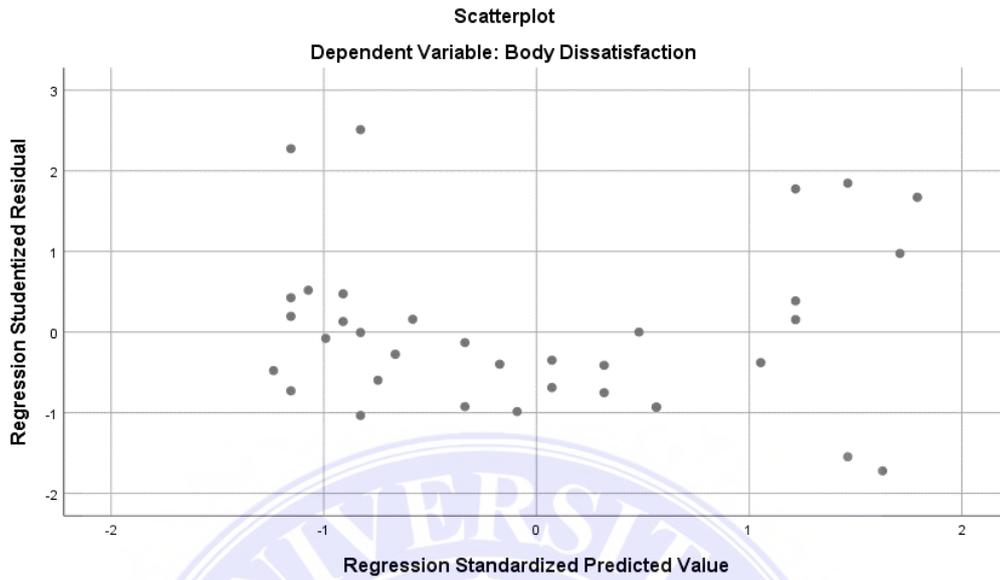
c. Lilliefors Significance Correction.

Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Body Dissatidfaction * Peer Appearance Culture	Between Groups	(Combined)	9983,138	25	399,326	3,776	,021
		Linearity	682,316	1	682,316	6,452	,032
		Deviation from Linearity	9300,822	24	387,534	3,664	,064
	Within Groups		951,833	9	105,759		
	Total		10934,97	34			
				1			

Uji Sebaran Data



Uji Regresi Sederhana

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,248 ^a	,161	,033	8,967

a. Predictors: (Constant), Peer Appearance Culture

b. Dependent Variable: Body Dissatisfaction

Uji ANOVA

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	173,340	1	173,340	2,156	,003 ^b
	Residual	2653,403	33	80,406		
	Total	2826,743	34			

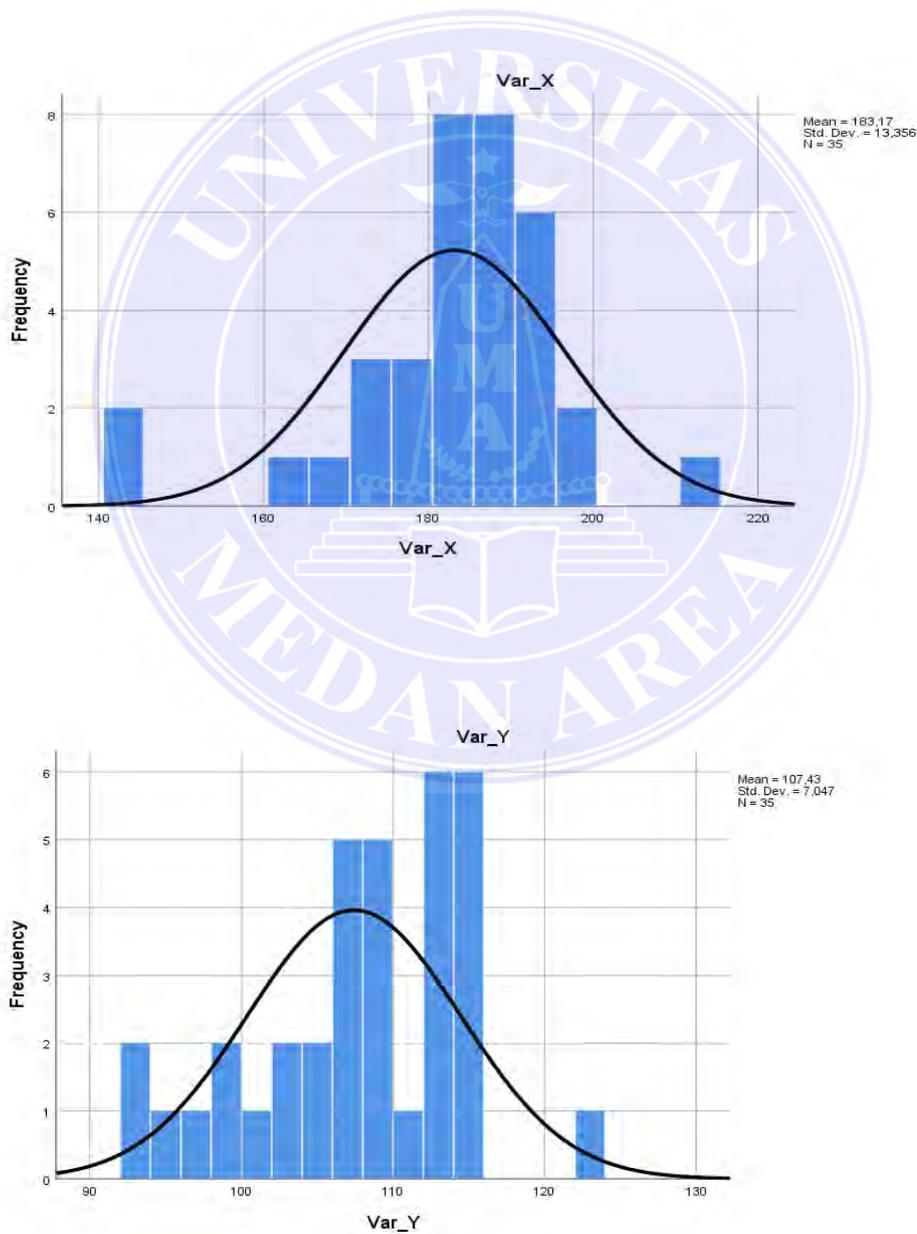
a. Dependent Variable: Body Dissatisfaction

b. Predictors: (Constant), Peer Appearance Culture

Uji T

		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	49,891	19,825		2,517	.000
	Peer Appearance Culture	,185	,126	,248	1,768	,003

a. Dependent Variable: Body Dissatisfaction



Lampiran Screening

Data Mahasiswi Yang Mengalami Body Dissatisfaction (Ketidakpuasan Bentuk Tubuh) di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

1. Apakah Anda merasa tubuh Anda ideal ?
 - Ya
 - Tidak
2. Apakah Anda merasa percaya diri dengan bentuk tubuh Anda sekarang ?
 - Ya
 - Tidak
3. Saya sering memperhatikan bentuk tubuh saya di cermin ?
 - Ya
 - Tidak
4. Saya sering menyembunyikan bentuk tubuh saya ketika berfoto atau dikeramaian?
 - Ya
 - Tidak
5. Saya melakukan olahraga ataupun menjaga pola makan agar terlihat ideal ?
 - Ya
 - Tidak
6. Saya merasa tubuh saya lebih gemuk daripada orang lain?
 - Ya
 - Tidak

Lampiran Skala

A. *Peer Appearance Culture*

No	PERNYATAAN	ST S	TS	S	SS
1	Saya dan teman membicarakan mengenai tinggi badan yang kami inginkan				
2	Teman meminta pendapat saya mengenai penampilannya di waktu-waktu tertentu				
3	Saya dan teman membicarakan mengenai tinggi badan yang ideal				
4	Teman saya berkata bahwa penampilan bagi dirinya merupakan hal yang penting				
5	Saya meminta pendapat teman tentang penampilan saya di waktu tertentu				
6	Saya dan teman membicarakan keinginan untuk melakukan olahraga tertentu agar mendapat tubuh yang ideal				
7	Saya dan teman bercerita tentang model rambut yang cocok agar terlihat lebih menarik				
8	Saya dan teman membicarakan mengenai penampilan diri masing-masing				
9	Saya dan teman berbicara mengenai bentuk tubuh yang kami inginkan				
10	Teman mengatakan kepada saya bahwa mengatur pola makan (diet) merupakan cara untuk mendapatkan berat badan ideal				
11	Saya dan teman berbicara mengenai berat badan yang menurut kami ideal				
12	Teman bercerita kepada saya bahwa warna kulitnya kurang sesuai dengan apa yang diinginkan				
13	Saya dan teman bercerita mengenai cara berpakaian yang cocok agar dapat terlihat lebih menarik				
14	Saya dan teman membicarakan cara-cara untuk mendapatkan penampilan yang ideal				
15	Teman bercerita kepada saya bahwa wajahnya kurang sesuai dengan apa yang diinginkan				
16	Saya dan teman membicarakan cara-cara untuk mengatur pola makan (diet) untuk mendapatkan berat badan ideal				
17	Teman memberikan informasi mengenai jenis olahraga yang dapat membuat tubuh saya ideal				
18	Saya dan teman membicarakan penampilan yang kami idamkan				
19	Saya dan teman membicarakan penampilan orang				

	lain				
20	Saya dan teman membicarakan olahraga-olahraga tertentu yang dapat membuat tubuh saya ideal				
21	Saya dan teman membicarakan keinginan untuk mengatur pola makan (diet) untuk mendapatkan berat badan yang ideal				
22	Saya dan teman membicarakan bentuk tubuh yang ideal				
23	Saya dan teman membicarakan wajah yang menurut kami ideal				
24	Teman saya mengatakan tubuh saya akan lebih menarik apabila melakukan diet				
25	Saya melihat teman saya ditertawakan oleh teman yan lain karena cara berpakaianya				
26	Saya melihat seorang teman bercanda mengenai penampilan teman yang lain				
27	Saya melihat seorang eman di ejek penampilannya oleh teman yang lain				
28	Saya melihat seorang teman diejek bentuk tubuhnya oleh teman yang lain				
29	Selama setahun terakhir, teman memberikan tatapan merendahkan karena penampilan sayha kurang menarik				
30	Selama setahun terakhir, teman menertawakan bentuk tubuh saya				
31	Teman saya memberikan saran kepada saya untuk melakukan diet				
32	Selama setahun terakhir, teman menatap saya dengan sinis karena penampilan fisik saya yang kurang menarik				
33	Selama setahun terakhir, teman saya mengejek cara berpakaian saya				
34	Teman memberikan saran mengenai cara berpakaian yang cocok dan dapat membuat penampilan saya lebih menarik				
35	Teman menyarankan saya untuk melakukan olahraga tertentu agar mendapatkan bentuk tubuh yang lebih menarik				
36	Selama setahun terakhir, teman saya menertawakan cara berpakaian saya				
37	Teman mengatakan tubuh saya akan lebih indah apabila saya berolahraga				
38	Saya melihat seorang teman menatap sinis ke teman yang lain karena penampilan fisiknya kurang menarik				
39	Saya melihat seorang teman bercanda mengeani cara berpakaian teman yang lain				

40	Teman saya mengatakan bahwa penampilan saya akan lebih baik apabila saya mengubah cara berpakaian saya				
41	Saya melihat seorang teman diejek karena cara berpakaian oleh teman lain				
42	Saya melihat teman saya ditertawakan oleh teman lain karena penampilannya				
43	Teman saya mengatakan saya akan lebih menarik apabila saya memiliki badan yang lebih kurus				
44	Selama setahun terakhir teman saya memanggil saya dengan panggilan tertentu karena penampilan fisik saya kurang ideal				
45	Saya melihat teman saya ditertawakan oleh teman yang lain karena bentuk tubuhnya				
46	Selama setahun terakhir teman saya mengejek bentuk tubuh saya				
47	Teman menyarankan saya untuk menggunakan jenis makeup atau produk kecantikan tertentu agar penampilan wajah saya menjadi lebih menarik				
48	Saya melihat seorang teman memberikan tatapan merendahkan ke teman yang lain karena penampilan fisiknya yang kurang menarik				
49	Saya melihat seorang teman bercanda mengenai bentuk tubuh yang lain				
50	Selama setahun terakhir teman saya menggunakan bentuk tubuh saya sebagai bahan bercanda dikelas				
51	Selama setahun terakhir teman saya tertawam melihat penampilan saya di kampus				
52	Teman saya mengatakan wajah saya akan lebih menarik apabila menggunakan make up				
53	Selama setahun terakhir teman saya mengejek penampilan saya ketika di kampus				
54	Saya membandingkan warna kulit saya dengan teman perempuan lain				
55	Cara terbaik untuk menilai tubuh saya sendiri yaitu dengan membandingkan dengan teman yang lain				
56	Saya membandingkan berat badan saya dengan teman perempuan lain				
57	Membandingkan bentuk tubuh sendiri dengan teman perempuan lain merupakan cara yang kurang baik dalam menilai tubuh sendiri				
58	Saya membandingkan penampilan saya dengan teman perempuan lain				
59	Saya membandingkan model rambut saya dengan teman perempuan lain				
60	Jika saya memiliki bentuk tubuh ideal, teman saya akan lebih suka menghabiskan waktu bersama saya				

61	Berpenampilan menarik merupakan cara yang tepat agar disukai oleh teman-teman di kampus				
62	Saya membandingkan tinggi badan saya dengan teman perempuan yang lain				
63	Teman akan lebih suka kerja kelompok bersama saya apabila saya memiliki penampilan yang menarik				
64	Saya mengetahui berat badan saya ideal atau tidak dengan cara membandingkan dengan berat badan teman perempuan yang lain				
65	Jika saya memiliki tubuh yang ideal teman saya akan lebih menyukai saya				
66	Saya mengetahui wajah saya menarik atau tidak dengan cara membandingkannya dengan teman perempuan lain				
67	Saya mengetahui tinggi badan saya ideal atau tidak dengan cara membandingkan dengan tinggi badan teman perempuan yang lain				
68	Saya mengetahui cara berpakaian saya menarik atau tidak dengan cara membandingkan dengan teman perempuan yang lain.				

B. Skala BSQ 34

No	PERNYATAAN	TP	J	K	S	SS
1	Saya merenungi bentuk tubuh saya ketika merasa bosan					
2	Saya merasa khawatir mengenai bentuk tubuh saya sehingga merasa harus berdiet					
3	Saya merasa bahwa paha, pinggul dan pantat saya terlalu besar untuk keseluruhan tubuh saya					
4	Saya takut bahwa saya akan menjadi gemuk (atau lebih gemuk)					
5	Saya merasa khawatir bahwa tubuh saya tidak cukup kuat					
6	Saya merasa gemuk ketika saya merasa kenyang (contoh : setelah makan besar)					
7	Saya merasa buruk mengenai bentuk tubuh saya sehingga saya menangis					
8	Saya menghindari berlari karena tubuh saya mungkin bergetar					
9	Saya merasa sadar terhadap bentuk tubuh saya ketika saya bersama perempuan kurus					
10	Saya merasa khawatir paha saya akan melebar ketika sedang duduk					
11	Saya merasa gemuk walaupun hanya makan makanan dalam jumlah sedikit					
12	Ketika saya memperhatikan bentuk tubuh					

	perempuan lain, saya merasa bentuk tubuh saya tidak baik					
13	Saya merasa kemampuan saya berkonsentrasi terganggu ketika saya berpikir mengenai bentuk tubuh saya (contoh: ketika menonton TV, membaca, mendengarkan percakapan)					
14	Saya merasa gemuk ketika telanjang, seperti ketika sedang mandi					
15	Saya menghindari memakai pakaian yang membuat saya waspada terhadap bentuk tubuh saya					
16	Saya membayangkan untuk menurunkan atau menghilangkan bagian tubuh saya yang berlemak					
17	Saya merasa gemuk ketika saya makan makanan manis, kue atau makanan kalori tinggi					
18	Saya tidak pergi ke acara-acara sosial (contoh: pesta) karena saya merasa buruk mengenai bentuk tubuh saya					
19	Saya merasa terlalu bulat dan besar					
20	Saya merasa malu dengan tubuh saya					
21	Saya merasa khawatir dengan bentuk tubuh saya sehingga saya berdiet					
22	Saya merasa senang dengan bentuk tubuh saya ketika perut saya kosong (contoh : ketika pagi hari)					
23	Saya berpikir bahwa bentuk tubuh saya seperti saat ini karena saya kurang mengontrol diri					
24	Saya merasa khawatir orang-orang melihat lingkaran lemak disekitar pinggang dan perut saya					
25	Saya merasa tidak adil bahwa perempuan lain lebih kurus dari saya					
26	Saya mutah agar saya merasa lebih kurus					
27	Saya merasa khawatir menggunakan lebih banyak ruang ketika berada di suatu tempat (contoh : duduk di sofa atau dikursi bus)					
28	Saya merasa khawatir tubuh saya menjadi lebih berlekuk					
29	Saya merasa buruk mengenai bentuk tubuh saya ketika melihat bayangan diri saya (contoh : bercermin atau melihat jendela toko)					
30	Saya mencubit area tubuh saya untuk melihat seberapa banyak lemak yang ada					
31	Saya menghindari situasi ketika orang-orang dapat melihat tubuh saya (contoh : ruang ganti atau kamar mandi bersama)					
32	Saya mengonsumsi obat pencahar agar merasa lebih kurus					
33	Saya menjadi lebih sadar diri mengenai bentuk tubuh saya ketika berada di tempat orang lain					

34	Saya merasa khawatir mengeani bentuk tubuh saya membuat saya harus melakukan olahraga					
----	---	--	--	--	--	--

BSQ-34

We should like to know how you have been feeling about your appearance over the **PAST FOUR WEEKS**. Please read each question and circle the appropriate number to the right. Please answer all the questions.

OVER THE PAST FOUR WEEKS:

		Never		Rarely		Sometimes		Often		Very often		Always
	1	2	3	4	5	6						
1. Has feeling bored made you brood about your shape?.....	1	2	3	4	5	6						
2. Have you been so worried about your shape that you have been feeling you ought to diet?.....	1	2	3	4	5	6						
3. Have you thought that your thighs, hips or bottom are too large for the rest of you?.....	1	2	3	4	5	6						
4. Have you been afraid that you might become fat (or fatter)?.....	1	2	3	4	5	6						
5. Have you worried about your flesh being not firm enough?.....	1	2	3	4	5	6						
6. Has feeling full (e.g. after eating a large meal) made you feel fat?.....	1	2	3	4	5	6						
7. Have you felt so bad about your shape that you have cried?.....	1	2	3	4	5	6						
8. Have you avoided running because your flesh might wobble?.....	1	2	3	4	5	6						
9. Has being with thin women made you feel self-conscious about your shape?.....	1	2	3	4	5	6						
10. Have you worried about your thighs spreading out when sitting down?	1	2	3	4	5	6						
11. Has eating even a small amount of food made you feel fat?.....	1	2	3	4	5	6						
12. Have you noticed the shape of other women and felt that your own shape compared unfavourably?.....	1	2	3	4	5	6						
13. Has thinking about your shape interfered with your ability to concentrate (e.g. while watching television, reading, listening to conversations)?.....	1	2	3	4	5	6						
14. Has being naked, such as when taking a bath, made you feel fat?.....	1	2	3	4	5	6						
15. Have you avoided wearing clothes which make you particularly aware of the shape of your body?.....	1	2	3	4	5	6						
16. Have you imagined cutting off fleshy areas of your body?.....	1	2	3	4	5	6						

	Never		Rarely		Sometimes		Often		Very often		Always
17. Has eating sweets, cakes, or other high calorie food made you feel fat?	1	2	3	4	5	6					
18. Have you not gone out to social occasions (e.g. parties) because you have felt bad about your shape?.....	1	2	3	4	5	6					
19. Have you felt excessively large and rounded?.....	1	2	3	4	5	6					
20. Have you felt ashamed of your body?.....	1	2	3	4	5	6					
21. Has worry about your shape made you diet?.....	1	2	3	4	5	6					
22. Have you felt happiest about your shape when your stomach has been empty (e.g. in the morning)?.....	1	2	3	4	5	6					
23. Have you thought that you are in the shape you are because you lack self-control?.....	1	2	3	4	5	6					
24. Have you worried about other people seeing rolls of fat around your waist or stomach?.....	1	2	3	4	5	6					
25. Have you felt that it is not fair that other women are thinner than you?.	1	2	3	4	5	6					
26. Have you vomited in order to feel thinner?.....	1	2	3	4	5	6					
27. When in company have you worried about taking up too much room (e.g. sitting on a sofa, or a bus seat)?.....	1	2	3	4	5	6					
28. Have you worried about your flesh being dimply?.....	1	2	3	4	5	6					
29. Has seeing your reflection (e.g. in a mirror or shop window) made you feel bad about your shape?.....	1	2	3	4	5	6					
30. Have you pinched areas of your body to see how much fat there is?.....	1	2	3	4	5	6					
31. Have you avoided situations where people could see your body (e.g. communal changing rooms or swimming baths)?.....	1	2	3	4	5	6					
32. Have you taken laxatives in order to feel thinner?.....	1	2	3	4	5	6					
33. Have you been particularly self-conscious about your shape when in the company of other people?.....	1	2	3	4	5	6					
34. Has worry about your shape made you feel you ought to exercise?.....	1	2	3	4	5	6					



UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 ☎ (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Selisibudi 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

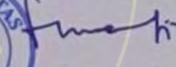
SURAT KETERANGAN
Nomor : 02 /UMA/B/01.7/1/2023

Rektor Universitas Medan Area dengan ini menerangkan bahwa :

Nama	: Andra Khalisha Aswandi
No. Pokok Mahasiswa	: 198600180
Fakultas	: Psikologi

Benar telah selesai Pengambilan Data di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area dengan Judul skripsi
“Pengaruh Peer Appearance Culture Terhadap Body Satisfaction Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area”.
 Dan kami harapkan Data tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam penyusunan skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Fakultas Psikologi.

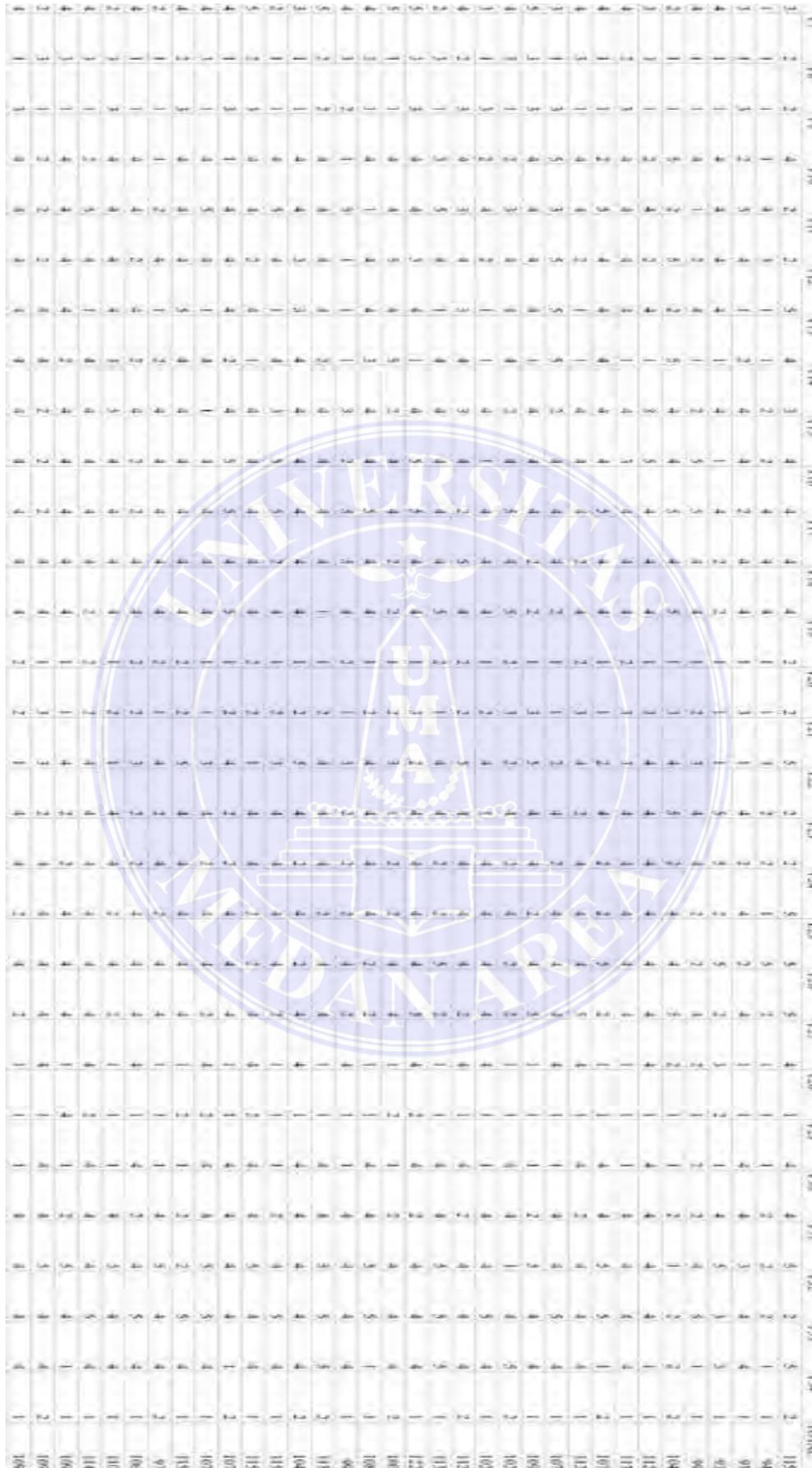
Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat digunakan seperlunya.

Medan, 11 Januari 2023.
 An Rektor,
 Wakil Rektor Bidang Pengembangan SDM dan
 Administrasi Keuangan,

 Ir. Suswati, MP

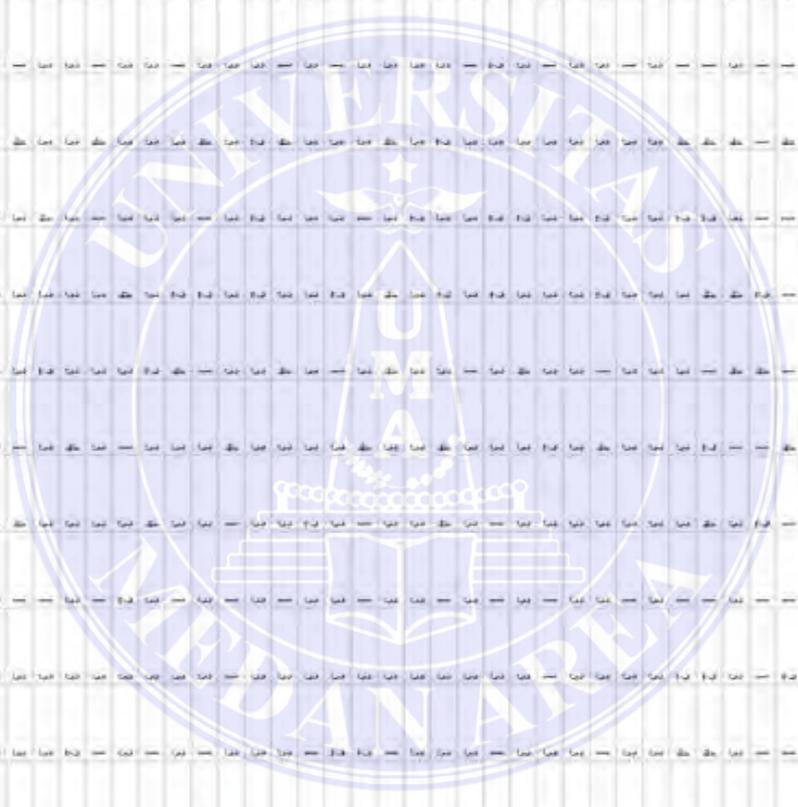
Tembusan :

- Mahasiswa Ybs
- File





The image shows a large grid of empty table cells, likely a placeholder for a table of contents or a list of items. The grid is composed of many small, empty rectangular cells arranged in rows and columns. In the center of the grid, there is a large, faint watermark of the Universitas Medan Area logo, which features a shield with a book and a star, surrounded by the text 'UNIVERSITAS MEDAN AREA'.



X47	X48	X49	X50	X51	X52	X53	X54	X55	X56	X57	X58	X59	X60	X61	X62	X63	X64	X65	X66	X67	X68	TOTAL
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	213
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	180
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	164
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	170
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	145
6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	143
7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	198
8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	191
9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	176
10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	185
11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	179
12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	188
13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	172
14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	172
15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	184
16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	184
17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	196
18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	185
19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	175
20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	187
21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	187
22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	186
23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	191
24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	183
25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	183
26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	183
27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	187
28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28	184
29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	192
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	184
31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	195
32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	190
33	33	33	33	33	33	33	33	33	33	33	33	33	33	33	33	33	33	33	33	33	33	178
34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	34	189
35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	183
36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	193
37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	188