

## DAFTAR PUSTAKA

- Amalina, N. 2009. *Hubungan Antara Body Image dengan Konsep Diri pada Remaja Putri di SMA Negeri 7 Medan. Skripsi.* Medan: Universitas Medan Area
- Arikunto, S. 1998. *Prosedur Penelitian.* Jakarta. Rineka Cipta
- Centi, PJ. 1993. *Mengapa rendah Diri.* Yoyagkarta: Kanisia
- Chaplin, James P. 2002. *Kamus Lengkap Psikologi*
- Dariyo Agus, 2004. *Psikologi Perkembangan Remaja.* Bogor: Ghalia Indonesia
- Ditrich, 2003. *Facts on Body Image.* Available [http: www.about-face.org](http://www.about-face.org). Tgl.Akses: 25 April 2011
- Farida, G. 2009. *Hubungan Kecemasan terhadap Perubahan Fisik dengan Kepercayaan Diri Remaja di SMP Negeri 1 Tigalingga. Skripsi.* Medan: Universitas Medan Area
- Gea, A. A. 2003. *Relasi dengan Diri Sendiri.* Jakarta: Mutiara Sumber Windya
- Gunarsa. 1999. *Penghantar Psikologi.* Jakarta: Mutiara Sumber Windya
- Hadi, S. 1989. *Statistik 2.* Yogyakarta: Andi Offset
- Handayani, M. 2005. *Efektifitas Pelatihan Pengenalan Diri terhadap Peningkatan Penerimaan Diri.* Jurnal Psikologi: UGM
- Helmi, A.F. 1995. *Konsep dan Teknik Pengenalan Diri.* Buletin Psikologi. Yoyagkarta: Fak.Psikologi UGM
- Hurlock, Elizabeth. 2003. *Psikologi Perkembangan Jilid 2.* Jakarta: Erlangga
- Levine. 1997. *The Media, Body Image and Eating Disorders.* Available [http: www.nationaleatingdisorders.com](http://www.nationaleatingdisorders.com). Tgl.Akses: 25 April 2011
- Lighstone. 1995. *Improving Body Image.* Available [http: www.psychotherapist.org](http://www.psychotherapist.org). Tgl. Akses: 25 April 2011
- Maynard, 1998. *Body Image, Body Love.* Available [http: www.psychoterapist.org](http://www.psychoterapist.org). Tgl. Akses: 25 April 2011

- Melliana, A. 2006. *Menjelajah Tubuh Perempuan dan Mitos Kecantikan*. Yogyakarta: PT Lkis Pelangi Aksara
- National Eating Disorders Association. 2002. *Body Image*. Available <http://www.nationaleatingdisorders.org>. Tgl. Akses: 25 April 2011
- Papalia, Diane E & Sally Wendkos Olds. 2004. *Human Development, Ninth Edition*. Boston:Mc. Graw-Hill Companies, inc
- Ritonga, V.G. 2010. *Kecemasan Terhadap Perubahan Fisik Wanita pada Masa Pubertas*. Skripsi. Medan: Universitas Medan Area
- Rogers, Mary F. 2003. *Barbie Culture, ikon Budaya Konsumerisme*, Jogjakarta: Benteng Budaya
- Santrock, John W. 2003. *Adolescence*. Jakarta:Penerbit Erlangga
- Setyowati,H.2005. *Hubungan Penerimaan diri dengan Interaksi Sosial pada Remaja*. Jurnal Psikologi.UMS
- Soetjiningsih, 2004. *Tumbuh Kembang Remaja Dan Permasalahannya*. Jakarta: CV.Sagung Seto.
- Wibowo. 2004. *Obesitas pada Remaja*. Available <http://www.e-psikologi.com>. Tgl. Akses: 1 Mei 2011
- Wikipedia. 2006. *Body Image*. Available <http://www.psychology-today.com>. Tgl. Akses: 21 Mei 2011
- Yano, S. 2009. *Hubungan Penerimaan Diri Terhadap Ciri-ciri Perkembangan Seksual Sekunder Dengan Konsep Diri Pada Remaja Di SLTPN 2 Labuhan Deli*.Skripsi. Medan: Universitas Medan Area
- Walters, Donald. J.2006. *Rahasia Penerimaan Diri*. Jakarta. Kanisiu
- [Http://lib.atmajaya.ac.id](http://lib.atmajaya.ac.id). 2007. *Penerimaan Diri Tuna Netra Dewasa*
- [Http://Cakfu.info.com](http://Cakfu.info.com) 2006. *Penerimaan Diri Sebagai Kunci Kesuksesan*
- [Http://etd.Eprints.Ums. Ac.id](http://etd.Eprints.Ums.Ac.id).2009. *Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kecenderungan Bunuh Diri*. Jurnal Psikologi
- [http://Indakoktavianti.ngeblogs.com/2009/10/22Penerimaan diri](http://Indakoktavianti.ngeblogs.com/2009/10/22Penerimaan_diri).(Akses:Desember 2009

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya yakin dengan kemampuan saya dalam menyelesaikan masalah				
2	Sampai saat ini banyak masalah yang belum terpecahkan				
3	Saya sadar dalam menyelesaikan masalah, saya lebih dibantu orang lain				
4	Saya merasa puas atas kemampuan saya untuk memenuhi kebutuhan diri saya				
5	Saya merasa tidak puas atas kemampuan yang saya miliki				
6	Saya merasa kurang memiliki keyakinan dalam menghadapi permasalahan yang ada				
7	Saya tidak merasa ragu bahwa saya bias melewati masalah-masalah yang ada pada diri saya				
8	Saya merasa memiliki kemampuan yang khusus, seperti yang dikatakan orang lain				
9	Saya merasa tidak nyaman dengan keadaan saya yang sekarang				
10	Saya merasa kurang percaya diri berada ditengah-tengah orang banyak				
11	Saya merasa nyaman dengan keadaan saya yang sekarang				
12	Dalam bersosialisasi dilingkungan, saya sulit menyesuaikan diri saya sendiri				
13	Saya merasa percaya diri jika berada ditengah-tengah orang banyak				
14	Dalam berinteraksi dilingkungan saya, saya mampu menyesuaikan diri dengan baik				
15	Saya merasa diri saya kurang begitu berarti, dibandingkan orang lain				
16	Saya menerima diri saya dengan berbagai kondisi yang saya miliki				
17	Saya merasa diri saya begitu berarti				
18	Sepertinya orang-orang menilai saya sebagai orang yang tidak berharga dimata mereka				
19	Saya merasa berharga dihadapan keluarga dan teman-teman saya				

20	Perasaan tidak seadanya dengan orang lain, membuat saya sulit menyesuaikan diri				
21	Malu rasanya jika mengakui kesalahan				
22	Saya memiliki keberanian untuk mengakui kesalahan				
23	Saya berani mengambil resiko atas apa yang saya perbuat				
24	Saya tidak berani melakukan perbuatan yang berisiko terhadap diri saya				
25	Saya merasa berat hati jika harus meminta meminta maaf kepada orang lain				
26	Saya akan mengakui kesalahan yang telah saya perbuat				
27	Saya tidak tahan jika orang-orang mengkritik saya				
28	Saya akan menerima masukan dan kritikan dengan senang hati				
29	Saya tidak khawatir menerima penilaian orang lain terhadap diri saya				
30	Saya khawatir akan pendapat orang lain terhadap diri saya				
31	Saya yakin orang lain mengkritik saya untuk kebaikan saya				
32	Saya selalu mengabaikan masukan dan kritikan dari orang lain				
33	Sulit bagi saya menerima keadaan saya				
34	Saya bangga dengan kelebihan dan kekurangan diri saya				
35	Bagaimanapun keadaan saya, saya akan menerimanya				
36	Saya merasa menyesali diri atas kekurangan saya				
37	Saya tidak pernah menutup-nutupi kekurangan yang ada pada diri saya				
38	Saya tidak merasa rendah diri terhadap kekurangan saya				
39	Saya selalu menutup-nutupi kekurangan yang ada pada diri saya				
40	Saya yakin bias bersosialisasi dengan baik				
41	Menurut saya sifat pemalu akan menghambat dalam proses bersosialisasi				
42	Kelebihan yang ada pada diri saya adalah hal biasa saja tidak perlu dibanggakan				
43	Saya tidak merasa malu jika orang lain tidak menerima keadaan saya				

44	Saya tidak yakin bisa bersosialisasi dengan orang lain				
45	Saya tidak merasa takut jika orang lain tidak menerima saya				
46	Saya merasa malu jika berhadapan dengan orang lain				
47	Saya merasa takut kehadiran saya tidak diterima orang lain				
48	Saya merasa orang lain tidak dapat menerima kekurangan diri saya				



No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa kondisi fisik saya sempurna				
2	Saya merasa kondisi fisik saya tidak sempurna				
3	Saya merasa banyak kekurangan dalam diri saya				
4	Saya merasa puas dengan keadaan tubuh saya sekarang				
5	Saya sering berharap memiliki tubuh lebih baik lagi dari saat ini				
6	Menurut saya keadaan tubuh saya kurang ideal				
7	Menurut saya kondisi fisik saya sangat menarik dibandingkan dengan orang lain				
8	Menurut saya keadaan tubuh saya sudah ideal				
9	Menurut saya, kondisi fisik saya kurang menarik				
10	Saya merasa tidak puas dengan keadaan tubuh saya yang jelek				
11	Saya merasa keadaan tubuh saya bagus, sehingga membuat saya nyaman				
12	Menurut saya kondisi fisik saya kurang menarik				
13	Saya berharap memiliki tubuh seperti artis idola saya				
14	Saya selalu berusaha mencapai tubuh yang ideal				
15	Saya tidak pernah berkhayal ingin memiliki tubuh seperti artis idola saya				
16	Saya berharap memiliki bokong yang bagus, agar terlihat seksi				
17	Saya berharap memiliki berat badan yang ideal				
18	Saya tidak begitu peduli dengan keadaan tubuh saya				
19	Terkadang saya berharap memiliki payudara yang besar, agar terlihat seksi				
20	Memiliki badan yang gemuk tidak menjadi masalah bagi saya				
21	Saya tidak menginginkan payudara yang besar, karena tidak sesuai dengan tubuh saya				
22	Saya berharap memiliki hidung yang mancung				
23	Saya tidak menginginkan mata saya yang sipit				

24	Saya tidak menyukai hidung saya yang pesek				
25	Saya sering merasa kecewa dengan tubuh saya saat ini				
26	Meskipun orang lain menganggap saya jelek, tapi saya bangga dengan diri saya				
27	Saya merasa jelek dengan tubuh saya				
28	Kulit yang semakin halus membuat saya semakin nyaman				
29	Ejekan orang terhadap kondisi fisik saya, justru jadi motivasi bagi saya untuk berpenampilan lebih baik				
30	Kondisi fisik yang tidak menarik menghambat saya bergaul dengan orang lain				
31	Saya bercermin saya sering berkata "saya cantik"				
32	Saya semakin putus asa ketika orang mengejek saya				
33	Terkadang saya merasa aneh melihat diri saya didepan cermin				
34	Walaupun bentuk tubuh saya tidak seindah gitar spanyol, namun saya tetap bangga dengan diri saya				
35	Menurut saya kondisi fisik saya yang cantik/tampan tidak selalu menjadi kesuksesan				
36	Saya merasa pakaian apapun yang saya kenakan selalu tidak terlihat menarik				
37	Saya tidak merasa malu dengan kondisi fisik saya				
38	Meskipun kurang tinggi, cukup prporional				
39	Saya merasa malu dengan l				
40	Badan saya yang langsir cepat beraktivitas				
41	Memiliki wajah yang menjadi masalah bagi saya				
42	Wajah yang berjerawat m bergaul dengan lawan jenis				
43	Kulit gelap tidak menjadi dalam memilih pakaian				
44	Saya merasa malu denga saya yang pendek				
45	Saya bersyukur diberi hid ini, walaupun hidung saya t				
46	Memiliki kulit yang gelap				

24	Saya tidak menyukai hidung saya yang pesek				
25	Saya sering merasa kecewa dengan tubuh saya saat ini				
26	Meskipun orang lain menganggap saya jelek, tapi saya bangga dengan diri saya				
27	Saya merasa jelek dengan tubuh saya				
28	Kulit yang semakin halus membuat saya semakin nyaman				
29	Ejekan orang terhadap kondisi fisik saya, justru jadi motivasi bagi saya untuk berpenampilan lebih baik				
30	Kondisi fisik yang tidak menarik menghambat saya bergaul dengan orang lain				
31	Saya bercermin saya sering berkata "saya cantik"				
32	Saya semakin putus asa ketika orang mengejek saya				
33	Terkadang saya merasa aneh melihat diri saya didepan cermin				
34	Walaupun bentuk tubuh saya tidak seindah gitar spanyol, namun saya tetap bangga dengan diri saya				
35	Menurut saya kondisi fisik saya yang cantik/tampan tidak selalu menjadi kesuksesan				
36	Saya merasa pakaian apapun yang saya kenakan selalu tidak terlihat menarik				
37	Saya tidak merasa malu dengan kondisi fisik saya				
38	Meskipun kurang tinggi, tapi badan saya cukup prporional				
39	Saya merasa malu dengan kondisi fisik saya				
40	Badan saya yang langsing membuat saya cepat beraktivitas				
41	Memiliki wajah yang berjerawat tidak menjadi masalah bagi saya dalam bergaul				
42	Wajah yang berjerawat membuat saya malu bergaul dengan lawan jenis				
43	Kulit gelap tidak menjadi masalah bagi saya dalam memilih pakaian				
44	Saya merasa malu dengan keadaan badan saya yang pendek				
45	Saya bersyukur diberi hidung yang seperti ini, walaupun hidung saya tidak mancung				
46	Memiliki kulit yang gelap akan menyulitkan				

	saya untuk memilih pakaian				
47	Saya merasa malu dengan hidung saya				
48	Memiliki badan yang gemuk membuat saya tidak nyaman dalam bergaul				





# UNIVERSITAS MEDAN AREA

## FAKULTAS PSIKOLOGI

JALAN KOLAM NO. 1 MEDAN ESTATE

TELP. (061) 7366878, 7364348, FAX. 7366998 MEDAN 20223

Email: uma001@indosat.net.id Website: uma.ac.id

Nomor : 1043 /FO/PP/2011

Lampiran : -

Hal : Pengambilan Data

22 Agustus 2011

Yth. Ka. SMA Krakatau  
Jalan Krakatau Medan

Dengan hormat,

Bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

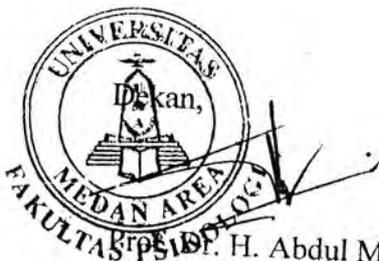
Nama : Ummu Salamah Nasution  
NPM : 07.860.0333  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data pada *SMA Krakatau Medan*, guna penyusunan skripsi yang berjudul: **"Hubungan Penerimaan Diri dengan Body Image Remaja pada Siswa SMA Krakatau Medan."**

Perlu kami jelaskan 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 pada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

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

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



Tembusan :

1. Mahasiswa Ybs.
2. Peringgal



**YAYASAN KESEJAHTERAAN KELUARGA  
SMP ~ SMA ~ SMK KRAKATAU MEDAN**

Jln. Brigjend. Bejo / Cemara No. 32-34 Medan Timur Telp. 6635837 - 6613958 (20239

**SURAT KETERANGAN**

**Nomor : 999/E.7/SMA-K/09/2011**

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) Swasta Krakatau Medan dengan ini menerangkan bahwa :

**N a m a** : UMMU SALAMAH NASUTION  
**N I M** : 07. 860.0333  
**Tempat Tagl. Lahir** : Medan, 8 Desember 1989  
**Program Studi** : Ilmu Psikologi  
**A l a m a t** : Jl. Bhayangkara No. 395 Medan

benar telah melakukan penelitian di SMA Krakatau Medan yang berjudul :  
“**HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI DENGAN BODY IMAGE REMAJA PADA  
SISWA SMA KRAKATAU MEDAN**” yang dilaksanakan pada tanggal 13 September  
2011

Demikian Surat Keterangan ini kami perbuat dengan sebenarnya agar dapat  
dipergunakan sebagaimana mestinya.



Medan, 20 September 2011

Kepala Sekolah,

**Drs. EDI SISWANTO**

Cc : \ File