

**PENGARUH *SELF ACCEPTANCE* TERHADAP *BODY IMAGE* PADA WANITA  
DEWASA AWAL DI KOTA MAKASSAR**



**UNIVERSITAS**

**DIAJUKAN OLEH:**

**ANDI ANGGRAENI TENRI PADAA**

**4516091114**

**BOSOWA**

**SKRIPSI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR**

**2021**



**PENGARUH *SELF ACCEPTANCE* TERHADAP *BODY IMAGE* PADA WANITA  
DEWASA AWAL DI KOTA MAKASSAR**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Sebagai  
Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)**

**DIAJUKAN OLEH:  
ANDI ANGGRAENI TENRI PADA  
4516091114**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR**

**2021**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**PENGARUH *SELF ACCEPTANCE* TERHADAP *BODY IMAGE* PADA WANITA  
DEWASA AWAL DI KOTA MAKASSAR**

Disusun dan diajukan oleh:

**ANDI ANGGRAENI TENRI PADA**

**4516091114**

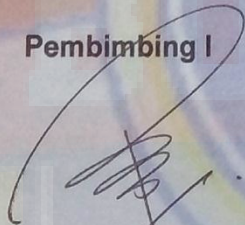
Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa

Sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar

Sarjana Psikologi (S.Psi)

Menyetujui

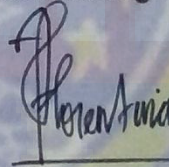
Pembimbing I



Musawwir, S.Psi.,M.Pd

NIDN: 0927128501

Pembimbing II



Titin Florentina P, S.Psi.,M.Psi., Psikolog

NIDN: 0931107702

Mengetahui

Dekan

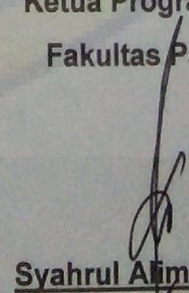
Fakultas Psikologi


Musawwir, S.Psi.,M.Pd  
NIDN: 0927128501

Ketua Program Studi

Fakultas Psikologi

  
Syahrul Alim, S.Psi, M.A

NIDN: 0905118703

**HALAMAN PERSETUJUAN HASIL PENELITIAN**  
**PENGARUH SELF ACCEPTANCE TERHADAP BODY IMAGE PADA WANITA**  
**DEWASA AWAL DI KOTA MAKASSAR**

Disusun dan diajukan oleh:

**ANDI ANGGRAENI TENRI PADAA**

**4516091114**

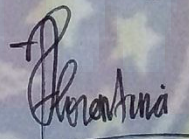
Telah disetujui oleh pembimbing untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji  
Ujian pada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa

**Pembimbing I**



**Musawwir, S.Psi., M.Pd**  
**NIDN: 0927128501**

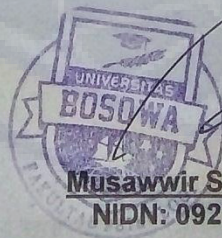
**Pembimbing II**



**Titin Florentina P, S.Psi., M.Psi., Psikolog**  
**NIDN: 0931107702**

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar

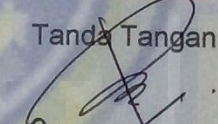
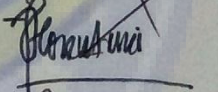
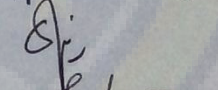
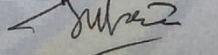


**Musawwir S.Psi., M.Pd**  
**NIDN: 0927128501**


## HALAMAN PERSETUJUAN HASIL PENGUJI

Telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Ujian Hasil Penelitian pada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar untuk dilaksanakan seminar ujian Hasil Penelitian sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi program strata (S1) Psikologi terhadap atas nama:

Nama : Andi Anggraeni Tenri Padaa  
NIM : 4516091114  
Program Studi : Psikologi  
Judul : Pengaruh *Self Acceptance* terhadap *Body Image* pada Wanita Dewasa Awal di Kota Makassar

Tim Penguji	Tanda Tangan
1. Musawwir, S.Psi., M.Pd	(  )
2. Titin Florentina P, S.Psi.,M.Psi., Psikolog	(  )
3. Arie Gunawan HZ,M.Psi.,Psikolog	(  )
4. Sulasmi Sudirman S.Psi.,M.A	(  )

Mengetahui  
Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Bosowa Makassar

  
Musawwir S.Psi.,M.Pd  
NIDN: 0927128501

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul "*Pengaruh Self Acceptance Terhadap Body Image Pada Wanita Dewasa Awal Di Kota Makassar*" beserta seluruh isinya adalah benar-benar hasil karya dari peneliti sendiri. Adapun seluruh referensi telah dikutip langsung sumbernya dengan cara yang sesuai dengan kaidah ilmiah. Begitupun dengan data-data penelitian yang diambil merupakan data asli dari responden tanpa rekayasa.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, saya bertanggung jawab secara moril sebagai insan akademik atas skripsi ini.

Makassar, 25 Januari 2021

Yang Menyatakan



Andi Anggraeni Tenri Padaa  
4516091114



**PERSEMBAHAN**

**Segala puji bagi Allah SWT yang memiliki seluruh nama sifat baik, semoga rahmat dan berkah-Nya senantiasa tercurah kepada hambah-Nya.**

**Karya ini saya persembahkan untuk kedua orang tua dan kakak terkasih, dosen-dosen fakultas Psikologi dan untuk seluruh perempuan yang ada di Indonesia untuk selalu mengingat bahwa semua perempuan cantik dengan segala apa yang dimilikinya karena kamu perempuan hebat dan dirimu amat berharga.**

## MOTTO

**“Tak ada bunga memiliki keindahan lebih dari bunga yang lain.**

**Setiap bunga akan mekar ketika saatnya tiba”**

**Ingatlah bahwa kamu memiliki masa mekarmu sendiri, begitu juga dengan teman-temanmu. Musimmu belum datang, musim terbaikmu belum tiba.**

**Namun, ia pasti akan datang ketika kuncupmu mekar.**

**-Rando Kim-**

***“Beauty starts in your head, not in your mirror”***

**-Joubert Botha-**

***“Beauty begins the moment you decide to be yourself”***

**-Coco Chanel-**

**Jika setelah kesulitan selalu ada yang namanya kemudahan  
Maka kesedihan pun pasti akan ada yang namanya kebahagiaan,  
jadi jangan merasa putus asa dan selalu merasa bersyukur.**

**-Anonim-**



## ABSTRAK

### “Pengaruh *Self Acceptance* Terhadap *Body Image* Pada Wanita Dewasa Awal di Kota Makassar”

[anggraeni.tenrip@gmail.com](mailto:anggraeni.tenrip@gmail.com)

Fakultas Psikologi\_Universitas Bosowa  
Makassar

Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah *self acceptance* memberikan pengaruh terhadap *body image* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar. Penelitian ini dilakukan terhadap 400 wanita yang berusia 18-25 tahun di Kota Makassar. Instrument pengumpulan data yang digunakan peneliti ada dua, yaitu skala *self acceptance* dan skala *body image* yang diadaptasi langsung oleh peneliti. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan cara menyebarkan kuesioner secara online dengan menggunakan *google form*. Data dianalisis menggunakan teknik regresi linier sederhana. Hasil uji deksriptif menyatakan bahwa wanita dewasa awal paling banyak mengalami *body image* dan *self acceptance* di kategori sedang. Hasil uji hipotesis yang didapatkan yaitu *self acceptance* memberikan pengaruh terhadap *body image* dengan nilai kontribusi sebesar 19.5% dengan arah pengaruh yang positif. Hal ini berarti semakin tinggi *self acceptance* yang dilakukan maka semakin tinggi pula *body image* yang dialami.

**Kata Kunci:** Body Image, Self Acceptance, Wanita Dewasa Awal

## KATA PENGANTAR

Bismillaahirrahmaanirrahiim, Allahumma shallii 'alaa Sayyidinaa Muhammad wa' alaa aali Sayyidinaa Muhammad. Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pemurah lagi Maha Penyayang. Berkat rahmat dan karunia Allah pemilik semesta alam, sehingga skripsi yang berjudul "Pengaruh *Self Acceptance* terhadap *Body Image* pada Wanita Dewasa Awal di Kota Makassar" dapat diselesaikan dengan baik dan peneliti akhirnya dapat menyelesaikan proses perkuliahan dengan sebaik-baiknya dan pada waktunya.

Penyusunan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pendidikan pada jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Bosowa Makassar. Proses pembuatan skripsi inibanyak menerima bantuan, bimbingan dan kebaikan dari berbagai pihak. Untuk itu, saya ucapkan terimakasih kepada:

1. Kepada Dekan Fakultas Psikologi, Bapak Musawwir, S.psi, M.Pd, Wakil Dekan I, Ibu Sri Hayati, M.Psi, Psikolog, Wakil Dekan II, Bapak A. Budhy Rakhmat, M.Psi, Psikolog dan Ketua Program Studi, Ibu Titin Florentina, M.Psi, Psikolog, serta jajaran dosen yang saya hormati Bapak Arie Gunawan HZ, M.Psi, Psikolog, Bapak Muh. Aditya, M.Psi, Psikolog, Ibu Minarni, S.Psi, MA, Ibu Hasniar, S.Psi, M.Si, Ibu Syawaliah, M.Psi, Psikolog, Ibu hikmah dan Ibu Aulia.
2. Kepada dosen pembimbing akademik, Ibu Hasniar AR, S.Psi, M.si. yang telah mendidik, mengarahkan dan memberi perhatian kepada anak didiknya, sehingga peneliti bisa menyelesaikan studi pada waktunya.

3. Kepada dosen pembimbing, Bapak Musawwir S.Psi, M.Pd dan Ibu Tiitin Florentina, M.Psi, Psikolog yang telah bersabar dengan sepenuh hati membimbing peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan pada waktunya, semoga kebaikannya dibalas oleh Allah SWT.
4. Kepada dosen penguji, Bapak Arie Gunawan HZ, M.Psi, Psikolog dan Ibu Sulasmi Sudirman, S.Psi, M.A yang telah membantu memperbaiki skripsi peneliti agar dapat menjadi lebih baik, sehingga lebih menambah pengetahuan pembaca.
5. Kepada Staf Tata Usaha, Ibu Jerniati, Ibu Irawati dan Kak Wulan serta Pak Ahmad yang telah mengurus semua administrasi ujian peneliti.
6. Kepada kedua orang tua saya Bapak Andi Supriadi dan Ibu Syamsiah yang telah membesarkan, mengasahi, menjaga dan selalu memberi dukungan baik secara moril maupun materil serta juga atas doa-doa yang selalu dipanjatkan untuk yang terbaik bagi anak-anaknya. Juga kepada kakak saya Andi Gunawan R. Chakti, S.E.,M.Si dan pasangannya kakak Hajrah yang selalu memberi dukungan baik secara moril dan materil.
7. Kepada keluarga besar dari kedua orang tua saya yang telah memberikan dukungan moril.
8. Kepada sepupu saya Andi Tenri Fada dan sahabat-sahabat peneliti Ainun, Zhalza, Eka, Angga, Narti, Novi, Winda serta yang lainnya yang tidak disebutkan namanya satu persatu yang sudah membantu membagikan kuesioner, selalu mengingatkan dan selalu ada membantu peneliti.
9. Kepada Rachamdanty, Munawwarah dan Fatimah Nas yang membantu, menemani, memotivasi dan mengajarkan peneliti dalam proses menganalisis serta membantu skripsi peneliti.

10. Kepada teman-teman seperjuangan Ayu, Tri, Fina, Yessi, Mayang, Rina, Yusni, Ocik, Rudi, Wandy serta PsycholoveC lainnya yang telah mau memotivasi dan berjuang bersama peneliti sampai saat sekarang ini.

11. *Last but not least*, Aku ingin berterima kasih kepada diri saya sendiri yang masih berjuang keras dan percaya untuk mampu melewati tiap tantangan hidup yang ada sampai saat ini, tidak pantang menyerah serta berusaha untuk menjadi seseorang dengan versi yang lebih baik.

Saya menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Meski demikian, peneliti berharap semoga skripsi ini dapat berguna bagi wanita, masyarakat, guru, orangtua dan pembaca.

Makassar, 25 Januari 2021

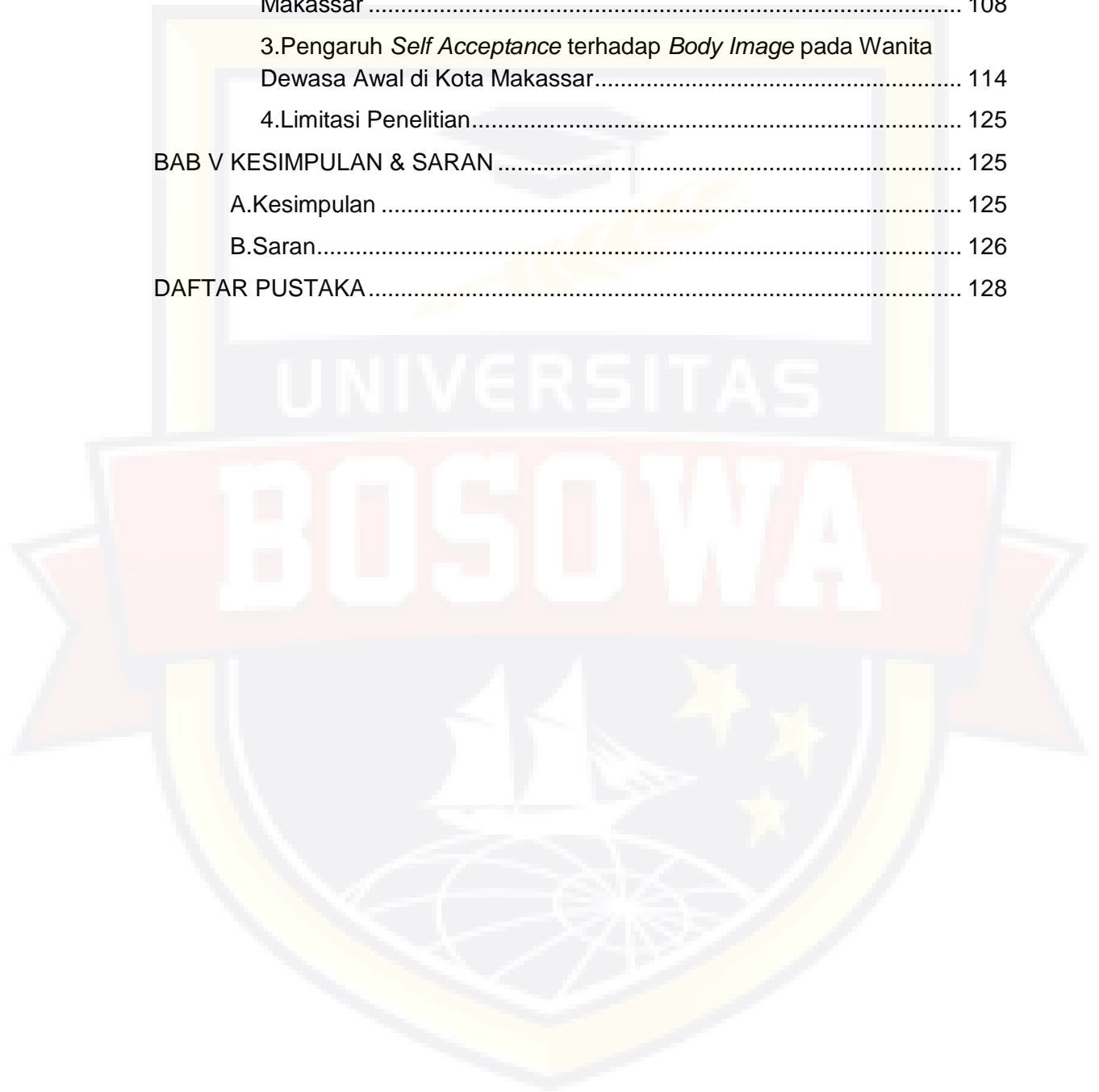
Penulis

## DAFTAR ISI

PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO .....	vii
ABSTRAK.....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A.Latar Belakang.....	1
B.Rumusan Masalah.....	10
C.Tujuan Penelitian.....	10
D.Manfaat Penelitian.....	10
1.Manfaat Teoritis.....	10
2.Manfaat Praktis.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. <i>Body Image</i> .....	11
1.Definisi <i>Body Image</i> .....	11
2.Aspek-aspek <i>Body image</i> .....	14
3.Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>body image</i> .....	16
4.Dampak yang ditimbulkan <i>body image</i> .....	20
B. <i>Self Acceptance</i> .....	22
1.Definisi Penerimaan Diri ( <i>Self Acceptance</i> ).....	22
2.Aspek-aspek <i>Self Acceptance</i> .....	26
3.Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Self Acceptance</i> .....	28
4.Indikator Penerimaan Diri ( <i>Self Acceptance</i> ).....	32
5.Terbentuknya Penerimaan Diri ( <i>Self Acceptance</i> ).....	34
6.Dampak yang ditimbulkan dalam Penerimaan Diri ( <i>Self Acceptance</i> ) 35	
7.Manfaat Penerimaan Diri ( <i>Self Acceptance</i> ).....	36
C.Dewasa Awal.....	37
1.Definisi Dewasa Awal.....	37
2.Karakteristik Masa Dewasa Awal.....	39
3.Tugas Perkembangan Dewasa Awal.....	43

4.Minat Pada Masa Dewasa Awal .....	44
D.Pengaruh antara <i>Self Acceptance</i> dengan <i>Body image</i> pada Wanita Dewasa Awal.....	45
E.Kerangka Berpikir .....	50
F.Hipotesis Penelitian .....	51
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>52</b>
A.Pendekatan Penelitian.....	52
B.Variabel Penelitian .....	52
C.Definisi Variabel.....	53
1.Definisi Teoritis .....	53
2.Definisi Operasional .....	54
D.Populasi & Sampel .....	54
1.Populasi .....	54
2.Sampel.....	54
3.Teknik Pengambilan Sampel .....	55
E.Teknik Pengumpulan Data .....	56
F.Uji Instrumen .....	59
1.Proses Adaptasi Skala .....	59
2.Uji Validitas .....	60
3.Uji Reabilitas.....	65
G.Teknik Analisis Data .....	66
1.Analisis Data Dekriptif .....	66
2.Uji Asumsi.....	67
3.Uji Hipotesis .....	68
H.Jadwal Penelitian.....	69
<b>BAB IV HASIL &amp; PEMBAHASAN .....</b>	<b>70</b>
A.Hasil Penelitian .....	70
1.Deksriptif Subjek Berdasarkan Demografi.....	70
2.Deksriptif Variabel berdasarkan Tingkat Skor .....	72
3.Deksriptif Variabel berdasarkan Demografi.....	77
4.Uji Asumsi.....	95
5.Uji Hipotesis .....	97
B.Pembahasan.....	100

1. Gambaran Umum <i>Self acceptance</i> pada Wanita Dewasa Awal di Kota Makassar.....	100
2. Gambaran Umum <i>Body Image</i> pada Wanita Dewasa Awal di Kota Makassar .....	108
3. Pengaruh <i>Self Acceptance</i> terhadap <i>Body Image</i> pada Wanita Dewasa Awal di Kota Makassar.....	114
4. Limitasi Penelitian.....	125
BAB V KESIMPULAN & SARAN .....	125
A. Kesimpulan .....	125
B. Saran.....	126
DAFTAR PUSTAKA.....	128



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Skala <i>Body Image</i> .....	57
Tabel 3.2 Blueprint Skala <i>Self Acceptance</i> .....	58
Tabel 3.3 Blueprint Skala <i>Body Image</i> setelah Uji Coba .....	63
Tabel 3.4 Blueprint Skala <i>Self Acceptance</i> setelah Uji Coba .....	64
Tabel 3.5 Reabilitas Skala <i>Body Image</i> .....	66
Tabel 3.6 Reabilitas Skala <i>Self Acceptance</i> .....	66
Tabel 4.1 Tabel Kategorisasi Skor.....	73
Tabel 4.2 Hasil Analisis <i>Body Image</i> .....	73
Tabel 4.3 Kategorisasi <i>Body Image</i> .....	74
Tabel 4.4 Hasil Analisis <i>Self Acceptance</i> .....	75
Tabel 4.5 Kategorisasi <i>Self Acceptance</i> .....	75
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas .....	95
Tabel 4.7 Hasil Uji Linearitas .....	96
Tabel 4.8 Pengaruh <i>Self Acceptance</i> terhadap <i>Body Image</i> .....	97
Tabel 4.9 Koefisien <i>Self Acceptance</i> terhadap <i>Body Image</i> .....	99



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Pikir .....	50
Gambar 4.1 Diagram Subjek berdasarkan Usia.....	70
Gambar 4.2 Diagram Subjek berdasarkan Pekerjaan .....	71
Gambar 4.3 Diagram Subjek berdasarkan Suku .....	71
Gambar 4.4 Diagram Subjek berdasarkan BMI .....	72
Gambar 4.5 Diagram <i>Body Image</i> berdasarkan Kategorisasi .....	74
Gambar 4.6 Diagram <i>Self Acceptance</i> berdasarkan Kategorisasi .....	76
Gambar 4.7 Diagram <i>Body Image</i> berdasarkan Usia .....	77
Gambar 4.8 Diagram <i>Body Image</i> berdasarkan Pekerjaan.....	80
Gambar 4.9 Diagram <i>Body Image</i> berdasarkan Suku .....	82
Gambar 4.10 Diagram <i>Body Image</i> berdasarkan IBM.....	84
Gambar 4.11 Diagram <i>Self Acceptance</i> berdasarkan Usia .....	86
Gambar 4.12 Diagram <i>Self Acceptance</i> berdasarkan Pekerjaan.....	89
Gambar 4.13 Diagram <i>Self Acceptance</i> berdasarkan Suku .....	91
Gambar 4.14 Diagram <i>Self Acceptance</i> berdasarkan IBM .....	93

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Contoh Item pada Skala Penelitian .....	131
Lampiran 2 : Input Data .....	135
Lampiran 3 : Hasil Uji Reabilitas dan Uji Validitas .....	137
Lampiran 4 : Hasil Analisis Dekriptif Responden .....	151
Lampiran 5 : Hasil Analisis Dekriptif Variabel.....	154
Lampiran 6 : Hasil Analisis Dekriptif Variabel berdasarkan Demografi .....	156
Lampiran 7 : Hasil Uji Asumsi.....	162
Lampiran 8 : Hasil Uji Hipotesis.....	164

# **BAB I PENDAHULUAN**

## **A. Latar Belakang**

Tubuh merupakan cerminan diri yang utama yang dapat dilihat dan sangat mudah dievaluasi serta dinilai oleh individu itu sendiri bahkan orang lain (Breakey dalam Fristy, 2012). Cerminan fisik individu dapat dilihat dari hasil pengalaman, kepribadian serta budaya dan berbagai kekuatan sosial. Tubuh merupakan identitas diri yang membawa perubahan akan identitas diri serta konsekuensi yang dapat menjadi perubahan identitas diri seseorang. Sehingga setiap individu memandang kecantikan dengan standar idealnya dengan konsep dirinya. Hal inilah yang mendorong individu melakukan berbagai cara untuk mendapatkan tubuh yang ideal dan sempurna dalam hal penampilan fisik dikarenakan penampilan fisik merupakan perihal yang utama diperhatikan ketika berinteraksi dengan orang yang baru (Sumanty dkk, 2018).

Body image merupakan persepsi individu mengenai pikiran serta perasaan terkait penampilan tubuh serta keseluruhan penampilannya secara fisik. Pemahaman citra tubuh dilihat berdasarkan pengalaman individu akan tubuhnya dan penilaian sosial serta memperlihatkan bahwa tubuh akan selalu dievaluasi secara terus menerus oleh lingkungan sosialnya mengenai fisik seseorang termasuk dalam bentuk, ukuran dan berat badan (Brown, 2006).

Wanita berkeinginan selalu tampil cantik dan sempurna akan tetapi persepsi dan norma gender serta budaya yang masih kaku sehingga memberikan dampak pada wanita untuk berkeinginan mencapai suatu

standar kecantikan dan kesempurnaan dalam suatu budaya. Hasrat untuk tampil sempurna di depan umum justru menjadi beban psikologis bagi individu sebab menimbulkan perasaan khawatir merasa terasingkan dalam kelompok sosialnya. Kekhawatiran inilah yang membuat seseorang untuk tampil sempurna dengan melakukan berbagai cara agar cantik. Persepsi cantik di tiap orang terkadang berbeda dalam menilai dan evaluasi fisiknya dengan orang lain (Naemeka & Solomon, 2014).

*Body image* adalah persepsi tubuh yang dibentuk secara emosional serta bisa berubah seiring akan suasana hati, pengalaman juga lingkungan (Croll, 2005). Perubahan perkembangan yang dialami individu baik itu secara fisik dan psikis akan mempersepsikan citra tubuhnya secara negatif ataupun positif dan menimbulkan respon yang berbeda di tiap individu. Pandangan positif merupakan kunci utama membangun kesehatan psikologis akan perkembangan fisik pada wanita. Begitupun kebalikannya jika individu memberikan pandangan negatif akan cenderung mengalami kecemasan, depresi, kurang percaya diri, putus asa dan takut mengalami penolakan di lingkungan sosialnya (Berk, 2012).

Body image merupakan evaluasi dan keyakinan akan perasaan puas atau tidak puas seseorang akan penampilan fisiknya. Jika individu mengalami kepuasan yang tinggi akan penampilannya individu tersebut memiliki body satisfaction begitupun sebaliknya ketika individu berada di tingkat kepuasan yang rendah akan penampilannya individu tersebut mengalami *body dissatisfaction* (Cash & Pruzinsky dalam Marshall & Lengyell, 2012).

Konsep kecantikan pada bagian tubuh dan fisik seringkali dikaitkan pada wanita dibanding pria. Kecantikan dipandang sebagai relativitas, dimana

pandangan cantik pada tiap individu berbeda. Konsep kecantikan pada wanita cenderung melakukan kompetisi untuk memperlihatkan siapa yang paling cantik dan sempurna akan standar ideal dalam suatu budaya. Asia tenggara khususnya Indonesia memiliki standar ideal akan kulit putih untuk bisa disebut cantik. Standar kecantikan ini diperkuat akan budaya terdahulu dimana orang barat dari Eropa dan Amerika yang merupakan ras Kaukasian yang memiliki penampilan langsing, putih dan berambut panjang merupakan kriteria cantik, walaupun dari masa ke masa standar kecantikan berubah seiring yang ditampilkan media namun standar kecantikan masih memiliki kecenderungan yang sama dimana cantik itu putih, bertubuh kurus, langsing, berambut panjang dan wajah bersih terawat. Akibat konsep cantik yang diberikan media pada masyarakat dinamakan budaya populer atau *pop culture* sehingga untuk menentukan standar cantik itu dibutuhkan standarisasi dalam skala besar untuk menetralkan selera massal.

Wanita lebih memperhatikan akan penampilan fisiknya dibanding pria dengan melakukan usaha memakai makeup, berpakaian menarik serta membentuk tubuh yang ideal untuk tampil cantik (Sumanty, Sudirman & Puspasari, 2018). Perkembangan fisik yang semakin bertambahnya usia mengalami perkembangan dan perubahan apalagi yang terjadi pada wanita dewasa awal yang mulai menyadari kekurangan-kekurangan fisiknya sehingga mereka merasakan tidak puas akan fisiknya dan cenderung memandang dirinya secara negatif (Berk, 2012). Sesuai dengan hasil survey yang dilakukan Etcoof dalam Campaign for Real Beauty memperlihatkan bahwa hanya 3% wanita Asia yang merasa dirinya cantik dan hanya 1%

wanita Indonesia yang berani menyatakan bahwa mereka cantik (Ken, 2005).

Melihat fenomena ini bisa diketahui bahwa masih banyak wanita yang memiliki body image yang rendah dalam memandang penampilan fisiknya. Hal ini juga diungkapkan oleh Hurlock (2009) bahwa hanya sedikit individu yang merasa puas akan penampilan fisiknya. Usaha-usaha individu untuk mendapatkan fisik yang sempurna tidak terlepas dari faktor lingkungan, salah satu faktor yaitu media massa (televise, film, majalah, koran, sosial media dan sebagainya).

Media massa seringkali berkonfrontasi dengan pesan-pesan berlebih akan standar kecantikan dengan menetapkan standar bahwa harga diri, keberhasilan, kebahagiaan dan kecantikan dapat diraih bila wanita memiliki penampilan fisik yang ditetapkan yaitu memiliki bentuk tubuh yang ideal, kulit putih serta wajah bersih terawat. Hal ini diungkapkan dalam survey *Global Beauty and Confidence Report* yang oleh Dove bahwa 6 dari 10 (65%) mempercayai standar kecantikan yang diberitakan oleh media dan iklan tidak realistis dan sulit untuk dicapai oleh kebanyakan orang.

Media yang saat ini booming yaitu Instagram dan Tiktok berandil banyak akan mengkekalkan standar kecantikan dalam suatu budaya atau kelompok sosial, hal ini dilihat dengan maraknya akun-akun yang menghimpun foto atau video dari wajah-wajah yang mereka anggap cantik, contohnya pada akun @cantik\_sulsel, @anakdara\_bugis dan @selebgram\_bugis meskipun konsep cantik bersifat subjektif namun lambat laun masyarakat menerimanya sebagai suatu hal kewajaran.

Permasalahan utama wanita seringkali melihat penampilan fisiknya yaitu ukuran dan bentuk tubuh, warna kulit, tinggi badan serta wajah. Fokus utama yang dipermasalahkan yaitu berat badan yang membuat seseorang tidak percaya diri, sehingga individu melakukan berbagai macam usaha untuk tampil ideal dengan meminum pil diet dan diet berlebih yang dapat merusak kesehatan dan melakukan berbagai macam perawatan diklinik kecantikan (Gamer, dkk dalam Dittrich, 2003).

Perasaan untuk tampil sempurna hingga merasakan ketidakpuasaan akan membuat mereka depresi hingga memiliki *body image* negatif yang dapat menimbulkan banyak masalah dan perasaan tidak puas akan tubuhnya, juga mengalami gangguan makan, depresi, anoreksia dan menimbulkan kecenderungan *body dysmorphic disorder (BDD)* (Rozin & Falon dalam Britam et al, 1990).

Ketidakpuasaan akan fisik memiliki beberapa faktor yaitu sulitnya mencapai standar kecantikan dalam suatu budaya, keyakinan yang sulit dikontrol, ketidakpuasaan yang meningkatkan rasa kebencian terhadap tubuh yang menimbulkan harga diri rendah di dalam budaya yang menekankan kesan awal (*first impressions*) dan jika wanita mulai mengemansipasi standar kecantikan yang dibentuk media massa akan tetapi jauh lebih banyak wanita membenci penampilannya karena tidak ideal dengan apa yang ditampilkan oleh berbagai media (Poliviy & Herman dalam Rice, 1995).

Berbagai penelitian menjelaskan bahwa masalah serius akan ketidakpuasaan wanita akan penampilannya beresiko lebih tinggi melakukan diet yang ketat, dan juga mengalami gangguan makan (Attie & Brooks-Gunn

dalam Haugaard, 2001). Salah satu penelitian yang dilakukan di Jakarta digambarkan bahwa 34,8% remaja mengalami gangguan makan, dengan spesifikasi 27% menderita bulimia dan 11,6% menderita anoreksia nervosa, dimana salah satu faktor pemicu yaitu media massa (Tantiani & Syafiq (2008).

Ketidakpuasaan ini terjadi pada rentang usia berapapun tidak terkecuali rentang perkembangan dewasa awal. Peneliti melakukan wawancara pada 5 wanita dewasa awal di kota Makassar dimana hasil wawancara menunjukkan 4 dari 5 wanita merasa memiliki badan kurang ideal yang mereka harapkan dan inginkan serta mereka merasa memiliki tubuh yang gemuk sehingga mereka melakukan penurunan berat badan dengan cara berdiet. Cara diet dilakukan beberapa subjek yaitu dengan meminum obat pil diet dan mengurangi porsi makan. Subjek berinisial M pernah mencoba membeli obat diet namun tidak menunjukkan hasil yang signifikan yang diharapkan. Subjek berinisial C dan N melakukan cara diet dengan mengurangi porsi makan atau tidak makan nasi sama sekali sehingga membuat mereka jatuh pingsan dan muntah-muntah diakibatkan kesalahan berdiet tanpa memperhatikan kesehatan.

Ketidakpuasaan beberapa wanita juga bukan hanya bentuk tubuh namun juga warna kulit dan wajah. Tiga dari lima subjek menyatakan bahwa mereka merasa kurang percaya diri akan warna kulit mereka yang membuat mereka merasa kurang percaya diri sehingga mereka melakukan beberapa cara untuk memutihkan warna kulit mereka dengan membeli beberapa produk kosmetik pencerah. Kelima subjek melakukan berbagai macam perawatan dari membeli *skincare*, kosmetik dan pergi ke klinik kecantikan untuk



merawat wajah mereka terawat dari jerawat, kusam, komedo, dan noda hitam. Penelitian yang dilakukan Herawati pada tahun 2003 di Surabaya menjelaskan bahwa 40% wanita dewasa awal mengalami ketidakpuasan body image dalam kategori tinggi (dalam Suprpto & Aditomo, 2007)

Dampak psikologis yang tidak diinginkan wanita yaitu perubahan fisik yang drastis sehingga banyak wanita dewasa lebih memfokuskan penampilan fisik mereka dibanding aspek yang lain. Wanita memiliki perasaan tidak suka yang lebih tinggi dibanding pria ini mencerminkan perbedaan budaya terhadap standar ideal padahal kecantikan tidak hanya fisik tetapi keseluruhan aspek kehidupan baik itu mental, spiritual, dan finansial sehingga kecantikan tidak hanya dipandang pada satu sisi saja yaitu fisik (Papalia, 2011).

Survey bertajuk *Indonesia Beauty Confidence Report 2017* yang dilakukan Dove bahwa masih banyak wanita Indonesia tidak tahu betapa cantiknya diri mereka sebenarnya (sekitar 84%) dan 72% percaya mereka harus mencapai sukses jika telah memenuhi standar cantik tertentu (Anna, 2018). Wanita yang memiliki perasaan tidak puas dan seringkali khawatir membuat mereka sulit menerima dirinya sehingga menimbulkan konflik ketidakbahagiaan. Hal ini sejalan dengan pendapat Hurlock (2009) bahwa individu yang belum mampu menerima dirinya dan merasa tidak puas akan penampilannya seringkali merasa gelisah jika mengalami perubahan fisik padahal sumber kebahagiaan jika mereka mampu menerima segala karakteristik yang ada pada dirinya.

Pandangan positif merupakan kunci utama membangun perkembangan fisik dan kesehatan psikologis seperti pernyataan "*Positive body image plays*

*a vital role in fostering healthy psychological and physical development in girls*" oleh Wertheim (dalam Smolak & Thomson, 2009). *Body image* terbentuk akan perubahan fisik serta psikologis yang menyebabkan terjadinya perkembangan dan penurunan fungsi tubuh sehingga mudah mengalami kegemukan, kulit kering hingga berkeriput (Santrock, 2002).

Wanita dewasa awal yang penerimaan dirinya baik dengan bersikap dan menerima serta mengakui segala kekurangan dan kelebihan pada dirinya serta memandang positif akan masa lalunya. *Self acceptance* berkaitan erat akan kondisi fisik individu dalam menerima dirinya. Penurunan fisik merupakan salah satu faktor yang berperan dalam terjadinya peningkatan kejadian *overweight* dan lainnya. Perkembangan yang terjadi dari masa remaja hingga dewasa awal adalah menerima keadaan fisik dan menggunakan tubuhnya secara efektif namun jika individu merasa tidak puas atau khawatir terhadap penampilannya dapat mengakibatkan kesulitan untuk menerima dirinya sehingga akan timbul konflik masalah dan ketidakbahagian (Hurlock, 2009). Individu yang tidak mampu tampil sesuai harapannya akan memiliki kepuasan yang rendah akan dirinya sehingga individu merasa tidak puas akan tubuh, penampilan dan segala karakteristik yang dipunya akan memiliki *body image* yang negatif.

Gambaran *body image* yang dimiliki akan sepadan dengan tingkat penerimaan diri. Hal ini sesuai dengan pendapat Jourad & Secord (dalam Burn, 1993) bahwa tingkat kepuasan mengenai gambaran *body image* sepadan dengan tingkat penerimaan diri. *Self acceptance* terhadap *body image* sangat diperlukan agar mereka tidak hanya terfokus pada penilaian negatif terhadap dirinya. Penelitian yang dilakukan Farida Aprilia (2008)

terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri terhadap penampilan fisik dengan kemampuan komunikasi interpersonal.

Penelitian lainnya yang terdapat hubungan signifikan yang positif antara *self acceptance* dengan *body image* pada mahasiswa Aceh (Ridha, 2012). Berdasarkan hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa perubahan fisik dan psikologis mempengaruhi pemahaman diri individu terhadap *Self acceptance*. Individu yang memiliki pandangan dan penilaian *body image* yang baik terhadap dirinya akan lebih mudah untuk menerima dirinya.

Penelitian yang dilakukan oleh Fitriani (dalam Shinta, dkk, 2019) terhadap 80 perempuan usia 15 hingga 21 tahun menunjukkan sebanyak 46 subjek memiliki penerimaan diri yang tinggi sehingga melakukan perilaku diet yang sehat dan 34 subjek memiliki penerimaan diri yang rendah sehingga melakukan perilaku diet yang kurang sehat sehingga individu yang memiliki penerimaan diri akan melakukan diet yang kurang sehat, hal tersebut dikarenakan rendahnya pandangan citra tubuh (*body image*). Rendahnya *self acceptance* pada individu bisa jadi karena kurangnya pemahaman terhadap perubahan-perubahan fisik yang harus terjadi pada mereka. Akibatnya individu merasa kurang menerima terhadap perubahan yang mereka hadapi (Thomas dalam Hurlock, 2009).

Berdasarkan hasil wawancara awal yang didukung dengan riset penelitian, dengan demikian peneliti tertarik melakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh *self acceptance* terhadap *body image*, dengan judul penelitian "Pengaruh *Self acceptance* terhadap *Body image* pada Wanita Dewasa Awal di Kota Makassar".

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang, rumusan masalah yang hendak diteliti adalah apakah ada pengaruh *self acceptance* terhadap *body image* pada wanita dewasa awal yang ada di kota Makassar?

## C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self acceptance* terhadap *body image* pada wanita dewasa awal di kota Makassar.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah ranah keilmuan tentang kajian teori dalam bidang psikologi mengenai *body image* dan *self acceptance*
- b. Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan bagi penelitian yang sejenis.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Wanita Dewasa Awal

Diharapkan dapat membantu para wanita dewasa awal untuk memahami perkembangan dan memahami *body image* tidak hanya dengan cantik, ideal dan menarik akan tetapi memperhatikan kesehatan membuat *body image* lebih positif serta memahami dan menerima keadaan diri akan penampilan fisiknya.

#### b. Bagi Masyarakat

Diharapkan sebagian acuan informasi mengenai citra tubuh dan penampilan fisik yang tidak hanya dilihat dan mengikuti standar yang ada sehingga mampu menghargai bentuk tubuhnya bagaimanapun keadaannya.

c. Bagi Peneliti

Diharapkan mampu sebagai tambahan pengetahuan dan ilmu dalam permasalahan citra tubuh (*body image*) yang diperoleh peneliti selama melaksanakan studi di Universitas Bosowa Makassar

UNIVERSITAS

BOSOWA



## BAB II TINJAUAN PUSTAKA

### A. *Body Image*

#### 1. Definisi *Body Image*

Thompson (2000) menyatakan bahwa *body image* adalah evaluasi terhadap bentuk tubuh, berat dan ukuran tubuh atau aspek tubuh lainnya yang mengarah pada penampilan fisik seseorang. Grogan (2008) *body image* merupakan persepsi, pikiran dan perasaan seseorang tentang tubuhnya. *Body image* merupakan gambaran mengenai persepsi tubuh individu yang terbentuk dari pemikiran individu itu sendiri (Shilder dalam Grogan, 2008).

Cash dan Pruzinky (2002), *body image* adalah penilaian positif atau negatif seseorang terhadap bentuk tubuhnya dan sebagai derajat kepuasan individu terhadap dirinya secara fisik yang mencakup ukuran, bentuk dan penampilan umum. *Body image* dapat bersifat positif atau negatif tergantung bagaimana seseorang menyikapinya. *Body image* terdiri dari komponen sikap evaluasi dan keyakinan, dimana komponen tersebut saling berkaitan dengan perasaan puas atau tidak puas individu terhadap bentuk tubuhnya. Jadi, apabila tingkat kepuasan *body image* tinggi maka dinyatakan individu tersebut memiliki *body satisfaction* dan sebaliknya apabila tingkat kepuasan *body image* individu rendah maka individu tersebut mengalami *body dissatisfaction* (Cash & Pruzinsky dalam Marshall & Lengyell, 2012).

Honigman dan Castle (2004) *body image* adalah gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, dan bagaimana

seseorang mempersepsikan dan memberikan penilaian atas apa yang dipikirkan dan rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya sendiri dan atas penilaian orang lain terhadap dirinya. Sebenarnya dari apa yang dipikirkan dan rasakan oleh individu belum tentu mempresentasikan keadaan, namun lebih merupakan hasil penilaian diri yang bersifat subyektif. *Body image* sebagai salah satu cara individu dalam memandang dirinya, bukan yang tampak oleh orang lain tetapi yang ada pada tubuhnya sendiri (Atwater, 1999).

Arthur (dalam Ridha, 2012), *body image* merupakan imajinasi subjektif yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya, khususnya terkait penilaian orang lain dan seberapa baik penampilan fisiknya disesuaikan dengan persepsi-persepsi ini. Burrowes (Dwinanda, 2016) *body image* gabungan antara persepsi terhadap bentuk tubuh, dimana individu dapat memiliki persepsi akurat mengenai ukuran, bentuk serta berat tubuh dan kepuasan terhadap tubuh sehingga individu memiliki kepuasan tersendiri terhadap penampilan fisiknya. Eysenck (dalam Thompson, 2000) menyatakan bahwa *body image* pada umumnya hasil pikiran individu mengenai tubuhnya yang bersifat dinamis serta senantiasa berubah menurut informasi yang diterima dari lingkungan sekitarnya. *Body image* adalah kumpulan sikap individu yang disadari dan tidak disadari terhadap tubuhnya. Termasuk persepsi serta perasaan masa lalu dan sekarang terhadap ukuran, fungsi, penampilan dan potensi (Stuart, dalam Lintang, dkk 2015).

Stuart & Sundeen (dalam Keliat 1992) menyatakan bahwa *body image* merupakan sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan

tidak sadar dalam sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan pengalaman-pengalaman yang baru di setiap individu. *Body image* juga berhubungan dengan kepribadian cara individu memandang diri mempunyai dampak yang penting pada psikologisnya. Pandangan yang realistik terhadap diri, menerima dan mengukur bagian tubuh akan memberi rasa aman sehingga terhindar dari rasa cemas dan meningkatkan harga diri.

*Body image* adalah konsep penampilan fisik dan perasaan tentang pengalaman individu saat ini dan masa lalu terhadap tubuh sendiri baik secara nyata maupun khayalan (Schonfeld dalam Stewart, 1985). Longe (2008) menjelaskan bahwa *body image* merupakan pendapat mental seseorang atau deksripsinya sendiri tentang penampilan fisiknya yang melibatkan reaksi orang lain terhadap fisik individu tersebut berdasarkan apa yang dirasakannya. Persepsi *body image* berkisar antara positif hingga negatif, individu yang memiliki citra tubuh yang rendah melihat tubuh mereka sebagai sesuatu yang tidak menarik bagi orang lain, sementara orang dengan citra tubuh yang baik akan memandang tubuh mereka sesuatu yang menarik bagi orang lain.

Berdasarkan teori-teori di atas dapat disimpulkan bahwa *body image* merupakan gambaran, pikiran, ide, persepsi dan sikap seseorang terhadap bentuk tubuhnya yang mengarah pada penampilan fisik disertai keyakinan dan penilaian positif atau negative akan penampilannya dihadapan orang sekitarnya.



## 2. Aspek-aspek *Body image*

Penelitian-penelitian terdahulu mengenai *body image* pada umumnya menggunakan *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale (MBSRQ-AS)* yang dikemukakan oleh Cash (2002). Ada lima aspek dalam pengukuran *body image*, yaitu :

### 1) *Appearance evaluation* (evaluasi penampilan)

*Appearance evaluation* (evaluasi penampilan) yaitu penilaian penampilan secara keseluruhan tubuh dengan mengukur penampilan secara keseluruhan, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan atau belum memuaskan. Aspek ini merupakan kemampuan individu dalam mengukur ketidakpuasan relatif individu dengan penampilan keseluruhan serta menilai perasaan keseluruhan dan evaluasi penampilan misalnya “saya suka penampilan tubuh saya” atau “tubuh saya menarik secara seksual”.

### 2) *Appearance orientation* (orientasi penampilan)

*Appearance orientation* (orientasi penampilan) yaitu pandangan yang mendasar tentang penampilan diri dimana perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan dan melihat bagaimana individu menilai seberapa penting penampilannya terhadap orang lain untuk perhatiannya terhadap penampilannya serta usaha memperbaiki dan meningkatkan penampilan diri. Orientasi penampilan juga disebut sebagai investasi perilaku-kognitif dalam penampilan. Usaha yang bisa diinvestasikan dalam

penampilan yaitu pakaian, rambut, diet dan perawatan wajah dengan skincare atau klinik hingga melakukan operasi plastik.

3) *Body area satisfaction* (kepuasaan terhadap bagian tubuh)

*Body area satisfaction* (kepuasaan terhadap bagian tubuh) yaitu mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik dan keseluruhan dari atas sampai bawah. Seperti wajah, tubuh bagian atas (dada, bahu lengan), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pinggul, paha, pantat, kaki) serta bagian tubuh secara keseluruhan.

4) *Overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk),

*Overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), yaitu kewaspadaan individu terhadap bertambahnya berat badan dan akan membatasi pola makan sehingga kecenderungan untuk melakukan diet.

5) *Self-classified weight* (pengkategorisasi ukuran tubuh)

*Self-classified weight* (pengkategorisasi ukuran tubuh) yaitu pengklasifikasikan individu menilai berat badannya dengan menggolongkan penampilan tubuhnya dari kurus sampai gemuk.

Jadi, dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa citra tubuh memiliki aspek-aspek yaitu meliputi *Appearance evaluation* (evaluasi penampilan), *Appearance orientation* (orientasi penampilan, *Body area satisfaction* (kepuasaan terhadap bagian tubuh), *Overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), *Self-classified weight* (pengkategorisasi ukuran tubuh).

### 3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *body image*

Spangler & Carroll (2001) menyatakan beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi *body image*, yaitu :

#### 1. Budaya

Seseorang dapat menilai reaksi terhadap orang lain apabila dinilai orang itu menarik secara fisik, maka gambaran orang itu akan menuju hal-hal yang baik untuk menilai dirinya. budaya dan variasi dalam nilai akan harapan masyarakat terhadap bentuk tubuh dan berat badan. Selain itu, budaya yang bervariasi akan memberikan standar yang berbeda-beda akan nilai-nilai terhadap tubuh.

#### 2. Media Massa

Salah satu faktor yang sangat terkait dengan ketidakpuasan tubuh dan dapat menengahi perbedaan budaya akan ketidakpuasan bentuk tubuh adalah tingkat paparan media massa. Dimana media massa memiliki pengaruh yang sangat besar akan perubahan pandangan akan citra tubuh wanita. Wanita di masa lalu dianggap memiliki citra tubuh yang berisi dianggap ideal sedangkan di masa kini, wanita dengan citra tubuh yang kurus, langsing dan tinggi dianggap ideal.

Tiggeman (dalam Cash & Pruzinsky, 2002) menyatakan bahwa media massa yang saat ini seringkali memberikan gambaran ideal mengenai *figure* perempuan dan laki-laki yang dapat mempengaruhi gambaran tubuh seseorang. Media massa menjadi pengaruh kuat

dalam budaya sosial. Anak-anak dan remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan menonton televisi, berselancar di sosial media seperti facebook, instagram dan twitter serta kebanyakan orang dewasa membaca surat kabar harian dan majalah. Survey menunjukkan bahwa 83% majalah fashion khususnya dibaca oleh mayoritas perempuan maupun anak perempuan.

Isi tayangan media massa sering menggambarkan bahwa standar kecantikan perempuan adalah tubuh yang kurus, berkulit putih dan berwajah bersih, dalam hal ini berarti level kecantikan yang dimiliki kebanyakan wanita percaya bahwa mereka adalah orang-orang yang sehat. Media juga menggambarkan ideal bagi laki-laki adalah dengan memiliki tubuh yang berotot dan perut yang rata (Cash & Pruzinsky, 2002).

Longe (2008) menyatakan bahwa *body image* dapat dipengaruhi oleh pengaruh luar, sumber media seperti televisi, internet dan majalah sering menggambarkan orang lebih dekat dengan tipe tubuh yang ideal umum diterima daripada citra tubuh rata-rata, untuk menjual produk mereka. Akibatnya mereka terpengaruhi oleh penggambaran citra tubuh tersebut. Individu yang melihat foto-foto model yang langsing membuat gadis dan perempuan merasa buruk tentang tubuh mereka, beberapa penelitian juga menunjukkan dampak negatif.

Secara singkat media menciptakan citra seseorang pada tayangan televisi, postingan di sosial media dan majalah fashion

terbukti menyebabkan dampak efek negatif secara langsung termasuk perhatian yang lebih besar tentang berat badan, ketidakpuasan tubuh, suasana hati yang negatif dan penurunan persepsi daya tarik diri (Cash & Pruzinsky, 2002).

### 3. Jenis Kelamin

Jenis kelamin dianggap berkontribusi secara signifikan dalam citra tubuh ideal. Hal ini di dukung dengan laki-laki secara konsisten melaporkan kepuasan akan citra tubuh yang lebih besar dibandingkan perempuan. Muth & Cash (Spangler & Carroll, 2001) menyatakan bahwa perempuan memiliki evaluasi akan citra tubuh yang negatif dan di pengaruhi dengan bagaimana cara perempuan tersebut melihat dirinya.

Cash & Pruzinsky (2002) menyatakan jenis kelamin merupakan faktor dalam perkembangan *body image* seseorang. Ketidakpuasan terhadap tubuh lebih sering terjadi pada wanita daripada laki-laki. Pada umumnya wanita lebih merasa kurang puas akan tubuhnya dan cenderung memiliki *body image* yang negatif. Longe (2008) menyatakan wanita biasanya lebih kritis terhadap tubuh mereka baik secara keseluruhan maupun pada bagian tertentu tubuh mereka daripada laki-laki. Persepsi *body image* yang buruk sering berhubungan dengan perasaan kelebihan berat badan terutama pada wanita. Seorang laki-laki lebih memperhatikan massa otot ketika mempertimbangkan *body image* mereka. Umumnya *body image* yang buruk menyebabkan diet konstan dan diet yang bersifat sementara, obesitas dan gangguan makan serta

menyebabkan rasa rendah diri, depresi, kecemasan dan tekanan emosional.

Cash dan Pruzinsky (2002) menjelaskan dalam penelitiannya bahwa sekitar 40-70% gadis remaja tidak puas dengan dua atau lebih aspek dari tubuh mereka. Ketidakpuasan biasanya berfokus pada jaringan adipose substansial dalam tubuh bagian tengah atau bawah, seperti pinggul, perut dan paha. Di berbagai Negara maju, antara 50-80 % gadis remaja ingin menjadi langsing dan melakukan diet bervariasi dari 20% hingga 60%. Seorang laki-laki juga ingin menghindari bentuk tubuh gemuk, namun dikalangan lelaki yang tidak puas dengan berat dan bentuk berusaha untuk menambah berat badan untuk mengembangkan lengan atas, dada dan bahu.

#### 4. Usia

Tingkatan kepuasan tubuh cenderung bervariasi berdasarkan usia dan tahapan perkembangan. Menurut Brodie, Bagley & Slade (Spangler & Carroll, 2001), remaja secara signifikan kurang puas dengan tubuhnya dibandingkan dengan pra-remaja. Hal ini dikarenakan pada masa remaja terdapat perubahan-perubahan secara fisik dalam diri remaja tersebut. Selain itu, Gray (Spangler & Carroll, 2001) mengemukakan bahwa orang dewasa cenderung lebih memiliki pengaruh yang lebih positif tentang tubuhnya dibandingkan remaja. Hal ini dikarenakan orang dewasa mampu memahami perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya dan mampu mencari jalan keluar yang terbaik untuk tubuhnya.

#### 5. Agama

Agama memiliki pemahaman mengenai citra tubuh berdasarkan ketentuan-ketentuan dalam agama. Agama memiliki pengaruh yang besar akan masyarakat dalam memandang dan memaknai citra tubuhnya berdasarkan ketentuan yang ada dan diajarkan dalam agama itu sendiri.

Cash dan Pruzinsky (2002) menyatakan bahwa terdapat faktor-faktor pembentuk *body image* pada diri individu, diantaranya yaitu:

- a. Media massa, isi tayangan media massa sangat mempengaruhi *body image* remaja, karena media sering menggambarkan standar tubuh ideal.
- b. Keluarga, orang tua merupakan model yang paling penting dalam proses sosialisasi, sehingga mempengaruhi *body image* anak melalui permodelan, umpan balik, dan instruksi.
- c. Hubungan interpersonal, hubungan interpersonal membuat individu cenderung membandingkan diri sendiri dengan orang lain, umpan balik yang diterima individu akan mempengaruhi konsep diri termasuk perasaan diri terhadap penampilan fisik.

#### **4. Dampak yang ditimbulkan *body image***

Ketidakpuasaan seseorang terhadap tubuhnya bisa muncul karena orang tersebut memiliki konsep tubuh yang ideal dalam pikirannya namun dia merasa bahwa tubuhnya sendiri tidak atau belum memenuhi kriteria tubuh ideal tersebut (Cash & Szymansk, 1995). Hal ini berpengaruh terhadap konsep diri individu tersebut dimana *body image* akan menentukan cara seseorang menilai dirinya termasuk kategori

positif atau negat. Individu yang menilai dirinya positif akan yakin akan kemampuan dirinya begitupun sebaliknya (Sloan dalam Romansyah & Natalia, 2012).

Burn (dalam Sari 2012) menambahkan orang dengan *body image* negative akan cenderung memiliki kepercayaan diri dan harga diri yang rendah. Pada penelitian yang dilakukan oleh Dacey & Kenny (dalam Sari dan Siregar, 2012) mengemukakan bahwa persepsi negatif remaja terhadap *body image* akan menghambat perkembangan kemampuan interpersonal dan kemampuan membangun hubungan yang positif dengan teman sebayanya.

Rice & Dolgin (dalam Muklis, 2013) menambahkan bahwa pada remaja perempuan ketidakpuasan terhadap *body image* berdampak pada harga diri yang lebih rendah. Ketika perempuan memiliki harga diri yang rendah maka akan cenderung mengalami depresi. Hal tersebut didukung dengan hasil penelitian dari Siegel dkk (dalam Muklis 2013) menemukan bahwa *body image* yang negative merupakan penyebab utama remaja perempuan menjadi lebih depresif daripada remaja laki-laki.

Tadabbur (2008) menjelaskan bahwa orang yang memiliki *body image* negatif akan cenderung mengalami hal-hal sebagai berikut :

1. Cemas, depresi, rendah diri, dan sulit berkonsentrasi
2. Terdorong untuk melakukan tindakan yang berisiko mengenai kesehatannya
3. Memutuskan kehidupan sosialnya dengan orang lain akibat rasa minder dan rendah dirinya tersebut



4. Menjadi malas untuk melakukan aktivitas - aktivitas yang mengharuskannya untuk menunjukkan bentuk tubuhnya seperti berolahraga, pergi ke dokter, dan melakukan hubungan intim dengan suami/istri
5. Penyakit-penyakit mental yang cukup serius seperti anoreksia (gangguan nafsu makan), bulimia (gangguan nafsu makan yaitu mengkonsumsi makanan dalam jumlah banyak sekaligus, kemudian dimuntahkan).

## **B. *Self Acceptance***

### **1. Definisi Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)**

Penerimaan diri merupakan tingkat dimana individu benar-benar mempertimbangkan karakteristik pribadinya dan mau hidup dengan karakteristik tersebut. Sebuah pengakuan realistis terhadap keterbatasan dan sebuah rasa puas yang penuh akan talenta maupun keterbatasan dirinya. Penerimaan diri menurut Berger pada dasarnya dikemukakan oleh Sheerer (Berger, 1952) penerimaan diri adalah sikap yang ada pada dirinya termasuk kelebihan-kelebihan dan kelemahan-kelemahannya. Sikap penerimaan diri ditunjukkan oleh pengakuan individu terhadap kelebihan sekaligus kelemahan dirinya tanpa menyalahkan orang lain dan mempunyai keinginan yang terus menerus untuk mengembangkan diri.

Suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya disebut dengan penerimaan diri (Hurlock, 2009). Dengan menerima dirinya individu mampu untuk

bertanggung jawab dan menerima resiko tas perilakunya. Hal ini diungkapkan oleh Berger (Denmark, 1973) bahwa "*the definition of Self Acceptance is assumes responsibility for and accepts the consequences of his own behavior*".

Penerimaan diri (*Self Acceptance*) merupakan sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri dan pengakuan akan keterbatasan sendiri (Chaplin, 2012). Penerimaan diri merupakan kesediaan untuk menerima dirinya yang mencakup keadaan fisik, psikologi sosial dan pencapaian dirinya baik kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki (Jersild, dalam Prasetyono, 2008).

Penerimaan diri adalah sebuah sikap seseorang menerima dirinya (Arthur, 2010) istilah ini digunakan dengan konotasi khusus kalau penerimaan ini didasarkan kepada ujian yang relatif objektif terhadap talenta-talenta, kemampuan dan nilai umum yang unik dari seseorang. Germer (2009) juga menjelaskan bahwa orang yang menerima dirinya adalah orang yang sadar bahwa dirinya mengalami sebuah sensasi, perasaan, maupun pikiran yang ada pada dirinya dari waktu ke waktu. Orang yang menerima dirinya juga mampu merangkul apapun yang muncul atau ada dalam dirinya, menerima dari waktu ke waktu sebagaimana yang ada pada dirinya. Penerimaan diri juga merupakan sejauh mana seseorang mampu menyadari dan mengakui karakteristik pribadi dan menggunakan dalam menjalani kelangsungan hidupnya (Helmi, dalam Nurviana, 2010).

Penerimaan diri adalah penilaian yang realistis terhadap kemampuan seseorang yang berkesinambungan dengan penghargaan terhadap keberhargaan dirinya, jaminan dirinya tentang batasan (standar) pendiriannya tanpa merasa terendahkan oleh opini orang lain dan penilaian realistis dari keterbatasan dirinya tanpa menyalahkan dirinya secara tidak rasional. Orang yang menerima dirinya mengenali kemampuan dirinya dan dapat menggunakan kemampuan dirinya dengan bebas serta mengenali kelemahan dirinya tanpa menyalahkan diri sendiri (Jersild, 1978).

Supratiknya (2009) bahwa penerimaan diri merupakan kemampuan seseorang untuk memiliki penilaian yang realistis terhadap berbagai kelebihan dan kekurangan. Selain itu, menerima diri adalah memiliki penghargaan yang tinggi dan tidak bersikap sinis terhadap diri sendiri. Hal serupa juga diungkapkan oleh Johnson (1993) bahwa penerimaan diri dipandang sebagai suatu keadaan seseorang yang memiliki penghargaan tinggi terhadap diri sendiri dan tidak sinis tentang dirinya. Allport (dalam Hjelle & Ziegler, 1981) penerimaan diri adalah individu yang dapat bertoleransi dengan frustrasi atau kejadian yang tidak menyenangkan dan mengakui kelebihan yang dimilikinya.

Hurlock (2009) menyatakan bahwa penerimaan diri (*Self Acceptance*) merupakan kontribusi penting dalam pembentukan kepribadian yang sehat. Individu yang menerima diri dengan baik tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri dan memiliki banyak kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan (Calhoun & Acocella dalam Rina, 2004). Individu yang semakin besar memiliki penerimaan

diri maka semakin besar pula penerimaan orang lain atas diri kita sehingga, orang yang mampu menerima diri akan mudah untuk bersosialisasi dengan lingkungan. Sebaliknya jika individu menolak dirinya biasanya tidak bahagia dan tidak bisa membangun serta melestarikan hubungan yang baik dengan orang lain (Supratiknya, 2009).

Ali & Asrori (2004) menyatakan bahwa penerimaan diri merupakan suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu berada. Penerimaan diri merupakan suatu proses perubahan terus menerus bertujuan untuk mengubah suatu perilaku guna mendapatkan hubungan yang lebih selaras antara individu dan lingkungan (Mustafa dalam Sobur, 2010).

Berdasarkan berbagai pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri adalah kemampuan seseorang untuk memiliki penilaian realistis terhadap kekurangan dan kelebihan, memiliki kemampuan dan keyakinan untuk hidup dengan segala karakteristik, memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri dan dapat bertanggung jawab atas perilakunya. Individu yang mampu menerima dirinya akan semakin diterima dan disukai oleh orang lain sehingga, mudah untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan. Sebaliknya jika individu tidak bisa menerima dirinya maka merasa tidak bahagia bahkan membenci diri

sendiri sehingga, akan mengalami kesulitan untuk menjalin hubungan dengan orang lain.

## **2. Aspek-aspek *Self Acceptance***

Aspek-aspek penerimaan diri yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan aspek dari Berger yang dimodifikasi dari penerimaan diri Sheerer (Berger, 1952). Orang yang menerima diri dapat dilihat dari aspek-aspek, sebagai berikut :

1. Memiliki standar nilai-nilai kehidupan diri sendiri yang tidak dipengaruhi lingkungan eksternal sebagai petunjuk perilakunya.  
Individu yang menerima diri adalah individu yang mengutamakan nilai-nilai yang terinternalisasi daripada eksternal dalam berperilaku. Individu menjalankan hidupnya dengan memegang nilai-nilai dalam dirinya, bukan menggunakan tuntutan nilai-nilai dari luar dirinya.
2. Memiliki keyakinan yang cukup untuk menghadapi kehidupan.  
Individu yang menerima dirinya yakin akan kemampuannya dalam menghadapi kehidupan ataupun menghadapi persoalan. Individu memiliki kepercayaan diri dan memusatkan perhatiannya pada kemampuan dirinya dalam menyelesaikan suatu permasalahan.
3. Bertanggung jawab dan menerima konsekuensi dari perilaku yang diperbuatnya.

Individu yang menerima dirinya bertanggung jawab atas semua perbuatannya. Ia memiliki keberanian untuk menghadapi beragam resiko yang muncul dikarenakan oleh perbuatannya.

4. Menerima pujian atau kritikan dari orang lain secara objektif.

Individu yang menerima dirinya akan mau menerima pujian, saran, dan kritikan dari orang lain secara objektif sehingga ia dapat membuat dirinya menjadi lebih baik.

5. Tidak mencoba menyangkal keterbatasan dan kelebihan dari kualitas diri sendiri tetapi menerima segalanya tanpa menyalahkan diri sendiri.

Individu yang menerima diri tidak mencoba menyangkal atau mengelabui perasaan, motif, keterbatasan, kemampuan atau kualitas baik yang ada dalam dirinya, akan tetapi dia menerima keadaan diri tanpa *self condemnation* (pemangkiran).

6. Menganggap bahwa diri berharga dan setara dengan orang lain.

Individu yang menerima dirinya akan menganggap bahwa dirinya layak dan memiliki kesempatan yang sama seperti orang lain pada umumnya. Ia akan menganggap dirinya sebagai orang yang sederajat dengan orang lainnya.

7. Tidak mengharapkan orang lain untuk menolaknya, dalam kondisi apapun.

Individu yang menerima dirinya akan merasa dirinya sama seperti orang lainnya. Ia akan menganggap dirinya tidak berbeda dari orang lain. Ia juga tidak akan mengharapkan orang lain untuk

menolaknyanya, meskipun terdapat beragam alasan untuk menolak dirinya.

8. Tidak menganggap dirinya sendiri sebagai pribadi yang sangat berbeda dari orang lain atau abnormal.

Individu yang dapat menerima dirinya akan merasa dirinya normal dalam bereaksi atau merespon sesuatu. Ia tidak akan menganggap dirinya aneh atau abnormal dalam berperilaku.

9. Tidak malu atau canggung (memiliki kesadaran diri).

Individu yang menerima dirinya akan mempunyai orientasi untuk keluar dari dirinya sehingga ia mampu menuntun langkahnya dalam bersosialisasi.

### **3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Self Acceptance***

Menurut Hurlock (dalam Sari, 2012) ada beberapa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan diri seseorang, diantaranya sebagai berikut:

- a. Pemahaman Diri atau Wawasan Diri (*Self Understanding*)

Pemahaman diri (*self understanding*) adalah sebuah pengakuan, kesadaran dan cara pandang mengenai dirinya secara jujur, nyata dan apa adanya. Seseorang yang memiliki pemahaman diri tidak hanya memiliki kapasitas intelektual namun juga memiliki kesempatan untuk menemukan jati dirinya. Kurangnya pemahaman diri dapat disebabkan oleh ketidaktahuan, kurangnya kesempatan

untuk menemukan jati diri, atau seseorang yang berpura-pura tentang dirinya agar bisa disukai. Pemahaman diri dan penerimaan diri berjalan secara berdampingan, berarti individu yang dapat memahami diri sendiri akan semakin dapat menerima dirinya. Aspek penerimaan diri bisa meliputi, kondisi fisik, psikis, intelektual, bakat dan minat yang menjadi kelebihan dan kekurangannya. Kurangnya pemahaman diri menyebabkan ketidaksesuaian antara konsep diri yang diinginkan dan konsep diri yang diidealkan hal ini diperoleh dari kontak sosial.

b. Harapan yang Realistis (*Realistic Expectations*)

Ketika seseorang memiliki harapan untuk mencapai prestasi secara realistis maka dia akan memiliki kesempatan untuk mencapainya. Hal ini dapat memberikan kepuasan diri yang menjadi dasar dalam penerimaan diri. Harapan yang realistik bisa timbul bila individu menentukan sendiri harapannya dan disesuaikan dengan pemahaman mengenai kemampuannya, serta bukan diarahkan oleh orang lain dalam mencapai tujuannya. Individu yang mungkin memiliki tujuan realistis namun kurang memiliki pengetahuan dan keterampilan dia bisa jadi mengalami kesulitan untuk mencapai tujuan.

c. Tidak Adanya Hambatan dalam Lingkungan (*Absence of Environmental Obstacles*)

Seseorang yang telah memiliki harapan realistik, namun lingkungan sekitar tidak memberikan kesempatan atau bahkan menghalangi maka harapan tersebut akan sulit dicapai. Hal ini bisa



mengakibatkan individu mengalami kesulitan menerima dirinya namun, ketika rintangan tersebut mampu untuk dilalui maka dia sanggup mencapai kesuksesan dan puas terhadap prestasi yang telah dicapai. Orang yang puas dengan apa yang dicapai dapat membuat mereka mampu untuk menerima dirinya.

d. Sikap Dari Masyarakat yang Menyenangkan (*Favorable Sosial Attitudes*)

Individu yang diterima dengan baik oleh masyarakat dapat membuatnya memiliki penerimaan diri yang baik. Harapan yang realistis dari masyarakat akan membuat individu dapat memahami kekurangan dan kelebihanannya. Penerimaan masyarakat dapat ditunjukkan dengan: 1) tidak adanya prasangka buruk, 2) adanya penghargaan terhadap kemampuan sosial orang lain, 3) kesediaan individu untuk memiliki kebiasaan yang ada dilingkungan sekitar.

e. Tidak Adanya Tekanan Emosional yang Berat (*Absence of Severe Emotional Stress*)

Tekanan emosional dapat menyebabkan gangguan fisik dan psikologis. Biasanya pekerjaan rumah dan lingkungan kerja dapat membuat individu merasa tertekan. Individu yang terhindar dari tekanan memungkinkannya untuk dapat melakukan hal terbaik dan memiliki orientasi diri, orientasi terhadap lingkungan, merasa *relax* dan bahagia. Selain itu, individu yang terhindar dari tekanan juga akan merasa lebih *relax* dan bahagia. Kondisi ini sangat berperan dalam evaluasi sosial yang mana menjadi dasar dalam evaluasi diri dan penerimaan diri.

f. Keberhasilan (*Preponderance Successes*)

Secara kualitatif atau pun kuantitatif, keberhasilan yang dialami dapat menimbulkan penerimaan diri, sebaliknya kegagalan yang dialami dapat mengakibatkan adanya penolakan diri.

g. Identifikasi Penyesuaian Diri yang Baik dengan Orang Lain (*Identification with Well-adjusted People*)

Individu yang mengidentifikasi penyesuaian diri orang lain dengan baik dapat membangun sikap positif terhadap diri sendiri, penilaian diri dan penerimaan diri. Penilaian yang didapat selama dirumah dapat berkontribusi penting dalam pembentukan pribadi yang sehat. Seharusnya seorang ibu menjadi sumber identifikasi bagi anak-anaknya, dan memiliki penilaian yang berpengaruh dalam kepribadian anak-anaknya.

h. Perspektif Diri (*Self Perspective*)

Individu yang memiliki perspektif diri mampu memahami diri sendiri dan orang lain. Perspektif diri yang luas dapat meningkatkan penerimaan diri individu.

i. Pola Asuh yang Baik Dimasa Kecil (*Good Childhood Training*)

Pendidikan yang baik selama dirumah dan sekolah dapat berpengaruh dalam perkembangan diri dan konsep diri. Pola asuh yang demokratis membuat individu memiliki kepribadian yang sehat dan cenderung mampu menghargai dirinya sendiri sehingga, memiliki kontrol diri yang baik.

j. Konsep Diri yang Stabil (*Stable Self Concept*)

Individu yang memiliki konsep diri akan mampu memahami dirinya dalam setiap waktu. Jika konsep diri individu bagus maka dia mampu menerima dirinya, sebaliknya jika konsep diri individu rendah maka individu akan melakukan penolakan diri. Individu yang tidak memiliki konsep diri stabil misalnya, kadang menyukai dirinya dan kadang tidak menyukai dirinya, maka ia akan sulit menunjukkan siapa dirinya yang sebenarnya kepada orang lain, karena individu sendiri memiliki ambivalensi terhadap dirinya.

Berdasarkan uraian diatas, bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri terdiri dari pemahaman diri (*self understanding*), harapan yang realistis (*realistic expectations*), tidak adanya hambatan dalam lingkungan (*absence of environmental obstacles*), sikap dari masyarakat yang menyenangkan (*favorable social attitudes*), tidak adanya tekanan emosional yang berat (*absence of severe emotional stress*), keberhasilan (*preponderance successes*), identifikasi penyesuaian diri yang baik dengan orang lain (*identification with well-adjusted people*), perspektif diri (*self perspective*), pola asuh yang baik dimasa kecil (*good childhood training*), dan konsep diri yang stabil (*stable self concept*).

#### **4. Indikator Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)**

Germer (2009) menyatakan bahwa proses penerimaan diri sebagai bentuk keadaan melawan ketidaknyamanan terjadi dalam tahapan-tahapan, ada pelunakan progresif atau tidak ada perlawanan dalam menghadapi penderitaan. Proses awal yang terjadi adalah rasa

kebencian, selanjutnya proses dimulai dengan keingintahuan akan masalah, dan jika hal-hal tersebut berjalan dengan baik maka akan berakhir dengan merangkul apapun yang terjadi dalam hidup seorang individu. Proses ini biasanya berlangsung lama dan alami. Individu tidak dapat maju ketahapan selanjutnya jika ia tidak merasa sepenuhnya nyaman pada satu tahapan. Indikator-indikator dari tahapan penerimaan diri tersebut adalah sebagai berikut.

a. *Aversion* – kebencian/keengganan, menghindari, resisten

Perilaku yang terlihat ketika perasaan merasa tidak nyaman adalah kebencian atau keengganan. Kebencian/keengganan ini juga dapat membentuk keterikatan mental atau perenungan mencoba mencari tahu bagaimana cara untuk menghilangkan perasaan tersebut.

b. *Curiosity* – melawan rasa tidak nyaman dengan perhatian

Pada tahapan selanjutnya individu memiliki pertanyaan pada hal yang dirasa perlu diperhatikan. Pertanyaan-pertanyaan ini yang biasanya muncul adalah “Perasaan apa ini?” “Apa artinya perasaan ini?” “Kapan perasaan ini terjadi?”.

c. *Tolerance* – menanggung derita dengan aman

Toleransi berarti menanggung rasa sakit emosional yang dirasakan, tetapi individu tetap melawannya dan berharap perasaan tersebut akan segera hilang.

d. *Allowing* – membiarkan perasaan datang dan pergi

Pada tahapan ini individu membiarkan perasaan tidak nyamannya datang dan pergi.

- e. *Friendship* – merangkul, melihat nilai-nilai yang tersembunyi  
Individu melihat nilai-nilai yang ada pada waktu keadaan sulit menyimpannya. Hal ini merupakan tahapan terakhir dalam penerimaan diri.

### 5. Terbentuknya Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)

Individu yang memiliki penerimaan diri akan memiliki penghargaan yang tinggi terhadap dirinya. Supratiknya (2009) menyatakan bahwa penghargaan diri terhadap diri sendiri atau penghargaan orang lain terhadap dirinya dapat dilihat dari hal sebagai berikut:

- a. *Reflected Self Acceptance* atau Refleksi Penerimaan Diri  
Membuat kesimpulan tentang diri kita berdasarkan pandangan orang lain kepada kita. Jika orang lain menyukai diri kita, maka kita pun menyukai diri kita.
- b. *Basic Self Acceptance* atau Penerimaan Diri Dasar  
Keyakinan bahwa diri kita diterima secara instrinsik dan tanpa syarat.
- c. *Conditional Self Acceptance* atau Penerimaan Diri Bersyarat  
Penerimaan diri yang didasarkan seberapa baik kita memenuhi tuntutan dan harapan masyarakat.
- d. *Self Evaluation* atau Evaluasi Diri  
Penilaian seberapa positif apa yang kita miliki dibandingkan dengan apa yang dimiliki oleh orang lain yang sebaya dengan diri kita.
- e. *Real-Ideal Comparison* atau Perbandingan antara yang *Real* dan *Ideal*

Kesesuaian antara diri kita yang sebenarnya dan pandangan diri kita yang seharusnya.

Berdasarkan ungkapan diatas, penghargaan terhadap diri kita yang merupakan proses terbentuknya penerimaan diri dapat dilihat dengan lima tahap yaitu refleksi penerimaan diri, penerimaan diri dasar, penerimaan diri bersyarat, evaluasi diri dan perbandingan antara yang *real* dan *ideal*.

#### **6. Dampak yang ditimbulkan dalam Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)**

Hurlock (2009) menyatakan bahwa individu yang menerima dirinya memiliki dampak sebagai berikut:

a. Dalam penyesuaian diri

Karakteristik individu yang memiliki penyesuaian diri merasa bahagia dengan keadaan diri sendiri dan tidak ingin menjadi orang lain. Individu mengakui segala kelemahan dan kelebihanannya, serta memiliki kepercayaan diri (*self confidence*) dan harga diri (*self esteem*). Selain itu, Individu rela menerima kritikan dari orang lain, sehingga memiliki penilaian (evaluasi diri) yang realistis dan dapat menggunakan potensi yang dimiliki secara efektif. Individu juga memiliki kepercayaan untuk menyelesaikan masalah hidupnya bahkan bisa memaknainya sebagai kehidupan yang berharga.

b. Dalam penyesuaian sosial

Individu yang memiliki penerimaan diri mampu bertoleransi dengan orang lain. Ia biasanya tertarik untuk membantu orang lain dan mampu untuk menunjukkan rasa empatinya, sehingga semakin diterima oleh orang lain. Individu juga memiliki penyesuaian sosial yang lebih baik dari pada individu yang berorientasi pada diri sendiri (*self oriented*) karena biasanya mereka merasa tidak kuat dan rendah diri.

Berdasarkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa dampak penerimaan diri dapat dikategorikan menjadi dua bagian yaitu: *pertama*, dalam penyesuaian diri yang ditunjukkan dengan rasa bahagia mengakui kelemahan dan kelebihanannya, memiliki kepercayaan diri, harga diri, menerima kritikan, memiliki penilaian yang realistis dan mampu mengatasi masalah hidup. *Kedua*, dalam penyesuaian sosial ditunjukkan dengan kemampuan bertoleransi, membantu orang lain, dan berempati.

### **7. Manfaat Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)**

Beberapa manfaat seseorang yang memiliki penerimaan diri menurut Jersild dalam Nurviana (2010) yaitu ;

- a. Memiliki penilaian realistis terhadap potensi-potensi yang dimilikinya.
- b. Mereka juga menyadari kekurangan tanpa menyalahkan diri sendiri
- c. Memiliki spontanitas dan tanggung jawab terhadap perilakunya.

- d. Mereka menerima kualitas-kualitas kemanusiaan mereka tanpa menyalahkan diri mereka terhadap keadaan-keadaan di luar kendali mereka.

Hal terpenting ketika seseorang mampu menerima dirinya adalah ketika seseorang tersebut dapat menerima segala potensi yang ada pada dirinya, baik itu yang berkaitan dengan kelebihan yang dimilikinya juga yang berkaitan dengan kelemahan/kekurangan yang ada pada dirinya maka orang tersebut akan dapat berinteraksi dengan baik dengan orang lain karena orang tersebut akan bersedia menerima kritik ataupun penolakan dari orang lain dengan sikap positif.

## **C. Dewasa Awal**

### **1. Definisi Dewasa Awal**

Istilah *adult* berasal dari kata kerja Latin, seperti juga istilah *adolescence* *adolescere* yang berarti tumbuh menjadi kedewasaan. Akan tetapi, kata *adult* berasal dari bentuk lampau kata kerja *adultus* yang berarti telah tumbuh menjadi kekuatan dan ukuran yang sempurna atau telah menjadi dewasa. Jadi, orang dewasa adalah individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya. Masa dewasa awal dimulai pada usia 18 tahun sampai 40 tahun, saat perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduktif (Hurlock, 2009).



Dewasa awal atau biasa disebut *adult* berasal dari kata bentuk lampau yakni *adultus* yang memiliki arti telah tumbuh menjadi kekuatan dan ukuran yang sempurna, atau telah menjadi dewasa. Dewasa awal adalah individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan individu dewasa lainnya. Setiap kebudayaan membuat perbedaan usia kapan seseorang mencapai status dewasa secara resmi, pada sebagian besar kebudayaan kuno, status ini tercapai apabila pertumbuhan pubertas sudah selesai atau hampir selesai dan apabila organ kelamin anak telah berkembang dan mampu memproduksi. Masa dewasa awal merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru, maka dari itu orang dewasa adalah individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa yang lain (Hurlock, 2009).

Santrock (2002), masa dewasa awal adalah masa untuk bekerja dan menjalin hubungan dengan lawan jenis, terkadang menyisakan sedikit waktu untuk hal lainnya. Bagi kebanyakan individu, menjadi orang dewasa melibatkan periode transisi yang panjang. Baru-baru ini, transisi dari masa remaja ke dewasa disebut sebagai masa beranjak dewasa yang terjadi dari usia 18 sampai 25 tahun, ditandai oleh eksperimen dan eksplorasi. Dimana banyak individu masih mengeksplorasi jalur karier yang ingin mereka ambil, ingin menjadi individu yang seperti apa, dan gaya hidup yang seperti apa yang mereka inginkan, hidup melajang, hidup bersama, atau menikah (Arnett dalam Santrock, 2002).

Diungkapkan oleh Erikson (dalam Monks, Knoers & Haditono, 2001), bahwa tahap dewasa awal yaitu antara usia 20 sampai 30 tahun. Pada tahap ini manusia mulai menerima dan memikul tanggung jawab yang lebih berat. Pada tahap ini pula hubungan intim mulai berlaku dan berkembang. Individu yang tergolong dewasa muda (*young adulthood*) ialah mereka yang berusia 20-40 tahun, memiliki peran dan tanggung jawab yang tentu saja semakin besar. Individu tidak harus bergantung secara ekonomis, sosiologis maupun psikologis pada orangtuanya (Dariyo, 2003).

Berdasarkan pendapat para tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa dewasa awal merupakan masa dimana individu siap berperan dan bertanggung jawab serta menerima kedudukan di dalam masyarakat, masa untuk bekerja, terlibat dalam hubungan sosial masyarakat dan menjalin hubungan dengan lawan jenis.

## **2. Karakteristik Masa Dewasa Awal**

Masa dewasa awal adalah masa ketika individu mulai menyesuaikan diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Pada masa ini pula individu dituntut untuk dapat memulai kehidupannya memerankan peran ganda sebagai suami atau istri sekaligus peran dalam dunia kerja. Hurlock (2009) menguraikan sepuluh karakteristik penting yang menonjol pada tahun-tahun dewasa awal, yaitu :

- a. Masa dewasa awal sebagai masa pengaturan.

Pada masa ini individu akan mencoba-coba dan menentukan mana yang sesuai yang dirasa dapat memberi kepuasan permanen bagi dirinya. Ketika individu menemukan pola hidup yang diyakininya dapat memenuhi kebutuhannya, individu tersebut akan mengembangkan pola-pola perilaku, sikap dan nilai-nilai yang cenderung akan menjadi kekhasan selama sisa hidupnya

b. Masa dewasa awal sebagai masa usia produktif.

Pada rentang usia ini adalah masa-masa yang cocok untuk menentukan pasangan hidup, menikah dan memiliki anak, pada masa ini pula organ reproduksi sangat reprodktif dalam menghasilkan individu baru (anak)

c. Masa dewasa awal sebagai masa yang bermasalah.

Hal ini disebabkan karena pada masa ini individu harus mampu menyesuaikan diri dengan peran baru yang dimilikinya yaitu dalam perkawinan dan pekerjaan. Jika individu tidak dapat menyesuaikan diri maka hal itu akan menimbulkan masalah dalam kehiduannya. Ada beberapa alasan mengapa individu merasa sulit untuk menyesuaikan diri terhadap peran baru yang dimilikinya, pertama adalah kurangnya persiapan diri dan kedua adalah tidak adanya bantuan dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah-masalahnya, tidak seperti sewaktu dirinya dianggap belum dewasa

d. Masa dewasa awal sebagai masa ketegangan emosi.

Ketika seseorang berumur antara 18-39 tahun, kondisi emosionalnya cenderung tidak terkendali, labil, resah, mudah memberontak dan juga mudah tegang. Individu merasa khawatir

dalam status pekerjaan yang belum tinggi dan peran barunya sebagai suami atau orang tua, maka kebanyakan akan tidak terkendali yang berakhir pada stress bahkan beberapa diantaranya memilih untuk mengakhiri hidupnya hal ini akan menurun ketika seseorang telah memasuki usia 40-an, individu akan cenderung stabil dan tenang dalam emosi;

e. Masa dewasa awal sebagai masa keterasingan sosial

Berakhirnya pendidikan formal dan masuknya seseorang dalam pola kehidupan orang dewasa, yaitu karier, perkawinan dan rumah tangga, maka hubungan dengan teman-teman kelompok akan menjadi renggang, dan bersamaan dengan itu kegiatan sosial juga dibatasi karena berbagai tekanan pekerjaan dan keluarga.

f. Masa dewasa awal sebagai masa komitmen

Pada masa ini juga individu akan mulai sadar akan pentingnya sebuah komitmen, ketika menjadi dewasa, orang-orang muda akan mengalami perubahan tanggung jawab dari seorang pelajar yang sepenuhnya tergantung pada orang tua menjadi masa mandiri. Individu mulai membentuk pola hidup, tanggung jawab, dan komitmen baru

g. Masa dewasa awal merupakan masa ketergantungan

Pada masa dewasa awal, individu cenderung masih mempunyai ketergantungan pada orang tua ataupun organisasi

h. Masa dewasa awal sebagai masa perubahan nilai

Nilai-nilai yang dimiliki individu pada masa dewasa awal akan berubah karena pengalaman dan hubungan sosialnya semakin luas. Alasan kenapa seseorang berubah nilainya dalam kehidupan yakni agar seseorang tersebut dapat diterima oleh kelompoknya. Hal ini dapat dilakukan dengan cara mengikuti atau mematuhi aturan-aturan yang telah disepakati oleh kelompok

- i. Masa dewasa awal sebagai masa penyesuaian diri terhadap cara hidup baru

Ketika seseorang telah memasuki masa dewasa berarti seseorang juga harus lebih bertanggungjawab karena sudah mempunyai peran ganda sebagai orang tua dan sebagai pekerja, masa dewasa awal sebagai masa penyesuaian diri terhadap cara hidup baru. Ketika seseorang telah memasuki masa dewasa berarti seseorang juga harus lebih bertanggungjawab karena sudah mempunyai peran ganda sebagai orang tua dan sebagai pekerja

- j. Masa dewasa awal sebagai masa kreatif

Bentuk kreatifitas yang terlihat sesudah individu menjadi dewasa tergantung pada kemampuan, minat, potensi dan kesempatan.

Arnett(dalam Santrock, 2012) menyatakan bahwa beberapa ciri-ciri orang beranjak dewasa yaitu :

- a. Eksplorasi Identitas

Pada masa dewasa awal merupakan masa dimana individu melakukan eksplorasi identitas dalam hal romantisme (percintaan) dan pekerjaan.

- b. Ketidakstabilan

Adanya perubahan suatu tempat tinggal atau perbedaan lingkungan menyebabkan pada masa dewasa awal mengalami ketidakstabilan dalam hal relasi romantisme dan teman, pekerjaan serta pendidikan.

c. *Self focused*

Individu pada masa dewasa biasanya jauh lebih berfokus pada dirinya sendiri sehingga cenderung kurang terlibat dalam melakukan kewajiban sosial,

d. *Feeling in between*

Orang yang berada di masa dewasa awal tidak menganggap dirinya sebagai seorang remaja ataupun dewasa.

e. Usia dengan berbagai kemungkinan

Masa dewasa awal dimana masa segala kemungkinan terjadi. Ada dua tipe orang pada masa dewasa awal yaitu tipe optimis dengan masa depannya dan tipe yang mengalami kesulitan dalam berkembang di masa dewasa awal.

### 3. Tugas Perkembangan Dewasa Awal

Hurlock (2009) membagi tugas perkembangan dewasa awal, antara lain sebagai berikut: (a) Mendapatkan suatu pekerjaan; (b) memilih seorang teman hidup; (c) belajar hidup bersama dengan suami istri membentuk suatu keluarga; (d) membesarkan anak-anak; (e) mengelola

sebuah rumah tangga; (f) menerima tanggung jawab sebagai warga Negara; (g) bergabung dalam suatu kelompok sosial.

Menurut Erickson (dalam Santrock, 2002) mengenai hubungan dekat dan intim, mengungkapkan tentang delapan tahap perkembangan manusia dan masa hubungan intim ini berada pada tahap ke enam yaitu masa yang disebut sebagai keintiman dan keterkucilan (intimacy versus isolation) yaitu tahap yang dialami individu selama bertahun-tahun awal masa dewasa dimana individu harus menghadapi tugas perkembangan pembentukan relasi intim dengan orang lain. Erickson menggambarkan keintiman sebagai penemuan diri sendiri pada diri orang lain namun kehilangan diri sendiri. Saat anak muda membentuk persahabatan yang sehat dan relasi akrab yang intim dengan orang lain maka keintiman akan dicapai dan jika tidak akan terjadi isolasi. Sehingga individu dewasa awal yang tidak dapat menjalankan tugas-tugas perkembangannya secara optimal dan kehidupannya tidak berjalan secara dinamis sehingga tidak dapat membina hubungan intim dengan orang lain.

Berdasarkan pendapat para tokoh di atas bisa disimpulkan bahwa tugas perkembangan pada masa dewasa awal adalah membentuk hubungan akrab yang lebih intim dengan orang lain, menerima dan bertanggung jawab mengenai kehidupannya.

#### **4. Minat Pada Masa Dewasa Awal**

Hurlock (2009), minat pada dewasa muda sangat luas. Minat ini dapat dibagi menjadi tiga kategori, yaitu: (a) minat pribadi, yaitu minat yang selalu menyangkut seseorang tertentu. Minat pribadi pada masa

remaja masih terbawa sampai pada masa dewasa; (b) minat rekreasi, diartikan sebagai kegiatan yang memberikan kesegaran atau mengembalikan kekuatan dan kesegaran rohani sesudah lelah bekerja atau sesudah mengalami keresahan batin; (c) minat sosial, yang pada masa dewasa awal tidak lagi begitu saja dapat menikmati pergaulan yang spontan sebagaimana dulu ketika masih bersekolah. Sekarang individu harus mencari jalannya sendiri, menjalin tali persahabatan baru dan memantapkan identitas mereka lewat upaya mereka sendiri.

#### **D. Pengaruh antara *Self Acceptance* dengan *Body image* pada Wanita Dewasa Awal**

Perhatian individu terkait pandangan citra tubuhnya pada tahapan perkembangan dewasa awal di usia 18 hingga 25 tahun termasuk pada usia dewasa awal yang memiliki salah satu tugas perkembangan yaitu mencapai puncak karir, sehingga individu cenderung berusaha mempertahankan penampilannya dengan fokus utama bentuk tubuhnya agar tetap terlihat langsing dan ideal (Santrock, 2012). Perempuan memiliki *body image* dan *self acceptance* dalam dirinya. *Body image* adalah persepsi, pikiran dan perasaan mengenai tubuh. Individu memiliki pengalaman subjektif dan evaluasi terhadap tubuhnya serta karakteristik fisik yang merupakan hal penting dalam memahami *body image*-nya (Cash, 2002).

Evaluasi ini berasal sebagian dari perbedaan yang dirasakan sendiri dari internalisasi fisik yang ideal (Cash & Szymanski, dalam Grogan, 2008). Menurut Cash (2002), *body image* dapat diukur melalui lima aspek



yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan area tubuh, kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorian ukuran tubuh.

Individu dalam menjalin hubungan sosial mulai sadar bahwa hubungannya sangat dipengaruhi oleh penampilan sehingga membuat minat terhadap penampilan mulai meningkat sehingga individu berkeinginan untuk memiliki tubuh yang menarik sesuai dengan persepsi masyarakat mengenai citra tubuh wanita ideal. Ada beberapa alasan mengapa individu merasa sulit untuk menyesuaikan diri terhadap peran baru yang dimilikinya, dimana peran baru yang dijalannya karena kurangnya persiapan diri dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Masa dewasa awal sebagai masa keterasingan sosial, dimana terkadang individu merasa terasingkan jika memiliki penampilan fisik, atau hal lainnya yang tidak sesuai standar yang ditetapkan di lingkungannya membuat individu mengurangi interaksi sosial yang terjadi sehingga individu merasa terasingkan oleh orang-orang sekitarnya.

Keinginan seseorang untuk tampil sempurna di depan banyak orang menimbulkan kekhawatiran individu. Ketidakpuasan dengan *body image* menjadi meningkat pada diri seseorang karena penilaian objektif yang dilakukan pada diri sendiri, selain itu adanya standar ideal dari masyarakat dan media yang selalu menampilkan sosok wanita ideal atau sempurna. Ketidakpuasan ini dapat mengakibatkan kesulitan untuk menerima dirinya, sehingga akan timbul suatu konflik, masalah dan ketidakbahagiaan. Padahal sumber dari kebahagiaan itu sendiri adalah mampu menerima segala karakteristik yang ada dalam dirinya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Amalia (2007) menyebutkan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi pembentukan citra tubuh, yakni persepsi, imajinasi, emosi, suasana hati, lingkungan, dan pengalaman fisik.

Standar kecantikan di masyarakat bagi seorang wanita yang ideal adalah yang memiliki badan langsing, sehingga menyebabkan banyak wanita merasa tidak puas dengan berat dan bentuk badannya saat ini. Banyak wanita terdorong melakukan segala usaha untuk meraih standar ideal tersebut. Hal ini terkait dengan status kesehatan, aktifitas fisik, citra tubuh dan evaluasi diri (Mumford & Choudry, 2000). Hasil ini sejalan dengan penelitian Nur Hasmalawati (2017) bahwa adanya hubungan yang signifikan, kuat, dan negatif antara citra diri dan penerimaan diri dengan perilaku diet.

Mahasiswi dapat dikatakan memiliki body image positif apabila mereka merasa puas dengan penampilan fisiknya dan menganggap pentingnya penampilan fisik yang ada pada dirinya. Individu juga cenderung tidak mempermasalahkan perubahan berat badannya. Walaupun individu mempersepsi keadaan fisiknya tidak terlalu penting dalam kehidupannya namun tetap merasa puas dengan penampilan fisiknya tersebut masih dapat dikatakan memiliki body image positif. Body image yang negatif berkorelasi dengan berbagai faset neurotis seperti rendahnya self-esteem, depresi, kecemasan, ketakutan akan penilaian yang negatif dan kecenderungan obsesif kompulsif (Cash, 2002).

Individu mengevaluasi diri mereka dari seberapa banyak kekuatan yang dikerahkan dalam mempengaruhi perilaku diri sendiri dan orang lain,

bagaimana mereka dicintai dan diterima oleh orang lain, seberapa mampu mereka mentaati moral dan standar etika yang ada di lingkungannya dan seberapa mampu mereka mencapai tujuan sesuai dengan tuntutan lingkungannya. Ketika seseorang menerima penampilan dirinya secara positif dan negatif dari orang-orang disekitarnya dan standar kecantikan di lingkungan sekitarnya maka individu tersebut akan meinternalisasikan menjadi sebuah pengalaman. Pengalaman inilah yang menjadi dasar untuk menilai penampilan fisiknya baik secara positif maupun negatif.

Individu yang mendapat penilaian positif dari lingkungannya dapat mengembangkan body image yang positif dengan menerima diri, percaya diri, serta merasa puas akan dirinya sehingga individu yang berpikir positif akan citra tubuhnya akan merasa dirinya cantik dan memiliki bentuk tubuh yang ideal. Sedangkan individu yang mendapat penilaian negatif dari lingkungannya, maka individu tersebut akan mengembangkan *body image* yang negatif sehingga individu merasa kurang percaya diri, merasa rendah diri, mudah cemas, tidak menerima dirinya dan dapat menimbulkan depresi.

Ketika mendapat penilaian negatif dari lingkungan sekitarnya, individu tersebut juga akan mempersepsikan dirinya dari penilaian yang dinilai dari lingkungan. Individu juga akan memiliki rasa takut gagal dalam hubungan sosial, merasa tidak diperhatikan oleh lingkungan sekitarnya akan penampilan fisiknya dan diliputi rasa cemas sehingga tidak mampu mengekspresikan dirinya. Kurangnya keyakinan terhadap nilai-nilai yang diajarkan oleh orang tuanya membuat seseorang merasa kurang menerima penampilan fisiknya dan terus mencari hal-hal yang harus diubah dari

penampilan fisiknya agar sesuai dengan harapan orang-orang sekitarnya atau standar kecantikan yang ditetapkan oleh lingkungannya.

Rendahnya penerimaan diri yang dialami seseorang dalam waktu tertentu dalam hidupnya. Banyak orang lebih memandang dan menerima kelebihan dalam dirinya dibanding dengan kekurangan yang ada pada dirinya sehingga mereka merasakan sesuatu ketidaknyamanan yang ditandai dengan gejala menarik diri dari pergaulan karena malu/minder oleh keadaan atau kekurangan yang dimilikinya. Penerimaan diri adalah suatu sikap yang menunjukkan rasa puas terhadap diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri, pengakuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri (Chaplin, 2012). Penerimaan diri merupakan komponen dari kesehatan mental, seseorang yang mempunyai penerimaan diri yang baik merupakan yang berkepribadian matang. Penerimaan diri memiliki peranan penting dalam pembentukan konsep diri yang kepribadian yang positif sehingga individu akan menerima dirinya dengan baik pula. Berdasarkan hal tersebut, sangat penting bagi individu, terutama wanita dewasa awal untuk memiliki citra tubuh yang positif untuk membantu meningkatkan *self-esteem* dan penerimaan diri agar mampu beradaptasi dengan lingkungan.

Jadi, dapat dikatakan bahwa upaya mencapai kebahagiaan itu diperlukan adanya penerimaan diri dan penerimaan sosial. Jika individu memiliki standar penampilan yang tinggi maka bisa membuat mereka terjebak dalam ketidakpuasan akibat standarnya yang sulit untuk diraih. Berdasarkan uraian di atas diketahui terdapat pengaruh antara *Self Acceptance* dengan *body image* pada wanita dewasa awal. Individu yang memiliki citra tubuh positif maka penerimaan dirinya semakin tinggi.

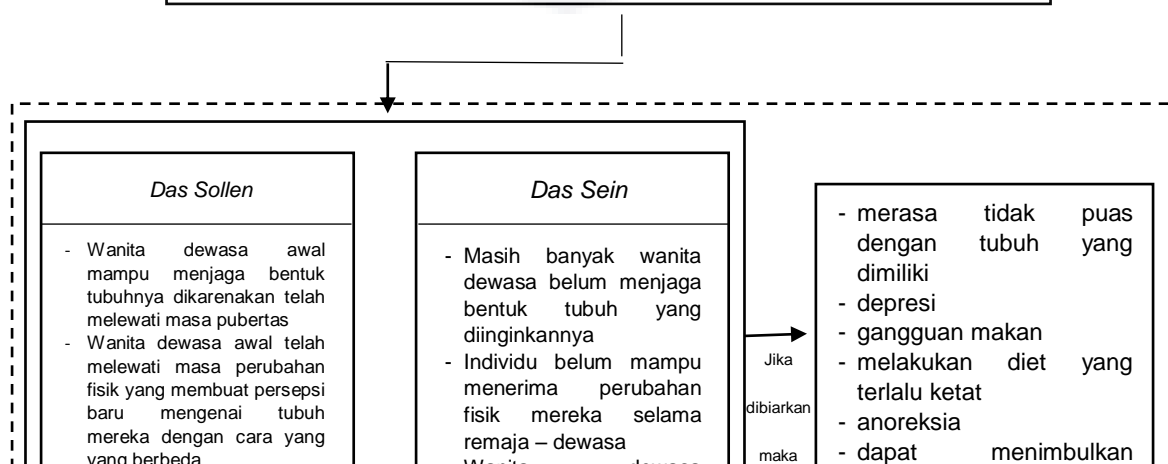
Sebaliknya jika memiliki citra tubuh negatif maka penerimaan dirinya semakin rendah.

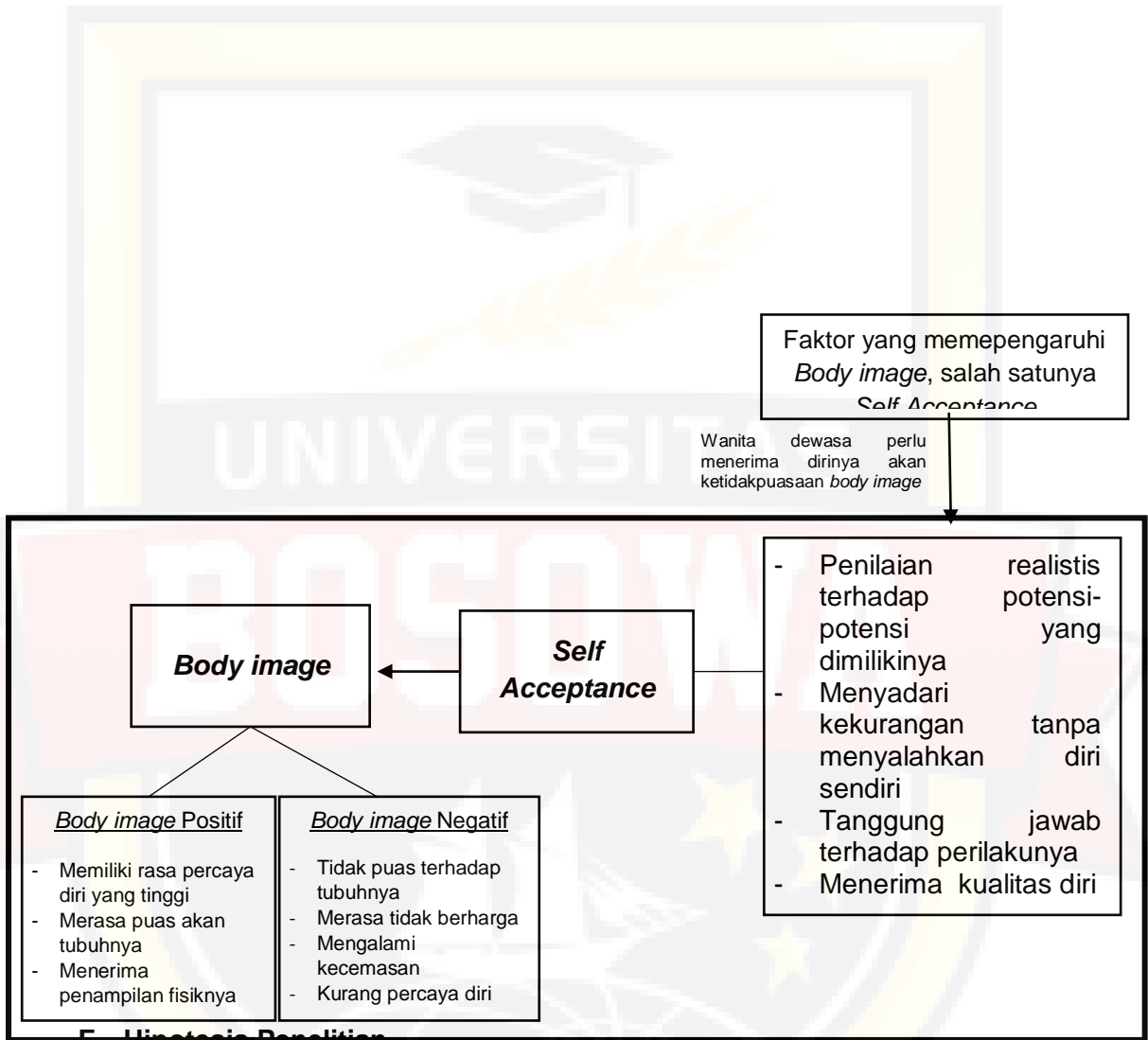


### E. Kerangka Berpikir

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Pikir

*Body image* merupakan pandangan individu mengenai dirinya, seberapa puas individu melihat dirinya serta penilaian individu mengenai bentuk, berat dan ukuran tubuhnya serta penampilan dari





**F. Hipotesis Penelitian**

: Wilayah Penelitian
 →
 : Pengaruh

Berdasarkan kerangka pikir tersebut, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh *self acceptance* terhadap *body image* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar yang berarti semakin tinggi *self acceptance* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar maka semakin tinggi pula *body image*.

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Pendekatan Penelitian**

Digunakan adalah pendekatan kuantitatif yang menekankan analisis pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan menggunakan statistika. Pada dasarnya, pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian infrensial (dalam rangka pengujian hipotesis) dan menyandarkan kesimpulan hasilnya pada suatu probalitas kesalahan penolakan hipotesis nihil. Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan variabel yang diteliti (Azwar, 2017).

Teknik statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasional, yang bertujuan meneliti sejauh mana variasi pada satu variabel berkaitan dengan variabel pada satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi (Azwar, 2017). Pendekatan kuantitatif korelasional karena penelitian yang dilakukan untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel, tanpa melakukan perubahan, tambahan, atau manipulasi terhadap data yang sudah ada. Penelitian yang dilakukan mengenai hubungan anatara citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri (*Self acceptance*) pada wanita dewasa awal di Kota Makassar. Penelitian ini mencari hubungan antara variabel citra tubuh (*body image*) dengan variabel penerimaan diri (*Self acceptance*).

### **B. Variabel Penelitian**

Variabel adalah semua objek penelitian yang menunjukkan variasi, baik dalam jenisnya, maupun dalam tingkatannya (Hadi, 2016). Variabel dibagi menjadi dua yaitu variabel independent (bebas) dan variable dependent (terikat). Variabel bebas (independent) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan timbulnya variable dependent (terikat). Variabel terikat (dependent) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (independent) (Sugiyono (2014). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu

**Variabel Independen (X)** : Penerimaan diri (*Self acceptance*)

**Variabel Dependen (Y)** : Citra Tubuh (*Body image*)

## C. Definisi Variabel

### 1. Definisi Teoritis

#### a. *Body image*

*Body image* adalah penilaian positif atau negatif seseorang terhadap bentuk tubuhnya dan sebagai derajat kepuasan individu terhadap dirinya secara fisik yang mencakup ukuran, bentuk dan penampilan umum (Cash & Pruzinky, 2002)

#### b. *Self acceptance*

Penerimaan diri menurut Berger pada dasarnya dikemukakan oleh Sheerer (Berger, 1952) penerimaan diri adalah sikap yang ada pada dirinya termasuk kelebihan-kelebihan dan kelemahan-kelemahannya. Sikap penerimaan diri ditunjukkan oleh pengakuan individu terhadap kelebihan sekaligus kelemahan dirinya tanpa



menyalahkan orang lain dan mempunyai keinginan yang terus menerus untuk mengembangkan diri.

## **2. Definisi Operasional**

### **a. *Body image***

*Body image* adalah pandangan individu mengenai dirinya, seberapa puas individu melihat dirinya serta penilaian individu mengenai bentuk, berat dan ukuran tubuhnya serta penampilan dari orang lain.

### **b. *Self acceptance***

*Self acceptance* adalah kemampuan seseorang dengan memiliki penilaian yang realistis dari keterbatasan dirinya baik terhadap kelebihan dan kekurangan tanpa menyalahkan dirinya dan bersikap sinis secara tidak rasional pada dirinya sendiri.

## **D. Populasi & Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan menarik kesimpulan (Sugiyono, 2014). Populasi dari penelitian adalah wanita dewasa awal yang berada di wilayah kota Makassar dengan rentang umur 18 tahun sampai 25 tahun.

### **2. Sampel**

Sampel adalah sebagian yang memiliki karakteristik dan jumlah yang sesuai dengan populasi. Bila populasi besar dan peneliti tidak dapat mempelajari semua yang ada pada populasi, Semisalnya, karena keterbatasan dana, waktu dan tenaga, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang di ambil dari populasi itu (Sugiyono, 2014). Kriteria sampel pada penelitian ini adalah wanita dewasa awal berusia 18 – 25 tahun bermukim di Kota Makassar. Menurut Abdullah dan Susanto (2015), penentuan jumlah sampel yang dapat dilakukan dengan menggunakan persamaan  $n \geq \frac{1}{\alpha^2}$ , dimana  $\alpha$  yang digunakan adalah 0.05 jadi jumlah sampel yang akan diambil datanya pada penelitian ini yaitu minimal 400 responden.

Adapun kriteria sampel yaitu sebagai berikut :

- 1) Berjenis kelamin perempuan
- 2) Berusia antara 18 – 25 tahun
- 3) Bertempat tinggal di Kota Makassar

### **3. Teknik Pengambilan Sampel**

Teknik sampling adalah teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel dalam penelitian (Sugiyono, 2014). Adapun teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *non-probability*, yaitu besar peluang masing-masing anggota populasi untuk menjadi sampel tidak diketahui, hal ini dikarenakan belum adanya data yang akurat mengenai jumlah populasi (Sugiyono, 2014). Sedangkan teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu *accidental sampling*, merupakan suatu cara mengambil responden sebagai sampel dengan

cara kebetulan, yaitu siapa saja yang ditemui secara kebetulan dan sesuai dengan kriteria sumber data.

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah skala alat ukur psikologi. Stimulus skala berupa pertanyaan atau pernyataan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur, melainkan mengungkap indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan, dimana dalam hal ini subjek memahami pertanyaan atau pernyataan namun subjek tidak mengetahui arah jawaban yang dikehendaki sehingga jawaban yang diberikan tergantung interpretasi subjek dan jawabannya lebih bersifat proyektif yaitu berupa proyeksi dari perasaan atau kepribadiannya.

### **1. Skala *Body Image***

Dalam penelitian ini, citra tubuh (*body image*) akan diukur menggunakan skala *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scale (MBSRQ-AS)* yang dikembangkan oleh Cash (2000) merupakan *self-report inventory* yang terdiri dari 34 butir pertanyaan multidimensi dan menggunakan skala likert yang terdiri atas item-item pernyataan favorable dan unfavorable yang digunakan untuk menilai aspek perilaku *body image* (Cash & Pruzinsky, 2002). Skala psikologi dengan lima alternatif jawaban yaitu untuk aitem 1-9 dan 19-32, yaitu Positif (P), Cenderung Positif (CP), Netral (N), Cenderung Negatif (CN), Negatif (N). Proses bobot skor pernyataan yang digunakan untuk pernyataan favorable adalah sangat positif =5, cenderung positif=4, netral =3, cenderung negatif=2, dan negatif=1, sedangkan

untuk pernyataan unfavorable yaitu sangat positif=1, cenderung positif=2, netral= 3, cenderung negatif=4, dan negatif=5. Pada aitem 10-18 dan aitem 32-34 mempunyai lima pilihan jawaban, yaitu untuk aitem 10-18 terdiri dari sangat tidak puas (STP), tidak puas (TP), cukup puas (CP), puas (P) dan sangat tidak puas (STP). Bobot skor pernyataan yaitu sangat tidak puas =5, tidak puas=4, cukup puas=3, puas=2, dan sangat puas=1, sedangkan untuk aitem 32-34 pilihan jawaban yang tersedia, yaitu amat sangat ideal dengan bobot skor= 1, sangat ideal dengan bobot skor= 2, ideal dengan bobot skor= 3, tidak ideal dengan bobot skor= 4,dan amat sangat tidak ideal dengan bobot skor= 5.

Tabel 3.1 *Blueprint Skala Body Image*

No	Aspek	Nomor item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	<i>Appearance Evaluation</i>	28, 29	1, 2, 3, 5, 7	7
2	<i>Appearance orientation</i>	19, 20, 22, 23, 25, 26, 27, 30	4, 6, 8, 9	12
3	<i>Body-Areas Satisfaction Scale</i>	-	10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18	9
4	<i>Self-classified Weight</i>	33, 34	-	2
5	<i>Overweight Preoccupation</i>	21, 24,31, 32	-	4
	<b>Jumlah</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>34</b>

## 2. Skala Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)

Dalam penelitian ini, Penerimaan diri (*self acceptance*) dalam penelitian ini akan diukur dengan menggunakan aspek-aspek Shereer yang kemudian dimodifikasi oleh Berger yang terdiri dari 36 item. Skala penerimaan diri akan diukur menggunakan skala Berger's

*Self acceptance* yang dikembangkan oleh Emanuel M. Berger (1952).

Skala ini mempunyai lima pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju (SS) = 5,

Setuju (S) = 4, Netral (N) = 3, Tidak Setuju (TS) = 2, Sangat Tidak

Setuju (STS) = 1.

Tabel 3.2 *Blueprint* Skala *Self acceptance*

No	Aspek	Nomor item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	Memiliki standar nilai-nilai kehidupan diri sendiri yang tidak dipengaruhi lingkungan eksternal sebagai petunjuk perilakunya	2	1, 14, 34	4
2	Memiliki keyakinan yang cukup untuk menghadapi kehidupan	15, 25	6, 36	4
3	Bertanggung jawab menerima konskuensi atas perbuatannya	-	10, 24, 29, 30	4
4	Menerima pujian dan kritik dari orang lain secara objektif	-	3, 4, 5, 23	4
5	Tidak mencoba menyangkal keterbatasan diri tetapi menerima segalanya tanpa menyalahkan diri sendiri	7	8, 20, 26	4
6	Menganggap diri berharga setara dengan orang lain	19, 32	12, 16	4
7	Tidak mengharapkan orang lain menolaknya dalam kondisi apapun	27	18, 31, 33	4
8	Tidak menganggap dirinya sendiri sebagai pribadi yang sangat berbeda dari orang lain atau abnormal	21	9, 17, 28	4
9	Tidak malu atau canggung (kesadaran diri)	-	11, 13, 22, 35	4

	<b>Jumlah</b>	<b>8</b>	<b>28</b>	<b>36</b>
--	---------------	----------	-----------	-----------

## F. Uji Instrumen

### 1. Proses Adaptasi Skala

Skala-skala yang digunakan dalam penelitian melewati beberapa proses modifikasi dan adaptasi

#### a. Skala Asli (Bahasa Inggris) – Bahasa Indonesia

Skala yang digunakan dalam penelitian ini yakni *body image* dan *self acceptance* yang merupakan skala asli yang berbahasa Inggris dan terdiri dari dimensi serta item-item yang berbeda-beda. Item-item dalam skala akan melewati beberapa tahap penerjemahan. Setelah diterjemahkan oleh dua orang yang ahli dalam bahasa Inggris, kedua skala akan diuji secara psikometrik. Penerjemah merupakan lulusan bahasa Inggris atau pernah tinggal di luar negeri. Penerjemah merupakan lulusan bahasa Inggris atau pernah tinggal di luar negeri. Penerjemah juga harus memiliki sertifikat nilai *toefl* dengan skor minimal 550 atau sertifikat nilai *toefl* dengan skor minimal 550 atau sertifikat *ielts* minimal 6.5.

#### b. Skala Bahasa Indonesia – Bahasa Inggris

Setelah kedua skala yaitu skala *body image* dan *self acceptance* diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia, Skala kemudian diberikan kepada penerjemah lain yang ahli atau bersertifikasi seperti syarat sebelumnya. Proses penerjemahan ini dengan menerjemahkan kembali skala berbahasa Indonesia ke dalam

bahasa inggris. Kemudian, peneliti akan membandingkan skala asli dan skala yang telah diterjemahkan untuk melihat apakah skala tersebut dapat diterima pada budaya dan daerah yang berbeda.

## 2. Uji Validitas

Uji validitas dilakukan untuk menguji sejauh mana ketepatan dan keakuratan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Valid atau tidaknya suatu alat ukur tergantung pada kemampuan alat ukur tersebut mencapai tujuan pengukuran yang tepat. Pengukuran dikatakan memiliki validitas yang tinggi apabila menghasilkan data dengan memberikan gambaran secara akurat mengenai variable yang diukur. Validitas terdiri dari dua macam, yaitu validitas isi dan validitas konstruk. Validitas isi yang terdiri dari validitas tampak dan validitas logis (Azwar, 2017).

### a. Validitas Isi

Validitas isi adalah sejauh mana elemen-elemen dalam suatu instrument ukur benar-benar relevan dan merupakan representasi dari konstruk yang sesuai dengan tujuan pengukuran (Heynes, et al dalam Azwar, 2017). Pengujian validitas digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi yang merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap kelayakan atau relevansi isi tes melalui analisis rasional panel berkompeten atau melalui expert judgement. Validitas isi digunakan untuk menunjukkan sejauhmana aitem-aitem dalam tes mencakup keseluruhan kawasan isi yang hendak diukur oleh tes tersebut. Validitas diestimasi lewat pengukuran terhadap isi tes dengan analisis rasional atau lewat

professional judgement (Azwar, 2017). Secara lebih spesifik ada dua tipe validasi isi yaitu validitas tampang dan validitas logis,

#### 1) Validitas Logis

Validitas logis terkadang disebut dengan validitas sampling karena sejauhmana aitem tes data merepresentasikan ciri-ciri atribut yang akan diukur. Karakteristik terpenting dari validitas ini adalah relevansi isi dengan indikator perilaku dengan tujuan pengukuran. Untuk mendapatkan validitas logis yang tinggi suatu tes harus dirancang sedemikian rupa sehingga benar-benar berisi aitem yang relevan sebagai bagian dari keseluruhan tes (Azwar, 2017).

Dalam penelitian ini, validitas logis dilakukan dengan memberikan skala kepada SME (Subject Matter Experts) sebanyak 3 orang yang merupakan orang yang experts pada bidangnya. Para SME akan merevisi item-item yang telah ditelaah oleh peneliti sebelumnya sehingga item tersebut layak untuk diuji tampang. Terdapat tiga SME yang merupakan dosen Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar, yaitu Ibu Sri Hayati, S.Psi., M.Psi, Psikolog, Pak Musawwir, S.Psi, M.Pd dan Ibu Titin Florentina, M.Psi, Psikolog. Berdasarkan hasil validitas logis yang dilakukan para SME untuk skala *Self acceptance*, sebagian item direvisi oleh para SME. Kemudian peneliti memperbaiki item-item sesuai dengan saran SME dengan membandingkan hasil revisi dari ketiga SME. Setelah item-item diperbaiki maka item siap untuk uji validitas tampang.



## 2) Validitas Tampang

Validitas tampang merupakan bagian dari validitas isi adalah titik awal evaluasi kualitas tes, yang dalam hal ini adalah item-itemnya. Gregory (dalam Azwar, 2017) mengatakan bahwa validitas tampang sekedar tahap penerimaan orang pada umumnya terhadap fungsi pengukuran tes tersebut. Dalam penelitian ini untuk melakukan validitas tampang terhadap variabel penelitian, peneliti membagikan masing-masing skala terkait dengan variabel penelitian kepada calon responden yaitu wanita dewasa awal yang berusia diantara 18-25 tahun sebanyak 5 orang untuk melakukan penilaian mengenai kelayakan dari segi tampang

Setelah item-item telah diperbaiki menurut saran SME, maka dilakukan uji validitas tampang. Item-item tersebut dimasukkan dalam skala siap sebar berbentuk *google form*. Link *google form* diberikan kepada 5 calon responden atau *reviewer* untuk menilai dari segi tampang skala, seperti tata letak/*layout*, identitas responden, petunjuk pengerjaan hingga *typo*. Setelah mendapatkan hasil penilaian dari 5 *reviewer*, sebagian besar *reviewer* mengatakan skalanya sudah bagus namun ada beberapa revisi dan perbaikan. Setelah tampilan skala diperbaiki, kemudian skala disebar ke sampel populasi dengan persetujuan dari kedua pembimbing.

### b. Validitas Konstruk

Validitas konstruk adalah sejauh mana alat ukur memberikan hasil pengukuran melalui item-item tes yang berkorelasi tinggi dengan konstruk teoritik yang mendasari penyusunan tes tersebut. Dalam penelitian ini, uji validitas konstruk menggunakan teknik *CFA* (*Confirmatory Factor Analysis*) pada aplikasi Lisrel 8.70. dikatakan valid jika nilai *factor loading* bernilai positif dan nilai *t-value* > 1.96. Apabila kedua nilai tersebut terpenuhi maka item tersebut dikatakan valid. Untuk mendapatkan hasil validitas skala yang diadaptasi dengan menggunakan beberapa cara pengulangan syntax untuk memperoleh angka *p-value* >0.05 angka RMSEA <0.05 sebagai standar validitas suatu alat tes (Azwar, 2017).

Setelah peneliti selesai melakukan uji analisis CFA dengan menggunakan program Lisrel 8.70 diperoleh hasil skala *body image* didapatkan 1 item yang tidak valid yaitu item 31. Pada skala *self acceptance* didapatkan 4 item yang tidak valid, yaitu item 7, item 8, item 8 dan item 36. Item-item yang valid akan digunakan untuk analisis selanjutnya. Adapun rincian untuk item-item valid dari skala *body image* dan *self acceptance* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3.3 Blueprint Skala *Body Image* setelah Uji Coba

Aspek	Nomor Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
<i>Appearance Evaluation</i>	28, 29	1, 2, 3, 5, 7	7
<i>Appearance orientation</i>	19, 20, 22, 23, 25, 26, 27, 30	4, 6, 8, 9	12
<i>Body-Areas Satisfaction Scale</i>	-	10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18	9

<i>Self-classified Weight</i>	33, 34	-	2
<i>Overweight Preoccupation</i>	21, 24, 32	-	3
<b>Jumlah</b>	<b>15</b>	<b>18</b>	<b>33</b>

Tabel 3.4 Blueprint Skala *Self acceptance* setelah Uji Coba

Aspek	Nomor Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Memiliki standar nilai-nilai kehidupan diri sendiri yang tidak dipengaruhi lingkungan eksternal sebagai petunjuk perilakunya	2	1, 34	3
Memiliki keyakinan yang cukup untuk menghadapi kehidupan	15, 25	6	3
Bertanggung jawab menerima konskuensi atas perbuatannya	-	10, 24, 29, 30	4
Menerima pujian dan kritik dari orang lain secara objektif	-	3, 4, 5, 23	4
Tidak mencoba menyangkal keterbatas diri tetapi menerima segalanya tanpa menyalahkan diri sendiri	-	20, 26	2
Menganggap diri berharga setara dengan orang lain	19, 32	12, 16	4
Tidak mengharapkan orang lain menolaknya dalam kondisi apapun	27	18, 31, 33	4
Tidak menganggap dirinya sendiri sebagai	21	9, 17, 28	4

pribadi yang sangat berbeda dari orang lain atau abnormal			
Tidak malu atau canggung (kesadaran diri)	-	11, 13, 22,35	4
<b>Jumlah</b>	<b>7</b>	<b>25</b>	<b>32</b>

### 3. Uji Reabilitas

Reliabilitas adalah pengukuran yang mampu menghasilkan data yang memiliki tingkat reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel. Ini menunjukkan kemampuan alat ukur dalam mengukur sesuatu secara konsisten dari waktu ke waktu. Hasil pengukuran dipercaya apabila diperoleh hasil yang sama dalam beberapa kali pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama. Uji reliabilitas yang akan digunakan perlu diperhitungkan unsur kesalahan pengukuran (*error measurement*). Error pengukuran sendiri menunjukkan sejauh mana inkonsistensi hasil ukur terjadi apabila pengukuran dilakukan ulang pada kelompok subjek yang sama (Azwar, 2017).

Uji reliabilitas merupakan suatu teknik yang digunakan untuk melihat seberapa jauh skala dapat memberikan hasil yang ajeg (konstan) dalam suatu pengukuran. Reabilitas mengacu pada konsistensi atau kepercayaan hasil pengukuran suatu alat ukur. Teknik yang digunakan untuk mengetahui kesahihan aitem adalah dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* yang dilakukan dengan menggunakan program SPSS 20 for *Windows* untuk memperoleh tingkat reliabilitas skala *self acceptance* dan *body image* dengan menggunakan *Cronbach Alpha*  $\geq 0.60$ , maka data dikatakan reliabel.

Dari hasil pengolahan data data reliabilitas menggunakan aplikasi SPSS, maka diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 3.5 Reabilitas Skala *Body Image*

<b>Cronbach's Alpha</b>	<b>N of items</b>
0.829	33

Tabel 3.6 Reabilitas Skala *Self Acceptance*

<b>Cronbach's Alpha</b>	<b>N of items</b>
0.900	32

## G. Teknik Analisis Data

### 1. Analisis Data Deskriptif

Uji analisis deskriptif digunakan untuk memberikan analisis deskripsi mengenai gambaran data penelitian yang bertujuan untuk menganalisis data yang terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum dan generalisasi dan mempunyai tujuan untuk memberikan deskripsi mengenai data variabel yang diperoleh dari suatu kelompok subjek penelitian dan tidak dimaksudkan untuk melakukan pengujian hipotesis. Dalam analisis deskriptif antara lain adalah penyajian data melalui tabel, grafik, diagram lingkaran, pictogram, perhitungan modus, median, mean, perhitungan desil, persentil, perhitungan penyebaran data melalui rata-rata standar deviasi, skor terendah, skor tertinggi, distribusi frekuensi dan persentase (Azwar,

2017). Pada penelitian ini, analisis dekriptif dilakukan untuk melihat gambaran secara umum mengenai *self acceptance* dan *body image* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar.

## 2. Uji Asumsi

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas diperlukan untuk mengetahui apakah data variabel yang diteliti berdistribusi normal atau tidak. Distribusi normal adalah salah satu distribusi teoritis dari variabel random kontinu. Distribusi ini merupakan distribusi yang simetris dan berbentuk genta atau lonceng artinya data banyak berada di sekitar mean (rata-rata). Kriteria data yang berdistribusi normal merupakan syarat yang harus dipenuhi dalam pengujian normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah *uji Kolmogorov Smirnof* dengan bantuan program SPSS for *Windows* (Azwar,2017). Berikut kriteria ujia normalitas :

- 1) Apabila nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari taraf signifikansi 0.05 ( $\text{sig} > 0.05$ ) maka datanya dapat dikatakan terdistribusi secara normal
- 2) Apabila nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari taraf signifikansi 0.05 ( $\text{sig} < 0.05$ ), maka datanya dapat dikatakan tidak terdistribusi secara normal

### b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui hubungan antar variabel yang hendak dianalisis. Sehingga dapat diketahui apakah peningkatan atau peneurunan di satu variabel diikuti dengan penurunan atau peningkatan di variabel lainnya. Peneliti menggunakan uji Anova melalui aplikasi SPSS dan dilihat nilai F hitung dan F tabel. Berikut kriteria uji linieritas.

- 1) Apabila nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari taraf signifikansi 0.05 ( $\text{sig} > 0.05$ ), maka datanya dapat dikatakan terdistribusi secara linear.
- 2) Apabila nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari taraf signifikansi 0.05 ( $\text{sig} < 0.05$ ), maka datanya dapat dikatakan tidak terdistribusi secara linear.

### 3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai seberapa besar pengaruh penerapan variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y). Data dalam penelitian akan dianalisis menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Analisis regresi sederhana adalah suatu hubungan secara linier antara satu variabel bebas dan satu variabel terikat yang digunakan untuk memprediksi atau meramalkan suatu nilai variabel terikat berdasarkan variabel bebas (Sugiyono, 2014). Priyatno (2009) menyatakan dasar pengambilan keputusan hipotesis dengan pedoman signifikansi yaitu, jika  $p > 0.05$  maka  $H_0$  diterima dan jika  $p < 0.05$  maka  $H_0$  ditolak.

### H. Jadwal Penelitian

Kegiatan	Agustus				September				Oktober				November				Desember				Januari			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Penyusunan Proposal	■	■	■	■	■	■	■	■																
Penyusunan Skala								■	■	■														
Uji Instrumen											■	■												
Pengembalian Data													■	■	■	■								
Menginput Data																■	■	■	■					
Penyusunan Laporan Penelitian																				■	■	■	■	■



## BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

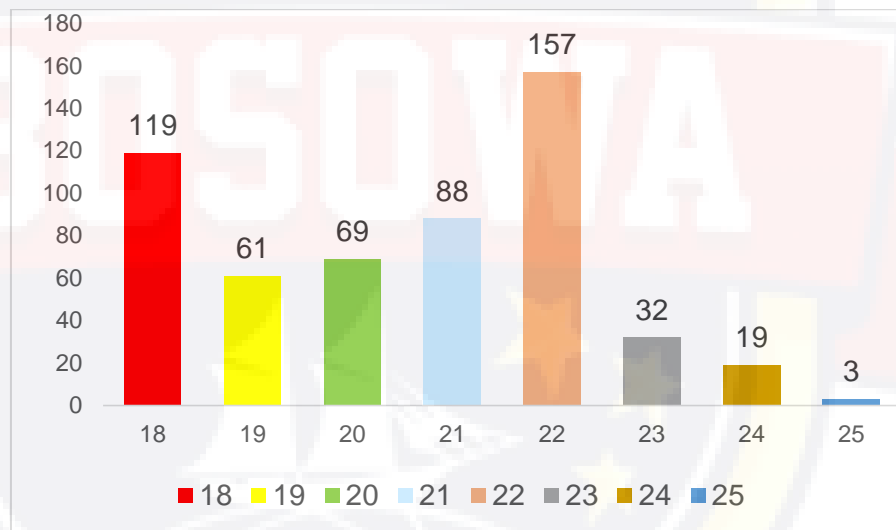
### A. Hasil Penelitian

Subjek dalam penelitian ini merupakan wanita dewasa awal di Kota Makassar. Jumlah keseluruhan sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 548 responden. Berikut akan dipaparkan gambaran secara umum subjek pada penelitian ini :

#### 1. Deksriptif Subjek Berdasarkan Demografi

##### a. Usia

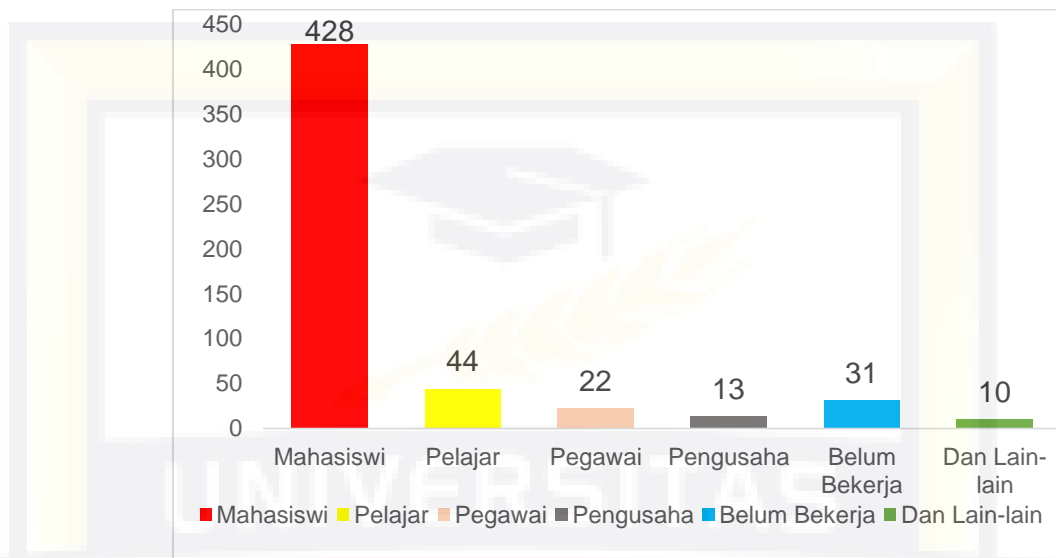
Gambar 4.1 Diagram Subjek berdasarkan Usia



Berdasarkan diagram diatas, didapatkan hasil bahwa responden yang berusia 18 Tahun sebanyak 119 orang, berusia 19 Tahun sebanyak 61 orang, berusia 20 Tahun sebanyak 69 orang, berusia 21 Tahun sebanyak 88 orang, berusia 22 Tahun sebanyak 157 orang, berusia 23 Tahun sebanyak 32 orang, berusia 24 Tahun sebanyak 19 orang, dan berusia 25 Tahun sebanyak 3 orang.

### b. Pekerjaan

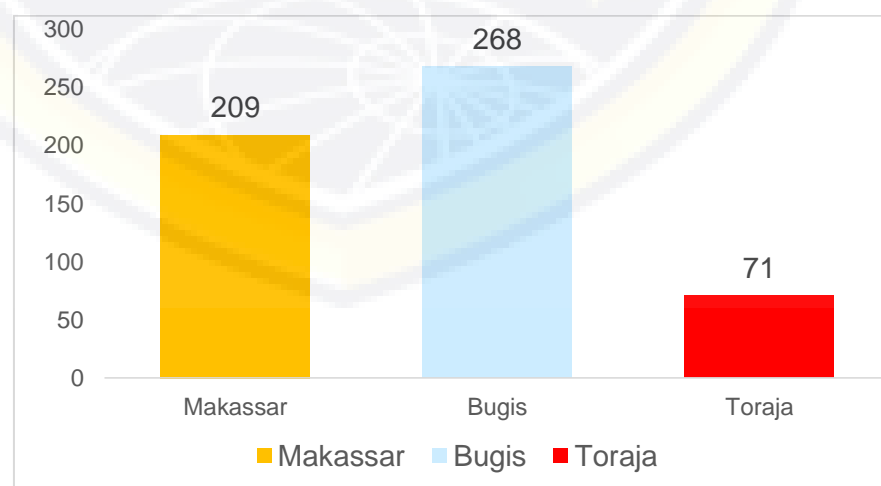
Gambar 4.2 Diagram Subjek berdasarkan Pekerjaan



Berdasarkan hasil diagram diatas berdasarkan karakteristik tingkat pekerjaan responden sebagian besar sebagai Mahasiswi yaitu sebanyak 428 orang, Pelajar sebanyak 44 orang, Pegawai sebanyak 22 orang, Pengusaha sebanyak 13 orang, Belum Bekerja sebanyak 31 orang dan yang lainnya sebanyak 10 orang.

### c. Suku

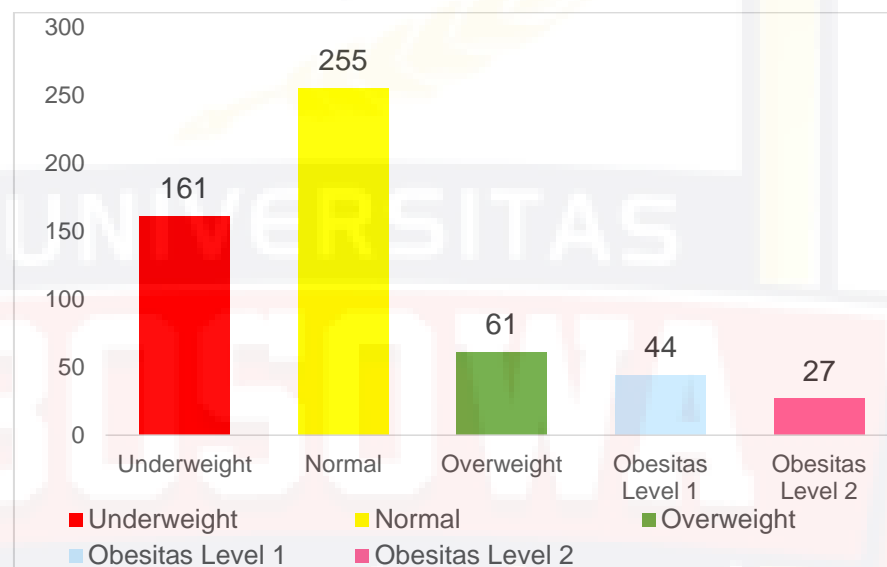
Gambar 4.3 Diagram Subjek berdasarkan Suku



Berdasarkan hasil diagram diatas, didapatkan data berdasarkan suku bahwa sebanyak 209 orang merupakan suku Makassar, sebanyak 268 orang merupakan suku Bugis dan sebanyak 71 orang merupakan suku Toraja.

d. Body Mass Index (BMI)

Gambar 4.4 Diagram Subjek berdasarkan BMI



Berdasarkan hasil diagram diatas, didapatkan karakteristik data berdasarkan Body Mass Index (BMI) yaitu sebanyak 161 orang dalam kategori Underweight, sebanyak 255 orang dalam kategori Normal, sebanyak 61 orang dalam kategori Overweight, sebanyak 44 orang dalam kategori Obesitas Level I sebanyak 27 orang dan dalam kategori Obesitas Level II.

## 2. Dekriptif Variabel berdasarkan Tingkat Skor

Hasil olahan data analisis dekriptif dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS 20.00. Analisis dekriptif ini digunakan untk menganalisis data dengan cara mendeksripsikan data penelitian. Adapun kategori

atau penormaan yang digunakan dalam menganalisis data yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

Tabel 4.1 Kategorisasi Skor

Kategorisasi Penormaan	Rumus Kategorisasi
Positif	$X > (\bar{X} + 1.5 \text{ SD})$
Cenderung Positif	$(\bar{X} + 0.5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} + 1.5 \text{ SD})$
Netral	$(\bar{X} - 0.5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} + 0.5 \text{ SD})$
Cenderung Negatif	$(\bar{X} - 1.5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} - 0.5 \text{ SD})$
Negatif	$(\bar{X} - 1.5 \text{ SD}) > X$

a. Dekriptif *Body image*

Dekriptif tingkat skor dalam penelitian ini akan disajikan dengan menggunakan table hasil dari aplikasi analisis data sebagai berikut:

Tabel 4.2 Hasil Analisis *Body Image*

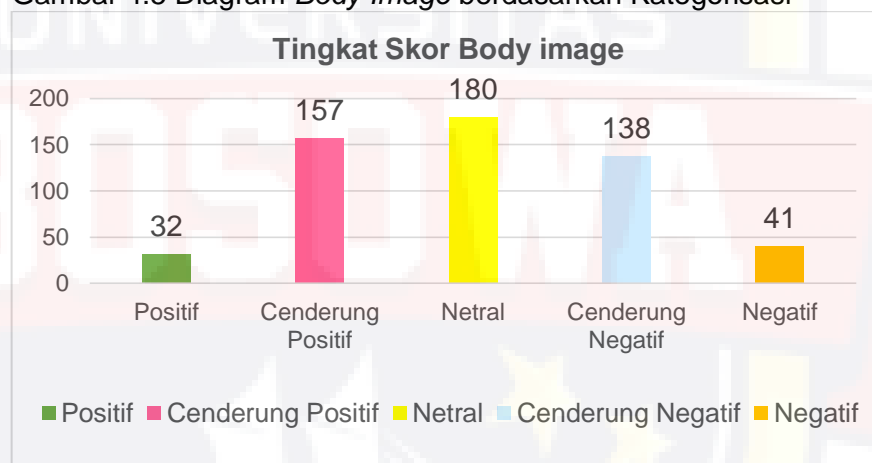
	N	Min	Max	Mean	Std.Deviation
<b><i>Body image</i></b>	548	70.00	144.00	104.62	13.55

Berdasarkan hasil analisis data dekriptif dengan menggunakan bantuan program analisis SPSS 20.0 pada skala *Body image* yang terdiri dari 33 item terhadap 548 responden yang merupakan wanita dewasa awal yang berdomisili di Kota Makassar. Diperoleh nilai minimum atau nilai terendah dalam skor *Body image* yaitu 70 dan nilai maksimum atau nilai tertinggi yaitu 144. Adapun rata-rata skor *Body image* pada penelitian ini yaitu 104.62 dan nilai standar deviasi yaitu 13.55.

Tabel 4.3 Kategorisasi *Body Image*

Kategorisasi Penormaan	Rumus Kategorisasi	Hasil Kategorisasi	Frekuensi
Positif	$X > (\bar{X} + 1.5 \text{ SD})$	$X > 124.94$	32
Cenderung Positif	$(\bar{X} + 0.5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} + 1.5 \text{ SD})$	$111.39 < X \leq 124.94$	1457
Netral	$(\bar{X} - 0.5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} + 0.5 \text{ SD})$	$97.84 < X \leq 111.39$	180
Cenderung Negatif	$(\bar{X} - 1.5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} - 0.5 \text{ SD})$	$84.3 < X \leq 97.84$	138
Negatif	$(\bar{X} - 1.5 \text{ SD}) > X$	$84.3 > X$	41

Ket :  $\bar{X}$  = Mean ; SD = Standar Deviasi

Gambar 4.5 Diagram *Body Image* berdasarkan Kategorisasi

Berdasarkan diagram diatas, didapatkan bahwa sebanyak 32 responden memiliki tingkat *Body image* yang positif, sedangkan sebanyak 157 orang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung negatif. Jumlah responden yang memiliki tingkat *Body image* yang netral sebanyak 180 orang, jumlah responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung negatif sebanyak 138 orang dan sebanyak 41 orang yang memiliki tingkat *Body image* yang negatif.

b. Dekriptif *Self acceptance*

Dekriptif tingkat skor dalam penelitian ini akan disajikan dengan menggunakan table hasil dari aplikasi analisis data sebagai berikut :

Tabel 4.4 Hasil Analisis *Self Acceptance*

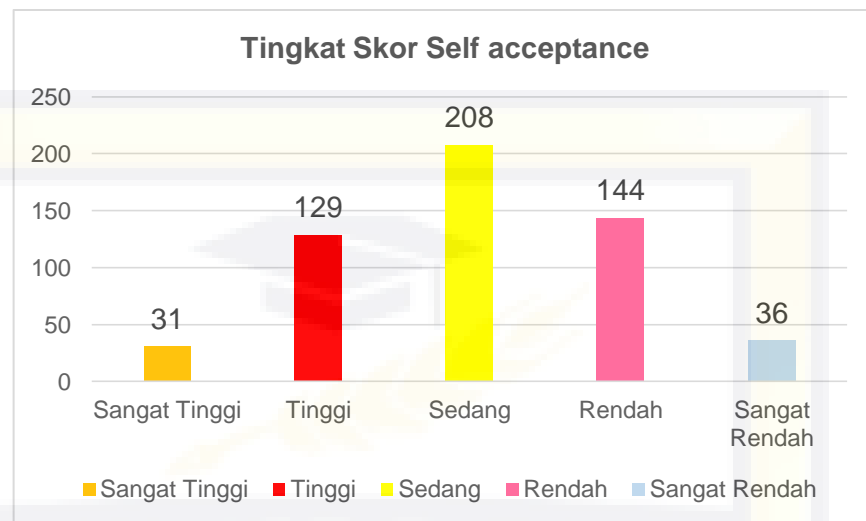
	N	Min	Max	Mean	Std.Deviation
<b><i>Self acceptance</i></b>	548	55.00	132.00	92.31	13.41

Berdasarkan hasil analisis data dekriptif dengan menggunakan bantuan program analisis SPSS 20.0 pada skala *Body image* yang terdiri dari 32 item terhadap 548 responden yang merupakan wanita dewasa awal yang berdomisili di Kota Makassar. Diperoleh nilai minimum atau nilai terendah dalam skor *Body image* yaitu 55 dan nilai maksimum atau nilai tertinggi yaitu 132. Adapun rata-rata skor *Body image* pada penelitian ini yaitu 92.31 dan nilai standar deviasi yaitu 13.41.

Tabel 4.5 Kategorisasi *Self Acceptance*

Kategorisasi Penormaan	Rumus Kategorisasi	Hasil Kategorisasi	Frekuensi
Sangat Tinggi	$X > (\bar{X} + 1.5 \text{ SD})$	$X > 112.42$	31
Tinggi	$(\bar{X} + 0.5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} + 1.5 \text{ SD})$	$99.01 < X \leq 112.42$	129
Sedang	$(\bar{X} - 0.5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} + 0.5 \text{ SD})$	$85.60 < X \leq 99.01$	208
Rendah	$(\bar{X} - 1.5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} - 0.5 \text{ SD})$	$72.19 < X \leq 85.60$	144
Sangat Rendah	$(\bar{X} - 1.5 \text{ SD}) > X$	$72.19 > X$	36

Ket :  $\bar{X}$  = Mean ; SD = Standar Deviasi

Gambar 4.6 Diagram *Self Acceptance* berdasarkan Kategorisasi

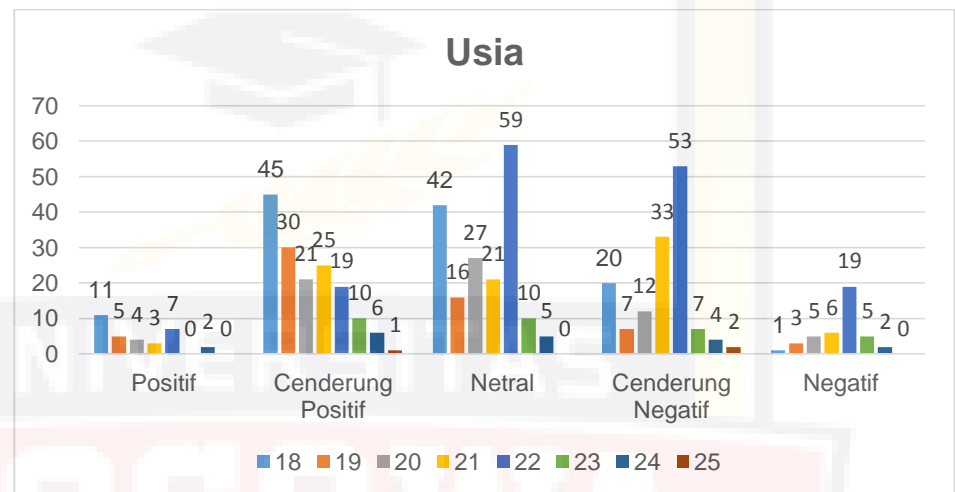
Berdasarkan diagram diatas, didapatkan bahwa sebanyak 31 responden memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi, sedangkan sebanyak 129 orang memiliki tingkat *Self acceptance* yang tinggi. Jumlah responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sedang sebanyak 208 orang, jumlah responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang rendah sebanyak 144 orang dan sebanyak 36 orang yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat rendah.

### 3. Dekriptif Variabel berdasarkan Demografi

#### a. *Body image*

##### 1) Tingkat Skor *Body Image* berdasarkan Usia

Gambar 4.7 Diagram *Body Image* berdasarkan Usia



Berdasarkan hasil diagram diatas, didapatkan data bahwa pada responden yang berusia 18 tahun yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 11 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* cenderung positif sebanyak 45 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* netral sebanyak 42 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* cenderung negatif sebanyak 20 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* negatif sebanyak 1 orang.

Pada responden yang berusia 19 tahun yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 5 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* cenderung positif sebanyak 30 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* netral sebanyak 16 orang, responden yang memiliki tingkat *Body*



*image* cenderung negatif sebanyak 7 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* negatif sebanyak 1 orang.

Pada responden yang berusia 20 tahun yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 4 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* cenderung positif sebanyak 21 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* netral sebanyak 27 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* cenderung negatif sebanyak 12 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* negatif sebanyak 5 orang.

Pada responden yang berusia 21 tahun yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 3 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* cenderung positif sebanyak 25 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* netral sebanyak 21 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* cenderung negatif sebanyak 33 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* negatif sebanyak 6 orang.

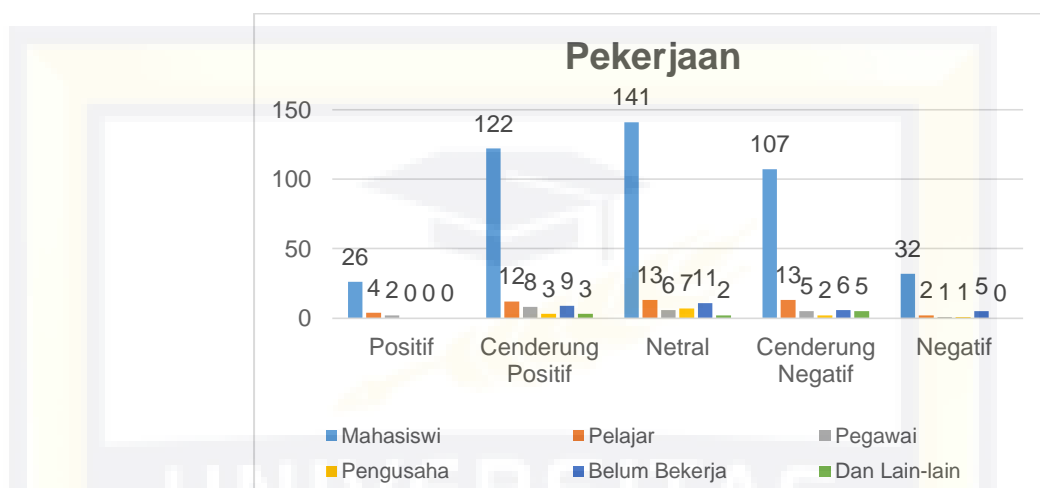
Pada responden yang berusia 22 tahun yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 7 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* cenderung positif sebanyak 19 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* netral sebanyak 59 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* cenderung negatif sebanyak 53 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* negatif sebanyak 19 orang.

Pada responden yang berusia 23 tahun yang memiliki tingkat *Body image* yang positif tidak ada, responden yang

memiliki tingkat *Body image* cenderung positif sebanyak 10 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* netral sebanyak 10 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* cenderung negatif sebanyak 7 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* negatif sebanyak 5 orang.

Pada responden yang berusia 24 tahun yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 2 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* cenderung positif sebanyak 6 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* netral sebanyak 5 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* cenderung negatif sebanyak 4 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* negatif sebanyak 2 orang.

Pada responden yang berusia 25 tahun yang memiliki tingkat *Body image* yang positif tidak ada, responden yang memiliki tingkat *Body image* cenderung positif sebanyak 1 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* netral tidak ada, responden yang memiliki tingkat *Body image* cenderung negatif sebanyak 2 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* negatif tidak ada.

2) Tingkat Skor *Body Image* berdasarkan PekerjaanGambar 4.8 Diagram *Body Image* berdasarkan Pekerjaan

Berdasarkan hasil diagram diatas, didapatkan data bahwa karakteristik pekerjaan pada responden yang berstatus Mahasiswa yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 26 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung positif sebanyak 122 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang netral sebanyak 141 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung negatif sebanyak 107 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* yang negatif sebanyak 32 orang.

Pada responden yang berstatus Pelajar yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 4 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung positif sebanyak 12 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang netral sebanyak 13 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung negatif sebanyak

13 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* yang negatif sebanyak 2 orang.

Pada responden yang berstatus Pegawai yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 2 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung positif sebanyak 8 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang netral sebanyak 6 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung negatif sebanyak 5 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* yang negatif sebanyak 1 orang.

Pada responden yang berstatus Pengusaha yang memiliki tingkat *Body image* yang positif tidak ada, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung positif sebanyak 3 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang netral sebanyak 7 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung negatif sebanyak 2 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* yang negatif sebanyak 1 orang.

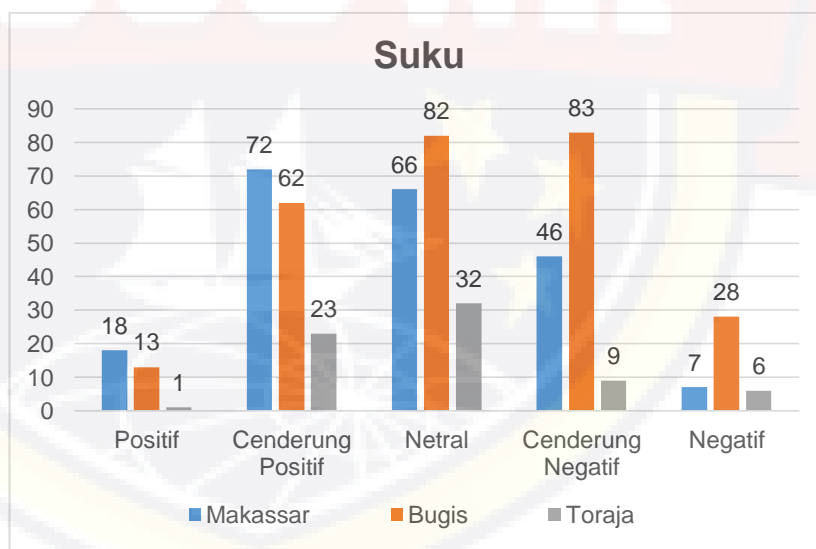
Pada responden yang berstatus Belum Bekerja yang memiliki tingkat *Body image* yang positif tidak ada, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung positif sebanyak 9 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang netral sebanyak 11 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung negatif sebanyak 6 orang,

dan responden yang memiliki tingkat *Body image* yang negatif sebanyak 5 orang.

Pada responden yang berstatus dan lain-lain(dokter,perawat,guru,dll) yang memiliki tingkat *Body image* yang positif tidak ada, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung positif sebanyak 3 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang netral sebanyak 2 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung negatif sebanyak 5 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* yang negatif tidak ada.

### 3) Tingkat Skor *Body Image* berdasarkan Suku

Gambar 4.9 Diagram *Body Image* berdasarkan Suku



Berdasarkan hasil diagram diatas, didapatkan data bahwa responden yang bersuku Makassar pada responden yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 18 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung

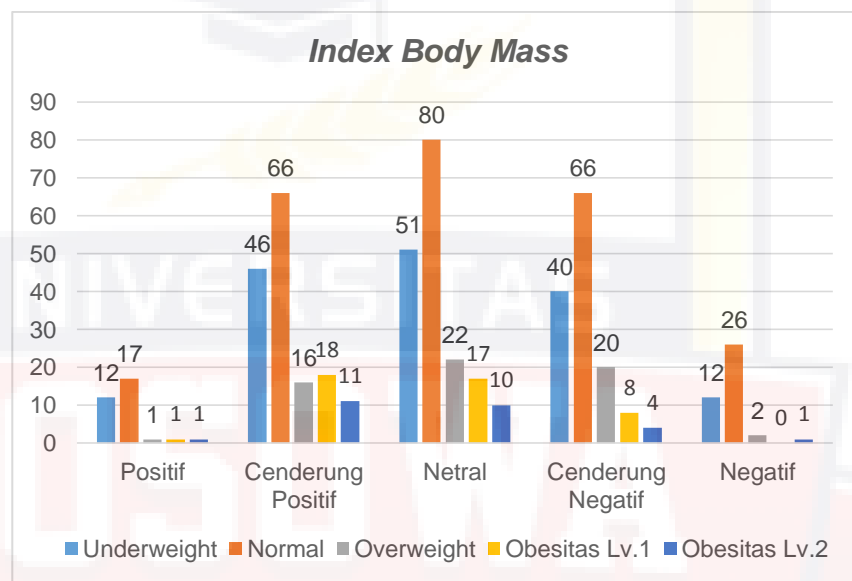
positif sebanyak 72 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang netral sebanyak 66 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung negatif sebanyak 46 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* yang sangat rendah sebanyak 7 orang.

Pada responden yang bersuku Bugis pada responden yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 13 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung positif sebanyak 62 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang netral sebanyak 82 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung negatif sebanyak 83 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* yang sangat rendah sebanyak 28 orang.

Pada responden yang bersuku Toraja pada responden yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 1 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung positif sebanyak 23 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang netral sebanyak 32 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung negatif sebanyak 9 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* yang sangat rendah sebanyak 6 orang.

4) Tingkat Skor *Body Image* berdasarkan Berat Badan (*Index Body Mass*)

Gambar 4.10 Diagram *Body Image* berdasarkan IBM



Berdasarkan hasil diagram diatas, didapatkan data bahwa responden yang kategori IBM *Underweight* yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 12 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung positif sebanyak 46 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang netral sebanyak 51 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung negatif sebanyak 40 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* yang negatif sebanyak 12 orang.

Pada responden yang kategori IBM Normal yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 17 orang, responden

yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung positif sebanyak 66 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang netral sebanyak 80 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung negatif sebanyak 66 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* yang negatif sebanyak 26 orang.

Pada responden yang kategori IBM *Overweight* yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 1 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung positif sebanyak 16 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang netral sebanyak 22 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung negatif sebanyak 20 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* yang negatif sebanyak 2 orang.

Pada responden yang kategori IBM *Obesitas Level 1* yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 1 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung positif sebanyak 18 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang netral sebanyak 17 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung negatif sebanyak 8 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* yang negatif sebanyak 0 orang.

Pada responden yang kategori IBM *Obesitas Level 2* yang memiliki tingkat *Body image* yang positif sebanyak 1 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung

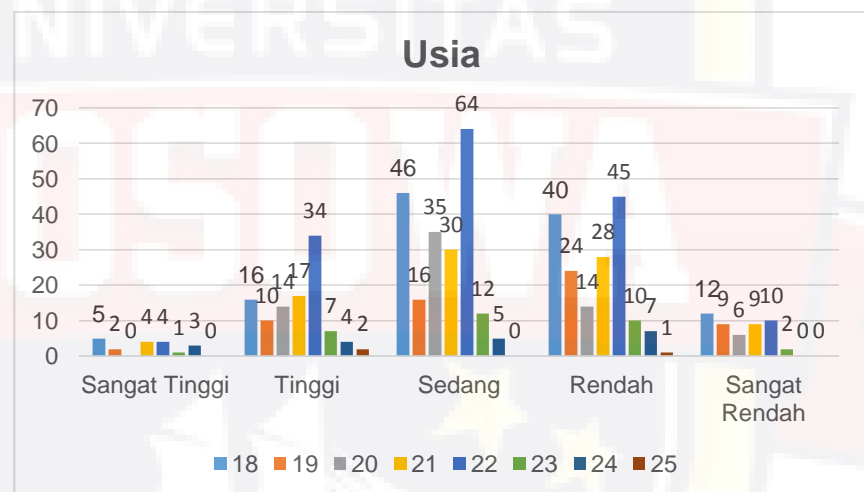


positif sebanyak 11 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang netral sebanyak 10 orang, responden yang memiliki tingkat *Body image* yang cenderung negatif sebanyak 4 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Body image* yang negatif sebanyak 1 orang.

#### b. *Self acceptance*

##### 1) Tingkat Skor *Self Acceptance* berdasarkan Usia

Gambar 4.11 Diagram *Self Acceptance* berdasarkan Usia



Berdasarkan hasil diagram diatas, didapatkan data bahwa pada responden yang berusia 18 tahun yang memiliki tingkat *self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 5 orang, responden yang memiliki tingkat *self acceptance* tinggi sebanyak 16 orang, responden yang memiliki tingkat *self acceptance* sedang sebanyak 46 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* rendah sebanyak 40 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* sangat rendah sebanyak 12 orang.

Pada responden yang berusia 19 tahun yang memiliki tingkat *self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 2 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* tinggi sebanyak 10 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* sedang sebanyak 16 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* rendah sebanyak 24 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* sangat rendah sebanyak 9 orang.

Pada responden yang berusia 20 tahun yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi tidak ada, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* tinggi sebanyak 14 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* sedang sebanyak 35 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* rendah sebanyak 14 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* sangat rendah sebanyak 6 orang.

Pada responden yang berusia 21 tahun yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 9 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* tinggi sebanyak 28 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* sedang sebanyak 30 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* rendah sebanyak 17 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* sangat rendah sebanyak 4 orang.

Pada responden yang berusia 22 tahun yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 10 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* tinggi sebanyak 45 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* sedang sebanyak 64 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* rendah sebanyak 34 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* sangat rendah sebanyak 4 orang.

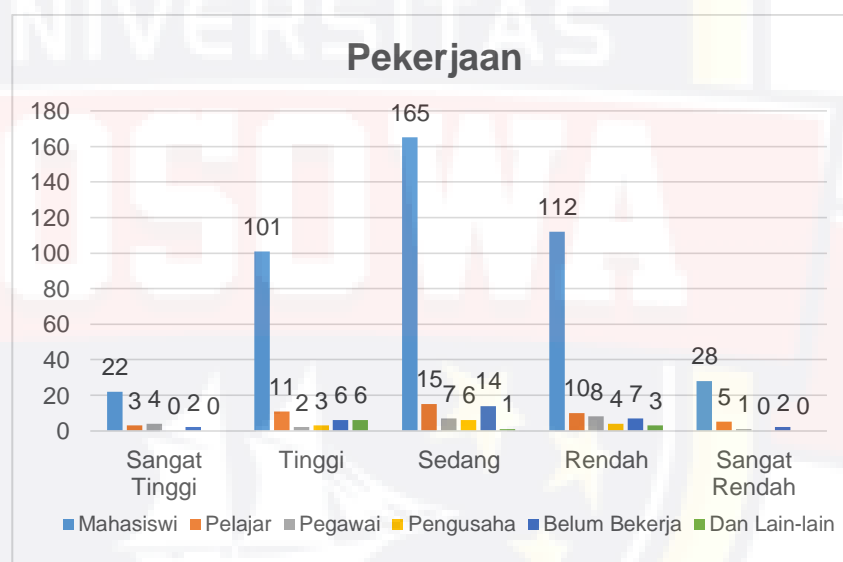
Pada responden yang berusia 23 tahun yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 2 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* tinggi sebanyak 10 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* sedang sebanyak 12 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* rendah sebanyak 7 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* sangat rendah sebanyak 1 orang.

Pada responden yang berusia 24 tahun yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 3 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* tinggi sebanyak 4 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* sedang sebanyak 5 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* rendah sebanyak 7 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* sangat rendah tidak ada.

Pada responden yang berusia 25 tahun yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi tidak ada, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* tinggi sebanyak 2 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* sedang tidak ada, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* rendah sebanyak 1 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* sangat rendah tidak ada.

## 2) Tingkat Skor *Self Acceptance* berdasarkan Pekerjaan

Gambar 4.12 Diagram *Self Acceptance* berdasarkan Pekerjaan



Berdasarkan hasil diagram diatas, didapatkan data bahwa karakteristik pekerjaan pada responden yang berstatus Mahasiswi yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 22 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang tinggi sebanyak 101 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat sedang sebanyak 165 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang rendah sebanyak 112 orang, dan responden yang

memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat rendah sebanyak 28 orang.

Pada responden yang berstatus Pelajar yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 3 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang tinggi sebanyak 11 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat sedang sebanyak 15 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang rendah sebanyak 10 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat rendah sebanyak 5 orang.

Pada responden yang berstatus Pegawai yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 4 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang tinggi sebanyak 2 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat sedang sebanyak 7 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang rendah sebanyak 8 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat rendah sebanyak 1 orang.

Pada responden yang berstatus Pengusaha yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi tidak ada, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang tinggi sebanyak 3 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat sedang sebanyak 6 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang rendah sebanyak 4

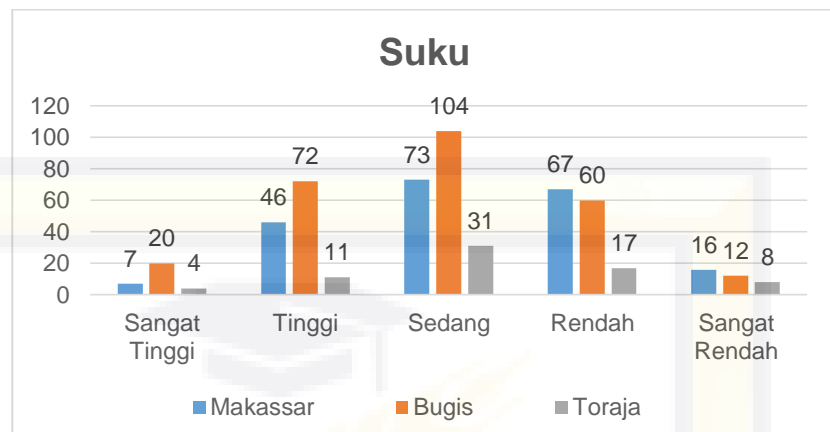
orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat rendah tidak ada.

Pada responden yang berstatus Belum Bekerja yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 2 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang tinggi sebanyak 6 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat sedang sebanyak 14 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang rendah sebanyak 7 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat rendah sebanyak 2 orang.

Pada responden yang berstatus lainnya yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi tidak ada, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang tinggi sebanyak 6 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat sedang sebanyak 1 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang rendah sebanyak 3 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat rendah tidak ada.

### 3) Tingkat Skor *Self Acceptance* berdasarkan Suku

Gambar 4.13 Diagram *Self Acceptance* berdasarkan Suku



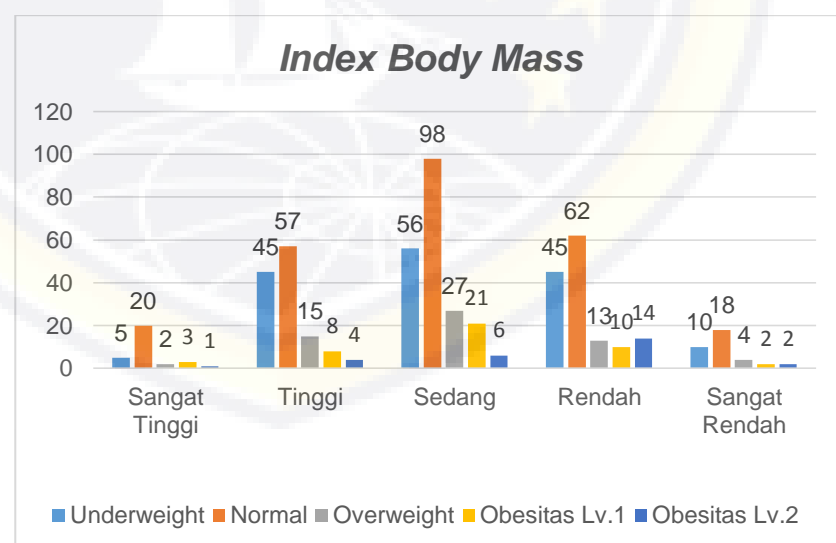
Berdasarkan hasil diagram diatas, didapatkan data bahwa responden yang bersuku Makassar pada responden yang yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 7 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang tinggi sebanyak 46 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sedang sebanyak 73 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang rendah sebanyak 67 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat rendah sebanyak 16 orang.

Pada responden yang bersuku Bugis pada responden yang yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 20 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang tinggi sebanyak 72 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sedang sebanyak 104 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang rendah sebanyak 60 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat rendah sebanyak 12 orang.

Pada responden yang bersuku Toraja pada responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 4 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang tinggi sebanyak 11 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sedang sebanyak 31 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang rendah sebanyak 17 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat rendah sebanyak 8 orang.

#### 4) Tingkat Skor *Self Acceptance* berdasarkan IBM (Index Body Mass)

Gambar 4.14 Diagram *Self Acceptance* berdasarkan IBM





Berdasarkan hasil diagram diatas, didapatkan data bahwa responden yang kategori IBM *Underweight* yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 5 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang tinggi sebanyak 45 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sedang sebanyak 56 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang rendah sebanyak 45 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat rendah sebanyak 10 orang.

Pada responden yang kategori IBM Normal yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 20 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang tinggi sebanyak 57 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sedang sebanyak 98 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang rendah sebanyak 62 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat rendah sebanyak 18 orang.

Pada responden yang kategori IBM *Overweight* yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 2 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang tinggi sebanyak 15 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sedang sebanyak 27 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang rendah sebanyak 13 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat rendah sebanyak 4 orang.

Pada responden yang kategori IBM Obesitas *Level I* yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 3 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang tinggi sebanyak 8 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sedang sebanyak 21 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang rendah sebanyak 10 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat rendah sebanyak 2 orang.

Pada responden yang kategori IBM Obesitas *Level II* yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat tinggi sebanyak 1 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang tinggi sebanyak 4 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sedang sebanyak 6 orang, responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang rendah sebanyak 14 orang, dan responden yang memiliki tingkat *Self acceptance* yang sangat rendah sebanyak 2 orang.

#### **4. Uji Asumsi**

Adapun Uji Asumsi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji normalitas, dan uji linearitas.

##### **a. Uji Normalitas**

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui sebuah data penelitian berdistribusi normal ataupun tidak normal. Untuk mengukur uji normalitas, peneliti menggunakan aplikasi SPSS 20.00. Apabila suatu data memiliki nilai signifikansi  $>0.05$  maka data tersebut dapat

dikatakan terdistribusi normal, namun data yang memiliki nilai signifikansi  $<0.05$  maka data tersebut dapat dikatakan tidak terdistribusi normal. Sampel yang digunakan oleh peneliti sebanyak 548 responden menunjukkan bahwa data tersebut terdistribusi secara normal, ditinjau dari hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi yang didapatkan sebesar 0.200. Hasil analisis uji normalitas dapat dilihat di tabel sebagai berikut:

Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas

Variabel	K-S-Z*	Sig**	Keterangan
<i>Self acceptance terhadap Body image</i>	0.26	0.200	Terdistribusi Normal

Ket : \*K-S-Z = nilai signifikansi uji normalitas Kolmogorov-Smirnov Z

\*\*Sig. = nilai signifikansi uji normalitas  $P > 0.05$

#### b. Uji Linearitas

Uji linieritas adalah uji yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel terikat (X) dan variabel bebas (Y) mengikuti garis lurus atau tidak. Uji linieritas menggunakan bantuan aplikasi SPSS 20.00. Suatu data dapat dikatakan korelasi signifikan, apabila hasil analisis memiliki nilai *linearity*  $<0.05$ . Namun, apabila hasil analisis memiliki nilai *linearity*  $>0.05$  maka dapat dikatakan data tersebut tidak berkorelasi signifikan. Adapun hasil uji linieritas dapat dilihat pada tabel:

Tabel 4.7 Hasil Uji Linearitas

Variabel	Linearity		Keterangan
	F*	Sig. F(P)**	
<i>Self</i>	103.843	0.000	Linear

---

*acceptance*  
dan *Body*  
*image*

---

Ket : \*F=nilai signifikansi <0.05

\*\*Sig.F(P) = Deviation from linearity : nilai signifikan <0.05

Hasil analisis pada uji linieritas menunjukkan bahwa nilai *linearity* pada nilai signifikansi variabel *self acceptance* sebesar 0.000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel *body image* dengan *self acceptance*.

## 5. Uji Hipotesis

Setelah dilakukan uji prasyarat, maka terbukti bahwa data penelitian dapat memenuhi syarat normalitas dan linieritas. Tahap selanjutnya yang dilakukan adalah melaksanakan uji analisis regresi sederhana yang bertujuan untuk melaksanakan uji hipotesis, dimana hasilnya digunakan untuk mengetahui apakah ada pengaruh *self acceptance* terhadap *body image* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar. Berikut ini merupakan hasil analisa yang didapatkan:

### a. Kontribusi *Self acceptance* terhadap *Body image*

Pada penelitian ini menggunakan hipotesis statistik regresi sederhana dengan bantuan SPSS 20.00. dengan cara melihat hasil analisis memiliki nilai signifikan < 5%, maka hipotesis diterima.

Berikut ini merupakan kontribusi hasil uji *self acceptance* terhadap *body image* pada wanita dewasa awal di kota Makassar.

Tabel 4.8 Pengaruh *Self acceptance* terhadap *Body image*

Variabel	R	R Square*	F**	Sig F***	Keterangan
<b>Self acceptance terhadap Body image</b>	0.387	0.150	96.423	0.000	Signifikan

Ket : \*R Square Change = koefisien Determinan

\*\*F Change = nilai uji koefisien regresi secara simultan

\*\*\*Sig. F Change = nilai signifikansi F,  $p < 0.0$

Pada tabel hasil analisis diatas nilai R adalah nilai untuk melihat besarnya pengaruh antar kedua variabel, artinya nilai R Square pada tabel diatas menunjukkan bahwa pengaruh *self acceptance* terhadap *body image* sebesar 0.150. hal tersebut menunjukkan bahwa sumbangan relatif yang diberikan antara variabel *self acceptance* dan *body image* dengan pengaruh antar kedua variabel adalah sebesar 10.5% dengan nilai F sebesar 96.423 dan nilai signifikan F sebesar 0.00. hasil analisis uji hipotesis yang diperoleh menunjukkan bahwa ada pengaruh variabel *self acceptance* terhadap *body image* disebabkan nilai signifikan yang diperoleh sebesar 0.00 atau  $< 0.05$ .

Hal ini menunjukkan bahwa  $H_0$  yang menyatakan bahwa tidak ada pengaruh antara *self acceptance* terhadap *body image* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar ditolak. Dengan kata lain hipotesis  $H_1$  yang menyatakan bahwa ada pengaruh *self acceptance* terhadap *body image* pada wanita dewasa awal di Kota

Makassar diterima. Sehingga dapat disimpulkan hasil uji hipotesis ini juga menunjukkan bahwa *self acceptance* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *body image*.

b. Koefisien Pengaruh dari *Self acceptance* terhadap *Body image*

Selanjutnya peneliti akan menunjukkan koefisien pengaruh *self acceptance* terhadap *body image*. Adapun hasil dari koefisien *self acceptance* terhadap *body image* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.9 Koefisien *Self Acceptance* terhadap *Body Image*

Variabel	Constant*	B**	Nilai T	Sig.***	Keterangan
<b>Self acceptance terhadap Body image</b>	140.753	0.387	9.819	0.00	Signifikan

Ket: \*Constant = nilai konstanta

\*\*B = koefisien pengaruh

\*\*\*Sig = nilai signifikansi,  $p < 0.00$

Berdasarkan hasil analisis persamaan regresi yang dilakukan maka, diperoleh hasil nilai koefisien pengaruh untuk variabel *self acceptance* terhadap *body image*, dimana nilai konstanta yang diperoleh sebesar 140.753 yang menunjukkan bahwa apabila nilai *body image* bernilai konstanta maka nilai *body image* yaitu sebesar 0.387 yang berarti nilai positif, sehingga terdapat hubungan yang searah yang artinya semakin tinggi *self acceptance* maka semakin tinggi *body image*, begitupun sebaliknya.

Adapun persamaan regresi untuk pengaruh *Self acceptance* yaitu persamaan regresinya sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 140.753 + 0.387(\text{self acceptance})$$

## B. Pembahasan

### 1. Gambaran Umum *Self acceptance* pada Wanita Dewasa Awal di Kota Makassar

*Self acceptance* atau penerimaan diri memiliki peranan yang penting dalam interaksi sosial dimana penerimaan diri dapat membantu seseorang dalam bersosialisasi dengan orang lain, tanpa penerimaan diri individu cenderung sulit menerima dirinya dan menerima orang lain sehingga akan berpengaruh pada perkembangan dalam mengaktualisasikan dirinya.

*Self acceptance* pada dasarnya sikap merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat sendiri dan pengakuan akan keterbatasan sendiri (Chaplin, 2012). Hurlock (2007) juga menyatakan *self acceptance* merupakan kontribusi penting dalam pembentukan kepribadian yang sehat, individu yang menerima dirinya dengan baik tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri dan memiliki banyak kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungannya.

*Self acceptance* ini memiliki beberapa aspek yang dikemukakan oleh Berger yang dimodifikasi dari Sherrer (Berger, 1952) yaitu memiliki standar nilai-nilai kehidupan diri sendiri yang tidak dipengaruhi oleh lingkungan eksternal sebagai petunjuk perilakunya, memiliki keyakinan yang cukup untuk menghadapi kehidupan ataupun menghadapi persoalan, bertanggung jawab dan menerima konsekuensi dari perilaku yang dibuatnya, menerima pujian atau kritikan dari orang secara objektif,

tidak mencoba menyangkal keterbatas dan kelebihan dari kualitas diri sendiri tetapi menerima segalanya tanpa menyalahkan diri sendiri, menganggap bahwa diri berharga dan setara dengan orang lain, tidak mengharapkan orang lain untuk menolaknya dalam kondisi apapun, tidak menganggap dirinya sebagai pribadi yang sangat berbeda dari orang lain dan tidak malu ataupun canggung.

Berdasarkan analisis deksriptif diperoleh gambaran secara umum bahwa *self acceptance* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar didapatkan hasil sebanyak 31 orang atau 5.7% memiliki tingkat *self acceptance* yang sangat tinggi, sedangkan sebanyak 129 orang atau 23.5% memiliki tingkat *self acceptance* yang tinggi. Jumlah responden yang memiliki tingkat *self acceptance* yang sedang sebanyak 208 orang atau 38.0% sedangkan jumlah responden yang memiliki tingkat *self acceptance* yang rendah sebanyak 144 orang atau 26.3% dan responden yang memiliki tingkat *self acceptance* yang sangat rendah sebanyak 36 orang atau 6.6%.

Hasil ini membuktikan bahwa tingkat *self acceptance* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar sangat bervariasi dan hasil ini mengungkapkan bahwa masih banyak wanita dewasa awal yang belum sepenuhnya memiliki *self acceptance* yang tinggi. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azizah (2019) yang menyatakan bahwa dari seluruh subjek yang berjumlah 128 orang, sebanyak 24 orang atau 18.8% termasuk dalam kategori tinggi, sebanyak 99 orang atau 77.3% termasuk dalam kategori sedang dan sebanyak 5 orang atau 3.9% termasuk dalam kategori rendah. Hasil penelitian lainnya yang



dilakukan oleh Adhyartasari (2018) yang menunjukkan bahwa sebanyak 20 orang atau 32.8% memiliki penerimaan diri yang tinggi, sebanyak 41 orang atau 67.2% memiliki penerimaan diri yang sedang dan tidak ada subjek yang mewakili tingkat penerimaan diri yang rendah.

Penelitian serupa yang dihasilkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Tunnisa (2019) yang menyatakan bahwa dari seluruh subjek yang berjumlah 48 orang, sebanyak 6 orang atau 12.5% memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi, sebanyak 30 orang atau 62.5% memiliki tingkat penerimaan diri yang sedang, dan sebanyak 12 orang atau 25% memiliki tingkat penerimaan diri yang rendah. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Angraini (2010) yang menunjukkan bahwa dari seluruh subjek yang berjumlah 92 orang, sebanyak 58 orang atau 63.3% memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi, sebanyak 34 orang atau 36.7% memiliki tingkat penerimaan diri yang sedang, dan tidak ada subjek yang mewakili tingkat penerimaan diri yang rendah.

*Self acceptance* atau penerimaan diri memiliki peranan yang penting dalam interaksi sosial dimana penerimaan diri dapat membantu seseorang dalam bersosialisasi dengan orang lain, tanpa penerimaan diri individu cenderung sulit menerima dirinya dan menerima orang lain sehingga akan berpengaruh pada perkembangan dalam mengaktualisasikan dirinya.

*Self acceptance* merupakan salah satu kondisi dimana individu merasa puas akan kemampuan dan bakat yang dimiliki yang mendapatkan pengakuan dari lingkungan untuk mengetahui batas kemampuan dirinya (Chaplin, 2012). Hurlock (2007) juga menyatakan *self acceptance*

merupakan kontribusi penting dalam pembentukan kepribadian yang sehat, individu yang menerima dirinya dengan baik tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri dan memiliki banyak kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungannya.

*Self acceptance* ini memiliki beberapa aspek yang dikemukakan oleh Berger yang dimodifikasi dari Sherrer (Berger, 1952) yaitu memiliki standar nilai-nilai kehidupan diri sendiri yang tidak dipengaruhi oleh lingkungan eksternal sebagai petunjuk perilakunya, memiliki keyakinan yang cukup untuk menghadapi kehidupan ataupun menghadapi persoalan, bertanggung jawab dan menerima konsekuensi dari perilaku yang dibuatnya, menerima pujian atau kritikan dari orang secara objektif, tidak mencoba menyangkal keterbatas dan kelebihan dari kualitas diri sendiri tetapi menerima segalanya tanpa menyalahkan diri sendiri, menganggap bahwa diri berharga dan setara dengan orang lain, tidak mengharapkan orang lain untuk menolaknya dalam kondisi apapun, tidak menganggap dirinya sebagai pribadi yang sangat berbeda dari orang lain dan tidak malu ataupun canggung.

Berdasarkan analisis deksriptif diperoleh gambaran secara umum bahwa *self acceptance* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar didapatkan hasil sebanyak 31 orang atau 5.7% memiliki tingkat *self acceptance* yang sangat tinggi, sedangkan sebanyak 129 orang atau 23.5% memiliki tingkat *self acceptance* yang tinggi. Jumlah responden yang memiliki tingkat *self acceptance* yang sedang sebanyak 208 orang atau 38.0% sedangkan jumlah responden yang memiliki tingkat *self acceptance* yang rendah sebanyak 144 orang atau 26.3% dan

responden yang memiliki tingkat *self acceptance* yang sangat rendah sebanyak 36 orang atau 6.6%.

Hasil ini membuktikan bahwa tingkat *self acceptance* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar sangat bervariasi dan hasil ini mengungkapkan bahwa masih banyak wanita dewasa awal yang belum sepenuhnya memiliki *self acceptance* yang tinggi. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azizah (2019) yang menyatakan bahwa dari seluruh subjek yang berjumlah 128 orang, sebanyak 24 orang atau 18.8% termasuk dalam kategori tinggi, sebanyak 99 orang atau 77.3% termasuk dalam kategori sedang dan sebanyak 5 orang atau 3.9% termasuk dalam kategori rendah. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Adhyartasari (2018) yang menunjukkan bahwa sebanyak 20 orang atau 32.8% memiliki penerimaan diri yang tinggi, sebanyak 41 orang atau 67.2% memiliki penerimaan diri yang sedang dan tidak ada subjek yang mewakili tingkat penerimaan diri yang rendah.

Penelitian serupa yang dihasilkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Tunnisa (2019) yang menyatakan bahwa dari seluruh subjek yang berjumlah 48 orang, sebanyak 6 orang atau 12.5% memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi, sebanyak 30 orang atau 62.5% memiliki tingkat penerimaan diri yang sedang, dan sebanyak 12 orang atau 25% memiliki tingkat penerimaan diri yang rendah. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Angraini (2010) yang menunjukkan bahwa dari seluruh subjek yang berjumlah 92 orang, sebanyak 58 orang atau 63.3% memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi, sebanyak 34 orang atau

36.7% memiliki tingkat penerimaan diri yang sedang, dan tidak ada subjek yang mewakili tingkat penerimaan diri yang rendah.

Individu yang tidak memiliki penerimaan diri yang baik akan sangat rentan menjadi tertekan dan mengalami kesulitan sehingga individu tidak mampu mengaktualisasikan dirinya (Husniyati, 2009). Dalam menjalani proses kehidupan, individu selalu berusaha untuk mencari dan menemukan kebahagiaannya, hal ini berkaitan yang dinyatakan oleh Shaver & Friedman (Hurlock, 2009) bahwa beberapa esensi kebahagiaan, kenikmatan atau kepuasan diantara adalah sikap menerima (*acceptance*), kasih sayang dan prestasi. Penerimaan diri merupakan faktor yang penting dalam menemukan kebahagiaan baik itu penerimaan diri sendiri maupun penerimaan sosial (Al-Mighwar, 2006).

Terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi tingkat *self acceptance* seperti *self-esteem*, dukungan sosial, dan penyesuaian diri. Faktor pertama adalah *self-esteem*. Hasil penelitian yang mengungkapkan adanya pengaruh antara penerimaan diri dan *self esteem* yaitu penelitian yang dilakukan oleh Resty (2015) yang mengemukakan bahwa ada pengaruh penerimaan diri terhadap *self esteem* secara signifikan dan positif dan memberikan sumbangan efektif sebesar 34%. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Primadia (2019) yang menyatakan bahwa adanya hubungan positif antara *self acceptance* dengan *self esteem* secara signifikan dan dengan sumbangan efektif sebesar 74.65%.

Hasil tersebut juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktaviani (2019) yang menyatakan bahwa ada hubungan positif antara

*self acceptance* dengan *self esteem* secara signifikan dan memberikan sumbangan efektif sebesar 27.3%. Hasil penelitian lain yang mendukung yang dilakukan oleh Muttaqin (2019) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara *self acceptance* dan *self esteem* secara signifikan serta memberikan sumbangan efektif sebesar 55.8%.

*Self esteem* merupakan evaluasi yang dibuat oleh individu mengenai dirinya sendiri, dimana evaluasi diri tersebut merupakan hasil interaksi antara individu dengan lingkungannya serta perlakuan orang lain terhadap dirinya (Coppersmith, 1967). Baron & Byrne (2004) menyatakan bahwa *self esteem* merupakan aspek yang sangat penting dalam berfungsinya manusia, termasuk siapa dirinya, seberapa positif atau negatif seorang individu memandang dirinya, bagaimana citra yang ditampilkan pada orang lain dan lain-lain.

Faktor kedua yaitu dukungan sosial. Hasil penelitian yang menunjukkan adanya pengaruh dukungan sosial dan *self acceptance* yaitu penelitian yang dilakukan oleh Ayu & Lestari (2018) yang menyatakan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dengan *self acceptance* dan memberikan sumbangan efektif sebesar 26.8%. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Nainggolan (2019) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan *self acceptance* dan sumbangan efektif sebesar 60.9%.

Hasil penelitian yang serupa yang dilakukan oleh Wulandari & Susilawati (2016) yang menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *self acceptance* dan memberikan sumbangan efektif sebesar 49.4%. hasil penelitian lainnya

yaitu penelitian yang dilakukan oleh Kartikasari (2020) yang menyatakan bahwa adanya hubungan *body image* dan dukungan sosial terhadap *self acceptance* dan sumbangan efektif sebesar 60.6%.

Dukungan sosial berkaitan dengan interaksi dengan orang lain dalam meningkatkan kemampuannya dalam menghadapi masalahnya. Dukungan sosial juga merupakan salah satu bentuk perhatian akan rasa nyaman, penghargaan, ketenangan dan kepedulian kepada diri sendiri dan orang lain sehingga mereka mampu beradaptasi dan menyelesaikan masalah pada lingkungannya juga melakukan evaluasi dan pengembangan dirinya (Corsini dalam Jurnal Psikologi, 2010).

Faktor ketiga yaitu penyesusain diri. Hasil penelitian yang menunjukkan adanya pengaruh *self acceptance* terhadap penyesuaian diri yaitu penelitian yang dilakukan oleh Paramita & Margaretha (2013) yang menyatakan adanya pengaruh antara *self acceptance* terhadap penyesuaian diri dan memberikan sumbangan efektif sebesar 57.7%. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Putra (2014) yang menyatakan bahwa adanya hubungan signifikan antara *self acceptance* terhadap penyesuaian diri dan memberikan sumbangan efektif sebesar 96.7%.

Hal tersebut juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Chaerani & Rahayu (2019) yang menyatakan adanya hubungan yang signifikan dan positif antara *self acceptance* terhadap penyesuaian diri dan sumbangan efektif sebesar 12.5%. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Kurnia (2018) yang menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *self acceptance* dengan penyesuaian diri dan memberikan sumbangan efektif sebesar 42.5%. Hasil penelitian lain

yang dilakukan oleh Mustagfirin & Arjaggi (2020) yang menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *self acceptance* dengan penyesuaian diri dan sumbangan efektif sebesar 77.6%.

Muttadin (2002) menjelaskan bahwa penyesuaian diri merupakan proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang sesuai antara individu dengan lingkungannya.

Sulitnya beradaptasi akan perubahan fisik karena adanya perilaku sosial yang kurang menyenangkan dalam penyesuaian dirinya yang juga merupakan kondisi dan tuntutan lingkungan (Davidoff, 1999). Penyesuaian diri akan tercapai jika individu mampu menerima dirinya secara utuh dengan menerima segala kelebihan-kelebihan dan kekurangan-kekurangan yang dimiliki serta mampu menyesuaikan diri dengan baik. Apabila individu tidak mampu menyesuaikan diri dengan menerima segala hal baik itu kekurangan dan kelebihan dalam dirinya membuat individu merasa menderita akan keadaan yang dialaminya.

## **2. Gambaran Umum *Body Image* pada Wanita Dewasa Awal di Kota Makassar**

*Body image* merupakan evaluasi dari pengalaman subjektif individu tentang persepsi, pikiran dan perasaan serta sikap terhadap penampilan tubuhnya (Thompson, 2000). *Body image* adalah penilaian positif atau negatif seseorang terhadap tubuhnya dan sebagai derajat kepuasan individu terhadap dirinya secara fisik yang mencakup ukuran, bentuk dan penampilan umum (Cash & Pruzinky, 2002). *Body image* ini bersifat positif atau negatif tergantung bagaimana seseorang menyikapinya.

*Body image* ini memiliki lima aspek yang dikemukakan oleh Cash (2002) yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorisasi ukuran tubuh.

Evaluasi penampilan mengungkapkan penilaian mengenai penampilan secara keseluruhan tubuh, aspek ini juga mengukur ketidakpuasaan relatif individu dengan penampilan keseluruhan serta menilai perasaan dengan mengukur apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan atau belum memuaskan akan penampilannya secara keseluruhan. Orientasi penampilan merupakan pandangan mendasar mengenai penampilan diri dimana perhatian dan usaha dalam meningkatkan penampilannya serta menilai seberapa penting penampilannya terhadap orang lain.

Kepuasan terhadap bagian tubuh yaitu mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik dan keseluruhan dari atas sampai bawah, seperti wajah, bahu, lengan, dada, pinggang, perut, pinggul, paha dan kaki serta bagian secara keseluruhan. Kecemasan menjadi gemuk dan pengkategorisasian ukuran tubuh dan mengklasifikasikan berat badannya dengan menggolongkan penampilan tubuhnya dari kurus sampai gemuk sehingga hal ini menjadi kewaspadaan individu terhadap berat badannya yang bertambah dan perhatian individu pada hal tersebut membuat mereka mengusahakan dan meningkatkan kebugaran fisiknya dengan berolahraga membatasi pola makan sehingga kecenderungan untuk melakukan diet.



Berdasarkan analisis deksriptif diperoleh gambaran secara umum bahwa *body image* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar didapatkan hasil sebanyak 32 orang atau 5.8% memiliki tingkat *body image* yang positif, sedangkan sebanyak 157 orang atau 28.6% memiliki tingkat *body image* yang cenderung positif. Jumlah responden yang memiliki tingkat *body image* yang netral sebanyak 180 orang atau 32.8% sedangkan jumlah responden yang memiliki tingkat *body image* yang cenderung negatif sebanyak 138 orang atau 25.2% dan responden yang memiliki tingkat *body image* yang negatif sebanyak 41 orang atau 7.5%.

Hasil ini membuktikan bahwa tingkat *body image* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar sangat bervariasi dan hasil ini mengungkapkan bahwa individu mampu mempersepsikan dan menggambarkan bentuk tubuhnya secara cukup baik dan masih banyak wanita dewasa awal yang belum sepenuhnya memiliki *body image* yang positif. Hal tersebut berjalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andiyati (2016) yang menyatakan bahwa dari seluruh subjek yang berjumlah 142 orang, sebanyak 92 orang atau 64.79% termasuk dalam kategori sedang, sebanyak 50 orang atau 35.21% dalam kategori kurang dan sisanya tidak ada subjek penelitian 0% yang termasuk dalam kategori Tinggi dan Rendah. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ratnawati & Sofiah (2012) menunjukkan bahwa dari 120 orang, sebanyak 74 orang atau 61.7% yang memiliki *body image* sedang, sebanyak 46 orang atau 37.5% dalam kategori *body image* yang positif.

Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Irawan & Safitri (2014) menunjukkan bahwa sebanyak 26 orang (29%) memiliki *body image*

positif, sebanyak 43 orang (48%) memiliki *body image* sedang dan sebanyak 21 orang (23%) memiliki *body image* negatif. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Ramadhani (2017) menunjukkan bahwa dari 62 responden sebanyak 22 orang atau 35.48% memiliki *body image* pada kategori cukup baik, kemudian 25 orang atau 40.33% berada pada kategori baik dan 15 orang atau 24.19% dalam kategori sangat baik serta sisanya tidak ada subjek penelitian (0%) yaitu termasuk dalam kategori kurang baik dan sangat kurang baik.

Hasil Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Choirunisa (2011) menunjukkan bahwa dari 60 orang sebanyak 29 orang dengan persentase 48.3% memiliki *body image* dalam kategori positif, sedangkan sebanyak 27 orang atau dengan persentase 45.0% memiliki *body image* dalam kategori sedang dan 4 orang atau 6.7% memiliki *body image* dalam kategori negatif serta sisanya yang memiliki *body image* dalam kategori cenderung negatif dan cenderung positif tidak ada subjek penelitian (0%).

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *body image* yang dimiliki, yaitu seperti *self-esteem*, kepercayaan diri, dan *social comparison*. Faktor pertama yaitu *self-esteem*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurvita & Handayani (2015) menunjukkan adanya hubungan antara *self-esteem* dan *body image* secara signifikan dan besar koefisien korelasi antara dua variabel adalah 0.855 yang menunjukkan adanya hubungan positif antar dua variabel. Hasil mendukung lainnya yaitu yang dilakukan oleh Khaira (2018) yang menunjukkan adanya hubungan antara *self-esteem* dengan *body image*

dan menunjukkan sumbangan *self-esteem* sebesar 38.1% terhadap *body image*. Hasil penelitian lainnya yang serupa yaitu penelitian yang dilakukan oleh Kharizta (2018) yang menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dan *body image* dengan nilai sebesar 0.781 dan besar koefisien determinasi sebesar 0.609.

*Self-esteem* merupakan evaluasi individu dan kebiasaan memandang dirinya sendiri yang mengarah pada penerimaan atau penolakan serta keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki (Coppersmith dalam Murk, 2006). Individu yang memiliki *self esteem* tinggi akan mampu menilai dirinya sendiri, menerima dan menghargai apapun yang ada pada dirinya namun sebaliknya jika memiliki *self esteem* rendah membuat individu merasa tidak percaya diri dan belum dapat menilai dirinya sendiri, menerima dan menghargai apa yang ada pada dirinya sehingga memunculkan pemikiran-pemikiran negatif tentang bagaimana pandangan orang lain terhadap bentuk tubuhnya (Cash & Pruzinsky, 2002)

Faktor kedua yaitu kepercayaan diri, dimana hasil penelitian yang menunjukkan adanya pengaruh kepuasan citra tubuh (*body image*) terhadap kepercayaan diri yaitu penelitian yang dilakukan oleh Nugraha (2010) yang menyatakan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara kepercayaan diri terhadap citra tubuh dengan sumbangan efektif sebesar 13.7%. Hasil mendukung lainnya yang dilakukan oleh Wiranatha dan Supriyadi (2015) yang menyatakan bahwa adanya pengaruh antara citra tubuh (*body image*) dengan kepercayaan diri dan memberikan sumbangan efektif sebesar 12,2%. Hasil serupa dihasilkan oleh Lilishanty & Maryatmi (2019) yang menyatakan bahwa ada hubungan

*body image* dan kepercayaan diri dengan sumbangan efektif sebesar 63,3%.

Kepercayaan diri merupakan sikap akan keyakinan menghadapi segala tantangan dan berusaha maju dan selalu memperbaiki diri (Elfiky, 2009). Kepercayaan diri juga keyakinan individu tentang kekuatan yang dimiliki dan diwujudkan dalam bentuk perilaku sehari-hari. Kepercayaan diri dapat mempengaruhi cara pandang dan perasaan wanita mengenai tubuhnya (Bain, 2010). Santrock (2003) juga menjelaskan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang yaitu penampilan fisik, konsep diri dan hubungan dengan orang tua serta teman sebaya. Salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah penampilan fisik didasarkan bagaimana individu melihat bagaimana kondisi fisik yang dapat berubah bentuk tubuh dan penilaian individu terhadap fisik yang ia miliki (Ildil,dkk, 2017).

Faktor ketiga yaitu *social comparison*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Alifa & Rizal (2020) menunjukkan adanya hubungan *social comparison* dan *body image* negatif dan nilai  $r$  sebesar 0.865. hasil penelitian serupa yang dilakukan oleh Nisa (2015) menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif antara *social comparison* dengan *body image* namun penelitian ini diuji normalitas namun hasilnya tidak terdistribusi normal sehingga kedua item tidak bisa digeneralisasikan di tempat lain. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Rahmadiyahanti & Munthe (2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *social comparison* dengan *body image* negatif dan nilai koefisien korelasi sebesar 0.439. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Sunartio, dkk

(2012) menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara social comparison dengan body image negatif pada wanita dewasa awal dengan sumbangan efektif sebesar 63.6%.

*Social comparison* atau perbandingan sosial bahwa individu memiliki dorongan untuk menentukan kemajuan dan kedudukan mereka dalam kehidupan mereka akibat dorongan untuk menentukan kemajuan yang dimiliki dan cenderung mencari standar yang mereka jadikan objek perbandingan. *Social comparison* terbagi menjadi dua bagian yaitu *upward comparison* dan *downward comparison*, *upward comparison* adalah tindakan individu berupa membandingkan dirinya dengan orang lain yang dinilai lebih baik dari dirinya sedangkan *downward comparison* tindakan yang dilakukan individu dengan membandingkan diri mereka dengan seseorang yang dinilai tidak lebih baik dari dirinya (Myers & Crowther, 2009). Penelitian yang dilakukan oleh Putra & Dini (2019) menjelaskan bahwa sebagian individu membandingkan dirinya dengan artis atau temannya yang dianggap memiliki penampilan yang ideal, dalam proses membandingkan tersebut subjek merasa tidak puas dengan tubuhnya.

### **3. Pengaruh *Self Acceptance* terhadap *Body Image* pada Wanita Dewasa Awal di Kota Makassar**

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang menunjukkan analisis dari pengaruh variabel *self acceptance* terhadap *body image* diperoleh nilai yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa *self acceptance* memiliki

pengaruh secara signifikan terhadap *body image*. Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ridha (2012) yang menyatakan bahwa terdapat ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *body image* dengan *self acceptance*, artinya semakin tinggi *body image* maka semakin tinggi *self acceptance*, sebaliknya semakin rendah *body image* maka semakin rendah *self acceptance*.

Pada dasarnya, individu dalam rentang kehidupan yang dijalaninya akan selalu berhadapan dengan berbagai macam masalah, hanya saja masalah yang dihadapi individu akan mempunyai bentuk dan tingkat kesulitan yang berbeda dalam menghadapinya serta kemampuan individu dalam menyelesaikan tiap permasalahan yang dihadapinya akan menuntun individu menuju tujuan hidupnya. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan Ridha (2012) bahwa wanita dewasa awal yang menerima dirinya dengan baik ditandai dengan sikap positif terhadap diri, mengakui dan menerima segala hal dalam dirinya baik itu kekurangan maupun kelebihan pada dirinya termasuk sifat baik dan buruk serta pandangan yang positif terhadap masa lalunya.

Penerimaan diri ini erat kaitannya dengan penerimaan diri terhadap kondisi fisik yang dimilikinya. Di masa dewasa penurunan aktivitas fisik merupakan salah satu faktor terjadinya peningkatan *overweight* dan lainnya. Sehingga ketika individu mengalami perubahan dan penurunan fisik membuat individu merasa kurang menerima dirinya dan merasa khawatir akan penampilan fisiknya.

Ditinjau dari segi usia responden penelitian yaitu dewasa awal merupakan masa peralihan dari masa remaja menuju dewasa direntang

usia 18-25 tahun. Pada masa dewasa ini individu memiliki kecenderungan untuk memikirkan diri sendiri hal ini dijelaskan oleh Arnett (Santrock, 2012) bahwa masa dewasa awal memiliki lima ciri dan salah satunya self-focused yaitu kecenderungan untuk berfokus pada diri sendiri.

Sejalan yang dikatakan oleh Hoyer & Roodin (dalam Whitbourne, 2005) yang menyebutkan bahwa pada rentang usia tersebut seseorang mulai menjalani berbagai hal yang membutuhkan sosialisasi dengan lingkungan seperti, kuliah, bekerja, ataupun membentuk suatu keluarga. Hal inilah yang menyebabkan penampilan fisik sangat berperan penting pada usia ini.

Dikarenakan setiap individu pasti menginginkan untuk tampil sempurna di depan banyak orang keinginan inilah yang menimbulkan rasa khawatir pada dirinya dan membuat seseorang melakukan segala hal untuk memperbaiki penampilan fisiknya yang terlihat menarik seperti apa yang diinginkan karena bagi seseorang penampilan fisik yang menarik akan membentuk kesan dirinya dan menentukan hubungannya dengan orang disekitarnya (Gilbert & Thompson, 2002).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan lima wanita dewasa awal diperoleh informasi bahwa 4 dari 5 wanita merasa kurang menerima dirinya yang ada pada diri saat itu. Hal tersebut terjadi karena ketika bersama dalam kelompok pertemanan sebaya menilai teman-teman lainnya terutama kelemahan fisik yang juga terkadang sebagai bahan ejekan serta standar kecantikan yang ada

pada masyarakat dan media massa yang semakin memperlihatkan penampilan ideal bagi wanita masa kini.

Hurlock (2009) mengatakan bahwa memasuki usia dewasa awal tentunya telah terjadi kematangan seksual, pertumbuhan fisik dan perkembangan sosial yang berimplikasi pada perkembangan psikososial, dimana individu dituntut untuk tampil sesuai dengan tren atau standar kecantikan yang digemari oleh teman sebayanya. Individu yang mulai paham penampilan adalah kunci dalam menjalin sosial kini minat akan penampilan pun makin meningkat. Faktor yang tidak kalah penting yaitu media massa, baik itu televisi, film, majalah serta sosial media.

Hahn & Payne (2003) menyatakan bahwa media massa merupakan salah satu penyebab wanita ingin merubah penampilan fisiknya hal ini sebabkan media massa memberikan suatu persepsi bahwa tubuh gemuk merupakan sesuatu yang tidak menarik, tidak bagus dan tubuh kurus merupakan bentuk tubuh yang ideal. Media massa juga menyebarkan pesan-pesan bahwa kebaerhasilan, kebahagiaan serta harga diri dapat diraih bila wanita memiliki tubuh yang kurus dan kulit yang putih.

Berdasarkan analisis diketahui nilai sig  $p > 0.05$  yang berarti tidak terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan antara subjek yang memiliki massa tubuh (IBM) kurus, normal dan gemuk terhadap body image. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusuma & Krianto (2018) yang menyatakan bahwa citra tubuh tidak dapat menunjukkan pengaruhnya secara langsung terhadap IBM karena citra tubuh merupakan persepsi dari ukuran dan bentuk tubuh terlalu luas untuk dilihat pengaruhnya terhadap pengukuran IBM. Body image lebih



dipengaruhi oleh perspektif subjektif individu dibandingkan dengan fakta objektif seperti tingkat indeks massa tubuh.

Ketika semua wanita berusaha untuk tampil cantik dan menarik dengan melakukan berbagai usaha dengan melakukan perawatan hingga meminum obat atau berdiet dimana ketika proses tersebut berhasil akan menimbulkan kepuasan citra tubuh akan tetapi jika proses tersebut gagal akan menimbulkan rasa kecemasan, rendah diri dan memiliki citra tubuh yang negatif. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Abdurahman (2014) bahwa mahasiswa yang diteliti memiliki indeks massa tubuh yang normal, namun masih melakukan diet yang tidak sehat untuk menurunkan berat badannya, hal ini menyebabkan mereka memiliki kecemasan yang berlebihan terhadap kegemukan sehingga menimbulkan ketidakpuasan terhadap tubuh.

Perilaku orang disekitar yang memperlihatkan penolakan membuat individu tidak dapat menerima dirinya dikarenakan individu merasa rendah diri karena tidak sesuai dengan standar ideal masyarakat. Pernyataan ini didukung oleh Koleoso. et,al (2018) bahwa salah satu alasan wanita ingin merubah penampilannya dikarenakan mereka ingin diterima dengan baik oleh lingkungan sosialnya.

Hurlock (2009) menyatakan bahwa bentuk fisik serta penampilan yang kurang menarik dapat mempersulit penyesuaian diri dengan kehidupan sosial, sehingga wanita pada masa dewasa awal biasanya memiliki tingkat *body image* berada pada kategori sedang sampai tinggi, seperti pada hasil penelitian yang didapatkan.

*Self acceptance* merupakan sebuah tolak ukur sejauh mana seseorang mampu menerima segala karakter personal yang dimilikinya dan menggunakannya untuk menjalani kelangsungan hidupnya kedepan. Individu yang mampu berpikir positif dan menerima dirinya serta mengetahui potensinya dan juga mengetahui segala kekurangannya tanpa menyalahkan diri sendiri (Gunarsa, 1999). Penerimaan diri ini sangat penting bagi kesehatan mental, individu yang mampu menerima dirinya tidak akan membiarkan perasaan negatif terus menerus ada pada dirinya dan tidak menjadikan hal tersebut sebagai beban perasaan, sehingga individu memiliki kesempatan lebih banyak untuk beradaptasi dengan lingkungannya (Ridha, 2012).

*Self acceptance* yang baik ialah kemampuan seseorang untuk hidup bergaul secara wajar terhadap lingkungannya sehingga individu merasa puas terhadap diri sendiri dan lingkungan (Willis, 2005). Proses penerimaan diri pun terjadi secara terus menerus dan berkesinambungan dimana penerimaan diri berhasil bila individu mampu menerima tuntutan lingkungan dan diterima oleh orang-orang disekitar sebagai bagian dari masyarakat jika mereka gagal dan merasa ditolak oleh lingkungan, maka mereka akan merasa rendah diri dan mengalami kemunduruan (regresif)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh antara variabel *self acceptance* terhadap *body image* dan diperoleh hasilnya yang signifikan. Hal ini berarti secara signifikan *self acceptance* memiliki pengaruh terhadap *body image* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar.

Kemudian nilai R square yang diperoleh dan uji hipotesis tersebut sebesar 0.195 yang berarti bahwa sumbangan relatif yang diberikan variabel *self acceptance* terhadap *body image* sebesar 19.5%. Hal ini berarti *body image* berperan dalam pembentukan *self acceptance* individu sebesar 19.5% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Hasil penelitian diatas didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Oktavinanda (2020) yang menyatakan bahwa *self acceptance* memiliki pengaruh positif terhadap *body image* dengan memberikan sumbangan efektif sebesar 14.2%. hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self acceptance* maka semakin tinggi *body image* begitupun juga sebaliknya semakin rendah *self acceptance* maka semakin rendah *body image*. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa partisipan yaitu model di daerah Yogyakarta memiliki *self acceptance* pada kategori tinggi yaitu sebesar 81% dan *body image* pada kategori sedang yaitu sebesar 57%.

Hasil penelitian yang mendukung adanya pengaruh *self acceptance* terhadap *body image* yaitu pada penelitian yang dilakukan oleh Madina (2018) yang menyatakan bahwa *self acceptance* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *body image* dengan memberikan sumbangan efektif sebesar 68%. Hasil penelitian serupa didapatkan pada penelitian yang dilakukan oleh Kumalasari (2017) pada wanita dewasa awal yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan *self acceptance* dengan *body image* dengan sumbangan efektif sebesar 40.6%.

Berdasarkan wawancara yang data awal yang dilakukan peneliti pada lima subjek. Pada wawancara didapatkan data bahwa keempat subjek masih memiliki penerimaan diri yang kurang dimana mereka melakukan

upaya memperbaiki penampilan fisik yang mereka inginkan dengan cara melakukan penurunan berat badan yaitu olahraga dan meminum obat diet. Ketiga subjek juga mengatakan bahwa mereka kurang percaya diri akan warna kulit yang mereka miliki sehingga melakukan perawatan kecantikan yaitu dengan memakai produk pencerah, membeli *skincare* & *bodycare* dan perawatan di klinik kecantikan. Hal ini membuktikan bahwa pikiran subjek masih memfokuskan dirinya pada kekurangan yang dimilikinya hingga melupakan kelebihan yang ada pada dirinya untuk melakukan interaksi sosial.

Ketika individu memandang *body imagenya* negatif maka individu tersebut akan kurang menerima dirinya sehingga ketika mereka merasa yakin akan dirinya yang menarik maka individu akan merasa percaya diri dan tidak merasa malu terhadap tubuhnya. Individu yang mampu menerima dirinya sendiri dengan lingkungannya akan selalu tenang dan optimis dalam menjalani kehidupan. Dampak negatif pada *body image* seperti tekanan emosional, perenungan penampilan serta bedah plastik (Frith, 2005)

Crow et al (2008) menyatakan bahwa *body image* juga dapat meningkatkan keinginan bunuh diri. Selain itu *body image* dapat memunculkan ketidaksehatan fisik seperti diet ketat yang berlebih, penggunaan dan penyalahgunaan narkoba serta obat-obatan, dan pembedahan kosmetik. Selain itu juga memberikan efek negatif terhadap mental, seperti gangguan makan, depresi dan *body dismorphic disorder* (Dittmar, 2009).

Hasil penelitian serupa yang dilakukan oleh Kumalasari (2017) mengatakan bahwa individu dalam penggambaran kurang menerima dirinya akan penampilan fisiknya pada beberapa subjek dikarenakan mereka masih memiliki gambaran yang kurang positif terhadap dirinya terlebih terhadap tubuhnya dan juga mudahnya mengakses sosial media yang menunjukkan mayoritas masyarakat masih memiliki standar kecantikan yang dapat diterima mayoritas masyarakat serta para subjek ikut mempercayai dan melabeli diri bahwa mereka belum mencapai standar kecantikan yang ada.

Perilaku tidak bisa menerima diri ditunjukkan dengan sikap seperti pendiam, suka menyendiri, suka berpikiran negatif terhadap dirinya sendiri, menghindari teman, kurang percaya diri atau minder, serta malu dengan latarbelakang dirinya sendiri. Tingkat penerimaan diri yang rendah sebagian besar dipengaruhi oleh *body image* yang rendah pada subjek yang cenderung negatif. Sehingga dari *body image* yang negatif akhirnya terbentuk penerimaan diri yang rendah pula.

Individu yang peduli akan penampilannya akan sering melakukan evaluasi terhadap penampilanya dan tidak akan merasa cemas apabila tubuhnya menjadi gemuk atau kurus. Dari hal inilah individu belajar menerima kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya sehingga akan membuat lebih percaya diri. Proses-proses yang harus dilalui oleh seseorang untuk dapat menerima dirinya yaitu seseorang mampu mengenal dirinya sendiri, menahan diri dari pola kebiasaan yang lalu, mengubah emosi dari suatu peristiwa yang terjadi, memiliki sikap positif,

tidak merasa cemas dan mampu menerima kelebihan dan kekurangan dirinya (Feist & Feist, 2016).

*Self acceptance* merupakan satu bagian dalam diri individu yang sangat penting terutama pada individu dewasa awal, dimana individu dewasa awal diharapkan sudah memiliki penerimaan diri yang baik untuk melangsungkan kehidupannya sesuai dengan tahap perkembangannya yang seharusnya dipenuhi akan tetapi apabila *self acceptance* individu cenderung rendah tidak menutup kemungkinan individu mengalami kesulitan atau hambatan dalam fungsi perkembangan kehidupannya.

Pentingnya memiliki penerimaan diri yang baik yang seharusnya sudah cukup matang pada masa dewasa awal membuat peneliti melakukan penelitian di Kota Makassar dengan menyebarkan skala penelitian pada 400 subjek wanita dewasa awal dan memperoleh data penelitian yaitu tingkat *self acceptance* dan *body image* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar dalam kategori sedang pada kedua variabel, yaitu *self acceptance* (37.8%) dan *body image* (39.8%).

Melihat kondisi pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti dimana *self acceptance* individu pada masa dewasa awal masih kurang, masih ada beberapa hal yang mampu dapat diusahakan individu untuk meningkatkan penerimaan diri. Salah satu hal yang dapat dilakukan dengan meningkatkan *body image* agar lebih positif, untuk membangun *body image* positif individu dapat memulai dari pikiran atau persepsi, perilaku dan subjektif terhadap dirinya dan lingkungannya (Kumalasari, 2017).

Sartain (dalam Rohma, 2004) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa individu yang memiliki kesadaran diri untuk menerima dirinya sehingga mereka akan mampu mengenali dirinya sendiri dan nantinya mereka akan mampu untuk menerima dirinya secara utuh. Hal ini akan mampu membantu individu dewasa awal untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya (Monty dkk, 2003)

Hasil pembahasan diatas dapat diketahui bahwa wanita dewasa awal di Kota Makassar masih memiliki rasa akan kurang puasnya akan penampilan fisiknya. Mereka merasa bahwa penampilan fisik mereka masih kurang memenuhi standar kecantikan yang ada, namun disisi lain memiliki penerimaan diri yang cukup baik, sehingga dapat diketahui bahwa mereka memang masih merasakan ketidakpuasaan terhadap tubuhnya namun masih dapat menerima diri karena terkadang mereka masih berpikir positif akan diri dan masa depannya.

Wanita dewasa awal dalam penelitian ini cenderung akan melakukan kamufase-kamufase yang dimana dilakukan untuk tubuhnya sendiri agar dapat menerima dirinya dengan baik. Sekarang ini, sudah banyak sekali cara untuk menutupi kekurangan yang ada pada fisiknya. Hal inilah alasan kenapa wanita awal bisa menerima dirinya meskipun pada kenyataannya mereka merasa tidak puas pada tubuhnya, hal ini dikarenakan memiliki cara berfikir yang logis. Sehingga, ketika rasa ketidakpuasaan muncul pada dirinya maka mereka akan mencoba berfikir secara logis agar mampu menerima dirinya dengan cukup baik setelah memiliki rasa syukur terhadap dirinya.

#### 4. Limitasi Penelitian

Proses penelitian yang telah dilakukan tidak luput dari kekurangan serta keterbatasan yang terjadi selama proses penelitian. Adapun limitasi penelitian ini yaitu persebaran subjek yang tidak merata sehingga didominasi oleh mahasiswa hal tersebut dikarenakan peneliti menyebarkan angket melalui platform media sosial dan masih terdapat jawaban kuesioner yang tidak konsisten menurut pengalaman peneliti.





## BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai pengaruh self acceptance terhadap body image pada wanita dewasa awal di Kota Makassar, dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, didapatkan bahwa tingkat skor *Self Acceptance* yang bervariasi. Mayoritas tingkat *Self Acceptance* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar berada pada kategori sedang sebanyak 208 orang. Sebanyak 31 orang memiliki tingkat *Self Acceptance* yang sangat tinggi, sedangkan 129 orang memiliki tingkat *Self Acceptance* tinggi. Jumlah orang yang memiliki *Self Acceptance* pada kategori rendah sebanyak 144 orang dan sebanyak 36 orang memiliki tingkat *Self Acceptance* pada kategori sangat rendah.
2. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, didapatkan bahwa tingkat skor *Body Image* yang bervariasi mayoritas tingkat *Body Image* berada pada kategori netral sebanyak 180 orang. Sebanyak 32 orang memiliki tingkat *Body Image* positif sedangkan 157 orang memiliki tingkat *Body Image* pada kategori cenderung positif. Jumlah orang yang memiliki *Body Image* pada kategori cenderung negatif sebanyak 1038 orang dan sebanyak 41 orang memiliki tingkat *Body Image* pada kategori negatif.

3. *Self Acceptance* memiliki pengaruh terhadap *Body Image* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar dengan besar kontribusi 10.5% dengan arah koefisien pengaruh yang positif. Artinya semakin tinggi *self acceptance* maka semakin tinggi *body image* pada wanita dewasa awal di Kota Makassar, begitupun sebaliknya.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Wanita Dewasa Awal**

Hasil penelitian diketahui bahwa tingkat *self acceptance* dan *body image* pada wanita dewasa awal mayoritas berada pada tingkat sedang dan penelitian juga menunjukkan bahwa *self acceptance* dapat mempengaruhi *body image*, sehingga diharapkan wanita dewasa awal mampu meningkatkan penerimaan dirinya dengan segala karakteristik yang dimiliki serta lebih bersyukur terhadap bentuk tubuh yang dimiliki. Bisa lebih memahami situasi yang menekan dalam standar kecantikan saat ini dan memahami tugas perkembangannya sehingga siap dalam menghadapi perubahan fisik karena perubahan karena itu adalah hal wajar yang seharusnya terjadi di tiap individu serta diharapkan menjaga kesehatan dalam menjaga penampilan serta fisiknya.

### **2. Bagi Masyarakat**

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa *Self Acceptance* mampu mempengaruhi *Body Image*, sehingga dianjurkan kepada masyarakat untuk mampu menerima dan menghargai penampilan fisik seseorang bagaimanapun keadaannya walaupun hal

itu berbeda dengan standar kecantikannya dan memberikan dukungan kepada orang sekitarnya akan pentingnya menerima dirinya dengan segala karakteristik yang dimilikinya.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menemukan bahwa literature mengenai *Self Acceptance* dan *Body Image* masih sangat sedikit, sehingga diharapkan peneliti selanjutnya untuk memperbanyak literatur dengan meneliti lebih jauh baik mengaitkannya dengan variabel-variabel yang berbeda,serta melakukan penelitian terhadap subjek lain selain wanita dewasa awal yang berstatus mahasiswa.



**BOSOWA**

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, Fadhullah. (2014). Faktor pendorong diet tidak sehat pada mahasiswa. *Ejournal psikologi*. 2(2) 163-170
- Adhyartasari, V.P (2018). Hubungan Antara Gejala Climateric Dengan Penerimaan Diri Perempuan Dewasa Pertengahan. Fakultas Psikologi. Universitas Sanata Dharma. Yogyakarta.
- Ali, M & Asrori,M. (2004). Psikologi Remaja (Perkembangan Masa Didik). Jakarta: Bumi Aksara
- Alifa, A.A. & Rizal, G.L. (2020). Hubungan Social Comparison Dan Body Dissatisfaction Pada Wanita Yang Memiliki Kelebihan Berat Badan (*overweight*). *Jurnal Proyeksi*. Vol.15(2) ;110-119.
- Aliyev, B., & Türkmen, A. (2014). Parent, Peer And Media Effect On The Perception Of Body Image In Preadolescent Girls And Boys. *Universal Journal Of Psychology*, 2(7), 224-230.
- Al-Mighwar (2006). Psikologi Remaja: Petunjuk bagi Guru dan Orangtua. Bandung : Pustaka Setia.
- Amalia, L. (2007). Citra Tubuh (Body Image) Remaja Perempuan. *Jurnal Musawa*, 5(4).STAIN Ponorogo.
- Andiyati, A.D.W. (2016). Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Di SMA Negeri 2 Bantul. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Angraini, Z.N (2010). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Wanita Dewasa Madya. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim. Riau.
- Anna, L.K (2018). Karena Cantik Itu Satu Ukuran. (Diakses Pada 9 November 2019) <https://Lifestyle.Kompas.Com/Read/2018/09/26/170000420/Karena-Cantik-Itu-Bukan-Satu-Ukuran?Page=All>
- Arthur, S.R. & Emily S.R. (2010). Kamus Psikologi. Yogyakarta : Pustaka Belajar
- Atwater, E. D. (1999). *Psychology For Living : Adjustment, Growth, And Behavior Today* (6th Ed). New Jersey : Practice Hall
- Ayu, D.U & Lestari, M.D (2018). Peran Dukungan Sosial Dan Penerimaan Diri Berusia Dewasa Di Rumah Sakit Umum Wangaya. *Jurnal Psikologi Udayana*. 187-200.
- Azizah, R.N (2019). Pengaruh penerimaan diri dan penyesalan terhadap harapan pada narapidana di lapas kelas IIA Malang. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik. Malang.
- Azwar, S. (2017). Metode Penelitian . Yogyakarta: Pustaka Pelajar

- Bain, J.L. (2010). Body Image Perceptions: Do Gender Differences Exist. *Psi Chi Journal Of Undergraduate Research*. Vol.15 ;130- 138.
- Baron, A.R.& Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Berger, E. M. (1952). The Relation Between Expressed Acceptance Of The Self And Expressed Acceptance Of Others. *The Journal Of Abnormal And Social Psychology*, 47(4), 778-782
- Berk, L. E. (2012). *Development Through The Life Edisi Kelima*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Britam, G., Press, P. & Mccarthy, M., (1990). The Thin Ideal , Depression And Disorders. , 2(3).
- Brown, C. T., (2006). Penyakit Aterosklerotik Koroner, (Diterjemahkan Oleh Pendit, B.U., Hartanto, H., Wulansari, P., Susi, N. Dan Mahanani, D.A.). Volume 2, Edisi 6, 579-585, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta.
- Burn, R. B. (1993). *Konsep Diri: Teori, Pengukuran, Perkembangan Dan Perilaku*. Jakarta: Pencetak Arcan.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A Handbook Of Theory, Research, And Clinical Practice*. New York: The Guilford Press.
- Cash, T. F., & Szymanski, M. L. (1995). The Development And Validation Of The Body-Image Ideals Questionnaire. *Jurnal Of Personality Assesment* Vol 64, 466-477 64
- Chaerani, R.F. & Rahayu, A. (2019). Penerimaan Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Wanita. *Ikraith-Humaniora*. Vol. 3(2)
- Chaplin, J.P.(2012). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Choirunisa, K. (2011). Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Putri. *Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents Of Self-Esteem*. San Francisco : Freeman And Company
- Corsini, R.J, 2004. *Encyclopedia Of Psychology*, 2st Edition, *Journal Psychology*. Vol 3. New York; Jhon Wiley And Sons
- Croll, J. (2005). Body Image And Adolescents. Dalam Jamie Stang & Mary Story (Penyunting), *Guidelines For Adolescent Nutrition Services* (155 – 166).
- Dariyo, A. (2003). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta : PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Davidoff, L.L (1999). *Psikologi : Suatu Pengantar Jilid I*. Jakarta: Erlangga.
- Denmark, K. L. (1973). Self Acceptance And Leader Effectiveness. *Journal Extensions*. Texas A & M University.

- Dittmar, H (2009). How do “Body Perfect” Ideals in the Media have a Negative Impact on Body Image and Behaviors? Factors and Processes Related to Self and Identity. *Journal of social and clinical psychology*. Vol 28(1).
- Dittrich, L. (2003). About-Face Facts On Body Image. [Http://Www.About-Face.Org/R/Facts/Bi.Html](http://www.About-Face.Org/R/Facts/Bi.Html). Diunduh 9 September 2019
- Dwinanda, R. (2017). Hubungan Gratitude Dengan Citra Tubuh Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1).
- Dwinanda, R.F. (2016). Hubungan Gratitude Dengan Citra Tubuh Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, V.9(1), Hal 34 - 41
- Elfiky, I. (2009). *Terapi berpikir positif*. Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta.
- Farida Aprilia, T. C. (2008). Hubungan Antara Penerimaan Diri Remaja Terhadap Penampilan Fisik Dengan Kemampuan Komunikasi Interpersonal. Abstrak Skripsi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2016). *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika
- Fristy. (2012). Citra Diri Pada Remaja Putri Yang Mengalami Kecenderungan Gangguan Body Dismorphic. *Jurnal Fakultas Psikologi*. Universitas Gunadarma
- Frith, K., Shaw, P., & Cheng, H. (2005). The Construction of Beauty: A CrossCultural Analysis of Women’s Magazine Advertising. *Journal of Communication*,55(1),56–70.
- Germer, C. K. (2009). *The Mindful Path To Self-Compassion*. United State Of America: The Guilford Press.
- Gilbert, S. & Thompson, J. (2002). Body Shame In Childhood & Adolescence. In P. Gilbert & J. Miles (Eds), *Body Shame* (Pp.55–74). Hove: Brunner-Routledge.
- Grogan, S. (2008). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction In Men, Women And Children (Second Edition)*. New York: Routledge.
- Hadi, S. (2016). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hahn, D. B., Payne, W. A. (2003). *Focus on Health*. Edisi Keenam. New York: McGraw-Hill.
- Hasmalawati, N. (2017). Pengaruh Citra Tubuh Dan Perilaku Makan Terhadap Penerimaan Diri Pada Wanita. Volume (2) No. (2) 65
- Haugaard, J. J. (2001). *Problematic Behaviors During Adolescence*. New York: Mcgraw-Hill.
- Havighurst, J (1984): Alih Bahasa: Firmansyah. *Perkembangan Manusia Dan Pendidikan*. Bandung: Jemmars.

- Hjelle, L. A. And Ziegler, D. J. (1981). *Personality Theories: Basic Assumptions Research, And Aplication 2 Nd Edition*. Tokyo: Mc Grow-Hill Kogakusha Ltd.
- Honigman, R., & Castle, D.J. (2004). A Review Of Psychosocial Outcomes For Patients Seeking Cosmetic Surgery. *Plastic And Reconstructive Surgery*, 113(4), 112-129.
- Hurlock, E. B. (2009). *Psikologis Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga
- Hurlock, E.B. (2007). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima*. (Alih Bahasa: Dra. Istiwidayanti & Drs. Soedjarwo). Jakarta: PT Erlangga.
- Husniyati, D. N. (2009). Pengaruh Konsep Diri Terhadap Penerimaan Diri Anak Jalanan (Street Children) di RPSA Kota Semarang. *Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Semarang*.
- Ifdil, I., Denich, A.U., & Ilyas, A. (2017). Hubungan body image dengan kepercayaan diri remaja putri. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2, 107-113.
- Irawan, S.D. & Safitri (2014). Hubungan Antara Body Image Dan Perilaku Diet Mahasiswi Univeristas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi*. Vol. 12(1).
- Jersild, A.T. (1978). *The Psychology Of Adolescence*. New York : Mc Millan Company
- Johnson, D. W. (1993). *Reaching Out : Interpersonal Effectiveness And Self Actualization*. 5ed. Boston: Allyn N Bacon.
- Kartikasari, Y.E (2020). Hubungan Body Image Dan Dukungan Sosial Terhadap Penerimaan Diri Pada Mahasiswa. *Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Keliat, B. A. (1992). *Gangguan Konsep Diri*. Jakarta.: EGC
- Ken. (2005). Hanya Satu Persen Perempuan Indonesia Yang Merasa Cantik. *Senior (22-28 Juli 2005)*. Hlm.11.
- Khaira, P. (2018). Hubungan Antara Self Esteem Dengan Body Image Pada Remaja Pria. *Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya. Universitas Islam Indonesia. Yogyakarta*.
- Kharizta, S.P. (2018). Hubungan Antara Self Esteem Dengan Body Image Pada Remaja Putri Followers Body Goals Di Instagram. *Fakultas Psikologi. UIN Sunan Gunung Djati. Bandung*.
- Koleoso, O. N., Akanni, O. O., & James, J. O. (2018). Body Image Objectifications and Disordered Eating Attitudes Among Secondary School Students of South-Wes Nigeria. *International Journal of School Health*, 5(2).

- Kumalasari, E. (2017). Hubungan Body Image Dengan Penerimaan Diri Pada Masa Dewasa Awal. Fakultas Psikologi. Universitas Katolik Seogijapranata. Semarang.
- Kurnia, I. (2018). Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial Pada Mahasiswa Baru Di. Fakultas Ekonomi Unissula. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Kusuma, M. R. H., & Krianto, T. (2018). Pengaruh Citra Tubuh, Perilaku Makan, dan Aktivitas Fisik Terhadap Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Remaja: Studi Kasus pada SMA Negeri 12 DKI Jakarta. *Perilaku dan Promosi Kesehatan*, 1(1), 23-31. <http://journal.fkm.ui.ac.id/ppk/article/view/2114>
- Lilishanty, E.D. & Maryatmi, A. S. (2019). Hubungan Citra Tubuh Dan Kepercayaan Diri Dengan Psychological Well Being Pada Remaja Kelas 11 Di SMAN 21 Jakarta. *Jurnal Ikraiith-Humaniora*. Vol. 3(1).
- Lintang, A., Ismanto, Y., Onibala, F. (2015). Hubungan Citra Tubuh Dengan Perilaku Diet Pada Remaja Putri Di SMA Negeri Manado. *Ejournal Keperawatan (E-Kp)*. Vol. 3(2)
- Longe, Jacquelin. (2008). *The Gale Encyclopedia Of Diets*. New York: The Gale Group
- Madina, I. (2018). Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Body Image Pada Komunitas Cosplayer Bandung. Fakultas Psikologi. UIN Sunan Gunung Djati. Bandung.
- Marshall, C & Lengyell, C. (2012). Body Dissatisfaction Among Middle-Aged And Older Women. *Canadian Journal Of Dietic Practice And Research*, Vol. 73 (2), Hal 241-247 66
- Monks, F.J., Knoers, A. M. P., Haditono, S.R. (2001). *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Monty P. Satiadarma Dan Fidelis E. Waruwu. 2003. *Mendidik Kecerdasan: Pedoman Bagi Orang Tua Dan Guru Dalam Mendidik Anak Cerdas*. Jakarta Pustaka Populer Obor.
- Mukhlis, A. (2013) Berpikir Positif Pada Ketidakpuasaan Terhadap Citra Tubuh. *Jurnal Psikologi Islam*. Vol.10(1)
- Mumford, D. B., & Choudry, I. Y. (2000). Body Dissatisfaction And Eating In Slimming And Fitness Gyms In London And Lahore: A Crosscultural Study. *European Eating Disorders Review*. 8, 217-224.
- Murk. C. J. (2006). *Self-Esteem Research, Theory, And Practice : Toward A Positive Psychology Of Self-Esteem 3rd Edition*. New York : Springer Publishing Company Inc.



- Mustagfirin, M. & Arjanggal, R. (2020). Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Wanita Bercadar. *Jurnal Proyeksi*. Vol. 15 (1) : 181-190
- Muttadin, Z. (2002). *Penyesuaian Diri Remaja*. Jakarta: PT. Elek Media Komputindo.
- Muttaqin, I.M (2019). Keterkaitan Harga Diri Dan Penerimaan Diri Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Mahasiswa. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Myers, T.A. & Crowther, J.H. (2009). Social Comparison As A Predictor Of Body Dissatisfaction : A Meta-Analytic Review. *Journal Of Abnormal Psychology* Vol. 118(4): 683-698.
- Naemeka, A., & Solomon, A. (2014). Relationship Between Body Image And Selfesteem Among Female Undergraduate Students Of Behavioural Sciences. *Journal Of Humanities And Social Science*,19 (1),
- Nainggolan, D.A (2019). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Narapidana Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Tanjung Gusta. Fakultas Psikologi. Universitas Medan Area.
- Nisa, A.Z. (2015). Hubungan Antara Social Comparison Dengan Body Image Pada Remaja Putri MA Sidoarjo. Fakultas Psikologi Dan Kesehatan. UIN Sunan Ampel. Surabaya.
- Nugraha, J.A (2010) Pengaruh Kepuasan Citra Tubuh Terhadap Kepercayaan Diri Orang Yang Mengikuti Fitness Center. Fakultas Psikologi. Universitas Hidayatullah. Jakarta.
- Nurviana, E.V. (2010). Penerimaan Diri. *Jurnal Psikologi*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.
- Nurvita, V. & Handayani, M.M. (2015). Hubungan Antara Self Esteem Dengan Body Image Pada Remaja Awal Yang Mengalami Obesitas. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*. Vol 4(1).
- Oktaviani, M.A (2019). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Harga Diri Pada Remaja Pengguna Instagram. *Psikoborneo*. Vol.7(4):549-556.
- Oktavinanda, A. (2020). Pengaruh Body Image Terhadap Penerimaan Diri Fashion Model Usia Dewasa Awal Di Daerah Istemewa Yogyakarta. Fakultas Psikologi. Universitas Negeri Yogyakarta
- Papalia, Diane E., Et Al. (2011). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana.
- Paramita, R & Margaretha (2013). Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Penyesuaian Diri Penderita Lupus. *Jurnal Psikologi Undip*. Vol. 12(1).
- Peterson, C.B., Mitchell, J. E., Crow, S.J., Crosby, R.D., & Wonderlich, S.A. (2009). The efficacy of self-help group treatment and therapist-led group

treatment for binge eating disorder. *The American Journal of Psychiatry*, 166- 1347-1354.

Prasetyono. (2008). *Serba-Serbi Anak Autis*. Yogyakarta : Diva Press.

Putra, A. I. D. & Diny, A. (2019). Body Dissatisfaction Ditinjau Dari Social Comparison Pada Siswi Sekolah Menengah Atas. *Journal Of Education, Humaniora And Social Sciences (JEHSS)*. Vol. 2(1) ; 1–11.

Putra, R.A. (2014). Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Difabel. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta

Rahmadiyah, A. & Munthe, R.A. (2020). Social Comparison Dengan Ketidakpuasaan Bentuk Tubuh Pada Remaja Perempuan. *Jurnal Psikobuletin*. Vol. 1(1) ; 11-19.

Ramadhani, M. (2017). Hubungan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Peserta Didik Putri Di Mts Muhammadiyah Lakitan. Fakultas Bimbingan Dan Konseling. STKIP. Sumatera Barat.

Ratnawati, V. & Sofiah, D. (2012). Percaya Diri, Body Image Dan Kecenderungan Anoreksia Nervosa Pada Remaja Putri. *Jurnal Persona Psikologi Indonesia*. Vol. 1(2) : 130-142

Resty, G.T (2015). Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Harga Diri Remaja Di Panti Asuhan Yatimputri Aisyiyah. Jurusan Psikologi. Universitas Negeri Yogyakarta.

Rice, C. (1995). Promoting Healthy Body Image: A Guide For Program Planners: [Http://Www.Opc.On.Ca/Beststart/Bodyimg/Httoc.Html](http://www.opc.on.ca/beststart/bodyimg/httoc.html). Diunduh 9 September 2019

Ridha, M. (2012). Hubungan Antara Body Image Dengan Penerimaan Diri Pada Mahasiswa Aceh Di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi: Empathy*, 1 (1), Hlm. 111-121.

Rina, O. (2004). Hubungan Antara Penerimaan Diri Terhadap Ciri-Ciri Perkembangan Sekunder Dengan Konsep Diri Pada Remaja Putri SLTPN 10 Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*, Vol 1(2). Palembang : Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma Palembang

Rohmah, F. A. 2004. Pengaruh Pelatihan Harga Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Remaja. *Humanitas : Indonesian Psychological Journal*. Vol. 1 No. 1. Hal 53-63

Romansyah, M., & Natalia, D., (2012). Body Image Disorder Linked With Sport Activities To Obesity Students. *Jurnal STIKES* Vol 5(2)

Santrock, J.W. (2002). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup* (Edisi Kelima). Jakarta: Erlangga.

- Santrock, Jhon, W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Terjemahan Oleh Shinto B. Adelar Dan Sherly Siragih. Jakarta: Erlangga. 67
- Santrock, John W. (2012). *Life-Span Development*. 13 Th Edition. University Of Texas, Dallas : Mc Graw-Hill
- Sari, Dahlia N. P. (2012). Hubungan Antara Body Image Dan Self Esteem Pada Dewasa Awal Tuna Daksa. *Jurnal Ilmiah Vol 1(1)*
- Sari, H & Siregar, R. A. (2012) Peran Body Image Terhadap Penyesuaian Diri Perempuan Dewasa Dini Pada Kehamilan Pertama. *Psikologi Online Vol 7(2)*, 48-55
- Shinta, A. A., Suci, M.K. & Fadri, K.A.(2019). Hubungan Antara Cinta Diri Dan Penerimaan Diri Dengan Perilaku Diet Pada Model Wanita Dewasa Awal Di Surakarta. *Jurnal Sains Psikologi, Jilid 8 (1)*.
- Siegel, J.M., A. Yancey, C. Aneshensel Et Al., (1999). Body Image, Perceived Pubertal Timing, And Adolescent Mental Health. *The Journal Of Adolescent Health : Official Publication Of The Society For Adolescent Medicine*, 25, Pp.155–165.
- Smolak, Linda & Thompson, J. Kevin. (2009). *Body Image, Eating Disorders, And Obesity In Youth*. Washington DC: American Psychological Association.
- Sobur, A. (2010). *Psikologi Umum*. Bandung : Pustaka Setia
- Spangler, D & Carroll, A. (2001). A Comparison Of Body Image Satisfaction Among Latter Day Saint And Non Letter Day Saint College Age Student. *Journal Brigham Young University*
- Stewart Ac, Friedman S, Koch J.(1985). *Child Developmen A Topical Approach*. Singapore. John Wiley & Sons Inc
- Sugiyono. (2014). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sumanty, D., Sudirman, D., & Puspasari, D. (2018). Hubungan Religiusitas Dengan Citra Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 1(1), 9-28.
- Sunartio, L. , Sukanto, M.E & Dianovinina, K. (2012). Social Comparison Dan Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Humanitas*. Vol. IX (2).
- Suprpto, M.H., & Aditomo, A. (2007). Aku Dan Dia, Cantik Mana? Perbandingan Sosial, Body Dissatisfaction Dan Objektivikasi Diri. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, Vol. 22, No. 2, 188-193.
- Supratiknya, A. (2009). *Komunikasi Pribadi*. Tinjauan Psikologis 68.
- Tadabbur. (2008). Body Image. Diakses Dari [Http://Digilib.Mercubuana.Ac.Id/](http://Digilib.Mercubuana.Ac.Id/) Pada Tanggal 9 November 2019

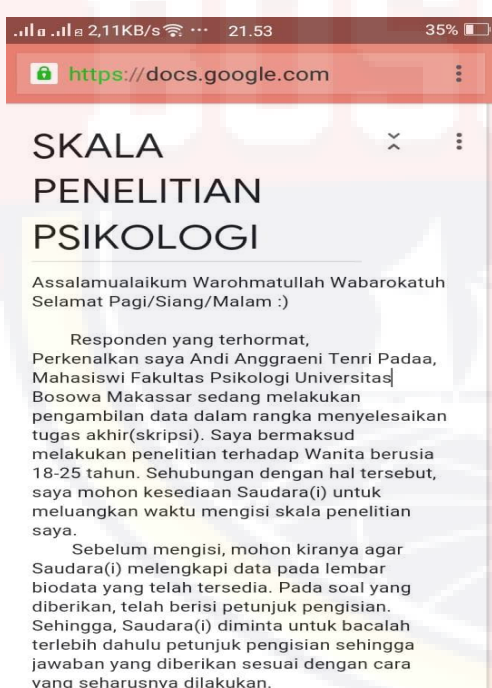
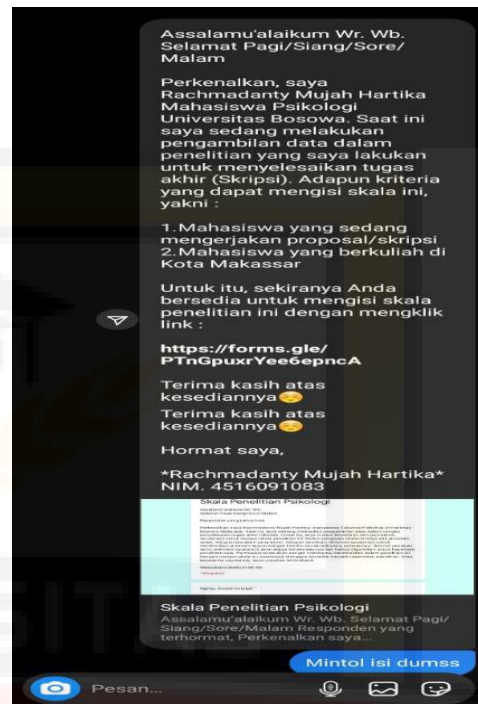
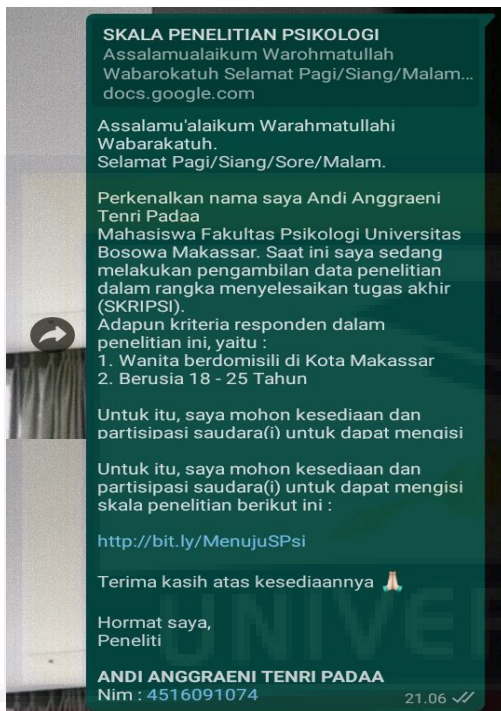
- Tantiani, T. & Syafiq, A. (2008). Perilaku Makan Menyimpang Pada Remaja Di Jakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*. Vol. 2(6).
- Thompson, J.K. (2000). *Body Image, Eating Disorder.And Obesity An Integrative Guide For Asesment And Treatment*. Washington : *American Psychological Association*.
- Tunnisa, F. (2019). Hubungan Konsep Diri dengan Penerimaan Diri Pada Remaja Disabilitas di Yayasan Bukesra Ulee Kareng Banda Aceh. Skripsi Thesis, UIN Ar-Raniry Banda Aceh
- Wahyuni, P. (2013). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Harga Diri Pada Remaja Putri Awal Di Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh. Skripsi. Universitas Syiah Kuala
- Whitbourne, S. K. (2005). *Adult Development and Aging: Biopsychosocial Perspective*. (Ed. Ke-2). New Jersey: John Wiley & Sons.
- Willis, S. (2005). *Remaja dan Masalahnya*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Wiranatha, F.D & Supriyadi, S. (2015). Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Pelajar Puteri Di Kota Denpasar.*Jurnal Psikologi Udayana*. Vol. 2(1)
- Wulandari, A.R & Susilawati, A (2016). Peran Penerimaan Diri Dan Dukungan Sosial Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan Di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*. Vol. 3 (3) : 509-518.



# LAMPIRAN



**Lampiran 1 :**  
**Contoh Item pada**  
**Skala Penelitian**



Nama (boleh inisial) \*

Teks jawaban singkat

---

Usia \*

18 Tahun

19 Tahun

20 Tahun

25 tahun

---

Pekerjaan \*

Teks jawaban singkat

<p><b>Suku *</b></p> <p>Teks jawaban singkat</p> <hr/>	<h3>Petunjuk Pengerjaan</h3> <p>Skala ini bukan merupakan suatu tes, maka semua jawaban yang anda berikan adalah BENAR dan tidak ada jawaban yang SALAH. Berikut petunjuk pengerjaan skala. Dalam skala ini disajikan beberapa pernyataan. Anda diminta untuk memilih salah satu dari pilihan jawaban yang tersedia yang dianggap sesuai dengan keadaan atau gambaran diri Anda yang sesungguhnya.</p> <p>Alternatif jawaban yang tersedia, yaitu :</p> <p><b>Sangat Tidak Setuju</b> : Ketika pernyataan tersebut anda Sangat tidak Setuju dalam menggambarkan diri anda</p> <p><b>Tidak Setuju</b> : Ketika pernyataan tersebut Tidak Setuju dalam menggambarkan diri anda</p> <p><b>Netral</b> : Ketika pernyataan tersebut Netral dalam menggambarkan diri anda</p> <p><b>Setuju</b> : Ketika pernyataan tersebut Setuju dalam menggambarkan diri anda</p> <p><b>Sangat Setuju</b> : Ketika pernyataan tersebut Sangat Setuju dalam menggambarkan diri anda</p>
<p><b>Berat Badan (kg) *</b></p> <p>Teks jawaban singkat</p> <hr/>	<p><b>Tubuh saya menarik *</b></p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Setuju</p> <p><input type="radio"/> Tidak Setuju</p> <p><input type="radio"/> Netral</p> <p><input type="radio"/> Setuju</p> <p><input type="radio"/> Sangat Setuju</p>
<p><b>Tinggi Badan (cm) *</b></p> <p>Teks jawaban singkat</p> <hr/>	

<h3>Petunjuk Pengerjaan</h3> <p>Untuk pernyataan dibawah ini anda diminta untuk memilih salah satu dari pilihan jawaban yang tersedia yang dianggap sesuai dengan keadaan atau gambaran diri anda yang sesungguhnya. Alternatif jawaban yang tersedia terdiri dari lima pilihan jawaban, yaitu :</p> <p><b>Sangat Tidak Puas</b> : Ketika pernyataan tersebut anda Sangat Tidak Puas dalam menggambarkan diri anda</p> <p><b>Tidak Puas</b> : Ketika pernyataan tersebut Tidak Puas dalam menggambarkan diri anda</p> <p><b>Cukup Puas</b> : Ketika pernyataan tersebut Cukup Puas dalam menggambarkan diri anda</p> <p><b>Puas</b> : Ketika pernyataan tersebut Puas dalam menggambarkan diri anda</p> <p><b>Sangat Puas</b> : Ketika pernyataan tersebut Sangat Puas dalam menggambarkan diri anda</p>	<h3>Petunjuk Pengerjaan</h3> <p>Untuk pernyataan dibawah ini anda diminta untuk memilih salah satu dari pilihan jawaban yang tersedia yang dianggap sesuai dengan keadaan atau gambaran diri anda yang sesungguhnya. Alternatif jawaban yang tersedia terdiri dari lima pilihan jawaban, yaitu :</p> <p><b>Amat Sangat Ideal</b> : Ketika pernyataan tersebut anda "Amat Sangat Ideal" dalam menggambarkan diri anda</p> <p><b>Sangat Ideal</b> : Ketika pernyataan tersebut "Sangat Ideal" dalam menggambarkan diri anda</p> <p><b>Ideal</b> : Ketika pernyataan tersebut "Ideal" dalam menggambarkan diri anda</p> <p><b>Tidak Ideal</b> : Ketika pernyataan tersebut "Tidak Ideal" dalam menggambarkan diri anda</p> <p><b>Amat Sangat Tidak Ideal</b> : Ketika pernyataan tersebut "Amat Sangat Tidak Ideal" dalam menggambarkan diri anda</p>
<p><b>Wajah (bentuk dan warna serta kehalusan kulit wajah) *</b></p> <p><input type="radio"/> Sangat Tidak Puas</p> <p><input type="radio"/> Tidak Puas</p> <p><input type="radio"/> Cukup Puas</p> <p><input type="radio"/> Puas</p> <p><input type="radio"/> Sangat Puas</p>	<p><b>Ketika orang lain menatap saya kebanyakan orang lain akan berpikir bahwa saya :</b> *</p> <p><input type="radio"/> Amat Sangat Ideal</p> <p><input type="radio"/> Sangat Ideal</p> <p><input type="radio"/> Ideal</p>



## PETUNJUK Pengerjaan

Skala ini bukan merupakan suatu tes, maka semua jawaban yang anda berikan adalah BENAR dan tidak ada jawaban yang SALAH. Berikut petunjuk pengerjaan skala, yaitu dengan memilih pada salah satu jawaban dari kelima pilihan jawaban yang tersedia. Pilihlah jawaban yang paling menggambarkan diri anda.

**Sangat Tidak Setuju** : Ketika pernyataan tersebut Sangat Tidak Sesuai menggambarkan diri anda

**Tidak Setuju** : Ketika pernyataan tersebut Tidak Sesuai menggambarkan diri anda

**Netral** : Ketika pernyataan tersebut Netral menggambarkan diri anda

**Setuju** : Ketika pernyataan tersebut Sesuai menggambarkan diri anda

**Sangat Setuju** : Ketika pernyataan tersebut Sangat Sesuai menggambarkan diri anda

Saya merasa senang bertemu dengan orang-orang yang dapat membantu menyelesaikan masalah pribadi saya \*

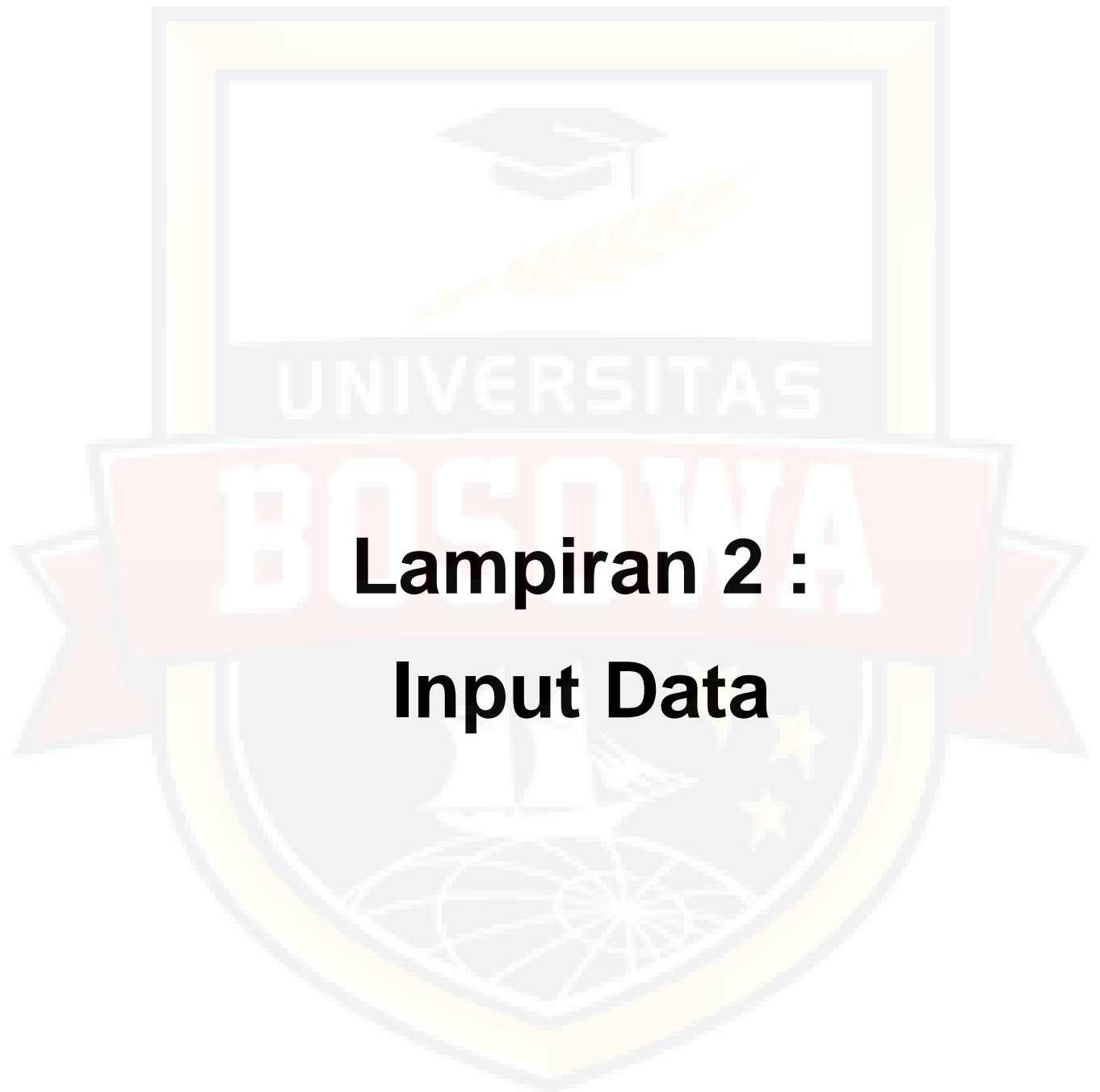
- Sangat Tidak Setuju
- Tidak Setuju
- Netral
- Setuju
- Sangat Setuju

### TERIMA KASIH TELAH BERPARTISIPASI

Terima kasih atas waktunya mengisi skala penelitian saya dan semoga Allah membalas kebaikan saudara(i) dengan kebaikan dan keberkahan yang berlipat ganda. Aaamiin.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

# BOSOWA



## **Lampiran 2 : Input Data**

Timestamp	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
Timestamp	Nama (joleh inisial)	Usia	Pekerjaan	Suku	Berat Badan (kg)	Tinggi Badan (cm)	Tubuh saya menarik	Saya menyukai penampil	Kebanyakan orang r	
24/09/2020 21:08:54	K	22 Tahun	Mahasiswa	Luwu	65	160	Setuju	Netral	Tidak Setuju	
24/09/2020 21:10:15	Tri	22 Tahun	Pelajar	Bugis	60	145	Tidak Setuju	Setuju	Tidak Setuju	
24/09/2020 21:13:42	Laksmi	22 Tahun	Pelajar	Bugis	39	160	Setuju	Sangat Setuju	Sangat Setuju	
24/09/2020 21:18:24	Mr	22 Tahun	mahasiswa	bugis	47	158	Netral	Tidak Setuju	Netral	
24/09/2020 21:25:35	Nanda	22 Tahun	Mahasiswa	Mekassar	45	157	Tidak Setuju	Sangat Setuju	Netral	
24/09/2020 21:27:22	AB	22 Tahun	Mahasiswa	Bugis	60	155	Tidak Setuju	Netral	Netral	
24/09/2020 21:28:30	Maulida Nurul Fatimah	19 Tahun	Mahasiswa	Mekassar	58	159	Netral	Netral	Setuju	
24/09/2020 21:33:31	F	21 Tahun	Mahasiswa	Mekassar	45	145	Netral	Setuju	Netral	
24/09/2020 21:37:30	Eka	22 Tahun	Mahasiswa	Mekassar	49	155	Setuju	Setuju	Netral	
24/09/2020 21:40:48	feorynieta	24 Tahun	Pegawai Swasta	Toraja	53	155	Netral	Sangat Setuju	Netral	
24/09/2020 21:45:25	R	22 Tahun	Mahasiswa	Mekassar	53	157	Setuju	Setuju	Netral	
24/09/2020 21:46:47	Viana	21 Tahun	Mahasiswa	Toraja	47	145	Netral	Netral	Tidak Setuju	
24/09/2020 21:48:22	Riana	21 Tahun	Ma	Mahasiswa	57	150	Setuju	Setuju	Netral	
24/09/2020 21:49:07	Hesouli	22 Tahun	Tdk ada	Sulawesi selatan	50	155	Setuju	Setuju	Tidak Setuju	
24/09/2020 21:55:34	M	24 Tahun	Mahasiswa	Bugis	45	155	Netral	Netral	Netral	
24/09/2020 22:00:16	Jeklin Kialele	21 Tahun	Mahasiswa	Toraja	45	154	Setuju	Setuju	Netral	
24/09/2020 22:00:22	Ap	24 Tahun	Mahasiswa	Mekassar	100	155	Tidak Setuju	Tidak Setuju	Tidak Setuju	
24/09/2020 22:01:27	Indri	24 Tahun	-	Toraja	47	153	Sangat Setuju	Sangat Setuju	Sangat Setuju	
24/09/2020 22:05:13	GFR	21 Tahun	mahasiswa	Toraja	50	150	Tidak Setuju	Netral	Netral	
24/09/2020 22:05:14	Riri	25 tahun	Mahasiswa	Bugis mekassar	52	150	Bangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Tidak Setuju	
24/09/2020 22:10:32	r	22 Tahun	wiraswasta	bugis	41	155	Netral	Setuju	Netral	
24/09/2020 22:11:34	Winda	21 Tahun	Mahasiswa	Mekassar	58	155	Netral	Netral	Netral	
24/09/2020 22:14:55	PRI	21 Tahun	Mahasiswa	Toraja	60	152	Setuju	Setuju	Netral	
24/09/2020 22:22:21	Vhyka	24 Tahun	WIRASWASTA	BUGIS	60	158	Netral	Setuju	Netral	
24/09/2020 22:35:09	Nao	22 Tahun	Mahasiswa	Bugis	40	142	Netral	Sangat Setuju	Netral	
24/09/2020 22:47:31	Caca	22 Tahun	Mahasiswa	Melayu	50	150	Netral	Tidak Setuju	Netral	
24/09/2020 22:56:02	D	19 Tahun	Mahasiswa	Bugis	55	157	Tidak Setuju	Setuju	Tidak Setuju	
24/09/2020 23:02:25	Beolite	22 Tahun	Mahasiswa	Jenab bugis	55	155	Netral	Sangat Setuju	Netral	
24/09/2020 23:24:51	r	22 Tahun	wiraswasta	bugis	41	155	Netral	Setuju	Netral	
24/09/2020 23:35:43	Yoonas	24 Tahun	Mahasiswa	Bugis	48	155	Bangat Setuju	Sangat Setuju	Sangat Setuju	
25/09/2020 0:01:39	Gita	22 Tahun	Mahasiswa	Bugis	51	158	Setuju	Sangat Setuju	Setuju	
25/09/2020 0:47:51	Mhc	22 Tahun	Mahasiswa	Bugis	45	155	Netral	Sangat Setuju	Setuju	
25/09/2020 2:13:22	Caca	22 Tahun	Mahasiswa	Melayu	50	150	Netral	Tidak Setuju	Netral	
25/09/2020 5:45:35	Revy	22 Tahun	Mahasiswa	Mekassar	40	155	Netral	Sangat Setuju	Netral	

Form Responses 1

	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	X22	X23	X24	X25	X26
1	2	3	4	2	5	2	2	2	4	2	2	4	4	4	4	3	2	3	2	3	3	4	2	2	2	3
2	4	2	4	1	3	2	2	2	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	2	2	2	2	2	2	3
3	2	1	1	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1	4	2	4	4	1	5	2	1	4	1	4	2	2
4	3	4	3	1	4	3	1	4	4	4	3	1	1	2	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3
5	4	1	3	2	5	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3
6	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3
7	3	3	2	3	2	3	2	2	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	4	3	4	4	2	3
8	3	2	3	3	3	3	2	2	4	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3
9	2	2	3	3	4	4	1	3	4	3	2	3	4	3	2	2	3	2	5	4	3	5	4	2	4	4
10	3	1	3	1	3	5	1	5	5	2	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	3	5	5	5	5
11	2	2	3	4	3	2	2	2	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	2	4	2	4	2
12	3	3	4	2	3	1	1	2	3	4	4	3	3	4	3	3	5	3	3	4	2	3	2	1	2	2
13	2	2	3	2	3	4	2	1	4	1	1	1	1	1	2	3	2	2	5	3	3	4	4	4	4	3
14	2	2	4	3	3	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4
15	3	3	3	4	4	4	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	5	2	4	4	4
16	2	2	3	2	4	3	2	2	4	4	3	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4
17	1	1	1	3	5	5	2	1	4	2	3	2	1	4	4	2	3	2	4	5	4	5	3	4	4	4
18	4	3	3	3	4	2	2	3	4	3	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3
19	5	4	4	2	5	3	2	3	4	4	3	4	5	4	5	5	5	5	5	4	4	3	2	3	3	3
20	3	2	3	3	5	5	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	1	2	5	5	1	3	3	4	2	2
21	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3
22	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4
23	3	2	3	2	3	4	1	1	5	2	2	4	4	2	4	4	3	2	5	3	4	5	3	3	3	3
24	3	1	3	2	5	4	1	2	4	2	2	2	2	2	2	4	2	2	4	4	1	3	4	4	4	2



**Lampiran 3 :**  
**Hasil Uji Reliabilitas**  
**dan Uji Validitas**

### A. Reliabilitas *Self Acceptance*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.900	32

### B. Reliabilitas *Body Image*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.829	33

### C. Validitas Tampang

#### 1. Review Umum

Reviewer	Hasil Review			
	Layout/Tata Letak	Jenis & Ukuran Huruf	Bentuk Skala	Sampul
Reviewer 1 Rachmadanty Mujah Hartika	Bagus	Pengantar skala dan petunjuk fontnya agak kecil	Bagus dan Rapi	-
Reviewer 2 Fatimah Nas	Bagus, dan rapi	Petunjuk pengerjaan spasinya perlu dirapihkan	Bagus	-
Reviewer 3 Elisabet N. Jelita	Good	Good	Sudah bagus, tapi kalau bisa gunakan nomor pada item	-
Reviewer 4 Tridayanti Tamrin	Bagus	Bagus	Bagus	-
Reviewer 5 Fina Nuryana	Bagus	Bagus	Bagus	-

Uraian kesimpulan : Hasil rekaitulasi review secara keseluruhan pada bagian Sub Layout/Tata Letak dan Sampul sudah bagus, Namun,

pada bagian Jenis dan Ukuran Huruf sudah bagus dengan tambahan perbaikan yaitu pengantar skala dan pentunjuk skala perlu dirapihkan, pada bagian Bentuk Skala sudah bagus dengan tambahan perbaikan yaitu memberikan nomor pada item.

2. Review Khusus : Pengantar Skala

Aspek Riview	Hasil Riview	
	Konten	Bahasa
Reviewer 1 Rachmadanty Mujah Hartika	Sesuai	Mudah dipahami
Reviewer 2 Fatimah Nas	Ok	Ok
Reviewer 3 Elisabet N. Jelita	Sesuai	Sesuai
Reviewer 4 Tridayanti Tamrin	Ok	Mudah dipahami
Reviewer 5 Fina Nuryana	Sesuai	Sesuai

Uraian Kesimpulan : berdasarkan rekapitulasi hasil review maka pada review khusus pada bagian pengantar skala sudah bagus dan tidak perlu ada perbaikan.

3. Review Khusus : Identitas Responden

Aspek Riview	Hasil Riview	
	Konten	Bahasa
Reviewer 1 Rachmadanty Mujah Hartika	Bagus	Baik
Reviewer 2 Fatimah Nas	Ok	Ok
Reviewer 3 Elisabet N. Jelita	Bagus	Mudah Dipahami

Reviewer 4 Tridayanti Tamrin	Ok	Baik
Reviewer 5 Fina Nuryana	Sesuai	Sesuai

Uraian Kesimpulan : Berdasarkan rekapitulasi hasil review bahwa secara keseluruhan pada bagian identitas responden sudah bagus.

#### 4. Review Khusus : Petunjuk Pengerjaan

Aspek Review	Hasil Review	
	Konten	Bahasa
Reviewer 1 Rachmadanty Mujah Hartika	Bagus	Baik
Reviewer 2 Fatimah Nas	Ok	Ok
Reviewer 3 Elisabet N. Jelita	Good	Mudah dipahami
Reviewer 4 Tridayanti Tamrin	Sesuai	Sesuai
Reviewer 5 Fina Nuryana	Ok	Mudah dipahami

Uraian Kesimpulan : Berdasarkan rekapitulasi hasil review bahwa secara keseluruhan pada bagian petunjuk pengerjaan sudah bagus.

#### 5. Review Khusus : Item Pernyataan

##### Skala I :

Aspek Review		Hasil Review	
		Konten	Bahasa
Item Pernyataan	Item 1	Sesuai	✓
	Item 2	Sesuai	✓
	Item 3	Sesuai	✓
	Item 4	Sesuai	✓

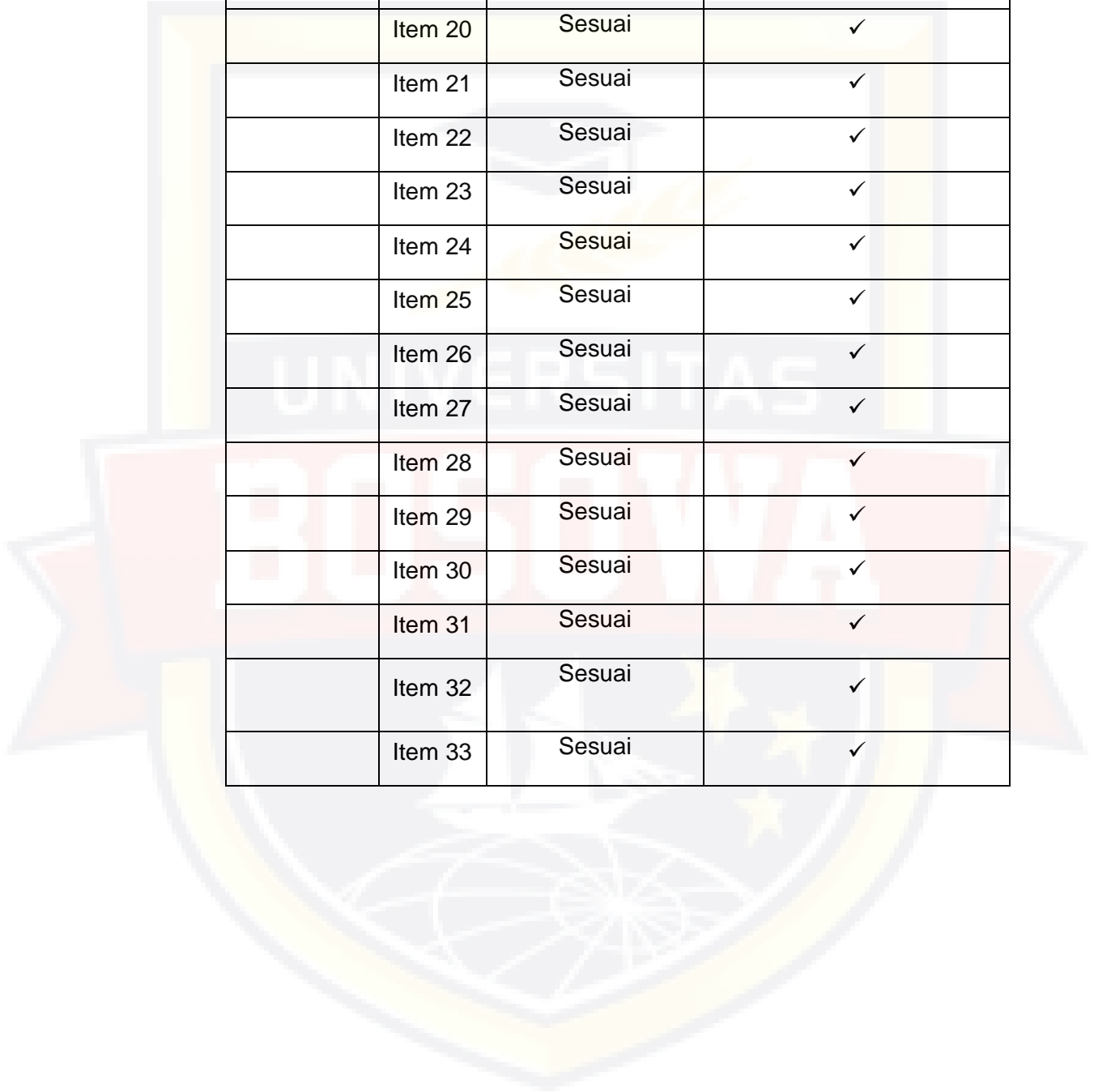
	Item 5	Sesuai	✓
	Item 6	Sesuai	Typo "Pribadi"
	Item 7	Sesuai	Typo "orang-orang"
	Item 8	Sesuai	✓
	Item 9	Sesuai	✓
	Item 10	Sesuai	✓
	Item 11	Sesuai	✓
	Item 12	Sesuai	✓
	Item 13	Sesuai	✓
	Item 14	Sesuai	✓
	Item 15	Sesuai	✓
	Item 16	Sesuai	✓
	Item 17	Sesuai	✓
	Item 18	Sesuai	✓
	Item 19	Sesuai	✓
	Item 20	Sesuai	✓
	Item 21	Sesuai	✓
	Item 22	Sesuai	✓
	Item 23	Sesuai	✓
	Item 24	Sesuai	✓
	Item 25	Sesuai	✓
	Item 26	Sesuai	✓
	Item 27	Sesuai	✓
	Item 28	Sesuai	✓



	Item 29	Sesuai	✓
	Item 30	Sesuai	✓
	Item 31	Sesuai	✓
	Item 32	Sesuai	✓

**Skala II :**

Aspek Review		Hasil Review	
		Konten	Bahasa
Item Pernyataan	Item 1	Sesuai	✓
	Item 2	Sesuai	✓
	Item 3	Sesuai	✓
	Item 4	Sesuai	✓
	Item 5	Sesuai	✓
	Item 6	Sesuai	✓
	Item 7	Sesuai	✓
	Item 8	Sesuai	✓
	Item 9	Sesuai	✓
	Item 10	Sesuai	✓
	Item 11	Sesuai	✓
	Item 12	Sesuai	✓
	Item 13	Sesuai	✓
	Item 14	Sesuai	✓
	Item 15	Sesuai	✓
	Item 16	Sesuai	✓
	Item 17	Sesuai	✓

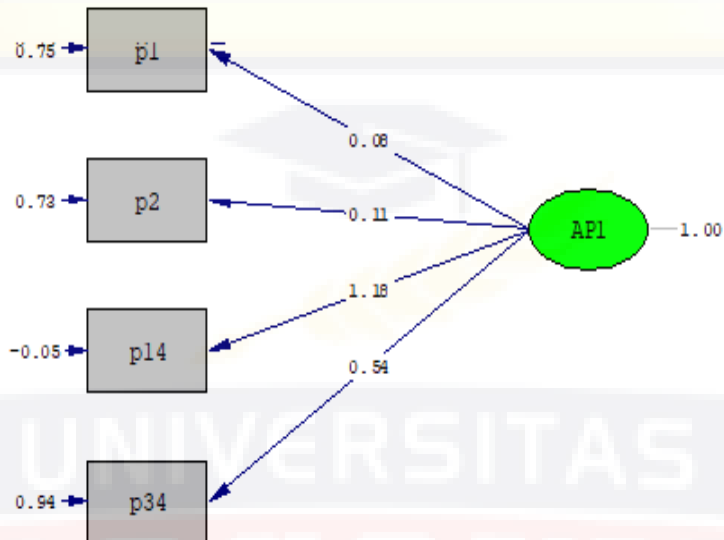


	Item 18	Sesuai	✓
	Item 19	Sesuai	✓
	Item 20	Sesuai	✓
	Item 21	Sesuai	✓
	Item 22	Sesuai	✓
	Item 23	Sesuai	✓
	Item 24	Sesuai	✓
	Item 25	Sesuai	✓
	Item 26	Sesuai	✓
	Item 27	Sesuai	✓
	Item 28	Sesuai	✓
	Item 29	Sesuai	✓
	Item 30	Sesuai	✓
	Item 31	Sesuai	✓
	Item 32	Sesuai	✓
	Item 33	Sesuai	✓

#### D. Validitas Konstrak

##### 1. Output Validitas Konstrak *Self Acceptance*

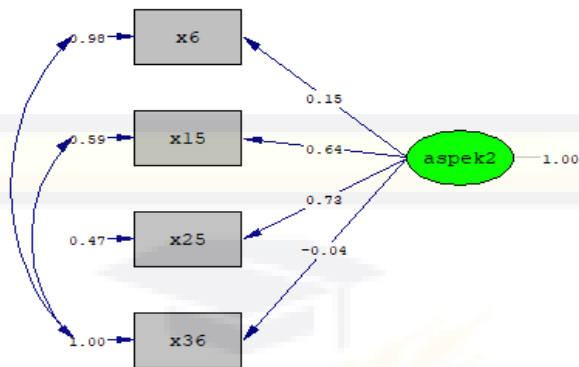
Dimensi 1 :



Chi-Square=5.73, df=2, P-value=0.05702, RMSEA=0.068

No.	Aitem	<i>Factor Loading</i>	<i>Error</i>	<i>T-Value</i>	Keterangan
1.	1	0.78	0.05	14.08	Valid
2.	2	0.72	0.05	14.00	Valid
3.	14	-0.04	0.05	-0.05	Tidak Valid
4.	34	0.94	0.05	5.49	Valid

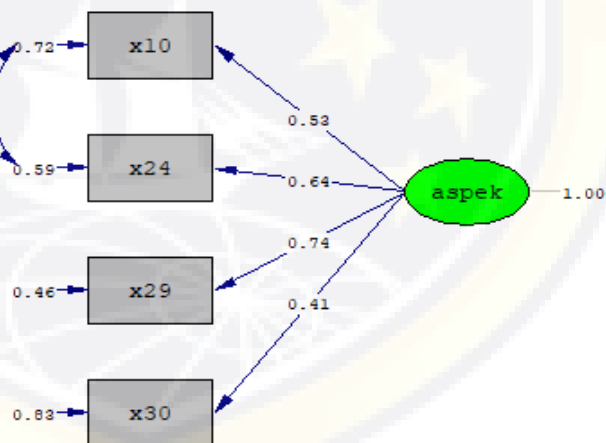
Dimensi 2 :



Chi-Square=0.00, df=0, P-value=1.00000, RMSEA=0.000

No.	Aitem	Factor Loading	Error	T-Value	Keterangan
1.	6	0.15	0.05	2.38	Valid
2.	15	0.64	0.05	3.78	Valid
3.	25	0.73	0.05	3.81	Valid
4.	36	-0.04	0.05	-0.61	Tidak Valid

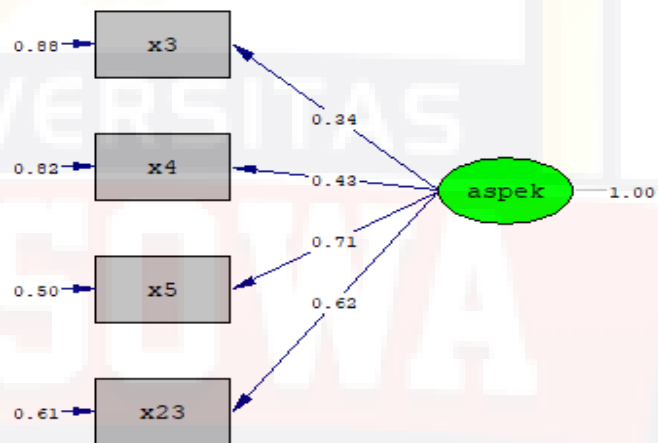
Dimensi 3 :



Chi-Square=0.00, df=1, P-value=0.98427, RMSEA=0.000

No.	Aitem	Factor Loading	Error	T-Value	Keterangan
1.	10	0.53	0.05	7.74	Valid
2.	24	0.64	0.05	9.11	Valid
3.	29	0.74	0.05	10.00	Valid
4.	30	0.41	0.05	7.04	Valid

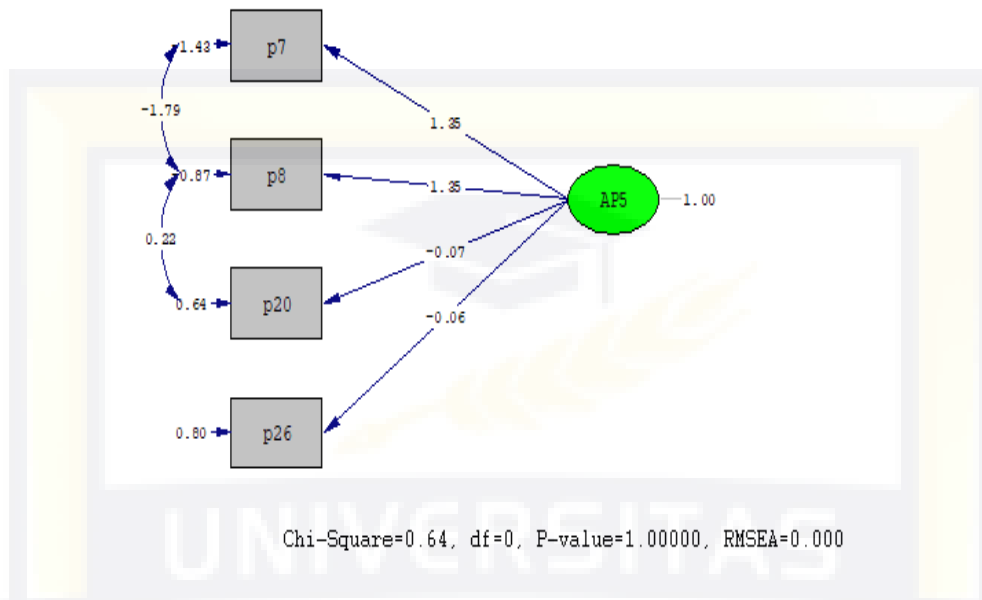
Dimensi 4 :



Chi-Square=1.32, df=2, P-value=0.51700, RMSEA=0.000

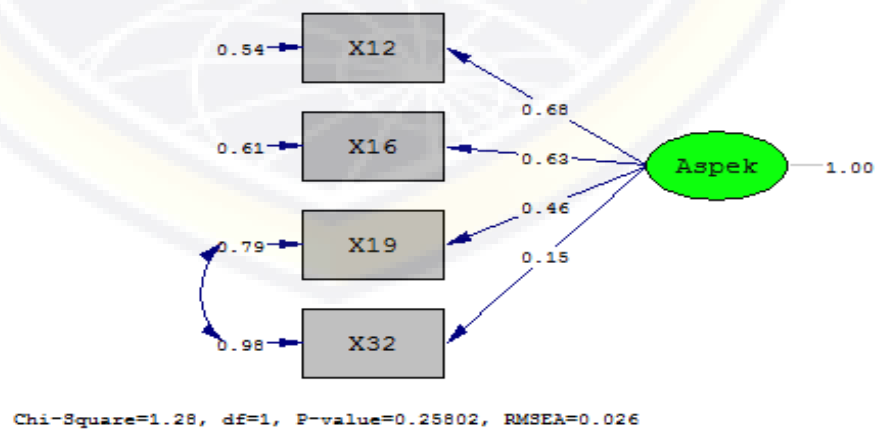
No.	Aitem	Factor Loading	Error	T-Value	Keterangan
1.	3	0.34	0.05	5.67	Valid
2.	4	0.43	0.05	7.11	Valid
3.	5	0.71	0.05	10.43	Valid
4.	23	0.62	0.05	9.64	Valid

Dimensi 5 :



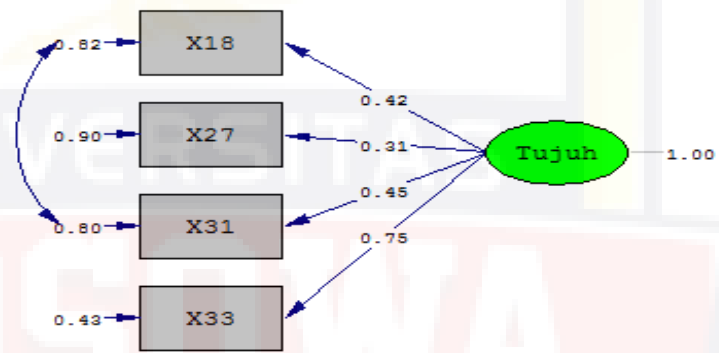
No.	Aitem	Factor Loading	Error	T-Value	Keterangan
1.	7	-1.45	0.05	-0.77	Tidak Valid
2.	8	-0.86	0.05	-0.38	Tidak Valid
3.	20	0.64	0.05	7.43	Valid
4.	26	0.80	0.05	8.55	Valid

Dimensi 6 :



No.	Aitem	Factor Loading	Error	T-Value	Keterangan
1.	12	0.68	0.05	9.30	Valid
2.	16	0.63	0.05	8.96	Valid
3.	19	0.46	0.05	7.48	Valid
4.	32	0.15	0.05	2.30	Valid

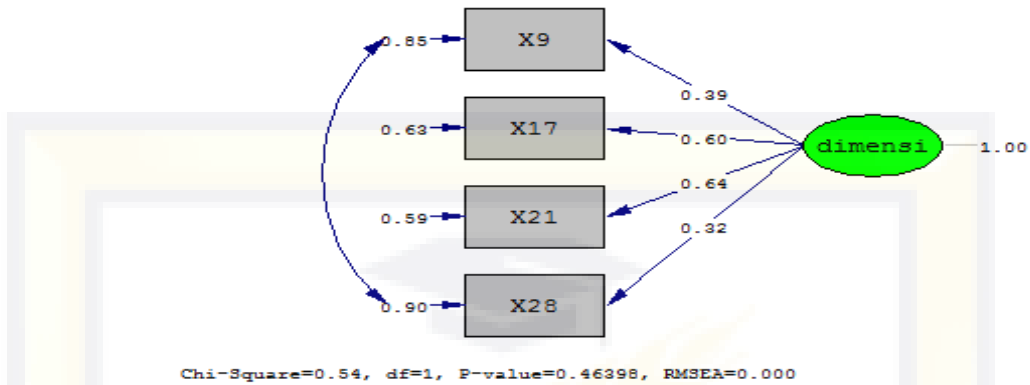
Dimensi 7 :



Chi-Square=0.19, df=1, P-value=0.65913, RMSEA=0.000

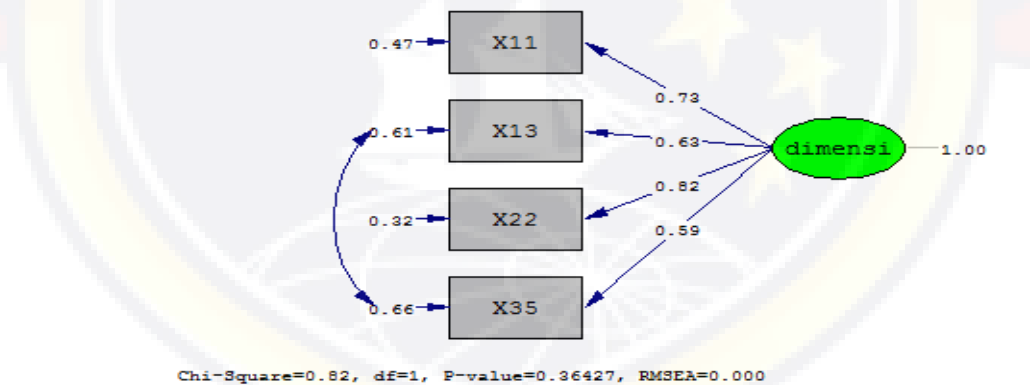
No.	Aitem	Factor Loading	Error	T-Value	Keterangan
1.	18	0.42	0.05	5.24	Valid
2.	27	0.31	0.05	4.72	Valid
3.	31	0.45	0.05	5.46	Valid
4.	33	0.75	0.05	6.60	Valid

Dimensi 8 :



No.	Aitem	Factor Loading	Error	T-Value	Keterangan
1.	9	0.39	0.05	5.99	Valid
2.	17	0.60	0.05	7.96	Valid
3.	21	0.64	0.05	8.16	Valid
4.	28	0.32	0.05	4.85	Valid

Dimensi 9 :

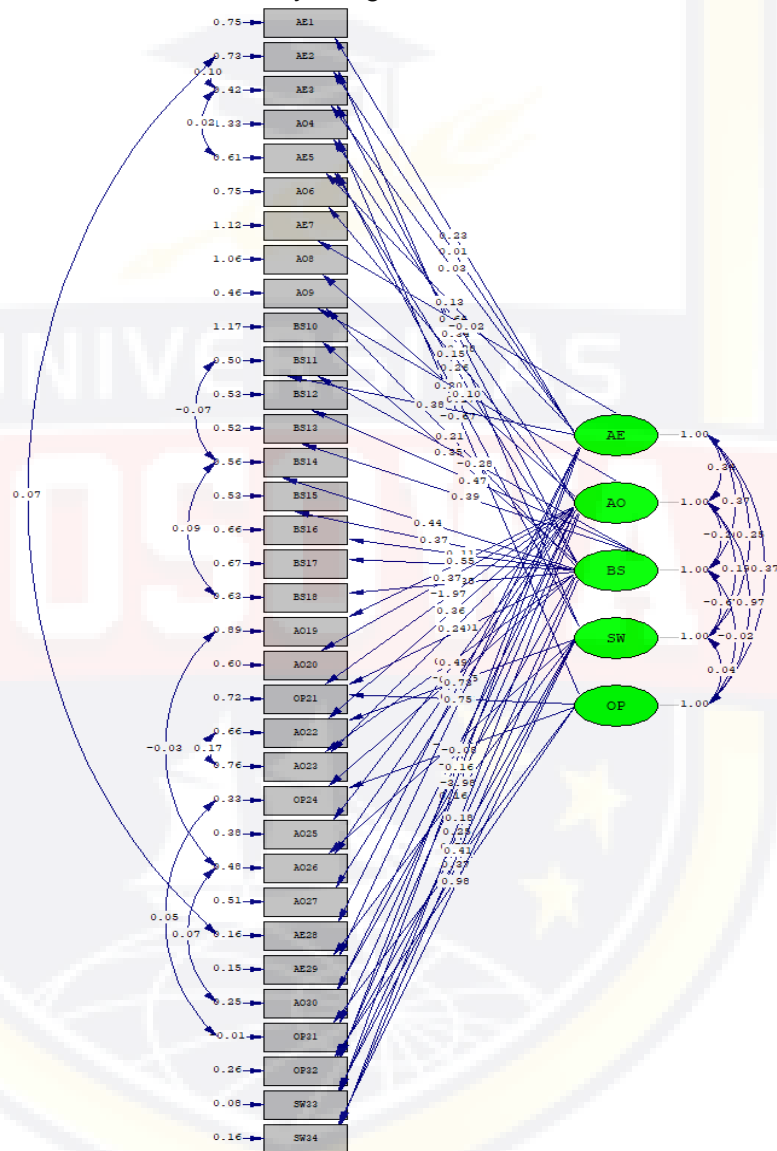


No.	Aitem	Factor Loading	Error	T-Value	Keterangan
1.	11	0.73	0.05	14.68	Valid
2.	13	0.63	0.05	12.22	Valid



3.	22	0.82	0.05	16.74	Valid
4.	35	0.59	0.05	11.27	Valid

## 2. Output Validitas Konstrak Body Image



Chi-Square=674.91, df=485, P-value= 0.8855, RMSEA=0.04425

No.	Aitem	Factor	Error	T-Value	Keterangan
-----	-------	--------	-------	---------	------------

		<b>Loading</b>			
1.	1	0.75	0.05	13.31	Valid
2.	2	0.72	0.05	9.80	Valid
3.	3	0.41	0.05	8.15	Valid
4.	4	1.32	0.05	9.89	Valid
5.	5	0.60	0.05	8.99	Valid
6.	6	0.75	0.05	0.02	Valid
7.	7	1.11	0.05	9.97	Valid
8.	8	1.05	0.05	9.77	Valid
9.	9	0.45	0.05	9.29	Valid
10.	10	1.16	0.05	12.25	Valid
11.	11	0.39	0.05	8.04	Valid
12.	12	0.53	0.05	8.08	Valid
13.	13	0.52	0.05	8.44	Valid
14.	14	0.55	0.05	7.86	Valid
15.	15	0.53	0.05	8.46	Valid
16.	16	0.65	0.05	10.06	Valid
17.	17	0.67	0.05	9.82	Valid
18.	18	0.62	0.05	8.70	Valid
19.	19	0.88	0.05	7.90	Valid
20.	20	0.60	0.05	8.76	Valid
21.	21	0.72	0.05	9.42	Valid
22.	22	0.66	0.05	8.71	Valid

23.	23	0.75	0.05	9.00	Valid
24.	24	0.32	0.04	4.53	Valid
25.	25	0.38	0.05	7.11	Valid
26.	26	0.48	0.04	8.88	Valid
27.	27	0.51	0.05	8.65	Valid
28.	28	0.16	0.05	4.99	Valid
29.	29	0.15	0.05	5.27	Valid
30.	30	0.24	0.05	7.96	Valid
31.	31	-0.09	0.05	-0.17	Tidak Valid
32.	32	0.25	0.05	6.60	Valid
33.	33	0.75	0.05	7.10	Valid
34.	34	0.15	0.05	3.79	Valid



**Lampiran 4 :**  
**Hasil Analisis**  
**Deksriptif Responden**

## A. Usia

		Usia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	18 Tahun	119	21.7	21.7	21.7
	19 Tahun	61	11.1	11.1	32.8
	20 Tahun	69	12.6	12.6	45.4
	21 Tahun	88	16.1	16.1	61.5
	22 Tahun	157	28.6	28.6	90.1
	23 Tahun	32	5.8	5.8	96.0
	24 Tahun	19	3.5	3.5	99.5
	25 Tahun	3	.5	.5	100.0
	Total	548	100.0	100.0	

## B. Pekerjaan

		Pekerjaan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Mahasisiwi	428	78.1	78.1	78.1
	Pelajar	44	8.0	8.0	86.1
	Pegawai	22	4.0	4.0	90.1
	Pengusaha	13	2.4	2.4	92.5
	Belum Bekerja	31	5.7	5.7	98.2
	Dan Lain-lain	10	1.8	1.8	100.0
	Total	548	100.0	100.0	

### C. Suku

		Suku			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Makassar	209	38.1	38.1	38.1
	Bugis	268	48.9	48.9	87.0
	Toraja	71	13.0	13.0	100.0
	Total	548	100.0	100.0	

### D. IBM

		IBM			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Underweight	161	29.4	29.4	29.4
	Normal	255	46.5	46.5	75.9
	Overweight	61	11.1	11.1	87.0
	Obesitas Level 1	44	8.0	8.0	95.1
	Obesitas Level 2	27	4.9	4.9	100.0
	Total	548	100.0	100.0	



**Lampiran 5 :**  
**Hasil Analisis**  
**Deksriptif Variabel**

### A. Self Acceptance

#### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
JUMLAHSA	548	55.00	132.00	92.3139	13.41178
Valid N (listwise)	548				

#### TOTAL SelfAcceptance

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	36	6.6	6.6	6.6
	Rendah	144	26.3	26.3	32.8
	Sedang	208	38.0	38.0	70.8
	Tinggi	129	23.5	23.5	94.3
	Sangat Tinggi	31	5.7	5.7	100.0
	Total	548	100.0	100.0	

### B. Body Image

#### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
JUMLAHBI	548	70.00	144.00	104.6204	13.55003
Valid N (listwise)	548				

#### TOTALBI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Negatif	41	7.5	7.5	7.5
	Cenderung Negatif	138	25.2	25.2	32.7
	Sedang	180	32.8	32.8	65.5
	Cenderung Positif	157	28.6	28.6	94.2
	Positif	32	5.8	5.8	100.0




**TOTALBI**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Negatif	41	7.5	7.5	7.5
	Cenderung Negatif	138	25.2	25.2	32.7
	Sedang	180	32.8	32.8	65.5
	Cenderung Positif	157	28.6	28.6	94.2
	Positif	32	5.8	5.8	100.0
	Total	548	100.0	100.0	

UNIVERSITAS

**BOSOWA**

The background features a large, semi-transparent watermark of the Universitas Borealis logo. The logo is a shield-shaped emblem with a yellow border. Inside the shield, there is a graduation cap (mortarboard) above a yellow feather. Below the feather, the word "UNIVERSITAS" is written in a grey, sans-serif font. A red banner with white text "BOREALIS" is draped across the middle of the shield. At the bottom of the shield, there is a stylized globe or network diagram.

**Lampiran 6 :**  
**Hasil Analisis**  
**Deksriptif Variabel**  
**berdasarkan**  
**Demografi**

**A. Self Acceptance**

1. Usia

**Usia \* TOTALSA Crosstabulation**

Count							
		TOTALSA					
		Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi	Total
Usia	18 Tahun	12	40	46	16	5	119
	19 Tahun	9	24	16	10	2	61
	20 Tahun	6	14	35	14	0	69
	21 Tahun	4	17	30	28	9	88
	22 Tahun	4	34	64	45	10	157
	23 Tahun	1	7	12	10	2	32
	24 Tahun	0	7	5	4	3	19
	25 Tahun	0	1	0	2	0	3
Total		36	144	208	129	31	548

## 2. Pekerjaan

**Pekerjaan \* TOTALSA Crosstabulation**

Count							
		TOTALSA					
		Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi	Total
Pekerjaan	Mahasisiwi	28	112	165	101	22	428
	Pelajar	5	10	15	11	3	44
	Pegawai	1	8	7	2	4	22
	Pengusaha	0	4	6	3	0	13
	Belum Bekerja Dan Lain-lain	2	7	14	6	2	31
		0	3	1	6	0	10
Total		36	144	208	129	31	548

## 3. Suku

**Suku \* TOTALSA Crosstabulation**

Count							
		TOTALSA					
		Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi	Total
Suku	Makassar	16	67	73	46	7	209
	Bugis	12	60	104	72	20	268
	Toraja	8	17	31	11	4	71
Total		36	144	208	129	31	548

#### 4. IBM

**IBM \* TOTALSA Crosstabulation**

Count							
		TOTALSA					
		Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi	Total
IBM	Underweight	10	45	56	45	5	161
	Normal	18	62	98	57	20	255
	Overweight	4	13	27	15	2	61
	Obesitas Level 1	2	10	21	8	3	44
	Obesitas Level 2	2	14	6	4	1	27
Total		36	144	208	129	31	548

#### B. Body Image

##### 1. Usia

**Usia \* TOTALBI Crosstabulation**

Count							
		TOTALBI					
		Negatif	Cenderung Negatif	Netral	Cenderung Positif	Positif	Total
Usia	18 Tahun	1	20	42	45	11	119
	19 Tahun	3	7	16	30	5	61
	20 Tahun	5	12	27	21	4	69
	21 Tahun	6	33	21	25	3	88
	22 Tahun	19	53	59	19	7	157
	23 Tahun	5	7	10	10	0	32
	24 Tahun	2	4	5	6	2	19
	25 Tahun	0	2	0	1	0	3
Total		41	138	180	157	32	548

## 2. Pekerjaan

**Pekerjaan \* TOTALBI Crosstabulation**

Count							
		TOTALBI					
		Negatif	Cenderung Negatif	Netral	Cenderung Positif	Positif	Total
Pekerjaan	Mahasisiwi	32	107	141	122	26	428
	Pelajar	2	13	13	12	4	44
	Pegawai	1	5	6	8	2	22
	Pengusaha	1	2	7	3	0	13
	Belum Bekerja	5	6	11	9	0	31
	Dan Lain-lain	0	5	2	3	0	10
Total		41	138	180	157	32	548

## 3. Suku

**Suku \* TOTALBI Crosstabulation**

Count							
		TOTALBI					
		Negatif	Cenderung Negatif	Netral	Cenderung Positif	Positif	Total
Suku	Makassar	7	46	66	72	18	209
	Bugis	28	83	82	62	13	268
	Toraja	6	9	32	23	1	71
Total		41	138	180	157	32	548

4. IBM

IBM \* TOTALBI Crosstabulation

Count							
		TOTALBI					
		Negatif	Cenderung Negatif	Netral	Cenderung Positif	Positif	Total
IBM	Underweight	12	40	51	46	12	161
	Normal	26	66	80	66	17	255
	Overweight	2	20	22	16	1	61
	Obesitas Level 1	0	8	17	18	1	44
	Obesitas Level 2	1	4	10	11	1	27
Total		41	138	180	157	32	548

**BOSOWA**



**Lampiran 7 :**  
**Hasil Uji Asumsi**



## A. Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Unstandardized Residual	.026	548	.200*	.997	548	.291

a. Lilliefors Significance Correction

\*. This is a lower bound of the true significance.

## B. Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
JumlahBI *	Between	(Combined)	30028.343	62	484.328	3.337	.000
JumlahSA	Groups	Linearity	15073.908	1	15073.908	103.843	.000
		Deviation from Linearity	14954.435	61	245.155	1.689	.002
	Within	Groups	70402.708	485	145.160		
	Total		100431.051	547			



# Lampiran 8 : Hasil Uji Hipotesis

Model Summary<sup>b</sup>

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.387 <sup>a</sup>	.150	.149	12.50327

**Model Summary<sup>b</sup>**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.387 <sup>a</sup>	.150	.149	12.50327

a. Predictors: (Constant), JumlahSA

b. Dependent Variable: JumlahBI

**ANOVA<sup>b</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	15073.908	1	15073.908	96.423	.000 <sup>a</sup>
	Residual	85357.143	546	156.332		
	Total	100431.051	547			

a. Predictors: (Constant), JumlahSA

b. Dependent Variable: JumlahBI

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	140.753	3.718		37.855	.000
	JumlahSA	.391	.040	.387	9.819	.000

a. Dependent Variable: JumlahBI