

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN *BODY IMAGE*  
PADA WANITA DIDESA BANDAR TENGAH**

**SKRIPSI**

**OLEH:**

**BONA BOGEN FELLA SINAGA**

**16.860.0259**



**PROGRAM STUDI ILMU PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2023**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN *BODY IMAGE*  
PADA WANITA DIDESA BANDAR TENGAH**

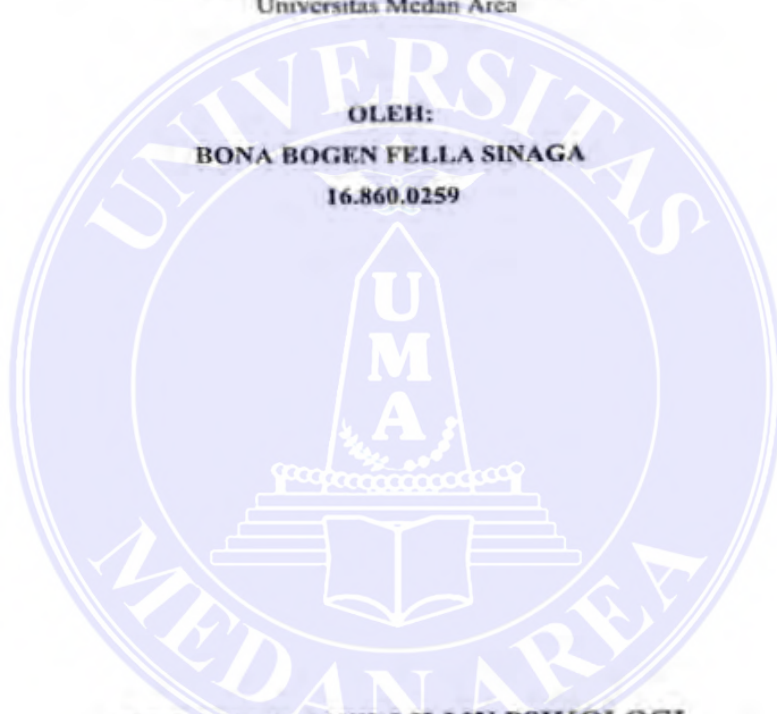
**SKRIPSI**

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

**OLEH:**

**BONA BOGEN FELLA SINAGA**

**16.860.0259**



**PROGRAM STUDI ILMU PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2023**

### HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Body Image Pada Wanita  
Di Desa Bandar Tengah  
Nama : Bona Bogen Fella Sinaga  
NPM : 168600259  
Fakultas : Psikologi


Disetujui Sidang Oleh



Yunita, S.Pd, M.Psi, Kons  
Pembimbing


Prof. Hasnudin, Ph.D  
Dekan

  
Laili Alfita S.Psi.,MM.,M.Psi. Psikolog  
Wakil Dekan Bidang Pendidikan,  
Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat

### HALAMAN PERNYATAAN

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

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



Medan, 05 September 2023  
  
Bona Bogen Fella Sinaga  
168600259

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

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

Nama : Bona Bogen Fella Sinaga  
NPM : 16.860.0259  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi  
Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah yang berjudul :

**Hubungan dukungan keluarga dengan *body image* pada Wanita di Desa Bandar Tengah**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Medan  
Yang menyatakan

  
(Bona Bogen Fella Sinaga)

168600259

## Hubungan dukungan keluarga dengan *body image* pada Wanita di Desa Bandar Tengah

Bona Bogen Fella Sinaga

16.860.0259

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan dukungan keluarga dengan *body image* pada Wanita di Desa Bandar Tengah. Populasi sebanyak 93 orang. Teknik pengambilan sampel adalah teknik *purposive sampling*. Skala *body image* disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh (Cash & Pruzinsky, 2002) yaitu : *appereance evaluation* (evaluasi penampilan), *appereance orientation* (orientasi penampilan), *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), *overweight preocupation* (kecemasan menjadi gemuk), *self-classified weight* (pengkategorian bagian tubuh). Skala dukungan keluarga dalam penelitian ini diukur berdasarkan aspek-aspek dukungan keluarga menurut Kaplan (2010) terdiri dari: Dukungan Emosional, Dukungan Instrumental, Dukungan Informasional, Dukungan Penilaian. Berdasarkan hasil perhitungan analisis korelasi *product moment*, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan positif antara Dukungan keluarga dengan Body image. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = 0.828$ , dengan Signifikan  $p = 0,000 < 0,05$ . Koefisien determinan ( $r^2$ ) dari hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah  $r^2 = 0.686$ . Ini menunjukkan bahwa Dukungan keluarga berdistribusi sebesar 68,60% terhadap Body image.

**Kata Kunci:** Dukungan Keluarga, *Body Image*, Wanita

*The Correlation between family support and body image in women in Bandar Tengah Village*

**Bona Bogen Fella Sinaga**

**16.860.0259**

**ABSTRACT**

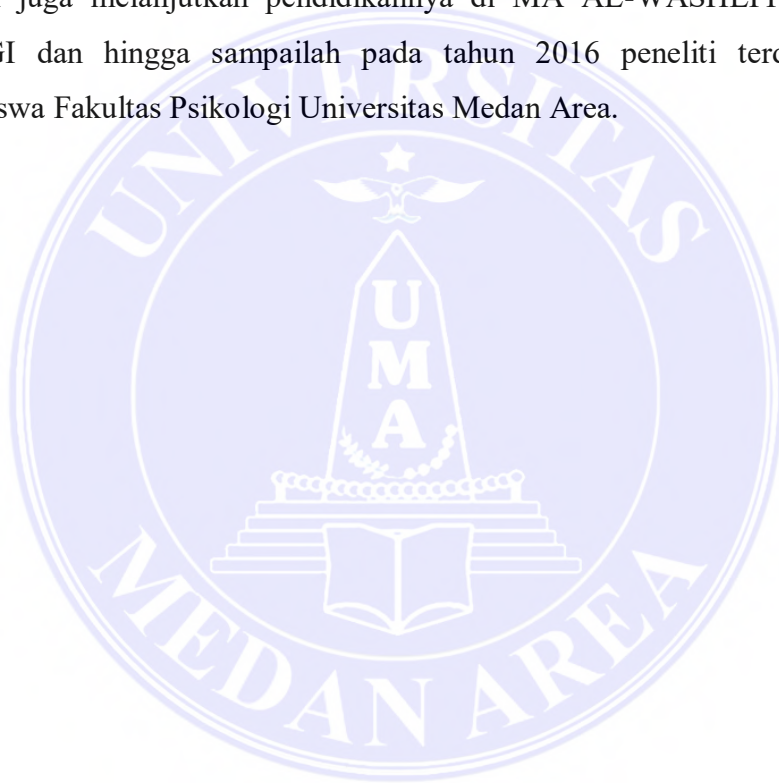
*This study aims to determine the relationship between family support and body image in middle age women in Bandar Tengah Village. The population is 93 people. The sampling technique is a purposive sampling technique. The body image scale was compiled by researchers based on the aspects put forward by (Cash & Pruzinsky, 2002), namely: appearance evaluation, appearance orientation, body area satisfaction, overweight preoccupation (anxiety). being fat), self-classified weight (categorizing body parts). The family support scale in this study was measured based on aspects of family support according to Kaplan (2010) consisting of: Emotional Support, Instrumental Support, Informational Support, Appraisal Support. Based on the calculation results of product moment correlation analysis, it can be seen that there is a positive relationship between family support and body image. This result is evidenced by the correlation coefficient  $r_{xy} = 0.834$ , with a significant  $p = 0.000 < 0.05$ . The determinant coefficient ( $r^2$ ) of the relationship between the independent variable and the dependent variable is  $r^2 = 0.696$ . This shows that family support is distributed at 69.60% of body image.*

**Keywords:** Family Support, Body Image, Women

## RIWAYAT HIDUP

Bona Bogen Fella Sinaga, lahir di Paya Lombang pada tanggal 21 Agustus 1997, Bertempat Tinggal Di Desa Bandar Tengah, dan Kecamatan Bandar Khalipah Kabupaten Serdang Bedagai. Putra ketiga dari Bapak Ahmad Husin Sinaga, dan ibu Rosita Damanik, Peneliti merupakan anak Ketiga dari empat bersaudara.

Peneliti menempuh pendidikan dasarnya di SD NEGERI 102081 kemudian melanjutkan jenjang berikutnya di MTS AL-WASHLIYAH Bandar Khalipah, peneliti juga melanjutkan pendidikannya di MA AL-WASHLIYAH TEBING TINGGI dan hingga sampailah pada tahun 2016 peneliti terdaftar sebagai mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.





## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Dalam hal ini peneliti banyak menerima bantuan serta bimbingan maka pada kesempatan ini perkenankanlah peneliti mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada Dosen pembimbing yang selalu meluangkan waktu untuk membantu saya dan banyak memberikan masukan dan motivasi dan selalu sabar dan membimbing saya. Terima kasih sebesar-besarnya untuk kedua orang tua saya yang telah memberikan cinta dan kasih sayangnya kepada saya, selalu memanjatkan doa dan selalu memberikan bantuan materi yang saya butuhkan demi menyelesaikan skripsi ini.

Semoga penulisan skripsi ini dapat bermanfaat bagi seluruh pembaca pada umumnya dan bagi penulis khususnya. Sesungguhnya dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari banyak kekurangan dan kelemahan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritikan yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini ke masa yang akan datang dan menghasilkan tulisan yang lebih baik lagi. Penulis memohon maaf yang sebesar-besarnya apabila banyak kesalahan karena penulis dalam tahap belajar dan masih kurang pengalaman, semoga pembaca dapat memakluminya dan menerima tulisan ini dengan baik akhir kata penulis mengucapkan banyak terima kasih. Semoga kiranya mendapat balasan dari Allah SWT dan semuanya selalu dalam lindungan-Nya. Amin.

(Bona Bogen Fella Sinaga)

168600259

## DAFTAR ISI

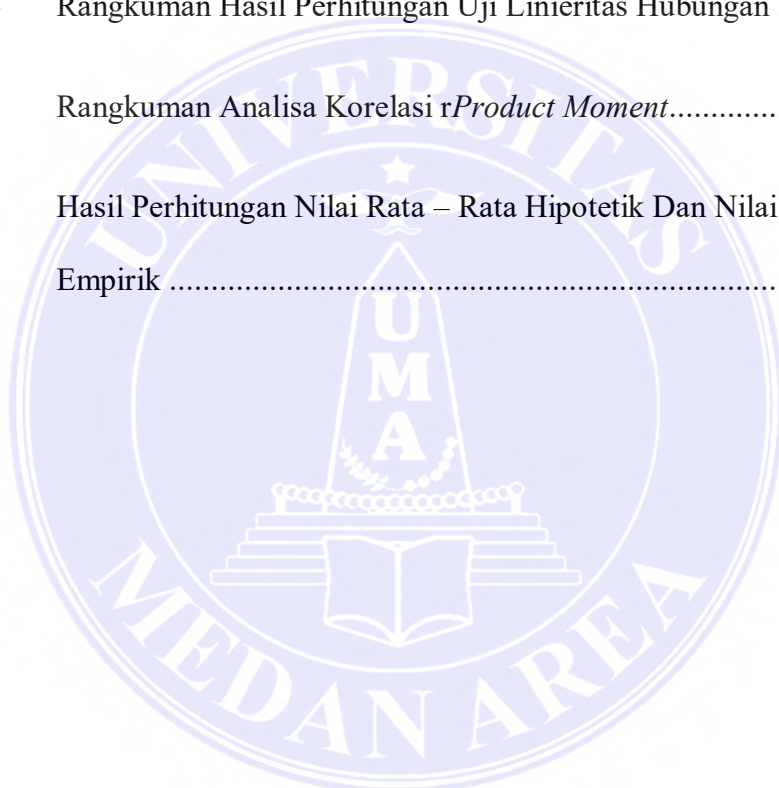
HALAMAN PENGESAHAN .....	i
HALAMAN PERNYATAAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....	iii
ABSTRAK .....	iv
<i>ABSTRACT</i> .....	v
RIWAYAT HIDUP .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR LAMPIRAN .....	x
I PENDAHULUAN .....	1
1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	7
1.3 Tujuan Penelitian .....	7
1.4 Hipotesis Penelitian .....	7
1.5 Manfaat Penelitian .....	7
II TINJAUAN PUSTAKA .....	9
2.1. Body Image .....	9
2.2 Dukungan Keluarga .....	18
2.3. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Body Image .....	27
2.4. Kerangka Konseptual .....	29
BAB III METODE PENELITIAN .....	30
3.1. Waktu dan Tempat Penelitian .....	30
3.2. Bahan dan Alat .....	31
3.3. Metodologi Penelitian .....	32
3.4. Populasi dan Sampel Penelitian .....	32
3.5. Prosedur Penelitian .....	33
3.6. Metode Analisis Data .....	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	37
4.1. Hasil Penelitian .....	37
4.2. Pembahasan .....	43

BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	45
5.1. Simpulan.....	45
5.2. Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA.....	47



## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Setelah Uji Validitas Dukungan Keluarga .....	37
Tabel 2	Setelah Uji Validitas Body image .....	38
Tabel 3	Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	39
Tabel 4	Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas Hubungan .....	40
Tabel 5	Rangkuman Analisa Korelasi $r$ Product Moment.....	41
Tabel 6	Hasil Perhitungan Nilai Rata – Rata Hipotetik Dan Nilai Rata – Rata Empirik .....	42



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1. Latar Belakang

Penampilan fisik yang menarik serta bentuk tubuh ideal merupakan idaman bagi sebagian individu di dunia. Hal ini tentunya tidak terlepas dari respon yang diterima individu dari lingkungan terkait dirinya, dimana individu yang memiliki penampilan menarik cenderung mendapatkan respon yang positif dari masyarakat di sekitarnya dibandingkan dengan individu yang kurang menarik secara fisik. Oleh karena itu, tak jarang individu disibukkan akan persoalan tubuh dan pengembangan citra individual mengenai gambaran tubuhnya. Penampilan fisik dan bentuk tubuh yang ideal secara tidak langsung memberikan efek yang positif bagi perkembangan kepercayaan diri individu.

Penampilan fisik seseorang memang dianggap sebagai suatu hal yang penting dalam kehidupan di masa kini. Dengan tampil menarik, wanita akan merasa lebih berharga dan dapat tampil lebih meyakinkan dalam berbagai situasi. Banyak wanita yang memberikan perhatian lebih terhadap penampilannya, terutama tubuh secara fisik dibandingkan hal-hal yang berkaitan dengan aspek lain dari kehidupan wanita itu sendiri. Ditinjau dari segi psikososial, kegemukan merupakan beban bagi yang bersangkutan karena dapat menghambat kegiatan jasmani, sosial dan psikologis. Selain itu akibat bentuk yang kurang menarik sering menimbulkan problem dalam pergaulan dan seseorang dapat menjadi rendah diri dan yang terburuk adalah keputusasaan (Ramaiah, 2003).

Pandangan tentang fisik dan citra tubuh inilah yang disebut dengan *body image*. *Body image* adalah pengalaman individual tentang tubuhnya, suatu gambaran mental seseorang yang mencakup pikiran, persepsi, perasaan, emosi, imajinasi, penilaian, sensasi fisik, kesadaran, dan perilaku mengenai penampilan dan bentuk tubuhnya yang dipengaruhi oleh idealisasi pencitraan tubuh di masyarakat, dan hal ini terbentuk dari interaksi sosial seseorang sepanjang waktu dalam lingkungannya yang berubah sepanjang rentang kehidupan dalam responnya terhadap umpan balik (Marita, 2014)

Menurut (Sunaryo, 2016) gambaran diri (*body image*) adalah sikap individu terhadap tubuhnya baik secara sadar maupun tidak sadar, meliputi: *performance*, potensi tubuh, fungsi tubuh, serta persepsi dan perasaan tentang ukuran dan bentuk tubuh. Terdapat beberapa hal penting yang dapat dikaitkan dengan gambaran diri (*body image*) yaitu di antaranya cara individu memandang diri berdampak penting terhadap aspek psikologis dan gambaran yang realistis terhadap menerima dan menyukai bagian tubuh *Body image* dibentuk dari beragam aspek yang kemudian mempengaruhi bagaimana individu merasa, berpikir, mempersepsikan dan memperlakukan dirinya (Tylka, 2015).

Menurut (Tylka, 2015) dalam pengembangannya, psikologi positif dan karakteristik dari flourishing dapat diterapkan pada konsep *body image* dan *treatment body image*. Ciri-ciri utama dari positive body image adalah: *body appreciation* (apresiasi terhadap tubuh), *body acceptance and love* (penerimaan dan cinta tubuh), *broad conceptualization of beauty* (konsep luas dari kecantikan), *inner positivity* (sikap positif dari dalam), *filtering information in body- protective*

*manner* (penyaringan informasi sebagai cara untuk melindungi tubuh). *Body appreciation scale* merupakan salah satu alat untuk mengukur positive body image (Tylka, 2015).

Fenomena *body image* yang negatif pada wanita di Desa Bandar Tengah diperoleh peneliti berdasarkan hasil observasi yang dilakukan. Ibu rumah tangga belum dapat menerima perubahan fisiknya. Mereka merasa kurang percaya diri, hal ini terlihat ketika diantara mereka membandingkan tubuhnya dengan orang lain yang dianggap memiliki tubuh yang lebih baik. Hal inilah yang akan mendorong akseptor berpersepsi negatif terhadap dirinya, menganggap dirinya jelek, penampilannya tidak menarik dan tidak percaya diri. Ukuran tubuh mereka yang terlihat tidak ideal seperti kelebihan berat badan, jalan membungkuk, sampai kulit yang cenderung kering. Selain itu mereka juga mengaku bahwa mereka merasa cemas dan tidak puas dengan perubahan yang terjadi pada tubuhnya, mereka merasa bahwa dirinya mengalami banyak perubahan akibat datangnya penuaan, menganggap fisiknya tidak lagi menarik karena kulitnya yang sudah tidak kencang lagi, banyak flek-flek hitam di daerah sekitar wajah, adanya penimbunan lemak di daerah perut sehingga perut terlihat membesar, dan mengalami pengenduran di daerah lengan tangan, berkurangnya kekuatan otot, dan merasa tubuhnya kurang sehat sehingga mudah terserang berbagai penyakit seperti nyeri sendi dibagian-bagian tubuh, mudah merasa letih, mudah lemas sakit kepala dan sulit tidur.

Fenomena tersebut menunjukkan body image negatif wanita. Hal ini sesuai dengan ciri-ciri orang yang memiliki body image negatif yaitu selalu merasa tidak puas dengan kondisi tubuhnya, kurangnya penerimaan terhadap keadaan tubuh

yang dimilikinya dan selalu membandingkan tubuhnya dengan orang lain. Merasa bahwa dirinya memiliki penampilan fisik yang jelek dan buruk, selalu mencari jalan keluar untuk mengurangi kekurangan yang dimilikinya dan lebih terpusat pada kekurang-kekurangannya dibandingkan dengan memikirkan kelebihan yang dimilikinya serta selalu mengidamkan tubuh yang ideal.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *body image* adalah dukungan keluarga. Manusia sejatinya adalah makhluk sosial yang tidak akan pernah lepas hubungan dengan orang lain. Hal ini juga diperkuat oleh (Cash, 2014) yang menyatakan bahwa *Body image* orang dewasa lebih dipengaruhi oleh pasangannya, yaitu seseorang yang menjadi sumber penting dari pemberi feedback dan dukungan (Cash, 2014). Apabila seseorang menerima kritik dan komentar tentang berat dan bentuk tubuh dari pasangannya maka hal itu akan membuat dirinya memiliki *body image* yang negatif. Bagaimanapun, suatu hubungan dan penampilan saling berkaitan, *body image* terpengaruh dari faktor seperti lamanya suatu hubungan (Cash, 2012). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga mempengaruhi *body image* pada ibu rumah tangga dewasa. Dalam penelitian ini dukungan keluarga yang diambil adalah dukungan suami dan anak.

Keluarga merupakan salah satu unit dasar yang bertanggung jawab dalam melestarikan integritas individu anggota keluarga yang akan membentuk struktur keluarga yang meliputi dukungan emosional, sosial, dan ekonomi pada anggotanya. Keluarga berfungsi tinggi untuk membantu dalam menjaga dimensi komunikasi, kontrol emosi dan perilaku, dan juga membantu dalam pemecahan masalah dan mengatasi perilaku anggotanya masing-masing (Niide, 2011).



Menurut (Friedman, 2014) Dukungan keluarga adalah sebuah proses yang terjadi sepanjang masa kehidupan, dukungan yang diberikan pada setiap siklus perkembangan kehidupan juga berbeda, dengan adanya dukungan yang diberikan oleh keluarga membuat anggota keluarga mampu berfungsi dengan berbagai kepandaian dan akal, sehingga dapat meningkatkan kesehatan dan adaptasi keluarga (Friedman, 2014). Dukungan keluarga adalah suatu proses hubungan antara keluarga dengan lingkungan sosialnya yang dapat diakses oleh keluarga yang dapat bersifat mendukung dan memberikan pertolongan kepada anggota keluarga (Friedman, 2014).

Adapun bentuk-bentuk dukungan keluarga tersebut berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental, serta dukungan emosional. Dukungan informasional yaitu memberikan informasi dan pengetahuan dari perubahan-perubahan fisik yang terjadi, keluarga memberikan kalimat-kalimat yang positif dan menjelaskan bahwa penuaan adalah hal yang wajar ketika telah memasuki usia dewasa. Dukungan penilaian, penilaian bersifat positif dan negatif yang mana pengaruhnya sangat berarti bagi seseorang. Berkaitan dengan dukungan sosial keluarga maka penilaian yang sangat membantu adalah penilaian yang positif sehingga dapat menghilangkan kecemasan serta meningkatkan rasa percaya diri wanita dewasa yang memiliki *body image* negatif. Dukungan instrumental, berupa pelayanan seperti bantuan finansial atau menolong secara langsung kesulitan yang sedang dihadapi. Dukungan emosional yang diberikan oleh keluarga seperti rasa empati, selalu ada mendampingi individu ketika mengalami permasalahan. Keluarga yang menyediakan suasana hangat di dalam keluarga dapat membuat

individu merasa diperhatikan, nyaman, diperdulikan dan dicintai oleh keluarganya sehingga individu akan lebih mampu menghadapi masalah dengan lebih baik.

Berdasarkan informasi yang didapat dari masyarakat. Mengatakan bahwa ibu rumah tangga di lingkungan terlihat terbebani karena kondisi fisiknya yang semakin hari semakin menua, terlebih lagi pandangan dari lingkungan sekitar tidaklah baik. Mereka melihat perubahan yang dialami ibu rumah tangga sangatlah jauh berbeda dari yang sebelumnya, ada yang jarang keluar rumah, pada saat keluar rumah penampilan dan besarnya tubuh menjadi meningkat. Hal ini tentu saja menjadi salah satu alasan masyarakat kurang memberi dukungan sosial.

Dari observasi dan wawancara peneliti Wanita mengatakan bahwa keluarga mereka pun suka membandingkan penampilannya dengan orang lain misalnya: tetangga, guru, bahkan artis yang usianya sama seperti Wanita sebut. Hal ini membuat Wanita sering murung dan menutup diri apalagi untuk berbaur dengan orang lain. Setelah kita melihat fenomena di atas maka dapat kita ketahui bahwa pentingnya dukungan keluarga yang di peroleh Wanita Desa Bandar Tengah sehingga dapat membangun image positif dalam menilai dirinya sendiri.

Berdasarkan uraian observasi dan wawancara yang telah dilakukan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan dukungan keluarga dengan *body image* pada Wanita di Desa Bandar Tengah.

## 1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti *body image* yang terbentuk dari dukungan keluarga. Pertanyaan dalam penelitian ini adalah “apakah ada hubungan dukungan keluarga dengan *body image*?”

## 1.3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji dan mengetahui secara empiris mengenai Hubungan dukungan keluarga dengan *body image* pada Wanita di Desa Bandar Tengah.

## 1.4. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan peneliti, maka dapat diajukan hipotesis sebagai berikut: “Ada hubungan positif antara Dukungan Keluarga dengan *Body Image*, dengan asumsi apabila dukungan keluarga tinggi maka semakin positif *body imagenya*. Sebaliknya, apabila dukungan keluarga rendah maka semakin negatif *body imagenya*”

## 1.5. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan pengetahuan yang baru kepada ilmuan psikologi berkaitan dengan peningkatan dukungan keluarga dengan *body image* sehingga dapat membantu masyarakat dalam meningkatkan *body image*.

## 2. Manfaat Praktis

- a) Diharapkan penelitian ini dapat memberikan masukan kepada para ilmuwan dan masyarakat agar senantiasa mendukung ibu kita sehingga dapat membangun dan meningkatkan *body image* yang positif, dan memberikan pemahaman mengenai pentingnya hubungan dukungan keluarga terhadap *body image* pada ibu rumah tangga sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan dalam memberikan dukungan.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 *Body Image*

##### 2.1.1 Pengertian *Body Image*

Pengertian *body image* menurut (Ridha, 2012) adalah merupakan imajinasi subyektif yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya, khususnya yang terkait dengan penilaian orang lain, dan seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini. Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa *body image* merupakan evaluasi terhadap ukuran tubuh, berat badan ataupun aspek-aspek lain yang berhubungan dengan penampilan fisik seperti, wajah, hidung, telinga, lengan, paha, betis, dan punggung.

*Body image* adalah istilah luas yang mengacu pada persepsi, pikiran, dan perasaan seseorang terhadap tubuhnya (Cash, 2014). Selain itu *body image* adalah pengalaman individual tentang tubuhnya, suatu gambaran mental seseorang yang mencakup pikiran, persepsi, perasaan, emosi, imajinasi, penilaian, sensasi fisik, kesadaran, dan perilaku mengenai penampilan dan bentuk tubuhnya yang dipengaruhi oleh idealisasi pencitraan tubuh di masyarakat, dan hal ini terbentuk dari interaksi sosial seseorang sepanjang waktu dalam lingkungannya yang berubah sepanjang rentang kehidupan dalam responnya terhadap umpan balik (Tylka, 2015).

Menurut (Honigman, 2017) *body image* merupakan gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang mempersepsi dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan dirasakan

terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya, dan atas penilaian orang lain terhadap dirinya. *Body image* seseorang merupakan evaluasi terhadap ukuran tubuh, berat badan ataupun aspek-aspek lainnya dari tubuh yang berhubungan dengan penampilan fisik (Thompson, 2016). (Deaux, 2016) mendefinisikan citra tubuh sebagai gambaran yang dimiliki seseorang dalam pikirannya tentang penampilan (misalnya ukuran dan bentuk) tubuhnya, serta sikap yang dibentuk seseorang terhadap karakteristik-karakteristik dari tubuhnya.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa *body image* merupakan perasaan, sikap, dan evaluasi yang dimiliki seseorang terhadap dirinya berupa bentuk tubuh, dan ukuran tubuh yang mengarah pada penampilan fisik dan bagaimana seseorang mempersepsi dirinya.

## 2. 1. 2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Body Image*

Menurut (Thompson, 2016) faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* antara lain:

- a. Persepsi, berhubungan dengan ketepatan individu dalam mempersepsi atau memperkirakan ukuran tubuhnya. Perasaan puas atau tidaknya seseorang dalam menilai bagian tubuh tertentu berhubungan dengan komponen ini.
- b. Perkembangan, komponen ini menjelaskan tentang pentingnya pengalaman dimasa kecil dan remaja terhadap hal-hal yang berkaitan dengan *body image* nya. Saat pertama kali menstruasi serta

perkembangan seksual sekunder diasosiasikan sebagai kejadian penting terhadap perkembangan *body image* seseorang.

- c. Sosiokultural, masyarakat akan menilai apa yang baik dan apa yang tidak, termasuk juga kecantikan. Teori feminis menjelaskan bahwa kebanyakan wanita terlalu mengidentifikasikan dirinya dengan tubuhnya dan hal tersebut menyebabkan mereka mengikuti sosok ideal yang ada dimasyarakat bahwa mereka akan dianggap menarik jika memiliki tubuh yang ideal

Faktor-faktor yang mempengaruhi *body image* menurut (Cash, 2014) adalah sebagai berikut:

- a. Jenis Kelamin

(Cash, 2014) mengatakan bahwa jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan tubuh seseorang. Wanita biasanya lebih kritis terhadap tubuh mereka baik secara keseluruhan maupun bagian tertentu tubuh mereka daripada laki-laki.

- b. Media massa

Media massa menjadi pengaruh yang paling kuat dalam budaya sosial. Menurut (Longe, 2018) *body image* dapat dipengaruhi oleh media seperti televisi, internet, dan majalah sering menggambarkan orang yang memiliki tubuh yang mendekati ideal lebih diterima untuk menjual produk mereka. Akibatnya perempuan menjadi terpengaruh

dan menganggap bahwa tubuh yang indah adalah tubuh yang seperti mereka lihat di dalam media.

c. Keluarga

Dalam keluarga, orangtua merupakan model yang penting dalam proses sosialisasi sehingga mempengaruhi body image melalui modeling, feedback dan instruksi. Body image orang dewasa lebih dipengaruhi oleh pasangannya, yaitu seseorang yang menjadi sumber penting dari pemberi feedback dan dukungan (Cash, 2014). Apabila seseorang menerima kritik dan komentar tentang berat dan bentuk tubuh dari pasangannya maka hal itu akan membuat dirinya memiliki body image yang negatif. Bagaimanapun, suatu hubungan dan penampilan saling berkaitan, body image terpengaruh dari faktor seperti lamanya suatu hubungan.

d. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal cenderung membuat seseorang membandingkan diri sendiri dengan orang lain dan umpan balik yang diterima mempengaruhi konsep diri seseorang termasuk bagaimana perasaan diri terhadap penampilan fisik. Hal inilah yang sering membuat seseorang cemas terhadap penampilan dan gugup ketika orang lain melakukan evaluasi. Umpan balik terhadap penampilan dan kompetisi teman sebaya dan keluarga dalam hubungan interpersonal mempengaruhi bagaimana pandangan dan perasaan seseorang terhadap tubuhnya.



Dari beberapa faktor yang dikemukakan diatas faktor jenis kelamin, media massa, dan hubungan interpersonal, pengaruh berat badan dan persepsi gemuk/kurus, budaya, siklus hidup, masa kehamilan, sosialisasi, konsep diri, peran gender, dan pengaruh distorsi citra tubuh pada diri individu. Sedangkan faktor yang digunakan sebagai variabel bebas adalah faktor media massa dari Cash dan Pruzinsky (2002) yang didalamnya terdapat iklan televisi sebagai objek persepsi.

### 2. 1. 3. Aspek-aspek *Body Image*

(Thompson, 2016) menjelaskan aspek-aspek dalam *body image* yaitu:

- a. Aspek persepsi terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan secara keseluruhan. Bentuk tubuh merupakan suatu simbol dari diri seorang individu, karena dalam hal tersebut individu dinilai oleh orang lain dan dinilai oleh dirinya sendiri. Selanjutnya bentuk tubuh serta penampilan baik dan buruk dapat mendatangkan perasaan senang atau tidak senang terhadap bentuk tubuhnya sendiri.
- b. Aspek perbandingan dengan orang lain Adanya penilaian sesuatu yang lebih baik atau lebih buruk dari yang lain, sehingga menimbulkan suatu prasangka bagi dirinya ke orang lain, hal-hal yang menjadi perbandingan individu ialah ketika harus menilai penampilan dirinya dengan penampilan fisik orang lain.
- c. Aspek sosial budaya (reaksi terhadap orang lain) Seseorang dapat menilai reaksi terhadap orang lain apabila dinilai orang itu menarik secara fisik, maka gambaran orang itu akan menuju halhal yang baik untuk menilai dirinya.

Aspek mengenai *body image* juga dikemukakan oleh (Calhoun, 2015) yaitu:

a. *Physical attractiveness*

Penilaian seseorang mengenai tubuh dan bagian tubuhnya (wajah, tangan, kaki, bahu, dan lain-lain) apakah menaik atau tidak.

b. *Body image satisfaction*

Perasaan puas atau tidaknya seseorang terhadap ukuran tubuh, bentuk tubuh, dan berat badan.

c. *Body image importance*

Penilaian seseorang mengenai penting atau tidaknya *body image* dibandingkan hal lain dalam hidup seseorang.

d. *Body Concealment*

Usaha seseorang untuk menutupi bagian tubuhnya (wajah, tangan, kaki, bahu, dan lain-lain) yang kurang menarik dari pandangan orang lain dan menghindari diskusi tentang ukuran dan bentuk tubuhnya yang kurang menarik.

e. *Body improvemen*

Usaha seseorang untuk meningkatkan atau memperbaiki bentuk, ukuran, dan berat badannya sekarang.

f. *Social physique anxiety*

Perasaan cemas seseorang akan pandangan orang lain tentang tubuh dan bagian tubuhnya yang kurang menarik jika berada di tempat umum.

g. *Appearance comparison*

Perbandingan yang dilakukan seseorang akan berat badan, ukuran tubuh, dan bentuk badannya dengan berat badan, ukuran tubuh dan bentuk tubuh orang lain.

(Cash, 2014) menyatakan bahwa terdapat 5 aspek dari body image, diantaranya yaitu :

a. Evaluasi penampilan (*appearance evaluation*)

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

b. Orientasi penampilan (*appearance orientation*)

Mengukur perhatian individu terhadap penampilannya dan usaha individu untuk memperbaikinya.

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

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

d. Kecemasan menjadi gemuk (overweight preoccupation)

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

e. Pengkategorian ukuran tubuh (self-classified weight)

Bagaimana seseorang memandang, mempersepsi, dan menilai berat badannya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari *body image* menurut (Thompson, 2016) meliputi persepsi terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan secara keseluruhan, perbandingan dengan orang lain dan sosial budaya (reaksi terhadap orang lain). Sedangkan aspek *body image* menurut (Calhoun, 2015) adalah *physical attractiveness*, *body image satisfaction*, *body image importance*, *body concealment*, dan *body improvement*. Adapun aspek yang akan digunakan dalam penelitian ini aspek *body image* yang dikemukakan oleh (Thompson, 2016) yaitu, persepsi terhadap bagian-bagian tubuh dan penampilan secara keseluruhan, dan perbandingan dengan orang lain dan sosial budaya (reaksi terhadap orang lain), karena aspek tersebut dapat memberikan penjelasan yang lebih terperinci pada setiap aspeknya.

#### 2.. 2. 4. Ciri-ciri *Body Image*

Ciri – ciri *Body Image* menurut (Tadabbur, 2017 ) meliputi *Body Image* positif dan negatif.

##### a. Ciri-ciri *Body Image* positif

- 1) Mempunyai gambaran diri yang jelas mengenai masa depannya.
- 2) Optimis mengarungi kehidupan.
- 3) Yakin dapat mengatasi berbagai masalah yang dihadapi.
- 4) Penuh harapan dan yakin dapat meraih kehidupan yang lebih baik.
- 5) Segera bangkit dari kegagalan dan tidak larut dalam duka berkepanjangan.
- 6) Tidak ada hal yang tidak mungkin. Penuh percaya diri.

##### b. Ciri *Body Image* negatif

- 1) Merasa rendah diri, menganggap dirinya tidak berguna dan tidak berarti ditengah masyarakat.
- 2) Merasa keberadaannya tidak dibutuhkan oleh masyarakat dan lingkungan.
- 3) Merasa tidak pantas atau tidak berhak memiliki atau mendapatkan sesuatu.
- 4) Merasa terlalu muda atau terlalu tua untuk melakukan sesuatu.  
Merasa dibenci dan tidak disukai oleh lingkungan dan orang sekitar.

- 5) Merasa tidak mampu dan selalu khawatir mendapatkan kegagalan dan cemoohan dari orang disekelilingnya.
- 6) Merasa kurang pendidikan disbanding orang lain. Kurang memiliki dorongan dan semangat hidup, tidak berani memulai sesuatu hal yang baru, selalu khawatir berbuat kesalahan dan ditertawakan orang

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan ciri-ciri *body image* terbagi dua yaitu ciri positif *body image* dan ciri *body image* negatif.

## 2.2 Dukungan Keluarga

### 2.2.1 Pengertian Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga menurut (Friedman, 2014) adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan. Menurut (Ayuni, 2020), anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan.

Bentuk dukungan keluarga terhadap anggota keluarga adalah secara moral atau material. Adanya dukungan keluarga akan berdampak pada peningkatan rasa percaya diri pada penderita dalam menghadapi proses pengobatan penyakitnya (Susilawati, 2014) Dukungan keluarga merupakan bentuk kasih sayang yang

diberikan untuk orang yang disayang agar individu merasa diperhatikan, disayangi dan dicintai. Pemberian bentuk dukungan ini bisa berupa perkataan, tingkah laku ataupun materi (Ginting, 2019).

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga adalah bantuan yang diberikan oleh orang kerabat terdekat berupa informasi dan umpan balik yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan individu serta memberikan semangat, perhatian, dan penerimaan kepada seseorang individu yang akan menimbulkan keyakinan, motivasi, dan perasaan dihargai terhadap diri individu tersebut.

### **2.2. 2. Faktor–faktor yang Mempengaruhi Dukungan Keluarga**

Faktor yang memengaruhi dukungan keluarga menurut (Friedman, 2014) :

- a. Pengetahuan keluarga
- b. Faktor emosional
- c. Faktor spiritual,
- d. Faktor tingkat ekonomi

Faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga adalah kelas sosial ekonomi meliputi tingkat pendapatan atau pekerjaan dan tingkat pendidikan.

- e. Faktor latar belakang budaya

Menurut (Purnawan, 2017) faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga adalah:

a. Faktor internal

- 1) Tahap perkembangan, Artinya dukungan dapat ditentukan oleh faktor usia dalam hal ini adalah pertumbuhan dan perkembangan, dengan demikian setiap rentang usia (bayi-lansia) memiliki pemahaman dan respon terhadap perubahan kesehatan yang berbeda-beda.
- 2) Pendidikan atau tingkat pengetahuan, Keyakinan seseorang terhadap adanya dukungan terbentuk oleh variabel intelektual yang terdiri dari pengetahuan, latar belakang pendidikan dan pengalaman masa lalu. Kemampuan kognitif akan membentuk cara berfikir seseorang termasuk kemampuan untuk memahami faktor-faktor yang berhubungan dengan penyakit dan menggunakan pengetahuan tentang kesehatan untuk menjaga kesehatan dirinya.
- 3) Faktor emosi, Faktor emosional juga mempengaruhi keyakinan terhadap adanya dukungan dan cara melakukannya. Seseorang yang mengalami respon stress dalam setiap perubahan hidupnya cenderung berespon terhadap berbagai tanda sakit, mungkin dilakukan dengan cara mengkhawatirkan bahwa penyakit tersebut dapat mengancam kehidupannya. Seseorang yang secara umum terlihat sangat tenang mungkin mempunyai respon emosional yang kecil selama ia sakit. Seorang individu yang tidak mampu melakukan koping secara emosional terhadap ancaman penyakit mungkin.
- 4) Spiritual, Aspek spiritual dapat terlihat dari bagaimana seseorang menjalani kehidupannya, mencakup nilai dan keyakinan yang



dilaksanakan, hubungan dengan keluarga atau teman, dan kemampuan mencari harapan dan arti dalam hidup.

b. Faktor Eksternal

- 1) Praktik di keluarga, Cara bagaimana keluarga memberikan dukungan biasanya mempengaruhi penderita dalam melaksanakan kesehatannya. Misalnya, klien juga kemungkinan besar akan melakukan tindakan pencegahan jika keluarga melakukan hal yang sama.
- 2) Faktor sosio-ekonomi Faktor sosial dan psikososial dapat meningkatkan resiko terjadinya penyakit dan mempengaruhi cara seseorang mendefinisikan dan bereaksi terhadap penyakitnya. Variabel psikososial mencakup: stabilitas perkawinan, gaya hidup, dan lingkungan kerja. Seseorang biasanya akan mencari dukungan dan persetujuan dari kelompok sosialnya, hal ini akan mempengaruhi keyakinan kesehatan dan cara pelaksanaannya. Semakin tinggi tingkat ekonomi seseorang biasanya ia akan lebih cepat tanggap terhadap gejala penyakit yang dirasakan. Sehingga ia akan segera mencari pertolongan ketika merasa ada gangguan pada kesehatannya.
- 3) Latar belakang budaya Latar belakang budaya mempengaruhi keyakinan, nilai dan kebiasaan individu, dalam memberikan dukungan termasuk cara pelaksanaan kesehatan pribadi
- 4) Pertukaran Sosial, yaitu hubungan timbal balik perilaku sosial antara cinta, pelayanan, dan informasi. Keseimbangan dalam pertukaran akan menghasilkan hubungan interpersonal yang memuaskan. Pengalaman

akan pertukaran secara timbal balik ini membuat individu lebih percaya bahwa orang lain akan menyediakan bantuan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa factor dukungan keluarga terdiri dari dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

### 2.2.3. Aspek Dukungan Keluarga

Menurut (Gunarsa, 2016), aspek-aspek yang melatarbelakangi dukungan keluarga yaitu:

a. Memberi Dukungan Nyata

Pemberian dukungan nyata dimaksudkan dengan setiap keluarga memberikan bentuk dorongan yang sifatnya secara langsung baik dalam bentuk verbal maupun non verbal kepada individu yang ditujukan dalam keluarga tersebut sehingga anggota keluarga yang menerima akan langsung merasakan dampak yang diberikan melalui dukungan nyata tersebut. Contohnya : memberikan nasehat.

b. Memberi Perhatian

Pemberian perhatian dimaksudkan adalah suatu cara yang dilakukan oleh masing-masing keluarga dengan tujuan untuk lebih dapat menempatkan diri sesuai dengan kebutuhan yang ada. Dengan adanya perhatian yang diciptakan oleh masing-masing individu dalam satu keluarga diharapkan setiap individu dapat lebih memberikan kasih sayangnya, sehingga keluarga dapat berjalan dengan harmonis. Contohnya : saling

memahami dengan karakteristik yang ada dan bersedia untuk membantu menutupi kelemahan yang ada.

c. Memberi Kehangatan

Pemberian kehangatan dimaksudkan suatu dorongan yang bersifat untuk lebih memberikan dukungan atau penyemangat dalam melakukan setiap aktivitas. Dengan demikian setiap individu dalam suatu keluarga akan merasakan bahwa peran keluarga sangat besar disekitarnya. Contohnya : selalu ada ketika dibutuhkan.

d. Memberi kasih sayang dan perlindungan

Pemberian kasih sayang dan perlindungan dimaksudkan suatu dorongan yang didalamnya terdapat tiga aspek yang sebelumnya sudah dijelaskan. Namun pemberian kasih sayang dan perlindungan ini lebih bersifat secara logis dan psikologis. Contoh : lebih memikirkan kepentingan keluarga dari yang lainnya.

Pada dukungan emosional ini keluarga menyediakan tempat istirahat dan memberikan semangat.

Aspek dukungan keluarga menurut Kaplan (2010) terdiri dari:

a. Dukungan Emosional

Dukungan emosional memberikan individu perasaan nyaman, merasa dicintai saat mengalami depresi, bantuan dalam bentuk semangat, empati, rasa percaya, perhatian sehingga individu yang menerimanya merasa berharga. Pada dukungan emosional ini keluarga menyediakan tempat istirahat dan memberikan semangat

#### b. Dukungan Instrumental

Dukungan ini meliputi penyediaan dukungan jasmaniah seperti pelayanan, bantuan finansial dan material berupa bantuan nyata (instrumental support material support), suatu kondisi dimana benda atau jasa akan membantu memecahkan masalah praktis, termasuk di dalamnya bantuan langsung, seperti saat seseorang memberi atau meminjamkan uang, membantu pekerjaan sehari-hari, menyampaikan pesan, menyediakan transportasi, menjaga dan merawat saat sakit ataupun mengalami depresi yang dapat membantu memecahkan masalah. Dukungan nyata paling efektif bila dihargai oleh individu dan mengurangi depresi individu. Pada dukungan nyata keluarga sebagai sumber untuk mencapai tujuan praktis dan tujuan nyata.

#### c. Dukungan Informasional

Jenis dukungan ini meliputi jaringan komunikasi dan tanggung jawab bersama, termasuk di dalamnya memberikan solusi dari masalah, memberikan nasehat, pengarahan, saran, atau umpan balik tentang apa yang dilakukan oleh seseorang. Keluarga dapat menyediakan informasi dengan menyarankan tentang dokter, terapi yang baik bagi dirinya, dan tindakan spesifik bagi individu untuk melawan stressor. Individu yang mengalami depresi dapat keluar dari masalahnya dan memecahkan masalahnya dengan dukungan dari keluarga dengan menyediakan feed back. Pada dukungan informasi ini keluarga sebagai penghimpun informasi dan pemberi informasi.

d. Dukungan Penilaian Dukungan ini meliputi pertolongan pada individu untuk memahami kejadian depresi dengan baik dan juga sumber depresi dan strategi koping yang dapat digunakan dalam menghadapi stressor. Dukungan ini juga merupakan dukungan yang terjadi bila ada ekspresi penilaian yang positif terhadap individu. Individu mempunyai seseorang yang dapat diajak bicara tentang masalah mereka, terjadi melalui ekspresi pengharapan positif individu kepada individu lain, penyemangat, persetujuan terhadap ide-ide atau perasaan seseorang dan perbandingan positif seseorang dengan orang lain, misalnya orang yang kurang mampu. Dukungan keluarga dapat membantu meningkatkan strategi koping individu dengan strategi-strategi alternatif berdasarkan pengalaman yang berfokus pada aspek-aspek yang positif.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek dukungan keluarga adalah: Dukungan Emosional, Dukungan Penghargaan, Dukungan Instrumental, Dukungan Informasi, dan Dukungan Jaringan.

#### **2.2. 4. Ciri-ciri Dukungan Keluarga**

Menurut (Smet, 2014) setiap bentuk dukungan keluarga mempunyai ciri-ciri antara lain:

a. Informatif, yaitu bantuan informasi yang disediakan agar dapat digunakan oleh seseorang dalam menanggulangi persoalan yang dihadapi, meliputi pemberi nasihat, pengarahan, ide-ide, informasi yang dibutuhkan dan

informasi ini dapat disampaikan kepada orang lain yang mungkin menghadapi persoalan yang sama.

- b. Perhatian emosional, setiap orang pasti membutuhkan bantuan afeksi dari orang lain, dukungan ini berupa dukungan simpatik dan empati, cinta, kepercayaan, dan penghargaan. Dengan demikian seseorang yang menghadapi persoalan merasa dirinya tidak menanggung beban sendiri tapi masih ada orang lain yang memperhatikan, mau mendengarkan segala keluhan, bersimpati dan empati terhadap persoalan yang dihadapi atau bahkan mau membantu memecahkan masalah yang sedang dihadapinya.
- c. Bantuan instrumental, bantuan dalam bentuk ini bertujuan untuk mempermudah seseorang dalam melakukan aktivitasnya berkaitan dengan persoalan yang dihadapinya atau menolong secara langsung kesulitan yang dihadapi misalnya dengan menyediakan peralatan lengkap dan memadai bagi penderita, menyediakan obat-obatan yang dibutuhkan dan lain-lain.
- d. Bantuan penilaian, yaitu suatu bentuk penghargaan yang diberikan seseorang kepada pihak lain berdasarkan kondisi sebenarnya dari penderita. Penilaian ini bisa positif dan negatif yang mana pengaruhnya sangat berarti bagi seseorang yang berkaitan dengan dukungan sosial keluarga maka penilaian yang sangat membantu adalah penilaian yang positif .

Adapun dukungan keluarga ada empat ciri dukungan keluarga menurut (Friedman, 2014)

- a. Sumber pertolongan yang praktis dan konkrit.
- b. Keluarga yang berfungsi sebagai sebuah kolektor dan desminator (penyebar informasi).
- c. Keluarga bertindak sebagai sebuah umpan balik, membimbing dan menengahi pemecahan masalah dan sebagai sumber dan vasilitator identitas keluarga.
- d. Keluarga sebagai sebuah tempat yang aman dan damai untuk istirahat dan pemulihan serta membantu penugasaan emosional.

### **2.3. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Body Image**

Salah satu faktor *body image* adalah hubungan interpersonal, (Deaux, 2016) Teori perbandingan sosial mengatakan bahwa seseorang cenderung membandingkan penampilan yang dimilikinya kepada orang yang memiliki tubuh yang cenderung kurus. Hasil penelitian dari (Hidayat, 2011) menyebutkan bahwa perbandingan sosial memiliki hubungan yang positif dengan ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal. Ini berarti pada wanita dewasa awal, semakin mereka membandingkan diri dengan seseorang yang memiliki penampilan yang menarik, maka semakin mereka akan merasakan ketidakpuasan pada tubuh.

Menurut (Misgiyanto, 2014) terdapat hubungan yang kuat antara keluarga dan status kesehatan anggotanya dimana peran keluarga sangat penting bagi setiap aspek perawatan kesehatan anggota keluarga, mulai dari strategi-strategi hingga fase rehabilitasi. Pernyataan ini berarti bahwa dukungan keluarga yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap penderita sakit merupakan salah

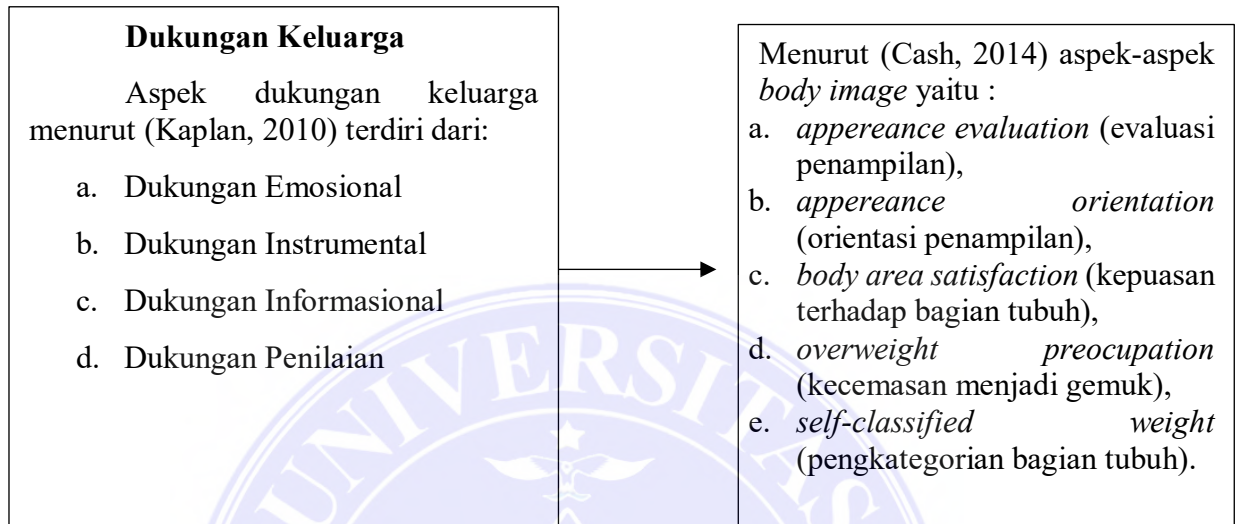
satu peran dan fungsi keluarga yaitu memberikan fungsi afektif untuk pemenuhan kebutuhan psikososial anggota keluarganya.

Sebagaimana dikemukakan oleh seorang ahli masa hidup (Santrock, 2016)“dewasa madya (*middle age*) adalah penuh dengan perubahan, perputaran, dan pergeseran; jalannya tidak tetap. Orang masuk dan keluar dengan keadaan berhasil dan gagal. Usia dewasa madya atau disebut juga usia setengah baya sebagai masa usia antara 40 sampai 60 tahun. Masa tersebut pada akhirnya ditandai oleh adanya perubahan-perubahan jasmani dan mental.” Survei nasional yang dilakukan di Amerika Serikat diketahui setengah dari 805 wanita mengevaluasi citra tubuh secara negatif dan mengaku ketidakpuasan terhadap penampilannya” (Cash, 2014). Wanita dewasa memandang citra tubuh lebih negatif jika dibandingkan lak-laki dewasa karena mereka cenderung memelihara dan merawat penampilan (Shaffer, 2019). Menemukan bahwa wanita memiliki citra tubuh negatif daripada pria.

Adapun penelitian terdahulu tentang: Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Gangguan Citra Tubuh Pada Penderita Kusta, (Yunalia, 2017) Hasil penelitian ini sebagian besar responden yang memiliki dukungan keluarga minimal memiliki body image yang negatif (34,6%). Berdasarkan uji Koefisien Kontingensi didapatkan P-value  $0,04 < 0,05$ , dengan Koefisien Korelasi 0,353, sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, artinya ada hubungan antara dukungan keluarga dengan gangguan citra tubuh pada penderita kusta. Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan keluarga dapat diberikan dukungan yang baik. Karena dengan dukungan keluarga yang baik pasien dapat termotivasi, sehingga pasien menerima kondisi yang terjadi dan tidak mengalami gangguan citra tubuh.



## 2.4 Kerangka Konseptual



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada 26 November 2022 sampai dengan selesai 10 Januari 2023. Proses pelaksanaan penelitian diawali dengan berkenalan peneliti dengan sampel kemudian memberikan intruksi seperti cara mengisi item dan cara mengisi biodata. Peneliti memberikan pandangan bahwa penelitian ini dilakukan untuk membantu peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir, memberikan arahan untuk pengisian dan membagikan hadiah untuk sampel yang sudah berpartisipasi. Penelitian ini merupakan penelitian yang data penelitian uji cobanya dapat dipakai sebagai data penelitian yang sebenarnya maka penelitian ini menjadi penelitian *try out* terpakai yang artinya data yang sudah diambil dalam uji coba skala ukur kembali digunakan sebagai data untuk pengujian hipotesis. Penelitian ini menggunakan *try out* terpakai karena adanya keterbatasan waktu yang diberikan.

Selanjutnya dilakukan pengecekan dan sekaligus penyekoran terhadap skala yang telah terkumpul serta dilanjutkan dengan pengolahan data untuk mengetahui validitas dan reliabilitas skala. Skala yang disebarkan pada uji coba ini dapat dianalisis untuk mengetahui validitas dan reliabilitas skala tersebut, karena memenuhi syarat dengan memberikan jawaban sesuai petunjuk pengisian.

(Arikunto, 2013) menjelaskan bahwa penelitian kuantitatif adalah penelitian yang banyak menggunakan angka-angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran

terhadap data serta penampilan dari hasilnya. Dengan demikian pada penelitian ini digunakan penelitian kuantitatif karena peneliti ingin mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan *body image*.

### 3.2 Bahan dan Alat

Bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner berbentuk kertas, peneliti mencetak kuesioner dengan menggunakan perangkat komputer dan printer. Kuesioner adalah daftar yang berisi pertanyaan atau pernyataan-pernyataan secara tertulis yang harus dijawab oleh responden secara tertulis (Supratik, 2015). Setelah itu peneliti membagikan kuesioner kepada sampel yang berada di tempat penelitian. Kemudian sampel tersebut mengisi pernyataan-pernyataan yang berada di kuesioner menggunakan alat tulis (pulpen).

Adapun alat penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah perangkat keras dan perangkat lunak. Perangkat keras terdiri atas sebuah laptop dengan spesifikasi prosesor Intel Celeron Inside, sedangkan perangkat lunak yang digunakan berupa sistem operasi Microsoft Windows 10. Adapun untuk keperluan analisis data dengan menggunakan SPSS versi 23.0 *for windows*. Kemudian skor yang mewakili pilihan subjek pada setiap butir pernyataan dipindahkan ke tahap berikutnya yaitu *Microsoft Excel 2010*.

### 3.3. Metodologi Penelitian

Metode penelitian adalah metode ilmiah untuk memperoleh data, tujuannya adalah untuk dapat menggambarkan, membuktikan, mengembangkan dan menemukan pengetahuan, teori, sehingga dapat memahami, memecahkan dan memprediksi masalah. Dalam bab ini membahas mengenai tipe penelitian, identifikasi variabel penelitian, definisi operasional, subjek penelitian, teknik pengumpulan data, dan analisis data.

*Body image* merupakan perasaan, sikap, dan evaluasi yang dimiliki seseorang terhadap dirinya berupa bentuk tubuh, dan ukuran tubuh yang mengarah pada penampilan fisik dan bagaimana seseorang mempersepsi dirinya.

Dukungan keluarga adalah suatu adalah bantuan yang diberikan oleh orang kerabat terdekat berupa informasi dan umpan balik yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan individu serta memberikan semangat, perhatian, dan penerimaan kepada seseorang individu yang akan menimbulkan keyakinan, motivasi, dan perasaan dihargai terhadap diri individu tersebut.

### 3. 4. Populasi dan Sampel Penelitian

#### 3.4.1 Populasi

Menurut (Sugiyono, Statistik untuk penelitian, 2017) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang menjadi kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk di pelajari dan kemudian

ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini yang dijadikan populasi adalah 98 wanita di Desa Bandar Tengah.

### 3.4.2 Teknik Sampel

Dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan yaitu *nonprobability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Alasan menggunakan teknik Purposive Sampling adalah karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Adapun kriteria yang dijadikan sampel penelitian yaitu wanita, berusia dewasa madya 40-60 tahun dan memiliki suami dan memiliki anak.

### 3.4.3 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2013). Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 47 orang.

## 3.5 Prosedur Penelitian

### 3.5.1 Skala Body Image

Skala *body image* disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh (Cash, 2014) yaitu : *appereance evaluation* (evaluasi penampilan), *appereance orientation* (orientasi penampilan), *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), *self-classified weight* (pengkategorian bagian tubuh).

### 3.5.2 Skala Dukungan Keluarga

Skala dukungan keluarga dalam penelitian ini diukur berdasarkan aspek-aspek dukungan keluarga menurut (Kaplan, 2010) terdiri dari: Dukungan

Emosional, Dukungan Instrumental, Dukungan Informasional, Dukungan Penilaian.

Kedua 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 yang *unfavourable*, maka penilaian yang diberikan untuk jawaban Sangat Setuju (SS) diberi nilai 1, jawaban Setuju (S) diberi nilai 2, jawaban Tidak Setuju (TS) diberi nilai 3 dan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 4.

Skala yang akan digunakan dalam penelitian ini termasuk jenis skala langsung dan tertutup. Skala diberikan secara langsung dan subjek diminta untuk memilih salah satu dari alternatif jawaban yang telah disediakan. Adapun item-item dari skala tersebut disajikan dalam bentuk pernyataan yang bersifat *favourable* dan *unfavourable*.

### 3. 5.3 Validitas Alat Ukur

Menurut (Arikunto, 2013) Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau sahih mempunyai validitas tinggi. Sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah (Arikunto, 2013).

Penelitian ini memiliki dua variabel, yaitu variabel dukungan keluarga dan variabel body image. Arikunto (2002) menyatakan bahwa rumus yang digunakan untuk mengukur validitas instrumen adalah rumus yang dikemukakan oleh Pearson yang dikenal dengan rumus korelasi product moment dengan SPSS Versi 24,00.

### 3.5.3 Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas alat ukur adalah untuk mencari dan mengetahui sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Reliabel dapat juga dikatakan kepercayaan, keajekan, kestabilan, konsistensi dan sebagainya. Untuk menguji reliabilitas instrument dalam penelitian ini, maka digunakan SPSS Versi 24,00.

### 3.6 Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah *product moment* dari Karl Pearson. Alasan digunakannya teknik korelasi ini karena pada penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat hubungan antara suatu variabel bebas dengan satu variabel terikat.

Sebelum data dianalisis dengan teknik korelasi product moment, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian yang meliputi:

3.6.1 Uji Normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian setiap masing-masing variabel telah menyebar secara normal.

3.6.2 Uji Linearitas, yaitu untuk mengetahui apakah data dari dukungan keluarga memiliki hubungan linear dengan *body Image*.

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

1. Berdasarkan hasil perhitungan analisis korelasi *product moment*, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan positif antara Dukungan keluarga dengan Body image. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = 0.828$ , dengan Signifikan  $p = 0,000 < 0,05$ .
2. Koefisien determinan ( $r^2$ ) dari hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah  $r^2 = 0.686$ . Ini menunjukkan bahwa Dukungan keluarga berdistribusi sebesar 68,60% terhadap Body image. S.

#### 5.2 Saran

Sejalan dengan kesimpulan yang telah dibuat, maka berikut ini dapat diberikan beberapa saran, antara lain :

1. Saran Kepada Subjek Penelitian

Melihat bahwa body image tergolong rendah maka diharapkan kepada sampel penelitian untuk menjaga dan mengatur pola makan dan membiasakan pola hidup sehat, meningkatkan aktifitas berolah raga serta meningkatkan rasa cinta kepada diri sendiri, menghargai kekurangan dan kelebihan yang dimiliki, bangkit dan menunjukkan kemampuan, serta mempelajari keterampilan baru.



## 2. Saran Kepada Masyarakat

Melihat pentingnya mengatasi *body image* yang rendah maka disarankan agar dapat memahami kondisi fisik, beristirahat yang cukup, menjaga komunikasi interpersonal antara individu.

## 3. Saran Kepada Peneliti Selanjutnya

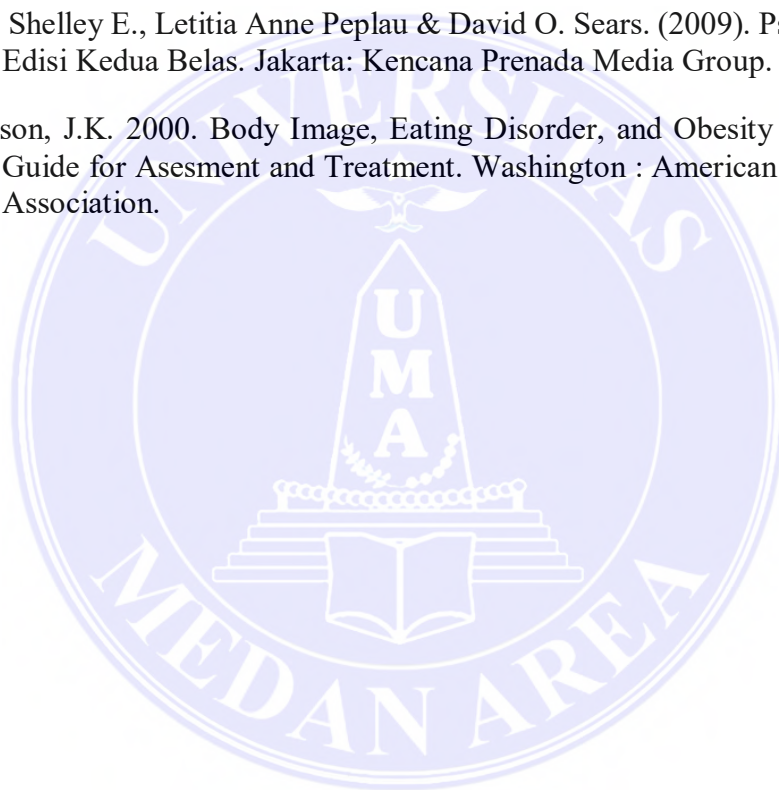
Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi *body image* seperti: jenis kelamin, media massa, keluarga, hubungan interpersonal, pengaruh berat badan dan persepsi gemuk/kurus, budaya, siklus hidup, masa kehamilan, sosialisasi, konsep diri, peran gender, dan pengaruh distorsi citra tubuh pada diri individu serta dapat mengembangkan metode dan aspek-aspek dalam membuat skala yang akan digunakan dalam penelitian sehingga mendapatkan hasil yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alsa, A. 2003. *Pendekatan Kuantitatif & Kualitatif serta Kombinasinya dalam Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Arikunto, S. 2007. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Bina Aksara
- Barth, Mary E., Donald P. Cram, dan Karen K Nelson, 2001. Accruals and the Prediction of Future Cash Flows. *The Accounting Review*. Vol 76: 27- 57. [blog.umy.ac.id/ervin/files/2012/06/K-AKPM-03.pdf](http://blog.umy.ac.id/ervin/files/2012/06/K-AKPM-03.pdf) (12 Januari 2013)
- Branden, N. (1992). *The Psychology of Self Esteem*. New York: Bartam Bools.
- Cash, T.F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. United States: The Guilford Press
- Christine, Merlyn. (2010). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Respon Cemas Anak Usia Sekolah terhadap Pemasangan Intravena di Rumah Sakit Advent Medan. Skripsi. Tidak dipublikasikan.
- Faucher, C. 2003. Cognitive behavior therapy as a treatment for body image dissatisfaction. [http://www.vanderbilt.edu/AnS/psychology/health\\_psychology/BI\\_Therapy.htm](http://www.vanderbilt.edu/AnS/psychology/health_psychology/BI_Therapy.htm). Diunduh 10 September 2012
- Friedman, M.B. 2003. *Family Nursing Research, Theory and Prctice*. New Jersey: Prentice Hall.
- Friedman, Marilyn M. 2007. *Keperawatan Keluarga Teori dan Praktik*. Edisi 3. Jakarta: EGC.
- Grogan, S. 2008. *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children: 2 nd Edition*. New York: Psychology Press.
- Gunarsa, Yulia Singgih D. & Singgih D Gunarsa. (2012). *Psikologi Untuk Keluarga*. Jakarta ; Penerbit Libri.
- Hadi, S. 2000. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi offset.
- Honigman, Roberta dan David J. Castle. (2007). Citra Tubuh pada Remaja Putri Menikah dan Memiliki Anak. *Jurnal Psikologi*. Volume 1, Nomor 1 Tahun 2007, 52 – 62. Jakarta : Universitas Gunadarma.
- Hurlock, E.B. (2004). *Perkembangan Anak* (Penerjemah: Tjandrasa, M). Jakarta: Erlangga.

- Hutapea, F. 2013. *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Reilensi pada Penyandang Tunadaksa di Panti Sosial Bina Daksa "Bahagia" Sumut*. Medan: Skripsi. (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
- Hutauruk, KF. 2010. *Hubungan Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri pada Masa Lansia di Panti Werdha UPTD Abdi Dharma Asih Binjai*. Skripsi. (tidak diterbitkan). Medan: Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
- Iwaseri, D. 2009. *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kecemasan pada Ibu yang Tengah Menghadapi Menopause di Kelurahan Kera Sei Hilir*. Medan: Skripsi (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
- Iyus, Yosep. 2007. *Keperawatan Jiwa*, Edisi 1. Jakarta : Refika Aditama.
- King, LA. 2014. *Psikologi Umum Sebuah Pandangan Apresiatif Buku 2*. Jakarta: Salemba Humanika
- Kusuma, H. 2011. *Hubungan antara Depresi dan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Pasien HIV/AIDS yang Menjalani Perawatan di RSUPN Cipto Mangunkusumo Jakarta* (online)
- Lauster, P. 2003. *Tes Kepribadian (alih bahasa: D. H. Gulo)*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Longe. 2008. *The Gale Encyclopedia Of Diets*. New York: The Gale Group
- Malhi, & Reasoner. (2007). *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Melliana, A. 2006. *Menjelajah Tubuh Perempuan dan Mitos Kecantikan*. Yogyakarta: PT Lkis Pelangi Aksara.
- Purnawan, I. 2008. *Dukungan Keluarga*. <http://wawan2507.wordpress.com/author/wawan2507/>
- Ricciardelli, L.A., & Yager, Z. (2016). *Adolescence and body image: From Development to preventing dissatisfaction*. New York: Routledge.
- Santrock, J.W. (2002). *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup, Jilid 2, Penerjemah: Chusairi dan Damanik)*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, JW. 2003. *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga
- Sarafino, EP. 2006. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions. Fifth Edition*. USA: John Wiley & Sons
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo

- Stanley, dkk. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Edisi 2*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC
- Sugiyono. 2005. *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung: Alfabeta.
- Suhita. 2005. *Apa itu Dukungan Sosial*. Diakses tanggal 10 Februari 2017 (<http://www.masbow.com/2009/08/apa-itu-dukkungan-sosial.html>)
- Sunartio, L., Sukamto, M. E., & Dianovinina, K. (2011). Social comparison dan Body dissatisfaction pada wanita dewasa awal. *Jurnal Humanitas*, 9(2), 157-168.
- Taylor, Shelley E., Letitia Anne Peplau & David O. Sears. (2009). *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Thompson, J.K. 2000. *Body Image, Eating Disorder, and Obesity an Integrative Guide for Asesment and Treatment*. Washington : American Psychological Association.





**LAMPIRAN A**  
**ALAT UKUR PENELITIAN**

## KATA PENGHANTAR

Dengan hormat, dalam memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan Pendidikan Program Sarjana Psikologi Universitas Medan Area, saya bermaksud mengadakan penelitian. Untuk itu saya berharap dan memohon bantuan dan kerjasama saudara-saudara untuk mengisi skala ini sebagai data dalam penelitian saya.

Skala ini terdiri dari sekelompok pernyataan untuk dijawab sesuai dengan daftar pilihan yang dijelaskan dalam petunjuk pengisian. Untuk itu saya berharap agar saudara-saudara memperhatikan setiap petunjuk pengisian dengan baik.

Dalam memilih daftar pilihan, tidak ada jawaban benar atau salah. Untuk itu sangat diharapkan agar saudara-saudara menjawab dengan jujur dan tidak mendiskusikannya dengan orang lain. Semua jawaban akan dijaga kerahasiannya dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian ini saja.

Bantuan dan kerja sama saudara-saudara dalam menjawab pernyataan pada skala ini merupakan bantuan yang amat besar bagi keberhasilan penelitian ini. Atas bantuan dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Hormat saya

Peneliti

Isilah data-data berikut ini dengan keadaan diri saudara :

1. Inisial :
2. Jenis Kelamin :
3. Usia :

### Petunjuk Pengisian Skala

1. Tulislah Identitas Anda pada tempat yang telah disediakan.
2. Di dalam skala ini akan disajikan sejumlah pernyataan, bacalah setiap pernyataan dengan teliti. Tugas Anda adalah memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan keadaan diri Anda. Jawaban diberikan dengan memberikan **tanda silang (X)** pada kolom yang telah disediakan di setiap butir butir pernyataan. Dan setiap butir pernyataan jangan sampai terlewat. Adapun pilihan jawaban yang tersedia adalah sebagai berikut:
  - SS : Bila merasa **SANGAT SESUAI** dengan pernyataan yang diajukan.
  - S : Bila merasa **SESUAI** dengan pernyataan yang diajukan.
  - TS : Bila merasa **TIDAK SESUAI** dengan pernyataan yang diajukan.
  - STS : Bila merasa **SANGAT TIDAK SESUAI** dengan pernyataan yang diajukan.
2. Anda diharapkan menjawab semua pernyataan, **jangan sampai ada yang terlewatkan.**
3. Angket ini bukanlah suatu tes, jadi tidak ada jawaban yang salah. Semua jawaban adalah benar, asal benar-benar sesuai dengan kenyataan yang ada pada diri Anda.
4. Kesungguhan dan jawaban yang sesuai keadaan yang sebenarnya dalam memilih tanggapan sangat menentukan kualitas penelitian ini.

**Atas kesediaannya saya ucapkan terima kasih.**

NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN
1.	Keluarga memberikan uang jika diperlukan	
2.	Keluarga malas mendengarkan keluhan	
3.	Saya merasa keluarga tempat saya untu berbagi cerita	
4.	Keluarga tidak membantu saya membereskan rumah	
5.	Ketika merasa sedih keluarga saya ikut merasakannya	
6.	Keluarga saya sulit menerima cerita saya	
7.	Keluarga bersedia menemani saya dirumah	
8.	Saya merasa tersinggung apabila ada keluarga yang memberikan saran kepada saya	
9.	Keluarga mendengarkan keluhan saya	
10.	Saya tidak pernah menerima bantuan dari keluarga	
11.	Semua masalah keluarga juga masalah saya	
12.	Keluarga jarang menemani saya dirumah	
13.	Saya tidak tersinggung apabila keluarga memberikan ide yang baik buat saya	
14.	Keluarga tidak menilai berat badan saya	
15.	Keluarga akan menemani saya saat kesepian	
16.	Keluarga saya tidak memberikan saran apapun untuk menyelesaikan permasalahan keluarga	
17.	Keluarga mengajari saya tentang pola hidup sehat	
18.	Keluarga sulit memberikan saya pinjaman	
19.	Keluarga membantu kebutuhan makan-minum sehari-hari	
20.	Saya merasa memiliki masalah yang banyak	
21.	Keluarga membantu memberes rumah	
22.	Saya mengambil keputusan tanpa pengaruh dari keluarga	
23.	Keluarga akan menghibur ketika saya merasa sedih	
24.	Keluarga tidak ada disaat saya kesepian	
25.	Keluarga mendukung penuh terhadap tindakan yang saya lakukan	
26.	Keluarga tidak memberikan arahan untuk hidup sehat	
27.	Saya selalu mempertimbangkan saran yang diberikan keluarga	
28.	Keluarga menyalahkan Tindakan yang saya lakukan	
29.	Keluarga meyakinkan saya untuk menjaga berat badan	
30.	Keluarga menjauhi saya saat saya sedih	
31.	Keluarga menyarankan untuk menghadapi masalah dengan tenang	
32.	Saya tidak mempercayai keluarga	



NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN
1.	Alis saya terlihat indah dan menarik seperti artis/model yang ada di media	
2.	Pakaian yang saya gunakan adalah pakaian biasa saja	
3.	Saya memakai pakaian yang menunjang penampilan	
4.	Saya memiliki penampilan yang tidak ideal	
5.	Menurut saya, penampilan saya menarik bagi lawan jenis	
6.	Pakaian yang saya gunakan keluar rumah sama dengan pakaian saya di dalam rumah	
7.	Saya tidak merasa penampilan saya jauh berbeda dengan orang lain	
8.	Saya butuh banyak foundation untuk menutupi wajah yang sudah keriput	
9.	Saya memiliki penampilan fisik yang ideal	
10.	Teman-teman menilai penampilan saya jauh berbeda dibandingkan mereka	
11.	Kerutan diwajah saya masih bisa saya tutupi	
12.	Kerutan wajah membuat saya tidak percaya diri	
13.	Saya terbiasa untuk berpakaian rapi	
14.	Saya membandingkan tubuh saya dengan orang lain	
15.	Secara keseluruhan penampilan saya memuaskan	
16.	Jika tidak memakai heels saya akan terlihat pendek	
17.	Saya lebih banyak makan buah setiap hari	
18.	Saya takut untuk menimbang berat badan	
19.	Saya tetap memakan nasi walaupun sedikit	
20.	Saya dan keluarga tidak ada yang tinggi	
21.	Saya akan makan nasi satu hari sekali	
22.	Saya tidak mengganti konsumsi nasi menjadi roti	
23.	Aktivitas saya berjalan lancar karena berat badan yang ideal	
24.	Makan buah tidak membuat saya menjadi kenyang	
25.	Saya memiliki bentuk hidung yang proporsional	
26.	Aktivitas saya terhambat karena badan saya terlalu berat	
27.	Tinggi badan saya dari keturunan keluarga	
28.	Saya tidak memiliki cream untuk menjaga kesehatan kulit	
29.	Teman-teman mengakui penampilan saya sangat menarik	
30.	Saya malu alis saya terlihat jelek	
31.	Sebelum keluar rumah saya akan menggunakan sunblock	
32.	Saya kurang puas dengan penampilan saya	
33.	Saya merasa fresh tampil natural	
34.	Bentuk hidung saya terlihat jelek	
35.	Saya akan banyak minum air putih setiap hari	
36.	Saya akan makan nasi ketika lapar	
37.	Berat badan saya termasuk ideal	
38.	Saya memuntahkan makanan yang saya makan	
39.	Saya tidak membutuhkan heels untuk terlihat tinggi	
40.	Saya melihat lawan jenis tidak melirik penampilan saya	



**LAMPIRAN B**  
**UJI VALIDITAS DAN RELIABILIT**

**Scale: dukungan keluarga****Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	47	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	47	100.0

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

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.979	32

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	66.4894	345.734	.822	.978
VAR00002	66.4894	347.255	.829	.978
VAR00003	66.4043	343.768	.830	.978
VAR00004	66.4255	348.815	.776	.978
VAR00005	66.5957	350.550	.770	.978
VAR00006	66.4681	355.907	.584	.979
VAR00007	66.5319	354.646	.556	.979
VAR00008	66.6596	347.534	.744	.978
VAR00009	66.7234	348.683	.807	.978
VAR00010	66.6383	350.758	.759	.978
VAR00011	66.5319	347.254	.790	.978
VAR00012	66.5745	345.815	.806	.978
VAR00013	66.4043	346.072	.807	.978
VAR00014	66.3830	345.415	.851	.978
VAR00015	66.4255	348.293	.795	.978
VAR00016	66.5957	353.203	.738	.978
VAR00017	66.4894	356.647	.564	.979
VAR00018	66.5532	354.557	.568	.979
VAR00019	66.6596	347.403	.748	.978
VAR00020	66.7021	348.562	.827	.978
VAR00021	66.6383	348.845	.767	.978
VAR00022	66.5106	346.994	.789	.978
VAR00023	66.4681	345.428	.773	.978
VAR00024	66.3830	347.241	.818	.978
VAR00025	66.4043	345.594	.852	.978
VAR00026	66.4894	350.473	.743	.978
VAR00027	66.5532	350.079	.795	.978
VAR00028	66.4255	350.511	.745	.978
VAR00029	66.4894	348.603	.751	.978
VAR00030	66.5106	344.342	.851	.978
VAR00031	66.4043	345.377	.779	.978
VAR00032	66.4255	349.598	.748	.978

**Scale Statistics****UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 13/10/23

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)13/10/23

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
68.6596	371.360	19.27070	32

**Scale: body image****Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	47	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	47	100.0

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

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.961	40

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	85.8298	355.405	.660	.960
VAR00002	85.7872	356.041	.650	.960
VAR00003	85.7872	351.084	.721	.959
VAR00004	85.7872	353.519	.770	.959
VAR00005	85.8511	350.608	.808	.959
VAR00006	85.8298	357.014	.656	.960
VAR00007	85.8936	357.575	.584	.960
VAR00008	85.9574	354.955	.654	.960
VAR00009	85.9787	353.152	.701	.959
VAR00010	86.0213	351.543	.780	.959
VAR00011	85.9362	353.539	.718	.959

VAR00012	85.9362	356.713	.608	.960
VAR00013	85.7234	353.291	.659	.960
VAR00014	85.8085	352.289	.735	.959
VAR00015	85.7660	354.183	.683	.960
VAR00016	85.8511	352.999	.726	.959
VAR00017	85.9149	358.167	.652	.960
VAR00018	85.8936	355.228	.641	.960
VAR00019	85.8511	355.869	.708	.960
VAR00020	85.9787	356.630	.657	.960
VAR00021	86.0851	357.732	.602	.960
VAR00022	86.0851	356.340	.713	.960
VAR00023	86.0213	350.804	.806	.959
VAR00024	85.9787	352.239	.788	.959
VAR00025	85.7872	353.606	.709	.959
VAR00026	85.8723	355.418	.704	.960
VAR00027	85.9362	358.148	.633	.960
VAR00028	85.8085	358.332	.599	.960
VAR00029	85.8723	358.201	.555	.960
VAR00030	85.8936	354.445	.645	.960
VAR00031	85.7872	353.823	.635	.960
VAR00032	85.8085	356.071	.655	.960
VAR00033	85.6170	366.763	.283	.962
VAR00034	85.5745	367.250	.291	.962
VAR00035	85.4043	370.377	.158	.962
VAR00036	85.6170	371.720	.109	.963
VAR00037	85.5532	375.253	-.013	.963
VAR00038	85.4681	374.994	-.007	.963
VAR00039	86.0851	356.340	.713	.960
VAR00040	86.0213	350.804	.806	.959

#### Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
88.0426	375.389	19.37497	40



**Sebaran data body image**

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40			
1	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3			
2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2		
3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2		
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	
5	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	2	3	2	2	1	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2		
6	2	3	2	3	3	3	3	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
7	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
8	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	2	3	2	2	1	2	2	1	2	2	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	3	4	4	4	4	3	2	2	
9	3	3	3	3	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	
10	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	
11	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	4	2	2	4	4	4	4	2	2	2	2	4	2	2	4	2	2		
12	3	3	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	3	2	4	4	3	3	2	4	3	4	3	4	
13	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2	3	4		
14	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	
15	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	4	3	1	1	2	2	3	2	2	1	2		
16	3	2	4	3	2	2	3	2	3	2	3	2	4	3	2	3	2	4	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	
17	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	
18	3	3	4	4	4	2	2	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3		
19	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2		
20	2	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	1	2	2	3	3	4	4	4	4	4	2	2	2	2	3	3	4	4	1	2		
21	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	3	4	4	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3		
22	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2			
23	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3		
24	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2		
25	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	3	2	3	3	1	1		
26	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1		







## LAMPIRAN D UJI LINIERITAS



MEANS TABLES=y BY x  
 /CELLS MEAN COUNT STDDEV  
 /STATISTICS LINEARITY.

**Means**

**Notes**

Output Created		20-SEP-2023 21:57:22
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet2
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	47
Missing Value Handling	Definition of Missing	For each dependent variable in a table, user-defined missing values for the dependent and all grouping variables are treated as missing.
	Cases Used	Cases used for each table have no missing values in any independent variable, and not all dependent variables have missing values.
Syntax		MEANS TABLES=y BY x /CELLS MEAN COUNT STDDEV /STATISTICS LINEARITY.
Resources	Processor Time	00:00:00.02
	Elapsed Time	00:00:00.04

[DataSet2]

**Case Processing Summary**

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
body image * dukungan keluarga	47	100.0%	0	0.0%	47	100.0%

**Report**

body image

dukungan keluarga	Mean	N	Std. Deviation
32.00	34.0000	1	.
38.00	40.5000	2	.70711

40.00	42.0000	1	.
42.00	43.0000	1	.
43.00	52.5000	2	9.19239
46.00	48.0000	1	.
49.00	53.0000	1	.
53.00	55.0000	1	.
54.00	56.0000	1	.
55.00	62.5000	2	4.94975
56.00	58.0000	1	.
57.00	64.0000	1	.
58.00	64.0000	1	.
59.00	63.0000	1	.
61.00	65.0000	1	.
64.00	93.0000	2	1.41421
68.00	80.0000	1	.
70.00	90.5000	2	7.77817
71.00	79.5000	2	4.94975
72.00	82.7500	4	8.61684
73.00	77.0000	1	.
75.00	75.0000	1	.
77.00	79.5000	2	2.12132
78.00	86.0000	1	.
79.00	81.3333	3	8.32666
85.00	65.0000	1	.
94.00	96.3333	3	13.42882
96.00	105.0000	1	.
98.00	94.5000	2	16.26346
100.00	86.0000	1	.
102.00	80.0000	1	.
104.00	84.0000	1	.
Total	73.0213	47	18.83855

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df
body image * dukungan keluarga	Between Groups	(Combined)	15137.395	31
		Linearity	11202.149	1
		Deviation from Linearity	3935.246	30
	Within Groups	1187.583	15	
	Total	16324.979	46	

**ANOVA Table**

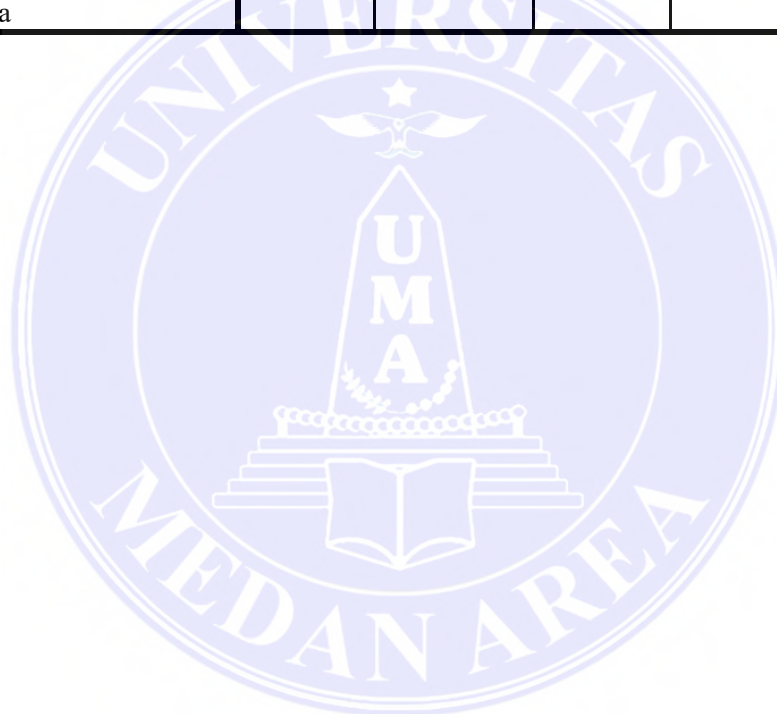
			Mean Square	F
body image * dukungan keluarga	Between Groups	(Combined)	488.303	6.168
		Linearity	11202.149	141.491
		Deviation from Linearity	131.175	1.657
	Within Groups	79.172		
	Total			

**ANOVA Table**

			Sig.
body image * dukungan keluarga	Between Groups	(Combined) Linearity	.000
		Deviation from Linearity	.151
	Within Groups		
Total			

**Measures of Association**

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
body image * dukungan keluarga	.828	.686	.963	.927





NPAR TESTS  
 /K-S(NORMAL)=x y  
 /MISSING ANALYSIS.

**NPar Tests**

Notes	
Output Created	20-SEP-2023 21:56:46
Comments	
Input	Active Dataset DataSet2
	Filter <none>
	Weight <none>
	Split File <none>
	N of Rows in Working Data File 47
Missing Value Handling	Definition of Missing User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used Statistics for each test are based on all cases with valid data for the variable(s) used in that test.
Syntax	NPAP TESTS /K-S(NORMAL)=x y /MISSING ANALYSIS.
Resources	Processor Time 00:00:00.00
	Elapsed Time 00:00:00.02
	Number of Cases 157286
	Allowed <sup>a</sup>

a. Based on availability of workspace memory.

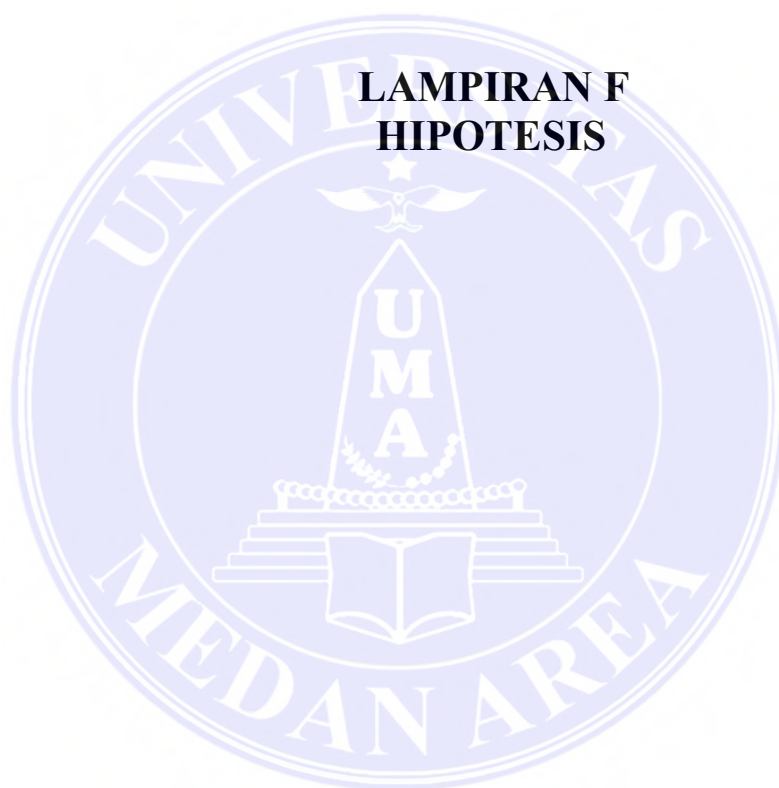
**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		dukungan keluarga	body image
N		47	47
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	68.6596	73.0213
	Std. Deviation	19.27070	18.83855
	Absolute	.097	.116
Most Extreme Differences	Positive	.083	.057
	Negative	-.097	-.116
Kolmogorov-Smirnov Z		.667	.797
Asymp. Sig. (2-tailed)		.766	.549

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.





## LAMPIRAN F HIPOTESIS

**Notes**

Output Created		20-SEP-2023 21:57:56
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet2
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	47
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
Syntax		CORRELATIONS /VARIABLES=x y /PRINT=ONETAILED NOSIG /MISSING=PAIRWISE.
Resources	Processor Time	00:00:00.00
	Elapsed Time	00:00:00.01

[DataSet2]

**Correlations**

		dukungan keluarga	body image
dukungan keluarga	Pearson Correlation	1	.828**
	Sig. (1-tailed)		.000
	N	47	47
body image	Pearson Correlation	.828**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	
	N	47	47

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).



**LAMPIRAN G  
SURAT PENELITIAN**



Nomor : 1635/FPSI/01.10/XI/2022  
 Lampiran :  
 Hal : Riset dan Pengambilan Data

25 November 2022

Yth. Bapak/Ibu Kepala  
 Kantor Desa Bandar Tengah  
 di  
 Tempat

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

Nama : Bona Bogen Fella Sinaga  
 NPM : 168600259  
 Program Studi : Ilmu Psikologi  
 Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data di Kantor Desa Bandar Tengah, Desa Bandar Tengah Kecamatan Bandar Khalifah Kabupaten Serdang Bedagai guna penyusunan skripsi yang berjudul "*Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Body Image Pada Wanita Didesa Bandar Tengah*".

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

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

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

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



Lili Aljita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan  
 - Mahasiswa Ybs  
 - Arsip





**PEMERINTAH KABUPATEN SERDANG BEDAGAI**  
**KECAMATAN BANDAR KHALIFAH**  
**DESA BANDAR TENGAH**

Alamat, Jl. Bosar Lintas Pagurawan

Kode Pos: 20994

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 471 / BT / 1 / 2023

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Desa Bandar Tengah Kecamatan Bandar Khalifah Kabupaten Serdang Bedagai menerangkan bahwa

Nama	<b>BONA BOGEN FELLA SINAGA</b>
NPM	: 168600259
Program Studi	: Ilmu Psikologi
Fakultas	: Psikologi Universitas Medan Area (UMA) Medan
Agama	: Islam
Pekerjaan	: Mahasiswa
Alamat	Dusun Mangga Dua Dalam Desa Bandar Tengah Kec. Bandar Khalifah Kab. Serdang Bedagai

Selanjutnya diterangkan bahwa

1. Benar bahwa nama tersebut diatas Penduduk yang berdomisili di Dusun Mangga Dua Dalam Desa Bandar Tengah Kecamatan Bandar Khalifah Kabupaten Serdang Bedagai
2. Benar bahwa nama tersebut diatas telah menyelesaikan kegiatan pengambilan data di Desa Bandar Tengah Kecamatan Bandar Khalifah Kabupaten Serdang Bedagai
3. Surat keterangan ini diberikan kepada yang bersangkutan guna memenuhi syarat penyusunan skripsi yang berjudul "**Hubungan Dukungan Keluarga Dengan *Body Image* Pada Wanita di Desa Bandar Tengah**" di Universitas Medan Area (UMA) Fakultas Psikologi Medan Sumatera Utara.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.





