

**PENGARUH CITRA DIRI TERHADAP PENERIMAAN DIRI PADA
DEWASA AWAL**



DIAJUKAN OLEH:

NURLITA TIRSA RAMADANI

NIM: 4518091046

SKRIPSI

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR**

2022



**PENGARUH CITRA DIRI TERHADAP PENERIMAAN DIRI PADA
DEWASA AWAL**

SKRIPSI

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

Oleh:

NURLITA TIRSA RAMADANI

4518091046

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR**

2022

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**PENGARUH CITRA DIRI TERHADAP PENERIMAAN DIRI PADA
DEWASA AWAL**

Disusun dan diajukan oleh:

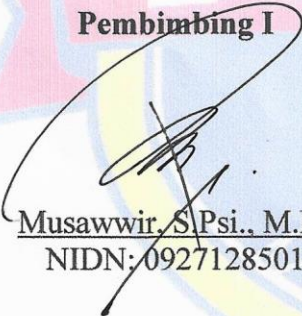
**NURLITA TIRSA RAMADANI
NIM: 4518091046**


Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi
Pada Agustus 2022

Menyetujui:

Pembimbing I

Pembimbing II


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

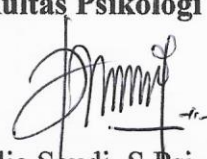

Titin Florentina, P., S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIDN: 0931107702

Mengetahui:

**Dekan
Fakultas Psikologi,**

**Ketua Program Studi
Fakultas Psikologi**


Patmawati, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.
NIDN: 0921018302


A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si.
NIDN: 0908119001

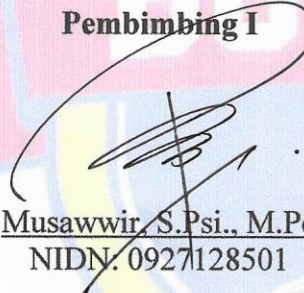
HALAMAN PERSETUJUAN HASIL PENELITIAN
PENGARUH CITRA DIRI TERHADAP PENERIMAAN DIRI PADA
DEWASA AWAL

Disusun dan diajukan oleh:

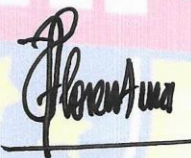
NURLITA TIRSA RAMADANI
4518091046

Telah disetujui oleh pembimbing untuk dipertahankan dihadapan tim Penguji
Ujian Proposal Skripsi Pada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar
Pada Agustus tahun 2022


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


Pathawaty Taiber, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.
NIDN: 0921018302



**HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI
HASIL PENELITIAN**

Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan tim Penguji Ujian Proposal Skripsi Pada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar untuk dilaksanakan seminar ujian Hasil Penelitian sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi program strata 1 (S1) terhadap atas nama:

Nama : Nurlita Tirsa Ramadani
NIM : 4518091046
Program Studi : Psikologi
Judul : Pengaruh Citra Diri Terhadap Penerimaan Diri Pada Dewasa Awal.

Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Musawwir, S.Psi.,M.Pd (.....)
2. Titin Florentina P, S.Psi.,M.Psi.,Psikolog (.....)
3. Sri Hayati, S.Psi., M.Psi., Psikolog (.....)
4. Muh Fitrah Ramadhan Umar, S.Psi., M.Si (.....)

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Citra Diri Terhadap Penerimaan Diri Pada Dewasa Awal” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya dari peneliti sendiri, bukan hasil plagiat. Peneliti siap menanggung risiko/sanksi apabila ternyata ditemukan adanya perbuatan tercela yang melanggar etika keilmuan dalam karya yang telah peneliti buat, termasuk adanya klaim dari pihak terhadap keaslian penelitian ini.

Makassar, September 2022



Nurlita Tirsia Ramadani
NIM: 4518091046

MOTTO

“Bahkan saat pikiranmu meremehkan dirimu sendiri, Allah tetap mendukungmu dengan mengatakan: “Sungguh, Kami benar-benar telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya”

(QS. At-Tin: 4)

“Jangan karena prosesmu sedikit lebih lama dari orang lain, kamu berprasangka bahwa kamu tidak bisa mencapai impianmu”

ABSTRAK

PENGARUH CITRA DIRI TERHADAP PENERIMAAN DIRI PADA DEWASA AWAL

Nurlita Tirsa Ramadani

4518091046

Fakultas Psikologi Universitas Bosowa

nurlitatorza@gmail.com

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh citra diri terhadap penerimaan diri pada dewasa awal. Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak sebanyak 419 responden. Data penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan dua skala yaitu skala penerimaan diri yang diadaptasi oleh Mega Ristanti (2021) dan memiliki delapan aspek yang dikemukakan oleh Hurlock (2013) dan Berger (1952), serta skala citra tubuh yang dikonstruksi oleh peneliti dengan reliabilitas sebesar 0.729 dan memiliki lima aspek yang dikemukakan oleh Cash (2005). Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Hasil dari penelitian ini dilakukan dengan teknik korelasi dan menunjukkan bahwa ada pengaruh dari citra diri terhadap penerimaan diri dengan kontribusi $r = 0.257$, nilai $F = 144.055$ dengan nilai signifikansi 0.000 ($p = 0.000$, $p < 0.05$). Berdasarkan hasil penelitian ini, maka hipotesis yang menyatakan ada pengaruh citra tubuh terhadap penerimaan diri pada dewasa awal, diterima.

Kata kunci: Citra Diri, Penerimaan Diri

ABSTRACT

THE EFFECT OF SELF IMAGE ON SELF-ACCEPTANCE IN EARLY ADULT

Nurlita Tirsa Ramadani

4518091046

Fakultas Psikologi Universitas Bosowa

nurlitatorza@gmail.com

This study aims to determine the effect of self image on self-acceptance in early adulthood. The number of samples in this study were as many as 419 respondents. This research data was collected using two scales, namely the self-acceptance scale which was adapted by Mega Ristanti (2021) and has eight aspects proposed by Hurlock (2013) and Berger (1952), as well as the self image scale which was constructed by the researcher with a reliability of 0.729 and has four aspects proposed by Cash (2005). The research approach used is a quantitative approach using simple regression analysis techniques. The results of this study were carried out using correlation techniques and showed that there was an effect of self image on self-acceptance with a contribution of $r = 0.257$, $F = 144.055$ with a significance value of 0.000 ($p = 0.000$, $p < 0.05$). Based on the results of this study, the hypothesis which states that there is an effect of body image on self-acceptance in early adulthood is accepted.

Keywords: *Self image, Self Acceptance*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGUJI.....	vi
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	vii
MOTTO	viii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
KATA PENGANTAR.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	9
1.4.2 Manfaat Praktis.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Penerimaan Diri.....	11
2.1.1. Definisi Penerimaan Diri	11
2.1.2 Aspek-aspek Penerimaan Diri	13
2.1.3 Faktor-faktor Penerimaan Diri	15
2.1.4. Dampak Penerimaan Diri	17
2.1.5. Pengukuran Penerimaan Diri	18
2.2 Citra Diri.....	20
2.2.1. Definisi Citra Diri.....	20

2.2.2	Aspek-aspek Citra Diri	22
2.2.3	Komponen-komponen Citra Diri.....	23
2.2.4	Faktor-Faktor Citra Diri.....	25
2.2.4	Dampak Citra Diri	28
2.2.5	Pengukuran Citra Diri	31
2.3	Dewasa awal	32
2.4	Pengaruh Citra Diri Terhadap Penerimaan Diri pada Dewasa Awal	33
2.5	Kerangka Penelitian.....	39
2.6	Hipotesis	40
BAB III	METODE PENELITIAN	41
3.1	Pendekatan Penelitian	41
3.2	Variabel Penelitian.....	41
3.3	Definisi Variabel.....	42
3.3.1	Variabel Konseptual	42
3.3.2	Variabel Operasional	42
3.4	Populasi dan Sampel.....	43
3.4.1	Populasi	43
3.4.2	Sampel	44
3.4.3	Teknik Pengambilan Sampel	44
3.5	Teknik Pengumpulan Data	45
3.5.1	Skala Penerimaan Diri	45
3.5.2	Skala Citra Diri.....	47
3.6	Uji Instrumen	48
3.6.1	Uji Validitas.....	48
3.6.2	Uji Reliabilitas	52
3.7	Teknik Analisis Data	53
3.7.1	Analisis Deskriptif.....	53
3.7.2	Uji Asumsi	54
3.7.3	Uji Hipotesis	55
3.8	Jadwal Penelitian	56

BAB IV HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN.....	57
4.1 Hasil Analisis.....	57
4.1.1 Deskriptif Subjek Berdasarkan Demografi pada Dewasa Awal.....	57
4.1.2 Deskriptif Variabel Berdasarkan Tingkat Skor	59
4.1.3 Hasil Uji Asumsi	62
4.1.4 Hasil Uji Hipotesis.....	64
4.2 Pembahasan	65
4.2.1 Gambaran Penerimaan Diri pada Dewasa Awal	65
4.2.2 Gambaran Citra Diri pada Dewasa Awal	67
4.2.3 Pengaruh Citra Diri terhadap Penerimaan Diri pada Dewasa Awal	68
4.2.4 Limitasi Penelitian.....	75
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	77
5.1 Kesimpulan	77
5.2 Saran	78
DAFTAR PUSTAKA	79

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Skala Penerimaan Diri	46
Tabel 3.2 Blueprint Skala Citra Diri	47
Tabel 3.3 Blue <i>Print</i> Penerimaan Diri Setelah Uji Coba	51
Tabel 3.4 Blue Print Citra Diri Setelah Uji Coba.....	52
Tabel 3.5 Reliabilitas Skala Penelitian Setelah Diuji Coba	53
Tabel 4.1 Tabel Deskriptif Demografi	57
Tabel 4.2 Rangkuman Statistik Skor Penerimaan Diri	59
Tabel 4.3 Kagorisasi Tingkat Skor Penerimaan diri	60
Tabel 4.4 Tingkat Kategorisasi Penerimaan Diri.....	60
Tabel 4.5 Rangkuman Statistik Skor Citra Diri.....	61
Tabel 4.6 Kategorisasi Tingkat Skor Citra Diri	61
Tabel 4.7 Tingkat Kategorisasi Citra Diri	61
Tabel 4.8 Hasil Uji Linearitas	63
Tabel 4.9 Hasil Uji Hipotesis	64
Tabel 4.10 Hasil Koefisien Pengaruh Citra Diri terhadap Penerimaan Diri	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Hasil Uji Normalitas.....	62
--------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Blue Print Sebelum Uji Coba.....	84
Blue Print Setelah Uji Coba.....	87
Lampiran 1: Skala Penelitian.....	90
Lampiran 2: Skala Konstruksi.....	96
Lampiran 3: Reviewer.....	105
Lampiran 4: Tabulasi Data.....	130
a. Demografi.....	130
b. Data Coding Skala Penerimaan Diri.....	140
c. Data Coding Skala Citra Diri	149
Lampiran 5: Hasil Uji Validitas & Uji Reliabilitas.....	150
Lampiran 6: Hasil Analisis Demografi.....	156
Lampiran 7: Hasil Uji Asumsi.....	158

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbi'alamin puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah Swt yang senantiasa memberi rahmat hidayahnya kepada saya sehingga saya dalam keadaan sehat wal'afiat, sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir atau Skripsi yang berjudul "Pengaruh Citra Diri terhadap Penerimaan Diri pada Dewasa Awal". Pada kesempatan ini juga saya mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Terima kasih dan rasa syukur kepada Allah SWT
2. Kedua orang tua penulis, Bapak dan Mama yang saya sayangi dan cintai yang selalu mendoakan, memberikan motivasi, serta dukungan baik secara finansial dalam menuntut ilmu. Kepada saudari-saudariku kakak Ayu, kakak Lily, dan adikku Alifah yang sudah banyak membantu dan tidak pernah bosan mendengarkan cerita dan keluh kesah serta membantu penulis mengerjakan tugas rumah saat penulis sibuk selama penyusunan skripsi. Kepada sahabat sekaligus keluarga penulis Pipit yang selalu berada disisi penulis saat dibutuhkan, memberikan dukungan serta semangat kepada penulis. Terima kasih karena selalu ingin direpotkan dan tidak pernah bosan mendengarkan keluh kesah penulis.
3. Terima kasih kepada diri saya sendiri karena sudah bertahan dan ingin berjuang sejauh ini.
4. Kepada Bapak Musawwir, S.Psi.,M.Pd selaku dosen pembimbing I dan Ibu Titin Florentina P. S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku pembimbing II yang telah membimbing saya dalam menyelesaikan skripsi ini yang sempat terhambat

dengan memberikan dorongan serta arahan agar dapat menyelesaikan penelitian ini.

5. Kepada Ibu Sri Hayati, S.Psi., M.Psi., Psikolog, Bapak Muh. Fitrah Ramadhan Umar, S.Psi., M.Si, Ibu Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph.D dan Ibu Nurhikma., S.Psi., M.Si selaku penguji yang telah memberikan saran dan arahan terkait penelitian ini.
6. Kepada seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bosowa yang memberikan arahan, memberikan ilmu-ilmu yang sangat bermanfaat dan informasi baru selama proses akademik
7. Terima kasih kepada teman seperjuangan yaitu Ai, Widi, Zhindia, Ariyani, Dewi, Rini, Ragiel, dan Abang inra yang memberikan banyak bantuan yang sangat berharga dan dukungan kepada penulis.

Makassar, September 2022

Peneliti

Nurlita Tirsa Ramadani

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa dewasa awal merupakan transisi dari masa remaja ke masa dewasa yang sebenarnya. Hurlock (2006) mengemukakan bahwa rentan usia dewasa awal dimulai pada usia 18-40 tahun. Jadi secara teoritis tidak banyak perubahan yang terlalu terlihat atau perubahan yang terlalu ekstrim. Masa dewasa awal merupakan tahap perkembangan seseorang yang telah mencapai tahap stabilitas fisik, psikologis, dan sosial. Secara psikologis, dewasa awal merupakan usia dimana seorang individu memasuki tahap awal kedewasaan. Kesuma (2020) mengatakan bahwa pada usia tersebut seseorang merasa ia bukan lagi anak kecil yang harus mengikuti orang yang lebih tua, melainkan ia merasa ia sudah sejajar dengan orang yang lebih tua dari dirinya. Kesuma (2020) juga menyatakan bahwa masa dewasa merupakan tahap perkembangan psikologis yang telah menyelesaikan masa dewasanya dan siap untuk menyesuaikan diri dengan orang dewasa yang ada dilingkungannya.

Di era sekarang perkembangan sosial dan teknologi semakin berkembang pesat terutama pada bidang teknologi khususnya media sosial. Penggunaan teknologi yang semakin canggih memberikan peluang kepada semua individu untuk mengakses informasi sesuai apa yang diinginkan dan juga mempermudah kita dalam berkomunikasi. Orang-orang menggunakan media sosial guna berinteraksi, mencari informasi, bersosialisasi dan mencari hiburan. Maka dari itu tidak dapat dipungkiri media sosial memiliki dampak

yang sangat besar dalam kehidupan masyarakat. Melalui media sosial pula orang-orang dengan mudah mengekspresikan dirinya seperti memperlihatkan gaya hidupnya baik dengan *fashion* yang menarik atau perawatan tubuh untuk mempercantik diri (Amalia, 2020). Seseorang yang tidak mengikuti gaya hidup yang sedang tren akan mendapatkan kritikan karena tidak sesuai dengan standar ideal yang berlaku di masyarakat.

Orang-orang banyak dituntut untuk memiliki fisik yang ideal baik pada perempuan maupun laki-laki. Penampilan fisik menjadi salah satu hal yang penting di era modern misalnya gaya hidup, gaya berbusana, dan lain sebagainya. Sehingga seseorang rela melakukan apapun agar terlihat menarik karena ingin memenuhi standar tubuh yang ideal menurut masyarakat. Tuntutan masyarakat yang terus menerus tersebut yang membentuk pandangan buruk terhadap diri sendiri. Maka dari itu setiap individu diharapkan memiliki penerimaan diri yang baik. Dalam opini peneliti bahwa individu yang memiliki penerimaan diri yang baik mampu menerima kekurangan maupun kelebihan, percaya diri dan menghargai diri sendiri, serta dapat menerima kritikan dari orang lain.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan diperoleh bahwa 9 dari 17 responden tidak percaya diri dengan bentuk badan yang dimiliki hal ini ditunjukkan karena mereka sering membandingkan bentuk badan yang dimiliki dengan orang lain, hal ini sejalan dengan aspek penerimaan diri yaitu sifat percaya diri dan menghargai diri sendiri. Selain itu diketahui bahwa 10 dari 17 responden sulit untuk menerima kritik dari orang lain hal ini

ditunjukkan mereka tidak menyukai saat diberi komentar mengenai bentuk tubuhnya, hal ini sejalan dengan aspek penerimaan diri yaitu kesediaan menerima kritikan dari orang lain. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan diperoleh bahwa 12 dari 17 responden mendapatkan komentar yang positif mengenai tubuhnya dan mereka tidak mampu untuk mendengarkan saran dari lingkungannya mengenai bentuk tubuhnya, hal ini sejalan dengan aspek penerimaan diri yaitu mampu menilai diri dan mengoreksi kelemahan.

Selain itu diketahui bahwa 9 dari 17 responden tidak menerima komentar baik dalam bentuk candaan mengenai kekurangan pada dirinya, hal ini sejalan dengan aspek penerimaan diri yaitu jujur terhadap diri sendiri dan orang lain. Selain itu diketahui 8 dari 17 responden memiliki kekurangan pada kondisi tubuhnya hal itu menyebabkan ia merasa kurang nyaman dengan dirinya, hal ini sejalan dengan aspek penerimaan diri yaitu nyaman dengan dirinya sendiri. Sementara ada beberapa aspek yang tidak muncul pada responden yaitu pada aspek jujur terhadap diri sendiri dan orang lain, memanfaatkan kemampuan dengan efektif, mandiri dan berpendidikan, serta bangga menjadi diri sendiri.

Penting sekali memiliki penerimaan diri yang baik karena dapat membantu seseorang dalam bersosialisasi dengan orang lain serta meningkatkan rasa percaya diri seseorang. Penerimaan diri yang buruk membuat individu cenderung sulit untuk bersosialisasi dengan orang lain sehingga dapat mempengaruhi kepribadiannya. Hurlock (2013) mengemukakan penerimaan diri merupakan tingkatan individu yang mampu mempertimbangkan

karakteristik personalnya serta bersedia untuk hidup dengan karakteristik personalnya tersebut.

Berger (1952) mengemukakan bahwa penerimaan diri yaitu individu menilai dirinya tanpa dipengaruhi oleh lingkungan luar, sanggup menjalani hidup, bertanggung jawab, menerima kritik dan saran secara objektif, tidak menyalahkan diri atas perasaannya terhadap orang lain, menganggap diri sama seperti orang lain, tidak merasa ditolak, tidak menganggap dirinya berbeda dengan orang lain serta tidak malu dan merasa rendah diri. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ristanti (2021) menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi maka semakin tinggi harga diri yang ia miliki sedangkan individu yang memiliki tingkat penerimaan yang rendah maka semakin rendah pula harga diri yang ia miliki.

Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Siti Maryam & Ifdil (2019) menunjukkan bahwa pemicu terjadinya penerimaan diri oleh seseorang karena penampilan fisik atau bentuk tubuh yang dimilikinya, seseorang yang memiliki citra tubuh yang positif maka semakin tinggi penerimaan dirinya begitupun sebaliknya. Hasil penelitian Hasmalawati (2017) menunjukkan bahwa semakin tinggi citra tubuh seseorang maka akan semakin tinggi pula penerimaan dirinya karena ia dapat menerima baik kelebihan maupun kekurangannya tanpa adanya rasa rendah diri.

Tuhan memberikan kelebihan serta kekurangan kepada setiap individu mulai dari fisik, kemampuan, kemampuan dalam akademis, serta seluruh kemampuan yang lain. Setiap individu dilahirkan dengan bentuk tubuh yang

beraneka ragam dan tidak semua individu memiliki tubuh yang ideal dan sesuai apa yang mereka inginkan. Kondisi tubuh menjadi salah satu bagian yang sangat mudah dilihat sehingga hal tersebut menjadi pemicu timbulnya penilaian terhadap diri sendiri maupun penilaian orang lain. Maka dari itu penampilan sangatlah penting untuk diperhatikan terutama pada orang dewasa yang tentu menginginkan menampilkan dirinya sebaik mungkin dalam kehidupannya.

Seperti yang kita ketahui saat ini kebanyakan individu seringkali memandangi dirinya dengan penuh kekurangan dan tidak jarang juga mereka membandingkan dirinya. Melihat fenomena yang terjadi pada masyarakat bahwa hampir semua orang pernah memandangi dirinya seperti itu baik perempuan maupun laki-laki dan juga tidak memandang berapa usia orang tersebut. Dikalangan perempuan memperlihatkan penampilan merupakan hal sangat penting yang harus diperhatikan karena hal tersebut menjadi salah satu penunjang untuk tampil sempurna dalam berinteraksi. Sejatinya, standar tubuh yang ideal pada perempuan dimana ia memiliki tubuh yang cenderung kurus, berlekuk, sehat, tinggi badan yang ideal, dan putih (Amalia, 2020).

Perempuan yang memandangi fisiknya tidak memenuhi standar tubuh yang ideal apabila ia memiliki wajah yang kurang menarik, memiliki badan yang terlalu kurus atau gemuk sehingga dapat mengakibatkan ia menyesal dengan kondisi fisik yang ia miliki. Di media massa standar tubuh yang ideal pada laki-laki dimana ia memiliki tubuh yang ramping, memiliki tubuh yang *sixpack*, berotot, dan tinggi badan yang ideal. Di media massa seperti pada

film, majalah atau koran juga sering kali memperlihatkan gambaran tubuh yang ideal (Fitroh, 2022).

Di media sosial juga memiliki standar kriteria penampilan fisik seperti memiliki bentuk tubuh yang ideal antara berat badan dan tinggi badan (Amalia, 2020). Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada 17 responden yang mengalami citra diri, diperoleh sebanyak 7 orang yang berjenis kelamin laki-laki, sedangkan pada perempuan sebanyak 10 orang. Cash & Pruzinsky (2007) mengemukakan citra diri merupakan gambaran tentang tubuh seseorang yang terbentuk dalam pikiran individu itu sendiri, atau dengan kata lain gambaran tubuh individu menurut individu itu sendiri. Burn (1993) mengemukakan citra diri merupakan apa yang dilihat seseorang ketika dia melihat dirinya sendiri. Citra diri adalah cara individu memandang diri sendiri, bukan hanya ketika menatap kedalam cermin dan memandang penampilan luar, akan tetapi apa yang mereka percayai tentang diri sendiri (Hoft, 2001).

Citra diri dalam kamus psikologi disebut *self image* atau gambaran diri merupakan gambaran mengenai diri individu, berdasarkan kamus psikologi citra diri adalah jati diri seperti yang digambarkan atau yang dibayangkan akan menjadi kenyataan (Chaplin, 2006). Menurut Cash (2005) ada lima aspek citra diri yaitu *appearance evaluation* (evaluasi penampilan), *appearance orientation* (orientasi penampilan), *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian diri), *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), dan *self-classified weight* (pengkategorian ukuran diri).

Adapun dampak ditimbulkan pada citra diri yaitu pada dampak positif memiliki rasa percaya diri yang kuat, terstruktur dengan baik dan efisien, memiliki kepribadian yang menyenangkan, serta mampu mengendalikan diri. Sementara dampak negatif yang ditimbulkan oleh citra diri yaitu merasa rendah diri, kurang memiliki dorongan dan semangat hidup, lebih suka menunda waktu, memiliki landasan yang pesimis dan emosi negatif, serta pemalu dan menyendiri (James K. Van Fleet, dalam Safitri 2020).

Hasil penelitian Hasmalawati (2017) menunjukkan bahwa semakin tinggi citra diri seseorang maka akan semakin tinggi pula penerimaan dirinya karena ia dapat menerima baik kelebihan maupun kekurangannya tanpa adanya rasa rendah diri. Setiap individu dilahirkan dengan bentuk tubuh yang beraneka ragam dan tidak semua individu memiliki tubuh yang ideal dan sesuai apa yang mereka inginkan. Jika individu memiliki tubuh yang menarik, semakin tinggi harga diri yang dimiliki. Citra diri yang positif akan meningkatkan nilai diri, kepercayaan diri, serta mempertegas jati diri terhadap orang lain maupun diri sendiri, yang memengaruhi harga diri. Dalam penelitian ini juga menyampaikan bahwa adanya penilaian dan komentar yang positif dari orang lain mengenai tubuh individu, dapat membuat individu merasakan kepuasan tersendiri mengenai tubuh yang dimiliki. Adanya kepuasan mengenai tubuh tersebut terbentuklah citra tubuh yang positif. Perasaan bangga terhadap diri, dengan percaya diri memuji diri sendiri, sehingga mengarah pada terbentuknya *self esteem* yang tinggi (Sari, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Ridha (2017) menunjukkan bahwa individu yang memiliki *self image* yang baik secara penampilan fisik maka semakin baik pula individu bisa menerima dengan penerimaan diri yang positif. Sebaliknya jika individu memiliki kekurangan fisik yang tidak sesuai dengan dirinya maka penerimaan diri individu akan berdampak pada penerimaan diri yang negatif. Sementara menurut Resty (2016), penerimaan diri dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam menerima kekurangan dan kelebihan yang ada pada diri secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmadani & Putrianti (2014) menerangkan bahwa citra diri yang positif dimana individu merasa lebih puas terhadap dirinya dan akan berperan dalam keberhasilan pada perbuatan atau aktivitas yang dilakukan. Citra diri yang positif memiliki kekuatan lebih siap menerima kenyataan dan resiko, bahkan melihat resiko tersebut sebagai sarana untuk mencapai langkah selanjutnya dan memiliki arah yang jelas dalam kehidupannya. Salesman (2018) menjelaskan bahwa individu yang memiliki citra diri yang negatif ia cenderung akan bersikap sangat hati-hati dalam mengambil langkah kecil dalam hidupnya, tidak percaya terhadap bakat yang ia miliki. Sitanggang & Juantini (2019) citra diri yang baik akan membuat individu lebih mengerti siapa dirinya sehingga dengan mudah mengatasi berbagai macam keadaan yang mungkin akan dialaminya. Akan tetapi berbeda dengan individu yang memiliki citra diri yang buruk, ia akan cenderung memandang dirinya tidak berdaya, tidak mampu berbuat sesuatu,

tidak berkompeten sehingga dapat berujung pada kehilangan daya tarik terhadap kehidupan.

Berdasarkan fenomena yang didapatkan dari hasil wawancara dan didukung oleh penelitian terdahulu, maka penulis menduga bahwa citra diri dapat mempengaruhi penerimaan diri. Sehingga dalam hal ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Citra Diri Terhadap Penerimaan Diri Pada Dewasa Awal”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian adalah “Apakah terdapat pengaruh citra diri terhadap penerimaan diri pada dewasa awal?”

1.3 Tujuan penelitian

Untuk mengetahui apakah ada pengaruh citra diri terhadap penerimaan diri pada dewasa awal.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang kajian psikologi sosial mengenai bagaimana pengaruh citra diri terhadap penerimaan diri pada dewasa awal.
- b. Penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai pengaruh citra diri terhadap penerimaan diri pada dewasa awal.

1.4.2 Manfaat praktis

- a. Bagi masyarakat, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi serta untuk menambah wawasan mengenai citra diri sehingga akan menimbulkan rasa menghargai satu sama lain dan menerima kelebihan serta kekurangan yang dimiliki.
- b. Bagi dewasa awal, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi, saran, dan menjadi bahan pertimbangan agar dapat membantu individu untuk menghargai dan menerima kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki.

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

2.1 Penerimaan Diri

2.1.1 Definisi Penerimaan Diri

Hurlock (2013) mengemukakan penerimaan diri merupakan tingkatan individu yang mampu mempertimbangkan karakteristik personalnya serta bersedia untuk hidup dengan karakteristik personalnya tersebut. Chaplin & Kartono (2019) menjelaskan bahwa penerimaan diri menggambarkan suatu perilaku yang pada dasarnya senang terhadap diri sendiri, senang terhadap kualitas-kualitas serta bakat yang dimiliki, serta mampu memberikan pengakuan atas keterbatasan terhadap diri sendiri. Melinda (2013) menyatakan bahwa penerimaan diri ialah menggambarkan kondisi dimana individu memiliki perilaku atau sikap yang positif terhadap dirinya sendiri dengan mengakui serta menerima dirinya dalam berbagai aspek diri termasuk kualitas yang baik dan buruk, merasa positif dengan kehidupan yang dijalani.

Germer (2009) menerangkan bahwa penerimaan diri sebagai kemampuan individu untuk dapat mempunyai suatu pandangan positif mengenai siapa dirinya yang sebenar-benarnya, dan hal ini tidak dapat timbul dengan sendirinya melainkan harus dikembangkan oleh individu. Supraktiknya (1995) menjelaskan bahwa penerimaan diri yaitu dimana seseorang memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri ataupun lawannya tidak bersikap sinis terhadap diri sendiri. Penerimaan diri

bukanlah orang yang berbudi baik serta bukan orang yang tidak memahami moral, namun seseorang yang memiliki fleksibilitas dalam pengaturan hidupnya (Buss, 2015). Seseorang mempunyai kejujuran dalam menerima dirinya sebagai apa dan untuk apa nantinya, serta tidak suka berpura-pura. Individu ini dapat terbuka dan mengakui dirinya sebagai individu yang suatu saat akan mengalami masalah, merasa takut, ragu serta bingung tanpa harus membohongi dirinya dan orang lain.

Koswara (1991) menjelaskan bahwa penerimaan diri atau *self actualized* yaitu seseorang yang memiliki penerimaan diri sendiri hendak menyimpan hormat kepada diri sendiri dan kepada orang lain, mampu menerima kodrat dengan seluruh kekurangan dan kelemahannya dan berserah diri, serta mereka juga bebas dari perasaan berdosa yang melampaui batas, perasaan malu yang tak beralasan, dan perasaan cemas yang melelahkan. Berger (1952) mengemukakan bahwa penerimaan diri yaitu individu menilai dirinya tanpa dipengaruhi oleh lingkungan luar, sanggup menjalani hidup, bertanggung jawab, menerima kritik dan saran secara objektif, tidak menyalahkan diri atas perasaannya terhadap orang lain, menganggap diri sama seperti orang lain, tidak merasa ditolak, tidak menganggap dirinya berbeda dengan orang lain serta tidak malu dan merasa rendah diri.

Berger (1952) memiliki beberapa unsur penerimaan diri, yaitu: individu tidak bergantung pada tekanan eksternal tetapi pada standar-standar internal sebagai pedoman dalam berperilaku, percaya diri dalam menjalani

hidupnya, bertanggung jawab dan menerima konsekuensi dari perilaku, menerima pujian dan kritik secara objektif, individu tidak berusaha untuk menolak dan mengingkari perasaan, motif, keterbatasan dan kemampuannya sendiri, merasa berharga dan setara dengan orang lain, individu tidak merasa bahwa orang lain akan menolaknya, individu tidak melihat dirinya aneh, abnormal dan berbeda dari orang lain, serta individu tidak merasa malu atau malu didepan orang lain.

2.1.2 Aspek-aspek Penerimaan Diri

Hurlock (2013) mengemukakan aspek-aspek penerimaan diri yang terdiri atas 8 aspek yaitu:

a. Sifat percaya diri dan menghargai diri sendiri

Seseorang yang percaya diri dan menghargai diri sendiri selalu merasa bisa melakukan sesuatu. Orang yang percaya diri juga jarang sekali menolak ketika diminta untuk melakukan sesuatu.

b. Kesiediaan menerima kritikan orang lain

Seseorang yang memiliki kematangan secara psikologis mampu menerima kritik dan saran. Seseorang yang dewasa memiliki kemauan yang realistis tetapi ia juga mengerti bahwa dirinya tidak selalu benar. Orang yang dewasa akan terbuka dan tidak mudah marah dengan kritikan dan saran dari orang lain untuk mengubah dirinya menjadi lebih baik. Seseorang yang bersedia dikritik adalah ciri individu yang mampu melihat dirinya sendiri secara objektif.

c. Mampu menilai diri dan mengkoreksi kelemahan

Seseorang yang memiliki kemampuan untuk mengkoreksi dan mengevaluasi dirinya secara kritis adalah individu yang memiliki penyesuaian diri yang realistis. Individu mampu menyesuaikan diri yang realistis mampu beradaptasi dengan situasi yang baru, fleksibel dan menempatkan diri dalam kenyataan-kenyataan yang realistis.

d. Jujur terhadap diri sendiri dan orang lain

Orang yang bersikap jujur pada dirinya sendiri merupakan individu yang secara sadar mencoba melihat kekurangan yang ada dalam dirinya. Seseorang yang jujur pada dirinya sendiri dapat melihat kekurangan dalam dirinya dengan rasa humor.

e. Nyaman dengan dirinya sendiri

Pada masa remaja, seorang remaja mengalami perkembangan fisik dan emosional. Perubahan pada alat kelamin dan perubahan pada perilaku adalah hal yang paling mudah terlihat pada diri remaja. Individu yang nyaman dengan dirinya sendiri dapat dengan mudah beradaptasi dengan perubahan pada dirinya baik secara fisik maupun emosinya. Mereka yang nyaman dengan dirinya sendiri akan mudah menghadapi lingkungan sekitar dan mengendalikan dirinya sendiri.

f. Memanfaatkan kemampuan dengan efektif

Mereka yang berani untuk mengeksplorasi kemampuan dan mempunyai kebutuhan untuk berprestasi adalah senang menetapkan

tujuan hasil karyanya, merasa tertantang dengan pencapaian hasil yang sulit, dan memiliki tingkat keingintahuan yang tinggi.

g. Mandiri dan berpendidikan

Seseorang yang mandiri dan berpendidikan menyadari bahwa sikap ketergantungan merupakan masalah emosional dalam dirinya yang akan tumbuh ketika ia tidak dapat bersikap realistis.

h. Bangga menjadi diri sendiri

Seseorang yang bangga menjadi diri sendiri adalah mereka yang puas dengan segala kelebihan dan kekurangannya. Mereka yang bangga menjadi dirinya sendiri memiliki strategi untuk beradaptasi dengan rasa takut, konflik, dan frustrasi. Mereka yang bangga menjadi dirinya sendiri bebas tidak memiliki mekanisme pertahanan diri seperti kompensasi, rasionalisasi, proyek, sublimasi, identifikasi, regresi, dan fiksasi.

2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi

Hurlock (1986) mengemukakan ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan diri yaitu:

a. Pemahaman tentang diri sendiri

Seseorang yang dapat memahami dirinya sendiri akan mengeksplorasi kemampuan yang mereka miliki sehingga menerima diri sendiri. Pemahaman diri adalah kesadaran diri sendiri yang jujur ditandai dengan hal yang nyata (*genuineness*) tanpa berpura-pura dan tetap adanya dan realistis.

b. Harapan yang realistis

Seseorang dapat menetapkan harapan mereka sendiri untuk mencapai tujuan tersebut sehingga akan menimbulkan kepuasan terhadap diri sendiri yang merupakan hal terpenting pada penerimaan diri. Harapan yang realistis yaitu dimana individu dapat menetapkan harapan mereka sesuai dengan pemahaman mereka mengenai kemampuan dirinya, bukan harapan yang ditentukan oleh orang lain.

c. Tidak adanya hambatan dari lingkungan

Seseorang tidak hanya harus memiliki harapan yang realistis tetapi juga perlu menerima kesempatan dalam lingkungan tanpa dihalangi sehingga harapan tersebut akan tercapai.

d. Sikap-sikap anggota masyarakat yang menyenangkan

Seseorang tidak akan menimbulkan prasangka karena terdapat penghargaan pada kemampuan sosial dengan menggunakan orang lain dan kesediaan dalam mengikuti norma atau kebiasaan pada lingkungan.

e. Tidak adanya tekanan emosional yang berat

Seseorang yang tidak akan mengalami gangguan emosional yang berat maka akan tercipta individu yang dapat bekerja sebaik mungkin dan merasa bahagia.

f. Pengaruh keberhasilan yang dialami

Seseorang yang sukses dapat menimbulkan penerimaan diri yang baik

begitupun sebaliknya ketika mengalami kegagalan dapat menyebabkan penolakan diri.

- g. Identifikasi dengan orang-orang yang menyesuaikan diri dengan baik
Seseorang yang mengidentifikasi pada individu dengan penyesuaian diri yang baik dapat mengembangkan sikap yang positif terhadap diri sendiri dan berperilaku baik dapat menimbulkan penilaian diri dan penerimaan diri yang baik.
- h. Perspektif diri yang luas
Mereka yang memiliki perspektif diri secara luas fokus pada pandangan orang lain tentang diri melalui pengalaman dan pembelajaran yang erat kaitannya dengan usia dan tingkat pendidikan.
- i. Pola asuh dimasa kecil yang baik
Seseorang yang dibesarkan dengan pola asuh demokratis cenderung akan tumbuh menjadi individu yang dapat menghargai dirinya sendiri.
- j. Konsep diri yang stabil
Mereka yang tidak memiliki konsep diri yang stabil, akan sulit untuk menunjukkan kepada orang lain “siapa mereka yang sebenarnya” karena mereka memiliki rasa ketidakpercayaan pada dirinya sendiri.

2.1.4 Dampak Penerimaan Diri

Hurlock (2006) mengemukakan dampak penerimaan diri menjadi dua, yaitu:

- a. Dalam penyesuaian diri (*effect on self adjustment*)
Seseorang yang memiliki penerimaan diri dapat mengetahui kelebihan

dan kekurangannya. Mereka yang dapat menerima dirinya biasanya memiliki rasa percaya diri diri dan harga diri. Tidak hanya itu, mereka juga lebih cenderung dapat menerima kritik atas perkembangan dirinya. Penerimaan diri yang diikuti dengan ketenangan pikiran untuk mengembangkan diri memungkinkan seseorang untuk menilai diri sendiri secara realistis agar dapat mengembangkan potensinya dengan efektif. Penilaian diri yang realistis juga dapat membuat seseorang lebih jujur dan tidak berpura-pura, merasa puas menjadi dirinya sendiri dan tidak ingin untuk menjadi orang lain.

b. Dalam penyesuaian sosial (*effects on social adjustment*)

Penerimaan diri juga erat kaitannya dengan penerimaan pada orang lain. Orang yang memiliki penerimaan diri akan merasa percaya diri untuk menerima orang lain, perhatian kepada orang lain, dan menaruh minat terhadap orang lain, dan menunjukkan empati dan simpati. Oleh karena itu, mereka yang menerima dirinya sendiri cenderung dapat beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya yang lebih baik daripada mereka yang merasa rendah diri sehingga mereka cenderung mengarah pada dirinya sendiri. Mereka juga dapat mengatur emosionalnya dan tidak mengganggu orang lain, serta memiliki toleransi dan juga ingin membantu orang lain.

2.1.5 Pengukuran Penerimaan Diri

- a. Penelitian yang dilakukan oleh Mega Ristanti (2021) menggunakan skala penerimaan diri yang telah diadaptasi berdasarkan *Self*

Acceptance Scale dari Hurlock (2013) dan *Expressed Acceptance on Scale Test* dari Berger (1952) yang terdiri dari 40 butir item yaitu 5 item masing-masing pada indikator aspek penerimaan diri yang diantaranya; sifat percaya diri dan menghargai diri sendiri, kesediaan menerima kritikan dari orang lain, mampu menilai diri dan mengkoreksi kelemahan, jujur terhadap diri sendiri dan orang lain, nyaman dengan dirinya sendiri, memanfaatkan kemampuan dengan efektif, mandiri dan berpendirian, bangga menjadi diri sendiri.

- b. Penelitian yang dilakukan oleh Ramadani (2021) menggunakan skala penerimaan diri yang disusun berdasarkan tiga aspek menurut Supratiknya (1995) yaitu: (1) penerimaan diri dan pembukaan diri, (2) kesehatan psikologis, (3) penerimaan terhadap orang lain. Dalam skala tersebut terdapat 11 item, *favorable* sebanyak 7 item dan *unfavorabel* sebanyak 4 item.
- c. Penelitian yang dilakukan oleh Efendi (2020) menggunakan skala penerimaan diri yang disusun berdasarkan lima aspek menurut Johnson (1993) yaitu: (1) menerima diri apa adanya, (2) tidak menolak diri apabila memiliki kelebihan dan kekurangan, (3) yakin bahwa untuk mencintai diri sendiri, tidak harus oleh orang lain dan dihargai oleh orang lain, (4) untuk merasa berharga, seseorang tidak perlu merasa benar-benar sempurna, (5) memiliki keyakinan bahwa dia mampu untuk menghasilkan kerja yang berguna. Dalam skala ini terdapat 20 item, *favorable* sebanyak 14 item dan *unfavorable* sebanyak 6 item.

- d. Penelitian yang dilakukan oleh Fitroh (2022) menggunakan skala penerimaan diri yang disusun berdasarkan empat aspek menurut Hurlock (2002) yaitu: (1) merasa puas terhadap keadaan diri sendiri, (2) tidak prihatin akan adanya reaksi sosial, (3) memiliki kemandirian, (4) menghargai diri. Dalam skala ini terdapat 31 item, *favorable* sebanyak 16 item dan *unfavorable* sebanyak 15 item.

2.2 Citra Diri

2.2.1 Definisi Citra Diri

Cash & Pruzinsky (2007) mengemukakan citra diri merupakan gambaran tentang tubuh seseorang yang terbentuk dalam pikiran individu itu sendiri, atau dengan kata lain gambaran tubuh individu menurut individu itu sendiri. Citra diri tersebut dapat berupa sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya yang dapat berupa penilaian positif atau negatif. Salmainsi (2011) menjelaskan citra diri merupakan keseluruhan sistem gambar dan perasaan individu mengenai dirinya sendiri. Citra diri (*self image*) merupakan persepsi tentang diri kita sendiri, dan seringkali tidak kita sadari, karena memiliki bentuk yang sangat halus atau abstrak.

Menurut *American Psychiatric Association* (VandenBos, 2007) mengemukakan *self-image* atau citra diri merupakan konsep diri seseorang, merupakan aspek terpenting dari kepribadian seseorang yang dapat menentukan keberhasilan hubungan dan general *well-being* seseorang. Burn (1993) mengemukakan citra diri merupakan apa yang dilihat seseorang ketika dia melihat dirinya sendiri. Citra diri adalah cara

individu memandang diri sendiri, bukan hanya ketika menatap kedalam cermin dan memandang penampilan luar, akan tetapi apa yang mereka percayai tentang diri sendiri (Hoft, 2001).

Citra diri dalam kamus psikologi disebut *self image* atau gambaran diri merupakan gambaran mengenai diri individu, berdasarkan kamus psikologi citra diri adalah jati diri seperti yang digambarkan atau yang dibayangkan akan menjadi kenyataan (Chaplin, 2006). Citra diri merupakan gambaran diri yang dapat berkembang pada tingkat berikutnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa seseorang melihat dirinya dan pendapatnya mengenai dirinya. Individu berkembang dari interaksi-interaksi antara orangtuanya mengharapkan agar menampilkan tingkah laku tertentu dan menjauhi tingkah laku yang lain. Orang tua melihat anaknya baik sebagai reaksi terhadap beberapa tingkah laku lain. Dengan melihat harapan-harapan orangtua, anak mengembangkan perasaan dan tanggungjawab moral (Yustinus, 2016).

Brown (dalam Sibarangi, 2019) citra diri adalah bagaimana seseorang memandang dirinya, bayangan atau gambaran tentang diri seseorang mengenai cara individu melihat diri sendiri dan cara berpikir mengenai dirinya saat ini. Citra diri juga sering disebut sebagai cermin diri, seseorang akan senantiasa melihat kedalam cermin ini untuk mengetahui bagaimana cara individu tersebut harus bertindak atau berperilaku pada suatu keadaan tertentu. Centi (1993) berpendapat bahwa citra diri adalah

salah satu segi dari gambaran diri yang mempengaruhi harga diri seseorang.

2.2.2 Aspek-aspek Citra Diri

Adapun beberapa aspek citra diri yang dikemukakan oleh Cash (2005) yang terdiri dari lima aspek, yaitu:

1. *Appearance Evaluation* (evaluasi penampilan)

Pada aspek ini berhubungan dengan evaluasi seseorang terhadap penampilan dan keseluruhan dirinya, apakah menarik atau tidak menarik serta memuaskan atau tidak memuaskan. Aspek ini juga bersifat negatif karena cenderung akan menimbulkan ketakutan akan penilaian orang lain terhadap penampilannya.

2. *Appearance Orientation* (orientasi penampilan)

Orientasi penampilan merupakan tingkat perhatian seseorang terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki atau untuk meningkatkan penampilannya, kepuasan terhadap bagian tubuh meliputi wajah, tubuh bagian atas, tubuh bagian tengah dan tubuh bagian bawah. Aspek ini juga dapat diartikan bagaimana seseorang menilai seberapa penting penampilannya terhadap orang lain. Adapun usaha tiap individu yang bisa dilakukan yaitu dengan berpakaian yang rapi, model rambut, dan lain-lain.

3. *Body Area Satisfaction* (kepuasan terhadap bagian diri)

Pada aspek ini dimana tingkat kepuasan terhadap bagian diri secara spesifik misalnya wajah, rambut, tubuh bagian bawah (bokong,

pinggul, kaki), tubuh bagian tengah (pinggang dan perut), tubuh bagian atas (dada, bahu, lengan), dan penampilan secara keseluruhan.

4. *Overweight Preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk)

Pada aspek ini mengarah pada kecemasan seseorang akan terjadinya kegemukan, kewaspadaan seseorang terhadap kenaikan berat badan, kecenderungan melakukan diet untuk menurunkan berat badan bahkan membatasi pola makan. Kecemasan menjadi gemuk akan mendorong seseorang cenderung melakukan diet ekstrim dan akan menimbulkan pengaruh buruk bagi kesehatannya.

5. *Self-Classified Weight* (pengkategorian ukuran diri)

Pada aspek ini yaitu bagaimana seseorang mempersepsikan dan menilai berat badannya sendiri, dari sangat kurus sampai sangat gemuk. Seseorang akan mengkategorisasikan ukuran tubuhnya dengan melihat apakah berat badannya termasuk dalam kategori kurus atau gemuk.

2.2.3 Komponen-komponen citra diri

Komponen citra tubuh Jersild (dalam Sibarangi, 2019) terbagi atas 3 komponen yaitu:

1. *Perceptual Component*

Pada komponen ini adalah gambaran yang dimiliki oleh seseorang terhadap penampilannya, terutama pada fisik dan gaya berpakaian bukan hanya itu bagaimana individu memberikan ekspresi terhadap

orang lain. Termasuk didalamnya *attractiveness*, *appropriateness*, yang berhubungan dengan daya tarik seseorang bagi orang lain.

Memperkirakan ukuran dan dimensi tubuh sendiri, dengan bukti bahwa pada tingkat kelompok individu biasanya melebih-lebihkan ukuran tubuh mereka sendiri secara signifikan lebih dari individu yang sehat. Biasanya dilihat dari penampilan seseorang seperti tinggi rendahnya orang tersebut, warna kulit, wajah yang cantik dan tampan, bentuk tubuh yang kurus dan gemuk, cara berpakaian rapih ataukah berantakan. Komponen ini paling mudah terlihat karena terlihat secara fisik komponen ini disebut *physical self image*.

2. *Conceptual Component*

Komponen ini merupakan struktur atau cara pandangan individu memandang dirinya, misalnya kemampuan, kekurangan dan keterbatasan dirinya. Individu melihat bakat yang dimiliki sehingga dapat mengembangkan bakat yang dimilikinya, kebanyakan orang mengembangkan bakat dari lahir yang didukung oleh lingkungan internal dan eksternal. Introspeksi dilakukan agar individu melihat kepada dirinya untuk mencari hal-hal yang menunjang dirinya.

Komponen ini memberikan rancangan yang terstruktur sehingga dapat melakukan tindakan pengembangan potensi diri yang dianggap lemah dan memanfaatkan potensi diri yang menjadi kelebihan mengenai dirinya komponen ini memberikan gambaran secara struktur

seseorang memandang dirinya dari dalam diri. Komponen ini disebut *psychological self image*.

3. *Attitudinal Component*

Komponen ini merupakan pikiran dan perasaan seseorang mengenai dirinya, status, dan pandangan terhadap orang lain. Membantu memberi gambaran diri dengan cara membandingkan dirinya dengan diri orang lain. Individu memang cenderung membanding-bandingkan dirinya dengan individu lain yang dianggap sama dengannya, sama-sama memiliki pola fikir dan perasaan.

Akan tetapi tidak jarang individu membandingkan dirinya dengan individu yang lebih baik dari dirinya yang sering disebut *upward comparison* atau yang lebih buruk yang sering disebut *down ward comparison*. Kesadaran serta pengetahuan akan diri individu tercapai dengan cara melihat respon orang lain terhadap perilaku individu. Misalnya jika individu melontarkan gurauan dan individu lain tertawa, hal tersebut dapat menjadi sumber untuk mengetahui bahwa individu lucu. Komponen ini disebut sebagai *social self image*.

2.2.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi

Brown (dalam Ekhy, 2016) menjelaskan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi citra diri seseorang, yaitu:

1. Faktor perilaku
 - a. Perhatian selektif (*selective attention*)

Perhatian selektif terhadap masukan yang didapat yang akan mendukung citra diri seseorang sehingga ia cenderung menyaring sesuai dengan apa yang diinginkan. Perhatian selektif juga terdapat pada situasi untuk memantau beberapa sumber informasi yang telah didapatkan secara sekaligus. Saat menerima informasi seseorang harus memilih salah satu sumber informasi yang paling penting dan hanya berfokus pada informasi penting tersebut.

Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perhatian selektif yaitu harapan, stimulus, serta nilai-nilai. Penerima informasi juga mengharapkan sumber tertentu menyediakan informasi dan memberikan perhatian lebih terhadap sumber tersebut, memilih stimulus yang paling memberikan efek, dan memilih sumber informasi yang paling penting.

b. Melumpuhkan diri sendiri

Seseorang memperlihatkan perilaku tertentu sehingga kekurangan individu tersebut terlihat. Memperlihatkan kekurangan yang ia miliki dalam bentuk perilaku. Secara tidak langsung tindakan-tindakan yang dilakukan individu memperlihatkan kekurangan dari dirinya.

c. Pemilihan tugas yang memperlihatkan usaha positif

Seseorang cenderung lebih melihat dan memperhatikan masukan yang bersifat kelebihannya, dibandingkan kekurangan

mereka. Individu memilih memperlihatkan usaha-usaha positif dibandingkan dengan usaha negatif. Seseorang hanya fokus pada hal-hal yang bersifat positif dan menghiraukan hal-hal yang membuat ia rugi.

d. Perilaku mencari info strategis

Seseorang cenderung menghindari situasi yang dapat merugikan dirinya dan cenderung mencari keadaan yang bersifat positif sehingga dapat diterapkan oleh dirinya. Dalam hal mencari informasi individu sangat mencerna informasi yang telah didapatkan sehingga informasi yang ia dapatkan dapat pula diterapkan dalam kehidupannya.

2. Faktor sosial

a. Interaksi selektif

Hubungan interaksi sosial yang timbul karena individu yang berkumpul dan membentuk suatu kelompok yang didasarkan pada persamaan usia, status sosial, kebutuhan dan minat yang seiring berjalannya waktu akan membentuk pertemanan atau persahabatan. Akan tetapi ada beberapa kriteria yang telah ditetapkan individu sehingga tidak semua orang dapat dijadikan teman. Memilih teman bergaul sangatlah penting sehingga individu tidak terjerumus kedalam hal-hal yang tidak diinginkan.

b. Perbandingan sosial yang bias

Seseorang sering kali membandingkan dirinya dengan orang lain yang menurutnya kemampuan dirinya lebih tinggi dibandingkan orang lain. Seseorang sering kali berfikir bahwa dirinya mampu dalam segala hal dibandingkan dengan orang lain.

2.2.5 Dampak Citra Diri

James K. Van Fleet (dalam Safitri, 2020) mengemukakan citra diri yang positif dan citra diri negative, yaitu:

1. Dampak positif

a. Memiliki rasa percaya diri yang kuat

Seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan mampu bekerja dengan aktif dan dapat melakukan tugas dengan baik dan bertanggungjawab serta memiliki rencana terhadap masa depannya. Percaya diri merupakan hal yang mendasar untuk pengembangan dalam aktualisasi diri. Ketika individu percaya diri maka ia akan mampu mengenal dan memahami diri kita sendiri.

b. Terstruktur dengan baik serta efisien

Seseorang yang memiliki pola pikir yang terstruktur maka akan mendapatkan tujuan, hasil atau target yang diharapkan dengan waktu yang telah ditentukan terlebih dahulu dan tidak memperdulikan biaya yang harus atau yang telah dikeluarkan.

c. Memiliki kepribadian yang menyenangkan

Setiap individu menginginkan memiliki kepribadian yang menyenangkan bukan dilihat dari cara mereka membuat orang lain tertawa bahkan bersikap lucu atau menggemaskan, bukan hanya itu. Dapat dikatakan pribadi yang menyenangkan ketika seseorang mampu memahami dan menempatkan dirinya pada posisi orang lain, sehingga individu akan selalu memperhatikan orang-orang yang ada disekitarnya. Seseorang dengan kepribadian yang menyenangkan ia akan mampu menghargai dan menghormati perbedaan sebagai sisi positif yang akan saling melengkapi satu sama lain.

d. Mampu mengendalikan diri

Proses yang membentuk diri seseorang yang mencakup proses pengaturan fisik, psikologis, serta perilaku sehingga dapat mengendalikan diri dengan baik. Individu juga mampu membuat perkiraan terhadap perilaku yang hendak dilakukan sehingga ia mampu mencegah suatu hal yang tidak menyenangkan.

2. Dampak negatif

a. Merasa rendah diri

Perasaan rendah diri merupakan perasaan ia lebih rendah dibandingkan orang lain. Perasaan tersebut dapat muncul akibat berimajinasi yang berlebihan dan memaksakan diri untuk menjadi orang lain. Rasa rendah diri juga kerap kali terjadi tanpa disadari

dan dapat membuat orang yang merasakannya melakukan kompensasi yang berlebihan untuk mengimbangnya, rendah diri berupa keadaan putus asa yang parah dan dapat mengakibatkan orang yang mengalami hal tersebut akan melarikan diri saat mengalami kesulitan.

b. Kurang memiliki dorongan dan semangat hidup

Individu menganggap bahwa dirinya sudah tidak berguna akibat citra diri yang rendah.

c. Lebih suka menunda waktu

Individu yang seringkali menunda-nunda waktu karena adanya rasa malas, stress, kurang percaya diri sehingga pekerjaan yang seharusnya diselesaikan menjadi tertunda. Dan seseorang yang suka menunda waktu akan selalu merasa rugi.

d. Memiliki landasan yang pesimis dan emosi negatif

Individu yang memiliki rasa pesimis dan selalu memandang dirinya tidak mampu, rasa putus asa sehingga ia tidak memiliki gairah untuk mencapai keinginannya. Rasa pesimis sangatlah berhubungan dengan karakter seseorang atau cara pandangya terhadap suatu masalah.

e. Pemalu dan menyendiri

Individu yang memiliki sifat pemalu akan mengakibatkan minimnya komunikasi dengan orang lain, tidak percaya diri terhadap dirinya sendiri, serta tidak percaya dengan kemampuan

yang ia miliki. Seseorang yang suka menyendiri akan mengakibatkan kurangnya relasi pertemanan.

2.2.6 Pengukuran Citra Diri

1. *Multidimensional Body-Self Related Questionnaire Appearance Scales* (MBSRQ-AS)

Instrumen ini dikembangkan oleh Cash (2002) *Multidimensional Body-Self Related Questionnaire Appearance Scales* (MBSRQ-AS). digunakan sebagai suatu penilaian wanita terhadap tubuhnya yaitu pada aspek *appearance evaluation, appearance orientation, body satisfaction areas, overweight preoccupation, self-classified weight*.

2. *Body Image Quality of Life Inventory* (BIQLI)

Instrumen ini disusun oleh Cash dan Fleming pada tahun 2002. Alat ukur ini terdiri dari 19 item, *Body Image Quality Of Life Inventory* (BIQLI) dikembangkan guna mengukur efek positif dan juga negatif *body image* pada aspek psikososial individu dimana *body image* yang negatif dapat memiliki konsekuensi psikososial yang merugikan individu, termasuk terjadinya gangguan pola makan. Skor alat ukur BIQLI yang lebih tinggi pada seseorang berkaitan dengan kepuasan tubuh yang lebih tinggi, rasa malu tubuh yang lebih kurus, kecemasan menjadi gemuk, perhatian yang kurang disfungsi dalam penampilan, pengawasan dan standar kecantikan budaya yang kurang terinternalisasi (Cash & Fleming, 2002).

3. *Body Image Avoidance Questionnaire* (BIAQ)

Instrumen ini dikembangkan oleh Rosen dkk (1991) dan bertujuan untuk mengukur sejauh mana individu berada dalam perilaku penghindaran situasi

yang menyebabkan kesulitan mengenai *body image* individu. Terdapat 19 item pada instrumen ini seperti tema perilaku dimana menutupi tubuh menggunakan pakaian, menghindari situasi sosial yang fokus pada penampilan, melakukan diet, menimbang berat badan atau melihat diri sendiri dicerminkan. Instrumen ini digunakan guna memahami kecemasan pada *body image* dan mendeteksi adanya gangguan makan (Tracey, 2015).

2.3 Dewasa Awal

Masa dewasa awal merupakan transisi dari masa remaja ke masa dewasa yang sebenarnya. Hurlock (2006) mengemukakan bahwa rentan usia dewasa awal dimulai pada usia 18-40 tahun. Jadi secara teoritis tidak banyak perubahan yang terlalu terlihat atau perubahan yang terlalu ekstrim. Masa dewasa awal merupakan tahap perkembangan seseorang yang telah mencapai tahap stabilitas fisik, psikologis, dan sosial. Secara psikologis, dewasa awal merupakan usia dimana seorang individu memasuki tahap awal kedewasaan. Hurlock & Elizabeth (1996) mengemukakan bahwa pada masa dewasa awal merupakan masa ketegangan emosional dimana seringkali ditampakkan dari ketakutan atau kekhawatiran. Ketakutan atau kekhawatiran yang muncul biasanya tergantung pada pencapaian terhadap persoalan-persoalan yang dialami pada saat tertentu. Dan sejauh mana ia berhasil atau kegagalan yang dirasakan dalam penyelesaian masalah.

Santrock (2012) mengungkapkan bahwa dewasa awal merupakan masa transisi dari remaja ke dewasa dengan melakukan eksplorasi dan eksperimen. Kesuma (2020) mengatakan bahwa pada usia tersebut seseorang merasa ia bukan lagi anak kecil yang harus mengikuti orang yang

lebih tua, melainkan ia merasa ia sudah sejajar dengan orang yang lebih tua dari dirinya. Masa dewasa merupakan tahap perkembangan psikologis yang telah menyelesaikan masa dewasanya dan siap untuk menyesuaikan diri dengan orang dewasa yang ada dilingkungannya (Kesuma, 2020).

2.4 Pengaruh Citra Diri Terhadap Penerimaan Diri Pada Dewasa Awal

Hurlock (2006) mengemukakan bahwa rentan usia dewasa awal dimulai pada usia 18-40 tahun. Di era sekarang perkembangan sosial dan teknologi semakin berkembang pesat terutama pada bidang teknologi khususnya media sosial. Orang-orang menggunakan media sosial guna berinteraksi, mencari informasi, bersosialisasi dan mencari hiburan. Maka dari itu tidak dapat dipungkiri media sosial memiliki dampak yang sangat besar dalam kehidupan masyarakat. Melalui media sosial pula orang-orang dengan mudah mengekspresikan dirinya seperti memperlihatkan gaya hidupnya baik dengan *fashion* yang menarik atau perawatan tubuh untuk mempercantik diri (Amalia, 2020).

Seseorang yang tidak mengikuti gaya hidup yang sedang tren akan mendapatkan kritikan karena tidak sesuai dengan standar ideal yang berlaku dimasyarakat. Penampilan fisik menjadi salah satu hal yang penting di era modern misalnya gaya hidup, gaya berbusana, dan lain sebagainya. Sehingga seseorang rela melakukan apapun agar terlihat menarik karena ingin memenuhi standar tubuh yang ideal menurut masyarakat. Tuntutan masyarakat yang terus menerus tersebut yang membentuk pandangan buruk terhadap diri sendiri.

Maka dari itu setiap individu diharapkan memiliki penerimaan diri yang baik. Dalam opini peneliti bahwa individu yang memiliki penerimaan diri yang baik mampu menerima kekurangan maupun kelebihan, percaya diri dan menghargai diri sendiri, serta dapat menerima kritikan dari orang lain. Penting sekali memiliki penerimaan diri yang baik karena dapat membantu seseorang dalam bersosialisasi dengan orang lain serta meningkatkan rasa percaya diri seseorang. Hurlock (2013) mengemukakan penerimaan diri merupakan tingkatan individu yang mampu mempertimbangkan karakteristik personalnya serta bersedia untuk hidup dengan karakteristik personalnya tersebut. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ristanti (2021) menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi maka semakin tinggi harga diri yang ia miliki sedangkan individu yang memiliki tingkat penerimaan yang rendah maka semakin rendah pula harga diri yang ia miliki.

Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Siti Maryam & Ifdil (2019) menunjukkan bahwa pemicu terjadinya penerimaan diri oleh seseorang karena penampilan fisik atau bentuk tubuh yang dimilikinya, seseorang yang memiliki citra tubuh yang positif maka semakin tinggi penerimaan dirinya begitupun sebaliknya. Hasil penelitian Hasmalawati (2017) menunjukkan bahwa semakin tinggi citra tubuh seseorang maka akan semakin tinggi pula penerimaan dirinya karena ia dapat menerima baik kelebihan maupun kekurangannya tanpa adanya rasa rendah diri. Setiap individu dilahirkan

dengan bentuk tubuh yang beraneka ragam dan tidak semua individu memiliki tubuh yang ideal dan sesuai apa yang mereka inginkan.

Kondisi tubuh menjadi salah satu bagian yang sangat mudah dilihat sehingga hal tersebut menjadi pemicu timbulnya penilaian terhadap diri sendiri maupun penilaian orang lain. Maka dari itu penampilan sangatlah penting untuk diperhatikan terutama pada orang dewasa yang tentu menginginkan menampilkan dirinya sebaik mungkin dalam kehidupannya. Seperti yang kita ketahui saat ini kebanyakan individu seringkali memandangi dirinya dengan penuh kekurangan dan tidak jarang juga mereka membandingkan dirinya. Di kalangan perempuan memperlihatkan penampilan merupakan hal sangat penting yang harus diperhatikan karena hal tersebut menjadi salah satu penunjang untuk tampil sempurna dalam berinteraksi.

Sejatinya, standar tubuh yang ideal pada perempuan dimana ia memiliki tubuh yang cenderung kurus, berlekuk, sehat, tinggi badan yang ideal, dan putih (Amalia, 2020). Perempuan yang memandangi fisiknya tidak memenuhi standar tubuh yang ideal apabila ia memiliki wajah yang kurang menarik, memiliki badan yang terlalu kurus atau gemuk sehingga dapat mengakibatkan ia menyesal dengan kondisi fisik yang ia miliki. Di media massa standar tubuh yang ideal pada laki-laki dimana ia memiliki tubuh yang ramping, memiliki tubuh yang *sixpack*, berotot, dan tinggi badan yang ideal. Di media massa seperti pada film, majalah atau koran juga sering kali memperlihatkan gambaran tubuh yang ideal (Fitroh, 2022).

Di media sosial juga memiliki standar kriteria penampilan fisik seperti memiliki bentuk tubuh yang ideal antara berat badan dan tinggi badan (Amalia, 2020). Cash & Pruzinsky (2007) mengemukakan citra diri merupakan gambaran tentang tubuh seseorang yang terbentuk dalam pikiran individu itu sendiri, atau dengan kata lain gambaran tubuh individu menurut individu itu sendiri. Burn (1993) mengemukakan citra diri merupakan apa yang dilihat seseorang ketika dia melihat dirinya sendiri. Citra diri adalah cara individu memandang diri sendiri, bukan hanya ketika menatap kedalam cermin dan memandang penampilan luar, akan tetapi apa yang mereka percayai tentang diri sendiri (Hoft, 2001).

Citra diri dalam kamus psikologi disebut *self image* atau gambaran diri merupakan gambaran mengenai diri individu, berdasarkan kamus psikologi citra diri adalah jati diri seperti yang digambarkan atau yang dibayangkan akan menjadi kenyataan (Chaplin, 2006). Menurut Cash (2005) ada lima aspek citra diri yaitu *appearance evaluation* (evaluasi penampilan), *appearance orientation* (orientasi penampilan), *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian diri), *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), dan *self-classified weight* (pengkategorian ukuran diri).

Adapun dampak ditimbulkan pada citra diri yaitu pada dampak positif memiliki rasa percaya diri yang kuat, terstruktur dengan baik dan efisien, memiliki kepribadian yang menyenangkan, serta mampu mengendalikan diri. Sementara dampak negatif yang ditimbulkan oleh citra diri yaitu merasa rendah diri, kurang memiliki dorongan dan semangat hidup, lebih suka

menunda waktu, memiliki landasan yang pesimis dan emosi negatif, serta pemalu dan menyendiri (James K. Van Fleet, dalam Safitri 2020).

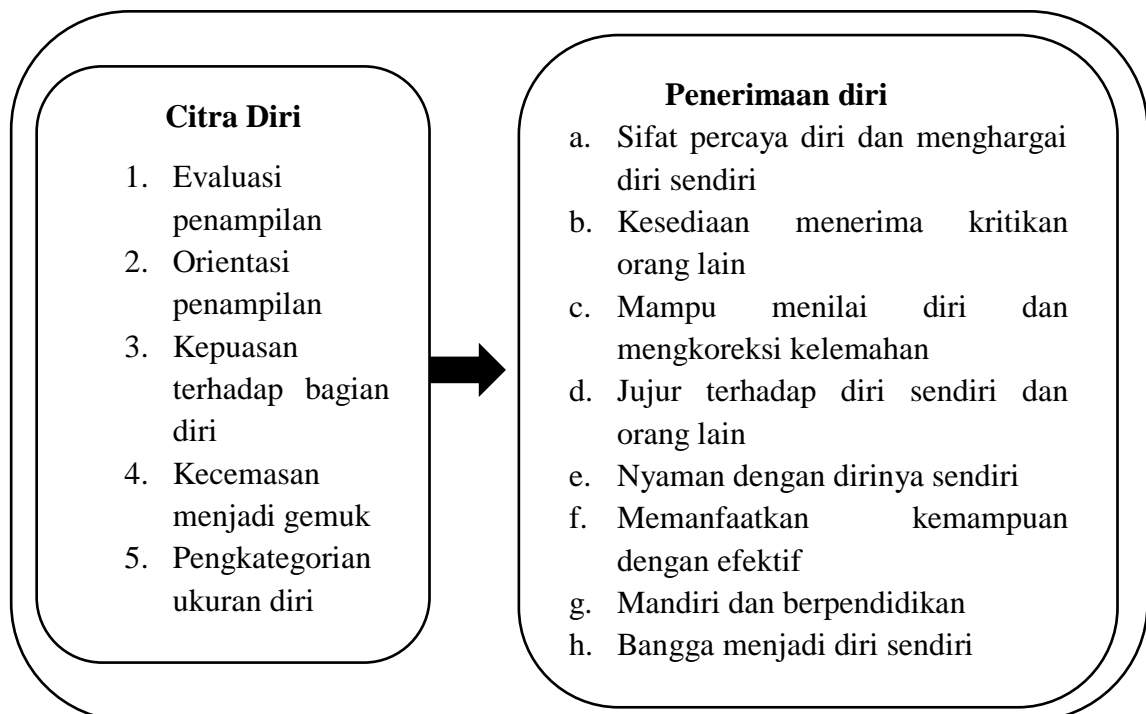
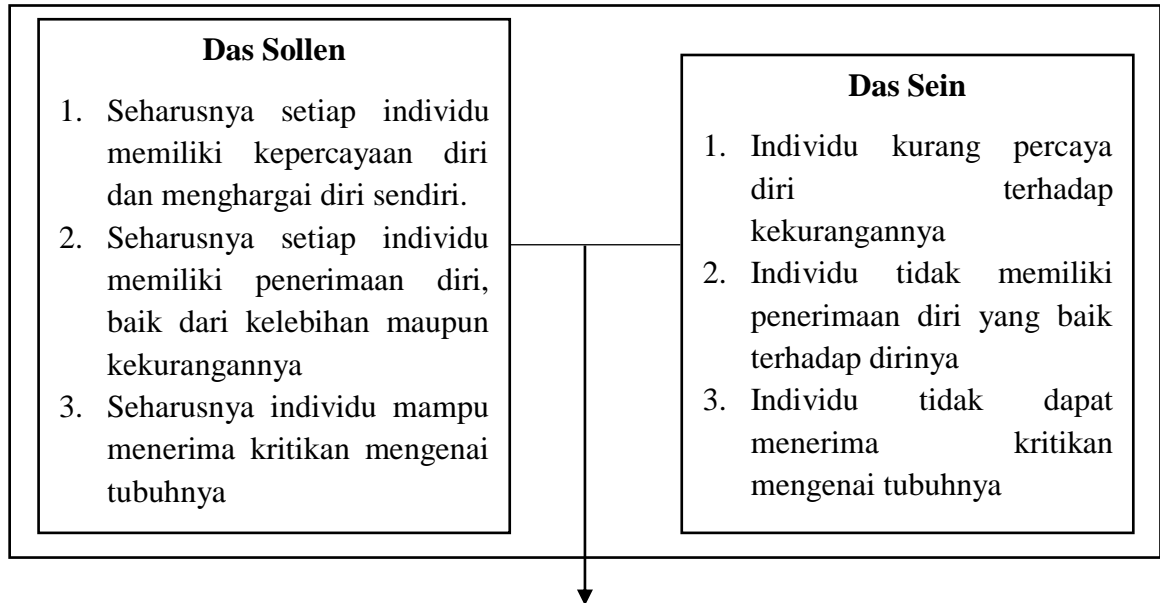
Hasil penelitian Hasmalawati (2017) menunjukkan bahwa semakin tinggi citra diri seseorang maka akan semakin tinggi pula penerimaan dirinya karena ia dapat menerima baik kelebihan maupun kekurangannya tanpa adanya rasa rendah diri. Setiap individu dilahirkan dengan bentuk tubuh yang beraneka ragam dan tidak semua individu memiliki tubuh yang ideal dan sesuai apa yang mereka inginkan. Jika individu memiliki tubuh yang menarik, semakin tinggi harga diri yang dimiliki. Citra diri yang positif akan meningkatkan nilai diri, kepercayaan diri, serta mempertegas jati diri terhadap orang lain maupun diri sendiri, yang memengaruhi harga diri. Dalam penelitian ini juga menyampaikan bahwa adanya penilaian dan komentar yang positif dari orang lain mengenai tubuh individu, dapat membuat individu merasakan kepuasan tersendiri mengenai tubuh yang dimiliki. Adanya kepuasan mengenai tubuh tersebut terbentuklah citra tubuh yang positif. Perasaan bangga terhadap diri, dengan percaya diri memuji diri sendiri, sehingga mengarah pada terbentuknya *self esteem* yang tinggi (Sari, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Ridha (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara *self image* dengan penerimaan diri. Artinya individu yang memiliki *self image* yang baik secara penampilan fisik maka semakin baik pula individu bisa menerima dengan penerimaan diri yang positif. Sebaliknya jika individu memiliki kekurangan fisik yang tidak sesuai dengan dirinya maka penerimaan diri individu akan berdampak pada penerimaan diri

yang negatif. Sementara menurut Resty (2016), penerimaan diri dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam menerima kekurangan dan kelebihan yang ada pada diri secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmadani & Putrianti (2014) menerangkan bahwa citra diri yang positif dimana individu merasa lebih puas terhadap dirinya dan akan berperan dalam keberhasilan pada perbuatan atau aktivitas yang dilakukan. Citra diri yang positif memiliki kekuatan lebih siap menerima kenyataan dan resiko, bahkan melihat resiko tersebut sebagai sarana untuk mencapai langkah selanjutnya dan memiliki arah yang jelas dalam kehidupannya. Salesman (2018) menjelaskan bahwa individu yang memiliki citra diri yang negatif ia cenderung akan bersikap sangat hati-hati dalam mengambil langkah kecil dalam hidupnya, tidak percaya terhadap bakat yang ia miliki. Sitanggang & Juantini (2019) citra diri yang baik akan membuat individu lebih mengerti siapa dirinya sehingga dengan mudah mengatasi berbagai macam keadaan yang mungkin akan dialaminya. Akan tetapi berbeda dengan individu yang memiliki citra diri yang buruk, ia akan cenderung memandang dirinya tidak berdaya, tidak mampu berbuat sesuatu, tidak berkompeten sehingga dapat berujung pada kehilangan daya tarik terhadap kehidupan.

2.5 Kerangka penelitian



Keterangan :

□ : Fenomena □ : Variabel Penelitian ➔ : Keterkaitan

2.6 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh citra diri terhadap penerimaan diri pada dewasa awal.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

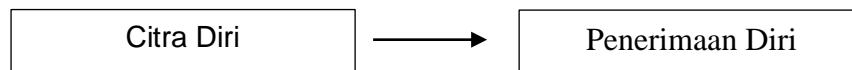
Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Creswell (2016) menjelaskan bahwa metode penelitian kuantitatif berfokus pada pengujian teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antarvariabel. Penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berfokus pada data dan angka yang memiliki tujuan untuk menguji teori tertentu (Sugiyono, 2016).

3.2 Variabel Penelitian

Sugiyono (2013) menyatakan bahwa variabel penelitian yaitu merupakan atribut atau sifat atau nilai dari seseorang, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari lalu ditarik kesimpulannya. Yusuf (2014) menjelaskan bahwa berdasarkan posisi dan fungsinya dalam penelitian, variabel penelitian juga dapat dibedakan atas variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen). Variabel independen yaitu variabel yang mempengaruhi, menjelaskan serta menerangkan variabel lain dan variabel ini dapat menyebabkan perubahan pada variabel terikat. Sedangkan variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain akan tetapi tidak mempengaruhi variabel yang lain. Adapun variabel dalam penelitian ini yaitu:

Variabel independen (X) : Citra Diri

Variabel dependen (Y) : Penerimaan Diri



3.3 Definisi Variabel

3.3.1 Definisi Konseptual

1. Citra Diri

Cash & Pruzinsky (2007) mengemukakan citra diri merupakan gambaran tentang tubuh seseorang yang terbentuk dalam pikiran individu itu sendiri, atau dengan kata lain gambaran tubuh individu menurut individu itu sendiri.

2. Penerimaan Diri

Hurlock (2013) mengemukakan penerimaan diri merupakan tingkatan individu yang mampu mempertimbangkan karakteristik personalnya serta bersedia untuk hidup dengan karakteristik personalnya tersebut.

3.3.2 Definisi Operasional

1. Citra Diri

Citra diri yaitu suatu gambaran serta pandangan dan keyakinan individu secara keseluruhan mengenai dirinya sendiri yang menggambarkan persepsi, pikiran dan perasaan, serta perubahan sikap pada bagian-bagian tubuh atau penampilan fisik, berdasarkan penilaian

terhadap penampilannya, serta memperkirakan bagaimana orang lain menilai dirinya.

2. Penerimaan Diri

Penerimaan diri adalah ketika individu menerima dan menyadari bahwa ia memiliki kekurangan pada dirinya dan tidak menyalahkan dirinya akan hal tersebut serta tidak malu dengan kekurangan yang dimiliki.

3.4 Populasi dan sampel

3.4.1 Populasi

Sugiyono (2013) menjelaskan populasi merupakan wilayah generalisasi dimana terdiri atas objek dan subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang digunakan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Kurniawan & Puspitaningtyas (2016) mengemukakan bahwa populasi merupakan keseluruhan dari unit yang diteliti, serta kumpulan dari individu dengan kualitas ciri-ciri yang telah ditetapkan. Kurniawan & Puspitaningtyas juga menjelaskan bahwa populasi secara kompleks yaitu bukan sekedar jumlah yang ada pada subjek yang akan diteliti tetapi juga mencakup seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki subjek tersebut. Adapun populasi dalam penelitian ini yaitu individu dewasa awal yang berusia 18-40 tahun serta berjenis kelamin laki-laki dan perempuan.

3.4.2 Sampel

Sampel ialah bagian dari populasi yang memiliki ciri-ciri yang sama dengan populasinya. Azwar (2012) menyatakan bahwa sampel penelitian adalah sebagian dari jumlah populasi yang menjadi bagian dari subjek dalam penelitian yang sedang dilakukan. Sampel pada penelitian adalah dewasa awal dengan rentang usia 18-40 tahun. Penentuan jumlah sampel menggunakan persamaan $n \geq \frac{1}{\alpha^2}$, yang dimana nilai α yang digunakan yaitu 0.05 sehingga jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini minimal 400 responden (Abdullah & Susanto, 2015). Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 419 responden.

3.4.3 Teknik pengambilan sampel

Teknik sampling yaitu teknik yang digunakan oleh peneliti untuk mengambil sampel (Sugiyono, 2016). Pendekatan pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu *non-probability*. *Non-probability* merupakan teknik yang tidak memiliki peluang yang sama untuk setiap anggota populasi untuk dijadikan sampel (Sugiyono, 2018). Pendekatan tersebut digunakan karena peneliti tidak mengetahui jumlah peluang yang dimiliki oleh setiap subjek dari populasi untuk dapat dijadikan sampel.

Adapun teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel secara acak serta dengan pertimbangan langsung oleh peneliti apakah sampel tersebut dapat dianggap mewakili populasi. Teknik *purposive sampling* yaitu penentuannya yang didasari

oleh kriteria-kriteria yang telah ditentukan sebelumnya oleh peneliti sehingga sampel yang diambil dianggap telah mewakili populasi (Sugiyono, 2017). Berdasarkan hal tersebut maka sampel yang dipilih oleh peneliti yang memiliki kriteria sebagai berikut:

1. Berusia 18-40 tahun
2. Laki-laki dan Perempuan

3.5 Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data yang digunakan penelitian ini adalah metode penyebaran skala penelitian. Azwar (2016) menjelaskan bahwa ada sejumlah pernyataan pada skala untuk memancing reaksi atau respon individu. Sehingga pernyataan tersebut memiliki tujuan untuk mendapatkan informasi dari individu. Jenis skala yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu skala citra diri dan skala penerimaan diri, dimana ada lima opsi jawaban yang disediakan dan responden diminta untuk memilih salah satu jawaban dari kelima opsi jawaban tersebut. Pada skala ini terdapat item-item pernyataan dengan lima opsi jawaban yaitu SS (Sangat Setuju), S (Setuju), N (Netral), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju). Penilaian untuk item favorable yaitu SS= 5, S= 4, N= 3, TS= 2, dan STS= 1. Sedangkan pada penilaian item unfavorable yaitu SS= 1, S= 2, N= 3, TS= 4, dan STS= 5.

3.5.1 Skala Penerimaan Diri

Penelitian ini mengukur penerimaan diri menggunakan skala adaptasi yang sudah diadaptasi oleh Mega Ristanti (2021), sehingga menjadi skala siap sebar berdasarkan *Self Acceptance Scale* dari Hurlock (2013) dan

Expressed Acceptance on Scale Test dari Berger (1952). Skala penelitian memiliki 8 aspek. Tiap aspek memiliki satu aitem, sehingga total aitemnya sebanyak 11 aitem. Skala akan dikelompokkan dalam bentuk *favorable* dan *unfavorable* serta skala ini menggunakan 5 alternatif jawaban diantaranya sangat setuju (SS), setuju (S), netral (N), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS).

Tabel 3.1 Blueprint Skala Penerimaan Diri

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		F	UF	
Percaya diri dan menghargai diri sendiri	Mampu mengerjakan sesuatu hal		9	1
Kesediaan menerima kritikan dari orang lain	Mampu menerima kritikan dan saran dari orang lain		1	1
	Menyadari bahwa dirinya tidak selalu benar		6	1
mampu menilai diri dan mengoreksi kelemahan	Mampu menempatkan diri dengan realitas		4	1
Jujur terhadap diri sendiri dan orang lain	Menyadari kekurangan dalam diri		2	1
Nyaman dengan dirinya sendiri	Mudah menyesuaikan diri dengan perubahan fisik dan emosi		7	1
	Dapat mengontrol diri sendiri		11	1
Memanfaatkan kemampuan dengan efektif	Memiliki rasa ingin tahu yang tinggi	8		1
Mandiri dan berpendidikan	Mampu memutuskan sesuatu bagi dirinya sendiri		5	1

	Mampu menyelesaikan konflik dalam diri	10	1
Bangga menjadi diri sendiri	Memiliki strategi penyesuaian terhadap kecemasan, konflik dan frustrasi	3	1
Total		1	10

3.5.2 Skala Citra Diri

Skala yang digunakan dalam penelitian ini untuk variabel citra diri akan dibuat sendiri oleh peneliti menggunakan kuesioner *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearence Scales (MBSRQ-AS)* berdasarkan 3 aspek yang dikemukakan oleh Cash (2005) yaitu; evaluasi penampilan, orientasi penampilan, dan kepuasan terhadap bagian diri. Tiap aspek memiliki aitem yang bervariasi, sehingga total aitemnya sebanyak 39 aitem. Skala akan dikelompokkan dalam bentuk *favorable* dan *unfavorable* serta skala ini menggunakan 5 alternatif jawaban diantaranya sangat setuju (SS), setuju (S), netral (N), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS).

Tabel 3.2 Blueprint Skala Citra Diri

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Total
		F	UF	
Evaluasi penampilan	Merasa penampilan diri menarik	1, 3	2,4,5,6,7, 8,9,10,11	11
Orientasi penampilan	Memperhatikan penampilan & berusaha memperbaiki penampilan	-	12,13,14,1 5,16,17,18	7
Kepuasan terhadap bagian diri	Puas dengan tiap bagian tubuh	19,20,21,22, 23,24,25,26, 27,28,29	-	11
Kecemasan	Cemas menjadi	-	30	1

menjadi gemuk	gemuk			
Pengkategorian ukuran diri	Berat badan	31,32,35	33,34,36,37,38,39	9
Total		16	23	39

3.6 Uji Instrumen

Uji instrumen penelitian yang dimaksud untuk melakukan uji validitas dan uji reliabilitas pada item-item pertanyaan. Uji instrumen penelitian ini dapat dilakukan para calon responden atau kelompok lain diluar calon responden. Uji instrumen biasanya memerlukan paling sedikit sebanyak 30 responden (Kurniawan & Puspitaningtyas, 2016).

3.6.1 Uji Validitas

Sebelum melakukan pengambilan data menggunakan alat tes yang telah dibuat, alat tes tersebut harus diuji apakah dapat dipercaya dan bisa mengukur apa yang ingin diukur. Azwar (2010) menjelaskan bahwa validitas merujuk pada tingkat ketetapan dan akurasi yang digunakan untuk melakukan fungsi pengukurannya. Uji validitas alat ukur yang digunakan yaitu validitas isi dan validitas konstruk. Dalam penelitian ini pada variabel citra tubuh menggunakan skala yang akan di konstruk oleh peneliti dan pada variabel penerimaan diri menggunakan skala siap sebar.

1. Validitas isi

Validitas isi adalah validitas yang dievaluasi dengan menguji kelayakan atau kaitan isi tes melalui analisis rasional oleh panel yang berkompeten atau melalui *expert judgment* (Azwar, 2012). Validitas

isi bersifat *judgemental* serta berdasarkan analisis rasional maka tiap *panel expert* akan memiliki perbedaan pendapat tentang apakah item berfungsi valid dalam mendukung tujuan ukur tes yang bersangkutan, akan tetapi sejauhmana kesepakatan penilaian dari pada expert dapat di evaluasi secara empirik.

Azwar (2015) menjelaskan bahwa validitas isi memiliki manfaat untuk menguji item-item yang terkait dengan indikator perilaku serta tujuan dari pengukuran tersebut. Validasi isi dibagi menjadi dua yaitu validitas logis dan validitas tampak (Azwar, 2012).

a. Validitas logis

Validitas logis terdapat kuesioner yang disebarkan oleh peneliti dengan menggunakan kontribusi para ahli atau biasa disebut *subjek matter expert* (SME) untuk memberikan tanggapan dan masukan pada item-item kuesioner yang telah disusun berdasarkan aspek dari teori yang digunakan pada penelitian tersebut (Sugiyono, 2016). Peneliti akan meminta kesediaan minimal 3 dosen psikologi untuk menjadi *subject matter expert* (SME) yang akan melakukan telaah terhadap masing-masing kualitas item. Berdasarkan hasil uji coba terhadap skala citra diri setelah dilakukan pengambilan data, menunjukkan bahwa terdapat 10 aitem yang tidak valid yaitu terdapat pada aitem 3,4,5,9,10,16,21,22,32,dan 36. Sedangkan hasil uji coba terhadap skala penerimaan diri setelah dilakukan pengambilan data,

menunjukkan bahwa terdapat 1 aitem yang tidak valid yaitu pada aitem 8.

b. Validitas tampak

Validitas tampak merupakan tahapan awal untuk untuk mengevaluasi kualitas dari item-item sebagai komponen dari skala (Azwar, 2018). Peneliti akan meminta bantuan minimal 5 orang yang kriterianya sama dengan calon subjek untuk melakukan review terhadap penampilan skala penelitian yang siap sebar, mencakup keterbacaan, *layout*, *typo* dan lainnya terkait penampilan skala. Pada penelitian ini memiliki 5 orang *reviewer* yaitu Ainul Fitriana Suroso, Ainun Khaeriah, Jessica Rinai, Desy Rahmi, dan Muh. Ibing Purnama. Adapun penilaian yang diberikan oleh kelima *reviewer* pada skala penelitian ini yaitu tata letak skala, petunjuk pengerjaan, konten dan bahasa yang digunakan pada setiap aitem.

a. Validitas konstruk

Periantalo (2015) menjelaskan validitas konstruk adalah lanjutan dari validitas isi. Item tersebut diperoleh dari penulisan item. Lalu dilakukan analisis item baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Kemudian diuji konstruk teoritisnya. Penggunaan validitas untuk memastikan item-item yang telah disusun secara valid, atau mampu mengukur variabel yang dimaksud untuk diukur. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji validitas

menggunakan aplikasi SPSS 23.0 dan pada aitem penelitian ini dapat dikatakan valid apabila nilai faktor loading bernilai positif dan nilai t-value >0.09, dimana sesuai dengan tabel uji validitas 5%.

Tabel 3.3 Blue Print Penerimaan Diri Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		F	UF	
Percaya diri dan menghargai diri sendiri	Mampu mengerjakan sesuatu hal		9	1
Kesediaan menerima kritikan dari orang lain	Mampu menerima kritikan dan saran dari orang lain		1	1
	Menyadari bahwa dirinya tidak selalu benar		6	1
mampu menilai diri dan mengoreksi kelemahan	Mampu menempatkan diri dengan realitas		4	1
Jujur terhadap diri sendiri dan orang lain	Menyadari kekurangan dalam diri		2	1
Nyaman dengan dirinya sendiri	Mudah menyesuaikan diri dengan perubahan fisik dan emosi		7	1
	Dapat mengontrol diri sendiri		11	1
Memanfaatkan kemampuan dengan efektif	-	-	-	-
Mandiri dan berpendidikan	Mampu memutuskan sesuatu bagi dirinya sendiri		5	1
	Mampu menyelesaikan konflik dalam diri		10	1

Bangga menjadi diri sendiri	Memiliki strategi penyesuaian terhadap kecemasan, konflik dan frustrasi	3	1
Total		0	10

Tabel 3.4 Blue Print Citra Diri Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Total
		<i>F</i>	<i>UF</i>	
Evaluasi penampilan	Merasa penampilan diri menarik	3	2,4,5,6,9,10,11	8
Orientasi penampilan	Memperhatikan penampilan & berusaha memperbaiki penampilan	-	12,13,14,17,18	5
Kepuasan terhadap bagian diri	Puas dengan tiap bagian tubuh	19,20,21,22,23,24,25,26,27,28,29	-	11
Kecemasan menjadi gemuk	Cemas menjadi gemuk	-	-	-
Pengkategorian ukuran diri	Berat badan	31,32,35	34,39	5
Total		15	14	29

3.6.2 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah uji yang dilakukan untuk mengetahui keterampilan (tingkat kepercayaan) suatu item pertanyaan dalam mengukur variabel yang akan diteliti. Adapun tujuan uji reliabilitas yaitu untuk mengetahui tingkat kestabilan alat ukur (Kurniawan & Puspitaningtyas, 2016). Salah satu cara untuk mengetahui reliabilitas pada skala citra diri dan skala penerimaan diri menggunakan bantuan *software*

SPSS. Teknik uji reliabilitas yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan *Cronbach Alpha*. Adapun hasil uji reliabilitas skala citra diri dan skala penerimaan diri yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.5 Reliabilitas Skala Penelitian Setelah Diuji Coba

Skala Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>	N of Items
Penerimaan diri	0.903	10
Citra Diri	0.729	29

3.7 Teknik analisis data

Kurniawan & Puspitaningtyas (2016) menjelaskan bahwa analisis data adalah tahapan yang dilakukan setelah keseluruhan data penelitian terkumpul. Adapun kegiatan yang dilakukan dalam analisis data yaitu: (1) menggolongkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, (2) melaksanakan tabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, (3) mengajukan data dari tiap variabel yang diteliti, (4) melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, serta (5) melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini metode kuantitatif, data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan menggunakan pendekatan statistik. Dalam penelitian kuantitatif diperoleh tiga teknik analisis data yaitu analisis deskriptif, uji asumsi, dan uji hipotesis.

3.7.1 Analisis Deskriptif

Azwar (2017) teknik analisis deskriptif bertujuan untuk menyampaikan data variabel yang didapatkan dari kelompok dalam subjek penelitian dan

dan tidak melakukan pengujian hipotesis. Dalam penelitian ini dilakukan analisis frekuensi terhadap data demografi, nilai rata-rata, nilai data tertinggi dan terendah, serta mencari standar deviasi. Adapun tujuan dilakukannya analisis deskriptif yaitu untuk mengetahui gambaran demografi pada dewasa awal.

3.7.2 Uji Asumsi

Uji asumsi merupakan uji yang dilakukan secara *non-random sampling* dalam pengambilan sampel, mempunyai data normal, linear ketika menggunakan analisis regresi linear sederhana (Azwar,2010). Pada penelitian ini terdapat uji normalitas dan uji linearitas dilakukan menggunakan bantuan *software* SPSS.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas yaitu uji yang dilakukan untuk melihat apakah data yang diperoleh terdistribusi normal atau tidak. Data yang terdistribusi normal apabila nilai signifikansinya >0.05 . Sebaliknya, data yang tidak terdistribusi normal apabila nilai signifikansinya <0.05 . Pada penelitian ini uji normalitas dilakukan menggunakan bantuan *software* SPSS.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas yaitu uji yang dilakukan untuk melihat apakah terdapat hubungan linearitas antara variabel bebas dan variabel terikat. Jika nilai signifikansinya <0.05 artinya terdapat linearitas terhadap

datanya, sebaliknya ketika nilai signifikansinya >0.05 artinya tidak ada linearitas terhadap datanya.

3.7.3 Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian dilakukan untuk mengetahui bagaimana Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat pengaruh citra diri terhadap penerimaan diri pada dewasa awal. Dalam menguji hipotesis peneliti menggunakan analisis regresi sederhana. Perhitungan hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS. Analisis regresi sederhana adalah teknik statistik untuk mengetahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terkait (Putra, 2014). Hipotesis yang ingin diketahui dalam penelitian ini yaitu:

H0 : Tidak ada pengaruh citra diri terhadap penerimaan diri pada dewasa awal.

H1 : Ada pengaruh citra diri terhadap penerimaan pada dewasa awal.

3.8 Jadwal penelitian

Kegiatan	Bulan																			
	April - Mei				Juni				Juli				Agustus				September			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Penyusunan proposal	■																			
Penyusunan Instrumen Penelitian					■															
Pengambilan Data									■											
Penginputan Data													■							
Pembuatan Laporan Penelitian																	■			
Penyusunan Skripsi																	■			

BAB IV

HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Analisis

4.1.1 Deskriptif Subjek Berdasarkan Demografi pada Dewasa Awal

Analisis deskriptif subjek terdiri dari jenis kelamin, usia, suku dan status. Analisis subjek penelitian ini dilakukan menggunakan teknik analisis frekuensi terhadap 419 responden, dengan tabel hasil yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.1 Tabel Deskriptif Demografi

Demografi Responden		Frekuensi	Persen (%)	
Jenis Kelamin	Laki-laki	110	26.3%	
	Perempuan	309	73.7%	
Usia	18-25 tahun	327	78.0%	
	26-30 tahun	65	15.5%	
	31-35 tahun	19	4.5%	
	36-40 tahun	8	1.9%	
Suku	Makassar	165	39.4%	
	Bugis	127	30.3%	
	Toraja	60	14.3%	
	Lainnya	67	16.0%	
Status	Pelajar/Mahasiswa(i)	223	55.6%	
	PNS	22	5.3%	
	Karyawan	137	32.7%	
	Lainnya	27	6.4%	

1. Deskriptif Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan data hasil analisis subjek yang diperoleh sebanyak 419 responden, diperoleh bahwa subjek yang berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 110 responden (26.3%), sedangkan subjek yang berjenis kelamin perempuan diperoleh sebanyak 309 responden (74.7%).

2. Deskriptif Subjek Berdasarkan Usia

Berdasarkan data hasil analisis subjek yang diperoleh sebanyak 419 responden, diperoleh bahwa subjek yang berusia 18-25 tahun yaitu sebanyak 327 responden (78.0%), subjek yang berusia 26-30 tahun diperoleh data yaitu sebanyak 65 responden (15.5%), sedangkan subjek yang berusia 31-35 tahun diperoleh data sebanyak 19 responden (4.5%), dan subjek yang berusia 36-40 tahun diperoleh data sebanyak 8 responden (1.9%).

3. Deskriptif Subjek Berdasarkan Suku

Berdasarkan data hasil analisis subjek yang diperoleh sebanyak 419 responden, diperoleh bahwa subjek yang berasal dari suku Makassar yaitu sebanyak 165 responden (39.4%), subjek yang berasal dari suku Bugis yaitu sebanyak 127 responden (30.3%), sedangkan subjek yang berasal dari suku Toraja yaitu sebanyak 60 responden (14.3%), dan subjek yang berasal dari suku lainnya diperoleh data sebanyak 67 responden (16.0%).

4. Deskriptif Subjek Berdasarkan Status

Berdasarkan data hasil analisis subjek yang diperoleh sebanyak 419 responden diperoleh bahwa subjek yang berstatus pelajar/mahasiswa(i) diperoleh data sebanyak 223 responden (55.6%), subjek yang berstatus PNS diperoleh data sebanyak 22 responden (5.3%), sedangkan subjek yang berstatus karyawan diperoleh data sebanyak 137 responden (32.7%), dan subjek yang berstatus lainnya diperoleh data sebanyak 26 responden (4.9%).

4.1.2 Deskriptif Variabel Berdasarkan Tingkat Skor

1. Penerimaan Diri

Hasil analisis deskriptif variabel penerimaan diri berdasarkan tingkat skor pada penelitian ini dapat dilihat melalui tabel rangkuman berikut:

Tabel 4.2 Rangkuman Statistik Skor Penerimaan Diri

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std.Deviation
Penerimaan Diri	419	11.00	50.00	31.99	8.55

Berdasarkan tabel tersebut hasil tingkat skor penerimaan diri yang telah dilakukan peneliti, bahwa dari 419 responden diperoleh nilai minimum sebesar 11.00 dan nilai maximum sebesar 50.00 Nilai mean sebesar 31.99 dan standar deviasi sebesar 8.55. Berikut merupakan tabel kategorisasi tingkat skor penerimaan diri.

Tabel 4.3 Kategorisasi Tingkat Skor Penerimaan diri

Norma Kategorisasi	Rumus Kategorisasi	Nilai Kategorisasi
Sangat Tinggi	$X > (\bar{X} + 1,5 \text{ SD})$	$X > 44.82$
Tinggi	$(\bar{X} + 0,5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} + 1,5 \text{ SD})$	$36.27 < X \leq 44.82$
Sedang	$(\bar{X} - 0,5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} + 0,5 \text{ SD})$	$27.72 < X \leq 36.27$
Rendah	$(\bar{X} - 1,5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} - 0,5 \text{ SD})$	$19.17 < X \leq 27.72$
Sangat Rendah	$X \leq (\bar{X} - 1,5 \text{ SD})$	$19.17 \leq X$

Tabel 4.4 Tingkat Kategorisasi Penerimaan Diri

Tingkat kategorisasi	Frekuensi	Persen
Sangat Tinggi	36	8.6
Tinggi	88	21.0
Sedang	159	37.9
Rendah	111	26.5
Sangat Rendah	25	6.0

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa sebanyak 36 responden (8.6%) berada pada kategorisasi sangat tinggi, 88 responden (21.0%) berada pada kategorisasi tinggi, 159 responden (37.9%) berada pada kategorisasi sedang, 111 responden (26.5%) berada pada kategorisasi rendah, dan sebanyak 25 responden (6.0%) berada pada kategorisasi sangat rendah.

2. Citra Diri

Hasil analisis deskriptif variabel citra diri berdasarkan tingkat skor pada penelitian ini dapat dilihat melalui tabel rangkuman berikut:

Tabel 4.5 Rangkuman Statistik Skor Citra Diri

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std.Deviation
Citra Diri	419	57.00	130.00	98.17	10.98

Berdasarkan tabel tersebut hasil tingkat skor citra diri yang telah dilakukan peneliti, bahwa dari 419 responden diperoleh nilai minimum sebesar 57.00 dan nilai maximum sebesar 130.00. Nilai mean diperoleh sebesar 98.17 dan standar deviasi 10.98. Berikut merupakan tabel kategorisasi tingkat skor citra diri.

Tabel 4.6 Ketegorisasi Tingkat Skor Citra Diri

Norma Kategorisasi	Rumus Kategorisasi	Nilai Kategorisasi
Sangat Positif	$X > (\bar{X} + 1,5 \text{ SD})$	$X > 114.65$
Positif	$(\bar{X} + 0,5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} + 1,5 \text{ SD})$	$103.67 < X \leq 114.65$
Cukup positif	$(\bar{X} - 0,5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} + 0,5 \text{ SD})$	$92.69 < X \leq 103.67$
Negatif	$(\bar{X} - 1,5 \text{ SD}) < X \leq (\bar{X} - 0,5 \text{ SD})$	$81.71 < X \leq 92.69$
Sangat Negatif	$X \leq (\bar{X} - 1,5 \text{ SD})$	$81.71 \leq X$

Tabel 4.7 Tingkat Kategorisasi Citra Diri

Tingkat Kategorisasi	Frekuensi	Persen
Sangat Positif	31	7.4
Positif	89	21.2

Cukup Positif	170	40.6
Negatif	105	25.1
Sangat Negatif	24	5.7

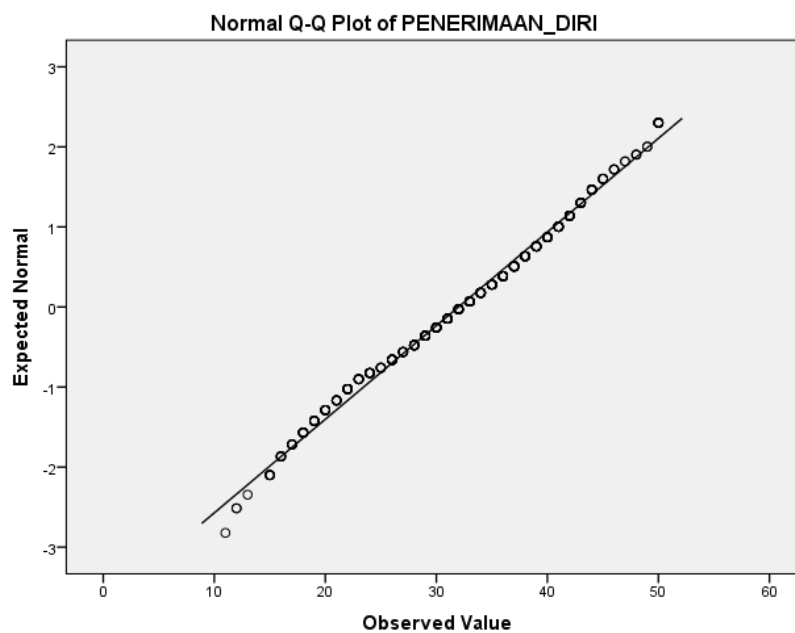
Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa sebanyak 31 responden (7.4%) berada pada kategorisasi sangat positif, 89 responden (21.2%) berada pada kategorisasi positif, 170 responden (40.6%) berada pada kategorisasi cukup positif, 105 responden (25.1%) berada pada kategorisasi negatif, 24 responden (5.7%) berada pada kategorisasi sangat negatif.

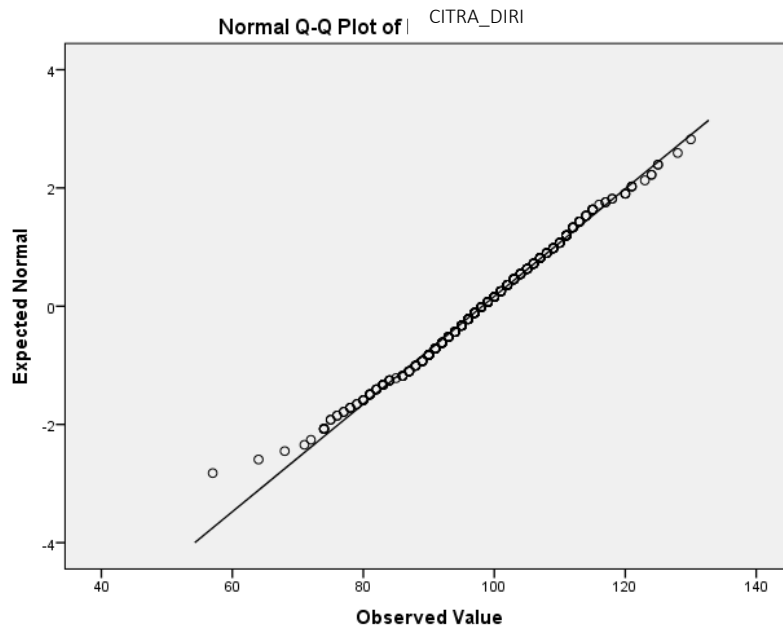
4.1.3 Hasil Uji Asumsi

Pada penelitian ini terdapat dua uji asumsi yang telah dilakukan oleh peneliti, hasil uji asumsi dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

1. Uji Normalitas

Gambar 4.1 Hasil Uji Normalitas





Dapat dilihat uji normalitas yang digunakan pada penelitian ini yaitu uji normalitas Q-Q Plot dapat dilihat dari output Q-Q Plot. Dapat dikatakan data yang normal jika membentuk sebuah garis diagonal, yang dimana garis tersebut menggambarkan data akan mengikuti garis diagonal serta butir-butir tersebut mengikuti arah garis diagonal dan menyebar pada sekitar garis diagonal.

2. Uji Linearitas

Tabel 4.8 Hasil Uji Linearitas

Variabel	Linearity		Keterangan
Citra Diri terhadap Penerimaan Diri	F^*	$Sig F^{**}$	Linear
	151.774	0.000	

Berdasarkan tabel uji linearitas diatas yang telah dilakukan oleh peneliti, bahwa diperoleh hasil analisis dimana variabel penerimaan

diri dan citra diri memperoleh nilai signifikansi sebesar 0.000 dimana nilainya lebih kecil dari taraf signifikansi <0.05 .

4.1.4 Hasil Uji Hipotesis

Tabel 4.9 Hasil Uji Hipotesis

Variabel	*RSquare	Kontribusi	**F	***Sig	Keterangan
Citra Diri terhadap Penerimaan Diri	0.257	0.257%	144.055	0.000	Signifikan

Ket:

*RSquare : Koefisien Determinan

**F : Nilai Uji Koefisien Regresi

***Sig : Nilai signifikansi F

1. Kontribusi Citra Diri terhadap Penerimaan Diri

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan oleh peneliti yaitu citra diri dengan penerimaan diri memiliki nilai *R Square* sebesar 0.257 artinya citra diri memiliki kontribusi sebesar 0.257% terhadap penerimaan diri pada dewasa awal. Sehingga dapat dikatakan bahwa sisa persentase lainnya adalah sumbangan dari variabel-variabel lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

Berdasarkan hasil uji hipotesis peneliti memperoleh nilai *F* sebesar 144.055 dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 artinya lebih kecil dari taraf signifikansi <0.05 . Maka dari itu, dapat diartikan bahwa hipotesis yang menyatakan bahwa tidak ada pengaruh citra diri terhadap penerimaan diri pada dewasa awal, ditolak. Sedangkan

hipotesis yang menyatakan bahwa ada pengaruh citra diri terhadap penerimaan diri pada dewasa awal, diterima.

2. Koefisien pengaruh Citra Diri terhadap Penerimaan Diri

Tabel 4.10 Hasil Koefisien Pengaruh Citra Diri terhadap Penerimaan Diri

Variabel	<i>*Constant</i>	**B	Nilai t	Nilai Signifikansi
Citra Diri	-6.732	0.507	-2.073	0.039

Berdasarkan hasil uji hipotesis mengenai koefisien pengaruh citra diri terhadap penerimaan diri, memiliki nilai konstanta sebesar -6.732 dan nilai koefisien regresi sebesar 0.507 serta nilai t sebesar -2.073. Dan nilai t yang diperoleh menunjukkan nilai signifikansi yaitu sebesar 0.039 artinya lebih kecil dari taraf signifikansi <0.05 .

4.2 Pembahasan

4.2.1 Gambaran Penerimaan Diri pada Dewasa Awal

Adapun jumlah responden yang diperoleh pada penelitian ini yaitu sebanyak 419 responden. Hasil penelitian mengenai gambaran umum dan kategorisasi penerimaan diri pada dewasa awal yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa sebanyak 36 responden berada pada kategorisasi sangat tinggi, 88 responden berada pada kategorisasi tinggi, 159 responden berada pada kategorisasi sedang, 111 responden berada pada kategorisasi rendah, dan sebanyak 25 responden berada pada kategorisasi sangat rendah.

Berdasarkan hasil kategorisasi penerimaan diri pada dewasa awal memiliki tingkat penerimaan diri yang bervariasi. Penerimaan diri yaitu individu menilai dirinya tanpa dipengaruhi oleh lingkungan luar, sanggup menjalani hidup, bertanggung jawab, menerima kritik dan saran secara objektif, tidak menyalahkan diri atas perasaanya terhadap orang lain, menganggap diri sama seperti orang lain, tidak merasa ditolak, tidak menganggap dirinya berbeda dengan orang lain serta tidak malu dan merasa rendah diri.

Terdapat beberapa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan diri individu yaitu yaitu pemahaman tentang diri sendiri, harapan yang realistis, tidak adanya hambatan dari lingkungan, sikap-sikap anggota masyarakat yang menyenangkan, tidak adanya tekanan emosional yang berat, pengaruh keberhasilan yang dialami, identifikasi dengan orang-orang yang menyesuaikan diri dengan baik, perspektif diri yang luas, pola asuh dimasa kecil yang baik, serta konsep diri yang stabil (Hurlock,1986).

Pemicu terjadinya penerimaan diri oleh seseorang karena penampilan fisik atau bentuk tubuh yang dimilikinya, seseorang yang memiliki citra tubuh yang positif maka semakin tinggi penerimaan dirinya begitupun sebaliknya (Siti Maryam & Ifdil, 2019). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan

oleh Ristanti (2021) menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi maka semakin tinggi harga diri yang ia miliki sedangkan individu yang memiliki tingkat penerimaan yang rendah maka semakin rendah pula harga diri yang ia miliki. Semakin tinggi citra tubuh seseorang maka akan semakin tinggi pula penerimaan dirinya karena ia dapat menerima baik kelebihan maupun kekurangannya tanpa adanya rasa rendah diri (Hasmalawati, 2017).

4.2.2. Gambaran Citra Diri pada Dewasa Awal

Adapun jumlah responden yang diperoleh pada penelitian ini yaitu sebanyak 419 responden. Hasil penelitian mengenai gambaran umum dan kategorisasi citra diri pada dewasa awal yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa sebanyak 31 responden berada pada kategorisasi sangat tinggi, 89 responden berada pada kategorisasi tinggi, 170 responden berada pada kategorisasi sedang, 105 responden berada pada kategorisasi rendah, 24 responden berada pada kategorisasi sangat rendah.

Berdasarkan hasil kategorisasi citra diri pada dewasa awal memiliki tingkat citra diri yang bervariasi. Ada dua faktor yang dapat mempengaruhi citra diri individu yaitu faktor perilaku dan faktor sosial. Pada faktor perilaku yaitu perhatian selektif, melumpuhkan diri sendiri, pemilihan tugas yang memperlihatkan

usaha positif, dan perilaku mencari info strategis. Sementara pada faktor sosial yaitu interaksi selektif dan perbandingan sosial yang bias Brown (dalam Ekhy, 2016).

Responden pada penelitian ini cukup percaya diri karena memiliki bentuk tubuh baik itu gemuk maupun kurus, beberapa individu juga bersyukur karena memiliki warna kulit yang ia miliki, serta menerima apapun bentuk dari tubuhnya.

4.2.3 Pengaruh Citra Diri terhadap Penerimaan Diri pada Dewasa Awal

Hurlock (2006) mengemukakan bahwa rentan usia dewasa awal dimulai pada usia 18-40 tahun. Di era sekarang perkembangan sosial dan teknologi semakin berkembang pesat terutama pada bidang teknologi khususnya media sosial. Orang-orang menggunakan media sosial guna berinteraksi, mencari informasi, bersosialisasi dan mencari hiburan. Maka dari itu tidak dapat dipungkiri media sosial memiliki dampak yang sangat besar dalam kehidupan masyarakat. Melalui media sosial pula orang-orang dengan mudah mengekspresikan dirinya seperti memperlihatkan gaya hidupnya baik dengan *fashion* yang menarik atau perawatan tubuh untuk mempercantik diri (Amalia, 2020).

Seseorang yang tidak mengikuti gaya hidup yang sedang tren akan mendapatkan kritikan karena tidak sesuai dengan standar

ideal yang berlaku dimasyarakat. Penampilan fisik menjadi salah satu hal yang penting di era modern misalnya gaya hidup, gaya berbusana, dan lain sebagainya. Sehingga seseorang rela melakukan apapun agar terlihat menarik karena ingin memenuhi standar tubuh yang ideal menurut masyarakat. Tuntutan masyarakat yang terus menerus tersebut yang membentuk pandangan buruk terhadap diri sendiri.

Maka dari itu setiap individu diharapkan memiliki penerimaan diri yang baik. Dalam opini peneliti bahwa individu yang memiliki penerimaan diri yang baik mampu menerima kekurangan maupun kelebihan, percaya diri dan menghargai diri sendiri, serta dapat menerima kritikan dari orang lain. Penting sekali memiliki penerimaan diri yang baik karena dapat membantu seseorang dalam bersosialisasi dengan orang lain serta meningkatkan rasa percaya diri seseorang. Hurlock (2013) mengemukakan penerimaan diri merupakan tingkatan individu yang mampu mempertimbangkan karakteristik personalnya serta bersedia untuk hidup dengan karakteristik personalnya tersebut. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ristanti (2021) menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki tingkat penerimaan diri yang tinggi maka semakin tinggi harga diri yang ia miliki sedangkan individu yang memiliki tingkat penerimaan

yang rendah maka semakin rendah pula harga diri yang ia miliki.

Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Siti Maryam & Ifdil (2019) menunjukkan bahwa pemicu terjadinya penerimaan diri oleh seseorang karena penampilan fisik atau bentuk tubuh yang dimilikinya, seseorang yang memiliki citra tubuh yang positif maka semakin tinggi penerimaan dirinya begitupun sebaliknya. Hasil penelitian Hasmalawati (2017) menunjukkan bahwa semakin tinggi citra tubuh seseorang maka akan semakin tinggi pula penerimaan dirinya karena ia dapat menerima baik kelebihan maupun kekurangannya tanpa adanya rasa rendah diri. Setiap individu dilahirkan dengan bentuk tubuh yang beraneka ragam dan tidak semua individu memiliki tubuh yang ideal dan sesuai apa yang mereka inginkan.

Kondisi tubuh menjadi salah satu bagian yang sangat mudah dilihat sehingga hal tersebut menjadi pemicu timbulnya penilaian terhadap diri sendiri maupun penilaian orang lain. Maka dari itu penampilan sangatlah penting untuk diperhatikan terutama pada orang dewasa yang tentu menginginkan menampilkan dirinya sebaik mungkin dalam kehidupannya. Seperti yang kita ketahui saat ini kebanyakan individu seringkali memandang dirinya dengan penuh kekurangan dan tidak jarang juga mereka membandingkan dirinya. Dikalangan perempuan

memperlihatkan penampilan merupakan hal sangat penting yang harus diperhatikan karena hal tersebut menjadi salah satu penunjang untuk tampil sempurna dalam berinteraksi.

Sejatinya, standar tubuh yang ideal pada perempuan dimana ia memiliki tubuh yang cenderung kurus, berlekuk, sehat, tinggi badan yang ideal, dan putih (Amalia, 2020). Perempuan yang memandang fisiknya tidak memenuhi standar tubuh yang ideal apabila ia memiliki wajah yang kurang menarik, memiliki badan yang terlalu kurus atau gemuk sehingga dapat mengakibatkan ia menyesal dengan kondisi fisik yang ia miliki. Di media massa standar tubuh yang ideal pada laki-laki dimana ia memiliki tubuh yang ramping, memiliki tubuh yang *sixpack*, berotot, dan tinggi badan yang ideal. Di media massa seperti pada film, majalah atau koran juga sering kali memperlihatkan gambaran tubuh yang ideal (Fitroh, 2022).

Di media sosial juga memiliki standar kriteria penampilan fisik seperti memiliki bentuk tubuh yang ideal antara berat badan dan tinggi badan (Amalia, 2020). Cash & Pruzinsky (2007) mengemukakan citra diri merupakan gambaran tentang tubuh seseorang yang terbentuk dalam pikiran individu itu sendiri, atau dengan kata lain gambaran tubuh individu menurut individu itu sendiri. Burn (1993) mengemukakan citra diri merupakan apa yang dilihat seseorang ketika dia melihat dirinya

sendiri. Citra diri adalah cara individu memandang diri sendiri, bukan hanya ketika menatap kedalam cermin dan memandang penampilan luar, akan tetapi apa yang mereka percayai tentang diri sendiri (Hoft, 2001).

Citra diri dalam kamus psikologi disebut *self image* atau gambaran diri merupakan gambaran mengenai diri individu, berdasarkan kamus psikologi citra diri adalah jati diri seperti yang digambarkan atau yang dibayangkan akan menjadi kenyataan (Chaplin, 2006). Menurut Cash (2005) ada lima aspek citra diri yaitu *appearance evaluation* (evaluasi penampilan), *appearance orientation* (orientasi penampilan), *body area satisfaction* (kepuasan terhadap bagian diri), *overweight preoccupation* (kecemasan menjadi gemuk), dan *self-classified weight* (pengkategorian ukuran diri).

Adapun dampak ditimbulkan pada citra diri yaitu pada dampak positif memiliki rasa percaya diri yang kuat, terstruktur dengan baik dan efisien, memiliki kepribadian yang menyenangkan, serta mampu mengendalikan diri. Sementara dampak negatif yang ditimbulkan oleh citra diri yaitu merasa rendah diri, kurang memiliki dorongan dan semangat hidup, lebih suka menunda waktu, memiliki landasan yang pesimis dan emosi negatif, serta pemalu dan menyendiri (James K. Van Fleet, dalam Safitri 2020).

Hasil penelitian Hasmalawati (2017) menunjukkan bahwa semakin tinggi citra diri seseorang maka akan semakin tinggi pula penerimaan dirinya karena ia dapat menerima baik kelebihan maupun kekurangannya tanpa adanya rasa rendah diri. Setiap individu dilahirkan dengan bentuk tubuh yang beraneka ragam dan tidak semua individu memiliki tubuh yang ideal dan sesuai apa yang mereka inginkan.

Jika individu memiliki tubuh yang menarik, semakin tinggi harga diri yang dimiliki. Citra diri yang positif akan meningkatkan nilai diri, kepercayaan diri, serta mempertegas jati diri terhadap orang lain maupun diri sendiri, yang memengaruhi harga diri. Dalam penelitian ini juga menyampaikan bahwa adanya penilaian dan komentar yang positif dari orang lain mengenai tubuh individu, dapat membuat individu merasakan kepuasan tersendiri mengenai tubuh yang dimiliki. Adanya kepuasan mengenai tubuh tersebut terbentuklah citra tubuh yang positif. Perasaan bangga terhadap diri, dengan percaya diri memuji diri sendiri, sehingga mengarah pada terbentuknya *self esteem* yang tinggi (Sari, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Ridha (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara *self image* dengan penerimaan diri. Artinya individu yang memiliki *self image* yang baik secara penampilan fisik maka semakin baik pula

individu bisa menerima dengan penerimaan diri yang positif. Sebaliknya jika individu memiliki kekurangan fisik yang tidak sesuai dengan dirinya maka penerimaan diri individu akan berdampak pada penerimaan diri yang negatif. Sementara menurut Resty (2016), penerimaan diri dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam menerima kekurangan dan kelebihan yang ada pada diri secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmadani & Putrianti (2014) menerangkan bahwa citra diri yang positif dimana individu merasa lebih puas terhadap dirinya dan akan berperan dalam keberhasilan pada perbuatan atau aktivitas yang dilakukan. Citra diri yang positif memiliki kekuatan lebih siap menerima kenyataan dan resiko, bahkan melihat resiko tersebut sebagai sarana untuk mencapai langkah selanjutnya dan memiliki arah yang jelas dalam kehidupannya. Salesman (2018) menjelaskan bahwa individu yang memiliki citra diri yang negatif ia cenderung akan bersikap sangat hati-hati dalam mengambil langkah kecil dalam hidupnya, tidak percaya terhadap bakat yang ia miliki.

Sitanggang & Juantini (2019) citra diri yang baik akan membuat individu lebih mengerti siapa dirinya sehingga dengan mudah mengatasi berbagai macam keadaan yang mungkin akan dialaminya. Akan tetapi berbeda dengan individu yang memiliki

citra diri yang buruk, ia akan cenderung memandang dirinya tidak berdaya, tidak mampu berbuat sesuatu, tidak berkompeten sehingga dapat berujung pada kehilangan daya tarik terhadap kehidupan.

Berdasarkan hasil uji hipotesis pada penelitian ini diperoleh bahwa nilai *R Square* sebesar 0.257 dan nilai kontribusi yang diberikan dari citra diri terhadap penerimaan diri pada dewasa awal sebesar 257%. Sisa persen lainnya merupakan kontribusi dari variabel lain yang tidak diteliti oleh peneliti. Dari hasil analisis juga didapatkan nilai *F* sebesar 144.055 dengan signifikansi sebesar 0.000 dimana artinya bahwa nilai signifikansi tersebut dinyatakan memiliki bobot yang lebih kecil dari taraf signifikansi 5% dimana data penelitian ini dikatakan signifikan.

Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa hipotesis yang menyatakan bahwa citra diri tidak dapat mempengaruhi penerimaan diri pada dewasa awal, ditolak. Sedangkan hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa citra diri dapat mempengaruhi penerimaan diri, diterima.

4.2.4 Limitasi Penelitian

Selama proses penelitian ini tentunya memiliki keterbatasan dan perlu dilakukan perbaikan pada penelitian selanjutnya, adapun kendala yang dirasakan oleh peneliti yaitu karena

pengisian skala secara *online* oleh karena itu peneliti tidak dapat mengontrol responden dalam pengisian skala. Penelitian ini juga memiliki keterbatasan dalam menyebarkan skala karena waktu penyebaran skala yang terlalu singkat yaitu selama 3 minggu.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah dibuat, maka dapat disimpulkan bahwa:

- a. Berdasarkan hasil analisis data, diketahui bahwa tingkat skor penerimaan diri yang dimiliki oleh subjek menunjukkan bahwa tingkat skor berada dikategorisasi sangat tinggi sebanyak 36 responden, sebanyak 88 responden berada dikategorisasi tinggi, sebanyak 159 responden berada dikategorisasi sedang, sebanyak 111 responden berada dikategorisasi rendah, dan sebanyak 25 responden berada dikategorisasi sangat rendah.
- b. Berdasarkan hasil analisis data, diketahui bahwa tingkat skor citra diri yang dimiliki oleh subjek menunjukkan bahwa tingkat skor berada dikategorisasi sangat tinggi sebanyak 31 responden, sebanyak 89 responden berada dikategorisasi tinggi, sebanyak 170 responden berada dikategorisasi sedang, sebanyak 105 responden berada dikategorisasi rendah, dan sebanyak 24 responden berada dikategorisasi sangat rendah.
- c. Berdasarkan dari hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh penerimaan diri terhadap citra diri pada dewasa awal.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dibuat, peneliti ingin memberikan saran yang diharapkan mampu memberikan kontribusi terhadap

a. Bagi subjek penelitian

Peneliti mengharapkan agar lebih memahami kekurangan dan kelebihan diri sendiri, mencintai diri sendiri apa adanya.

b. Bagi lingkungan sosial

Dengan penelitian ini masyarakat diharapkan dapat menjadikan sebagai informasi untuk menambah wawasan mengenai citra diri sehingga akan timbul menghargai satu sama lain dan menerima kelebihan serta kekurangan yang dimiliki.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar memperluas populasi dari penelitian ini dan jika ingin meneliti terkait penerimaan diri atau citra diri dapat juga mengaitkan dengan variabel yang menjadi faktor dari penerimaan diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, S & Sutanto, T.,E. (2015). *Statistika Tanpa Stres*. Jakarta: Trans Media Pustaka.
- Amalia, S. (2020). *Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Korban Body Shaming*. Skripsi. Program studi psikologi. Surabaya. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2016). *Dasar-dasar psikometrika*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2018). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Azwar,S. (2012). *Reliabilitas dan validitas (Edisi 4)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Berger, E. M. (1952). The relation between expressed acceptance of the self and expressed acceptance of others.*The journal of Abnormal and social psychology*. Vol 47(4), 778-782.
- Burn, R. B. (1993). *Konsep Diri*. Jakarta: Arcan.
- Buss, A. (2015). *Social behavior and personality*. New York. Psychology perss
- Cash, T. F, T. (2005). *Self Image: A Handbook Of Theory, Research, And Clinical Practice*. Journal Of Psychology.
- Cash, T. F., & Fleming, E. C. (2002). The impact of body image experiences: development of the body image quality of life inventory. *International Journal of eating disorders*, 31(4), 455-460.
- Cash, T. F., & Fleming, E. C. (2002). The impact of body image experiences: development of the body image quality of life inventory. *International Journal of eating disorders*, 31(4), 455-460.
- Cash, T.F., & Pruzinsky, T. (2007). *Body image*. London: The Guilford Press
- Centi, P. J. (2005). *Mengapa Rendah Diri*. Yogyakarta: Kanisius.
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Chaplin, J. P., & Kartono, K. (2019). *Kamus lengkap psikologi*.
- Creswell, J.W. (2016). *Research Design, Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Efendi., A., F. (2020). *Tingkat Penerimaan Diri Mahasiswa Fakultas Dakwah Angkatan 2019 Yang Belum Lulus Baca Tulis Al-Qur'an Dan Pengetahuan*

Pengalaman Ibadah (BTA-PPI) Untuk Mengikuti Program Pesantrenisasi. Skripsi. Program studi bimbingan dan konseling islam. Purwokerto. IAIN Purwokerto.

- Ekhy, H. M. (2016). Hubungan Antara Citra Diri dengan Self Esteem terhadap Remaja Pelaku *Selfie* yang Diunggah Di Media Sosial Pada Siswa Madrasah Aliyah Tawakkal Denpasar. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Subaraya.
- Fitroh, D., Z. (2022). *Hubungan Antara Body Image Dengan Penerimaan Diri (Self Acceptance) Pada Korban Body Shaming.* Skripsi. Program studi psikologi. Surabaya. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Germer, C.K. (2013). *The mindful path to self-compassion.* USA: The Guilford Press.
- Hasmalawati, N. (2018). Pengaruh citra tubuh dan perilaku makan terhadap penerimaan diri pada wanita. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi.* Vol 2 (2), 107-115.
- Hoft, I. (2001). *Anda merasa di tolak!?.* Jakarta: Gunung Mulia
- Hurlock, E. B. (1986). *Personality development.* New delhi: Tata McGrill-Hill.
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan.* Edisi kelima. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan.* Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (2013). *Psikologi Perkembangan.* Jakarta: Erlangga.
- Kesuma, M.S. (2020). *Penerimaan Diri Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami Body Shaming karena Memiliki Kulit Gelap.* Skripsi. Program studi psikologi. Makassar. Universitas Bosowa.
- Koswara, E. (1991). *Teori-teori kepribadian.* Bandung: PT. Eresco.
- Kurniawan, A.W., & Puspitaningtyas, Z. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif.* Yogyakarta : Pandiva Buku.
- Melinda, E. S. (2013). *Pembelajaran Adaptif bagi Anak Berkebutuhan Khusus.* Jakarta: PT Luxima Metro Media.
- Periantalo, J. (2014). *Penyusunan Skala Psikologi: Asyik, Mudah & Bermanfaat.* Jambi: Pustaka Pelajar.
- Rahmadani, N. T & Putrianti, G. (2014). Hubungan antara Kepercayaan Diri Dengan Citra Diri Pada Remaja Akhir. Universitas Sarjanawijaya. Tamansiswa. Yogyakarta.

- Ramadani, N. (2021). *Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Strategi Coping Pada Remaja Putri Korban Body Shaming Kelas XI di MAN 1 Kabupaten Malang*. Skripsi. Program studi psikologi. Malang. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Ridha, M. (2012). Hubungan antara self image dengan penerimaan diri pada mahasiswa Aceh di Yogyakarta. *Jurnal empathy*, 1(1), 111-121.
- Safitri ivani. (2020). Hubungan Antara Citra Diri dan Konformitas Terhadap Perilaku Komsumtif Pada Pedagang Wanita Di Pasar Wisata Songgoriti. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim. Malang.
- Salesman, A. (2018). Power of self image psychology. Vol. 62.
- Salmaini. (2011). Self Image dan Perannya Dalam Keberhasilan Belajar Siswa. <http://samaini-artikel.blogspot.com/2011/12/self-image.html>. Diakses tanggal 13 desember 2021 pukul 20.20 WITA.
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Sari, D.N.P. (2012). Hubungan antara self image dan self-esteem pada dewasa awal tuna daksa. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 1(1).
- Sibarani, L. D. (2019). Pengaruh Citra Diri Terhadap Pembelian Impulsif Pada Dewasa Awal Di Jakarta. Jakarta
- Sitangga, H.M & Jumianti. (2019). Citra Diri Menurut Kejadian 1:26-27 dan Aplikasi Bagi Pengurus Pemuda Remaja GPDI Hebron-Malang. Jawa Timur.
- Siti Maryam, Ifdil. (2019). Hubungan Body Image Dengan Penerimaan Diri Mahasiswa Putri Relationship Between Body Image And Self-Acceptance Of Female Students. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*. Vol.3,no.3. Universitas Negeri Padang.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supratiknya. (1995). *Komunikasi antar pribadi*. Kanisius: Yogyakarta.
- Tracey dkk. (2011). "The Progression of Bullying from Elementary School to University". *International Journal of Humanities and Social Science*. Vol.1 No. 13.
- VandenBos, G. R. (2007). *APA Dictionary Of Psychology (2nd Edition)*. DC: American psychological association.

- Yustinus, S. (2006). *Kesehatan Mental 1: Pandangan Umum Mengenai Penyesuaian Diri dan Kesehatan Mental serta Teori-teori yang terkait*. Yogyakarta: Kanisius.
- Yusuf, A.M. (2014). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

BLUE PRINT SEBELUM UJI

COBA

Blue Print Skala Penerimaan Diri Sebelum Uji Coba

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		F	UF	
Percaya diri dan menghargai diri sendiri	Mampu mengerjakan sesuatu hal		9	1
Kesediaan menerima kritikan dari orang lain	Mampu menerima kritikan dan saran dari orang lain		1	1
	Menyadari bahwa dirinya tidak selalu benar		6	1
Mampu menilai diri dan mengoreksi kelemahan	Mampu menempatkan diri dengan realitas		4	1
Jujur terhadap diri sendiri dan orang lain	Menyadari kekurangan dalam diri		2	1
Nyaman dengan dirinya sendiri	Mudah menyesuaikan diri dengan perubahan fisik dan emosi		7	1
	Dapat mengontrol diri sendiri		11	1
Memanfaatkan kemampuan dengan efektif	Memiliki rasa ingin tahu yang tinggi	8		1
Mandiri dan berpendidikan	Mampu memutuskan sesuatu bagi dirinya sendiri		5	1
	Mampu menyelesaikan konflik dalam diri		10	1
Bangga menjadi diri sendiri	Memiliki strategi penyesuaian terhadap kecemasan, konflik dan frustrasi		3	1
Total		1	10	11

Blue Print Skala Citra Diri Sebelum Uji Coba

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Total
		<i>F</i>	<i>UF</i>	
Evaluasi penampilan	Merasa penampilan diri menarik	1, 3	2,4,5,6,7,8,9,10,11	11
Orientasi penampilan	Memperhatikan penampilan & berusaha memperbaiki penampilan	-	12,13,14,15,16,17,18	7
Kepuasan terhadap bagian diri	Puas dengan tiap bagian tubuh	19,20,21,22,23,24,25,26,27,28,29	-	11
Kecemasan menjadi gemuk	Cemas menjadi gemuk	-	30	1
Pengkategorian ukuran diri	Berat badan	31,32,35	33,34,36,37,38,39	9
Total		16	23	39

BLUE PRINT SETELAH UJI

COBA

Blue Print Penerimaan Diri Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>F</i>	<i>UF</i>	
Percaya diri dan menghargai diri sendiri	Mampu mengerjakan sesuatu hal		9	1
Kesediaan menerima kritikan dari orang lain	Mampu menerima kritikan dan saran dari orang lain		1	1
	Menyadari bahwa dirinya tidak selalu benar		6	1
mampu menilai diri dan mengoreksi kelemahan	Mampu menempatkan diri dengan realitas		4	1
Jujur terhadap diri sendiri dan orang lain	Menyadari kekurangan dalam diri		2	1
Nyaman dengan dirinya sendiri	Mudah menyesuaikan diri dengan perubahan fisik dan emosi		7	1
	Dapat mengontrol diri sendiri		11	1
Memanfaatkan kemampuan dengan efektif	-	-	-	-
Mandiri dan berpendidikan	Mampu memutuskan sesuatu bagi dirinya sendiri		5	1
	Mampu menyelesaikan konflik dalam diri		10	1
Bangga menjadi diri sendiri	Memiliki strategi penyesuaian terhadap kecemasan, konflik dan frustrasi		3	1
Total		0	10	10

Blue Print Citra Diri Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Total
		<i>F</i>	<i>UF</i>	
Evaluasi penampilan	Merasa penampilan diri menarik	3	2,4,5,6,9,10,11	8
Orientasi penampilan	Memperhatikan penampilan & berusaha memperbaiki penampilan	-	12,13,14,17,18	5
Kepuasan terhadap bagian diri	Puas dengan tiap bagian tubuh	19,20,21,22,23,24,25,26,27,28,29	-	11
Kecemasan menjadi gemuk	Cemas menjadi gemuk	-	-	-
Pengkategorian ukuran diri	Berat badan	31,32,35	34,39	5
Total		15	14	29

SKALA PENELITIAN

Lampiran 1: Skala Penelitian

Skala Penerimaan Diri

Pada skala di bawah ini, terdapat beberapa pernyataan, mohon untuk membaca dan memahami setiap pernyataan yang ada, kemudian pilihlah satu dari lima pilihan jawaban yang tersedia. Semua jawaban adalah benar selama hal tersebut mencerminkan kondisi/keadaan Saudara(i) yang sebenarnya.

Pilihlah "Sangat Sesuai" jika pernyataan tersebut menggambarkan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah "Sesuai" jika pernyataan tersebut menggambarkan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah "Netral" jika pernyataan tersebut menggambarkan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah "Tidak Sesuai" jika pernyataan tersebut menggambarkan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah "Sangat Tidak Sesuai" jika pernyataan tersebut menggambarkan kondisi Anda yang sebenarnya.

1. Saya menghindari saat ditunjuk untuk melakukan sebuah proyek
2. Saya mudah tersinggung saat orang lain mengkritik dan memberikan saran tentang bentuk tubuh saya
3. Saya membenci saat orang lain mulai berbicara tentang fisik saya
4. Saya memilih untuk pergi setelah membuat kesalahan
5. Saya kecewa dengan keadaan tubuh saya
6. Saya sulit menerima perubahan bentuk tubuh dari yang sebelumnya
7. Saya mudah terpancing emosi saat orang lain mengkritik tubuh saya
8. Saya mencari tahu apa yang seharusnya saya lakukan untuk mendapatkan bentuk tubuh yang saya inginkan

9. Saya bingung apa yang akan saya lakukan untuk mencapai tujuan saya
10. Saya merasa tidak berguna setelah melakukan kesalahan
11. Saya menjadi tertekan saat orang lain membicarakan diri saya

Skala Citra Diri

Pada skala di bawah ini, terdapat beberapa pernyataan, mohon untuk membaca dan memahami setiap pernyataan yang ada, kemudian pilihlah satu dari lima pilihan jawaban yang tersedia. Semua jawaban adalah benar selama hal tersebut mencerminkan kondisi/keadaan Saudara(i) yang sebenarnya.

Pilihlah "Sangat Sesuai" jika pernyataan tersebut menggambarkan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah "Sesuai" jika pernyataan tersebut menggambarkan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah "Netral" jika pernyataan tersebut menggambarkan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah "Tidak Sesuai" jika pernyataan tersebut menggambarkan kondisi Anda yang sebenarnya.

Pilihlah "Sangat Tidak Sesuai" jika pernyataan tersebut menggambarkan kondisi Anda yang sebenarnya.

1. Saya percaya diri karena memiliki rambut keriting
2. Rambut keriting membuat saya kurang percaya diri
3. Warna kulit gelap membuat saya semakin percaya diri
4. Saya tidak menyukai warna kulit gelap saya
5. Warna kulit gelap membuat saya tidak percaya diri
6. Saya tidak bersyukur kerana memiliki kulit gelap
7. Saya akan lebih percaya diri jika memiliki warna kulit putih
8. Saya tidak menyukai warna kulit putih saya
9. Saya tidak percaya diri karena memiliki kulit putih
10. Saya tidak bersyukur memiliki kulit putih
11. Memiliki kulit putih membuat saya lebih percaya diri
12. Saya ingin memiliki rambut yang lebat
13. Saya ingin mengubah warna rambut

14. Saya tidak suka dengan warna rambut saya
15. Saya menata rambut menggunakan alat seperti catokan
16. Saya ingin memiliki rambut yang lurus
17. Memiliki kumis membuat saya kurang percaya diri
18. Saya dikritik karena memiliki bulu tangan dan kaki yang lebat
19. Saya menyukai tubuh kurus saya
20. Saya percaya diri memiliki tubuh kurus
21. Saya menyukai model rambut saya
22. Saya tidak ingin mengubah warna rambut
23. Saya bersyukur memiliki bentuk dan warna rambut seperti yang saya miliki
24. Saya tidak peduli komentar mengenai bulu berlebihan yang tumbuh ditubuh saya
25. Saya menyukai warna kulit gelap saya
26. Saya bersyukur memiliki kulit gelap
27. Saya suka kulit putih yang saya miliki
28. Saya percaya diri karena memiliki kulit putih
29. Memiliki kulit putih membuat saya bersyukur
30. Saya sering kali mendapatkan kritikan dari orang lain karena memiliki tubuh gemuk
31. Saya percaya diri karena memiliki tubuh gemuk
32. Saya bersyukur memiliki tubuh gemuk
33. Berat badan saya tidak ideal

34. Bentuk tubuh yang gemuk membuat saya kurang percaya diri
35. Saya ingin memiliki berat badan yang ideal
36. Berat badan saya tidak ideal karena terlalu kurus
37. Saya mendapatkan kritikan dari orang lain karena memiliki tubuh kurus
38. Bentuk tubuh yang kurus membuat saya kurang percaya diri
39. Saya kurang percaya diri karena memiliki tubuh kurus

Lampiran 2: Skala Konstruk

LEMBAR PENILAIAN CVR

Pada *expert review* mengenai skala ini, Bapak/Ibu menilai validitas isi dari seluruh aitem skala Orientasi Masa Depan. Validitas isi yang digunakan yakni *content validity ratio* (CVR) yang dimana Bapak/Ibu melihat atau mengukur mengenai pentingnya aitem-aitem yang ada. Penilaian dapat dilakukan dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah satu dari ketiga kolom penilaian yakni, **Esensial**, **Berguna tapi tidak esensial**, dan **Tidak diperlukan**. Selain itu, Bapak/Ibu juga **memberikan tanggapan/kritik/saran** pada setiap aitem di kolom Keterangan yang tersedia.

Esensial (E), ketika aitem tersebut mampu menggambarkan komponen dan faktor yang di harapkan untuk diukur, baik dari segi *content* maupun bahasa.

Berguna tapi tidak esensial (G), ketika aitem tersebut cukup mampu untuk menggambarkan komponen dan faktor yang diharapkan untuk diukur. Aitem tersebut membutuhkan revisi agar mampu menggambarkan komponen dan faktor-nya.

Tidak diperlukan (T), item tersebut tidak mampu menggambarkan komponen dan faktor yang diharapkan untuk di ukur. Item tersebut perlu untuk diganti dengan aitem baru yang mampu menggambarkan komponen dan faktor-nya.

Ket:

E : Esensial

G : Berguna Tapi Tidak Esensial

T : Tidak Diperlukan

Skala Citra Diri

Nama SME : 1. Musawwair., S.Psi., M.Pd

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

3. Andi Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si

ASPEK	INDIKATOR	ITEM	NO ITEM	JENIS ITEM	PENILAIAN			KOMENTAR/SARAN		KET
					E	G	T	BAHASA	ISI	
Evaluasi penampilan	Merasa penampilan diri menarik	Saya percaya diri karena memiliki rambut keriting	1	<i>Favorable</i>						Oke
		Rambut keriting membuat saya kurang percaya diri	2	<i>Unfavorable</i>						Oke
		Warna kulit gelap membuat saya semakin percaya diri	3	<i>Favorable</i>						Oke
		Saya tidak menyukai warna kulit gelap saya	4	<i>Unfavorable</i>						Oke

ASPEK	INDIKATOR	ITEM	NO ITEM	JENIS ITEM	PENILAIAN			KOMENTAR/SARAN		KET
					E	G	T	BAHASA	ISI	
		Warna kulit gelap membuat saya tidak percaya diri	5	<i>Unfavorable</i>						Oke
		Saya tidak bersyukur kerana memiliki kulit gelap	6	<i>Unfavorable</i>						Oke
		Saya akan lebih percaya diri jika memiliki warna kulit putih	7	<i>Unfavorable</i>						Oke
		Saya tidak menyukai warna kulit putih saya	8	<i>Unfavorable</i>						Oke
		Saya tidak percaya diri karena memiliki kulit putih	9	<i>Unfavorable</i>						Oke

ASPEK	INDIKATOR	ITEM	NO ITEM	JENIS ITEM	PENILAIAN			KOMENTAR/SARAN		KET
					E	G	T	BAHASA	ISI	
		Saya tidak bersyukur memiliki kulit putih	10	<i>Unfavorable</i>						Oke
		Memiliki kulit putih membuat saya lebih percaya diri	11	<i>Unfavorable</i>						Oke
Orientasi Penampilan	Memperhatikan penampilan dan berusaha memperbaiki penampilan	Saya ingin memiliki rambut yang lebat	12	<i>Unfavorable</i>						Oke
		Saya ingin mengubah warna rambut	13	<i>Unfavorable</i>						Oke
		Saya tidak suka dengan warna rambut saya	14	<i>Unfavorable</i>						Oke
		Saya menata rambut menggunakan alat seperti	15	<i>Unfavorable</i>						Oke

ASPEK	INDIKATOR	ITEM	NO ITEM	JENIS ITEM	PENILAIAN			KOMENTAR/SARAN		KET
					E	G	T	BAHASA	ISI	
		catokan								
		Saya ingin memiliki rambut yang lurus	16	<i>Unfavorable</i>						Oke
		Memiliki kumis membuat saya kurang percaya diri	17	<i>Unfavorable</i>						Oke
		Saya dikritik karena memiliki bulu tangan dan kaki yang lebat	18	<i>Unfavorable</i>						Oke
Kepuasan	Puas dengan	Saya menyukai tubuh kurus saya	19	<i>Favorable</i>						Oke

ASPEK	INDIKATOR	ITEM	NO ITEM	JENIS ITEM	PENILAIAN			KOMENTAR/SARAN		KET
					E	G	T	BAHASA	ISI	
terhadap bagian tubuh	bagian tubuh	Saya percaya diri memiliki tubuh kurus	20	<i>Favorable</i>						Oke
		Saya menyukai model rambut saya	21	<i>Favorable</i>						Oke
		Saya tidak ingin mengubah warna rambut	22	<i>Favorable</i>						Oke
		Saya bersyukur memiliki bentuk dan warna rambut seperti yang saya miliki	23	<i>Favorable</i>						Oke
		Saya tidak peduli komentar mengenai bulu berlebihan yang tumbuh ditubuh saya	24	<i>Favorable</i>						Oke

ASPEK	INDIKATOR	ITEM	NO ITEM	JENIS ITEM	PENILAIAN			KOMENTAR/SARAN		KET
					E	G	T	BAHASA	ISI	
		Saya menyukai warna kulit gelap saya	25	<i>Favorable</i>						Oke
		Saya bersyukur memiliki kulit gelap	26	<i>Favorable</i>						Oke
		Saya suka kulit putih yang saya miliki	27	<i>Favorable</i>						Oke
		Saya percaya diri karena memiliki kulit putih	28	<i>Favorable</i>						Oke
		Memiliki kulit putih membuat saya bersyukur	29	<i>Favorable</i>						Oke

ASPEK	INDIKATOR	ITEM	NO ITEM	JENIS ITEM	PENILAIAN			KOMENTAR/SARAN		KET
					E	G	T	BAHASA	ISI	
Kecemasan menjadi gemuk	Cemas menjadi gemuk	Saya sering kali mendapatkan kritikan dari orang lain karena memiliki tubuh gemuk	30	<i>Unfavorabel</i>						Oke
Pengkategorian ukuran diri	Berat badan	Saya percaya diri karena memiliki tubuh gemuk	31	<i>Favorable</i>						Oke
		Saya bersyukur memiliki tubuh gemuk	32	<i>Favorable</i>						Oke
		Berat badan saya tidak ideal	33	<i>Unfavorabel</i>						Oke
		Bentuk tubuh yang gemuk membuat saya kurang percaya diri	34	<i>Unfavorabel</i>						Oke

ASPEK	INDIKATOR	ITEM	NO ITEM	JENIS ITEM	PENILAIAN			KOMENTAR/SARAN		KET
					E	G	T	BAHASA	ISI	
		Saya ingin memiliki berat badan yang ideal	35	<i>Favorable</i>						Oke
		Berat badan saya tidak ideal karena terlalu kurus	36	<i>Unfavorable</i>						Oke
		Saya mendapatkan kritikan dari orang lain karena memiliki tubuh kurus	37	<i>Unfavorable</i>						Oke
		Bentuk tubuh yang kurus membuat saya kurang percaya diri	38	<i>Unfavorable</i>						Oke
		Saya kurang percaya diri karena memiliki tubuh kurus	39	<i>Unfavorable</i>						Oke

Lampiran 3: Reviewer

REVIEW SKALA

Berikut link Gform : <https://forms.gle/CEaRLLJsuW7icsSY8>

Nama Reviewer : Ainun Khaeriah
NIM : 4518091147

1. Review Umum

Aspek Review	Hasil Review
Lay Out/tata letak skala (Bagus/menarik)	Bagus dan menarik
Jenis dan ukuran huruf (Jelas atau tidak jelas)	Jelas
Bentuk Skala (Sesuai atau tidak)	Sesuai

2. Review Khusus

Aspek Review	Hasil Review		
	Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: "Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: "Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo").	
Pengantar skala	Sesuai	Jelas	
Identitas responden	Sesuai	Jelas	
Petunjuk pengerjaan	Sebaiknya jelaskan, contohnya pilih jawaban sangat sesuai apabila pernyataan sangat sesuai dengan kondisi yang sebenarnya		
Item Pernyataan	Item 1	Sesuai	Jelas
	Item 2	Sesuai	Jelas
	Item 3	Sesuai	Jelas
	Item 4	Sesuai	Saranku tambahkan diakhir kalimat karena

Aspek Review	Hasil Review	
	Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).
		memiliki tubuh yang gemuk
Item 5	Sesuai	Jelas
Item 6	Sesuai	Jelas
Item 7	Sesuai	Jelas
Item 8	Sesuai	Jelas
Item 9	Sesuai	Jelas
Item 10	Sesuai	Jelas
Item 11	Sesuai	Jelas
Item 12	Mauji sama dengan item ke 11	Jelas
Item 13	Sesuai	Jelas
Item 14	Sesuai	Jelas
Item 15	Sesuai	Jelas
Item 16	Sesuai	Jelas
Item 17	Sesuai	Jelas
Item 18	Sesuai	Jelas
Item 19	Sesuai	Jelas
Item 20	Sesuai	Jelas
Item 21	Sesuai	Jelas

Aspek Review	Hasil Review	
	Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).
Item 22	Sesuai	Jelas
Item 23	Sesuai	Jelas
Item 24	Sesuai	Jelas
Item 25	Sesuai	Saran, “saya dikritik karena memiliki bulu yang lebat di tangan dan kaki”
Item 26	Sesuai	Jelas
Item 27	Sesuai	Jelas
Item 28	Sesuai	Jelas
Item 29	Sesuai	Jelas
Item 30	Sesuai	Jelas
Item 31	Sesuai	Jelas
Item 32	Sesuai	Jelas
Item 33	Sesuai	Jelas
Item 34	Sesuai	Jelas
Item 35	Sesuai	Jelas
Item 36	Sesuai	Jelas
Item 37	Sesuai	Jelas
Item 38	Sesuai	Jelas

Aspek Review	Hasil Review	
	Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Pahami/Tidak Pahami).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).
Item 39	Sesuai	Jelas
Item 40	Sesuai	Jelas
Item 41	Sesuai	Jelas
Item 42	Sesuai	Saran, “saya membenci orang lain ketika berbicara tentang fisik saya”
Item 43	Sesuai	Jelas
Item 44	Sesuai	Jelas
Item 45	Sesuai	Jelas
Item 46	Sesuai	Jelas
Item 47	Sesuai	Jelas
Item 48	Sesuai	Jelas
Item 49	Sesuai	Jelas
Item 50	Sesuai	Jelas

SURAT PERNYATAAN REVIEWER SKALA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, dengan ini menyatakan bahwa telah melakukan penelaahan sebagai REVIEWER terhadap Skala Psikologi yang diajukan oleh **Nurlita Tirsia Ramadani**, Nim **4518091046**. Hasil telaah saya dapat di lihat dalam format yang telah diajukan. Demikian Surat Pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 5 Juli 2022
Reviewer,

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Ainun Khaeriah', written in a cursive style.

Ainun Khaeriah
NIM: 4518091147

REVIEW SKALA

Berikut link Gform : <https://forms.gle/CEaRLLJsuW7icsSY8>

Nama Reviewer : Desy Rahmi
NIM : 4518091079

1. Review Umum

Aspek Review	Hasil Review
Lay Out/tata letak skala (Bagus/menarik)	Sudah rapi dan bagus tetapi sebaiknya bagian petunjuk pengisian skala tidak dipisah dengan bagian pernyataan item-item skala
Jenis dan ukuran huruf (Jelas atau tidak jelas)	Jelas dan mudah untuk dibaca
Bentuk Skala (Sesuai atau tidak)	Sesuai

2. Review Khusus

Aspek Review	Hasil Review		
	Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).	
Pengantar skala	Sudah sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas dan tidak ada typo	
Identitas responden	Nampaknya bagian identitas masih kurang, mungkin bisa ditambahkan lagi bagian lain seperti suku, universitas, fakultas, dst	Sudah jelas	
Petunjuk pengerjaan	Kata “saudara(i)” huruf depannya menggunakan kapital. selain itu sebaiknya konsisten mau pakai “Saudara(i)” atau “Anda”	Sudah jelas	
Item Pernyataan	Item 1	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 2	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas

Aspek Review	Hasil Review		
	Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).	
Item 3	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 4	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 5	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 6	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 7	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 8	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 9	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 10	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 11	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 12	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 13	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 14	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 15	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 16	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 17	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 18	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 19	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 20	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	

Aspek Review	Hasil Review		
	Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).	
Item 21	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 22	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 23	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 24	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 25	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 26	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 27	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 28	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 29	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 30	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 31	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 32	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 33	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 34	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 35	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 36	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 37	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 38	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	

Aspek Review		Hasil Review	
		Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).
	Item 39	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 40	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 41	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 42	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 43	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 44	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 45	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 46	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 47	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 48	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 49	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 50	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas

SURAT PERNYATAAN REVIEWER SKALA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, dengan ini menyatakan bahwa telah melakukan penelaahan sebagai REVIEWER terhadap Skala Psikologi yang diajukan oleh **Nurlita Tirsia Ramadani**, Nim **4518091046**. Hasil telaah saya dapat di lihat dalam format yang telah diajukan. Demikian Surat Pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 5 Juli 2022
Reviewer,



Desy Rahmi
NIM: 4518091079

REVIEW SKALA

Berikut link Gform : <https://forms.gle/CEaRLLJsuW7icsSY8>

Nama Reviewer : Jessica Rinai
NIM : 4518091095

3. Review Umum

Aspek Review	Hasil Review
Lay Out/tata letak skala (Bagus/menarik)	Bagus dan menarik
Jenis dan ukuran huruf (Jelas atau tidak jelas)	Jelas
Bentuk Skala (Sesuai atau tidak)	Sesuai

4. Review Khusus

Aspek Review	Hasil Review		
	Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).	
Pengantar skala	Cukup sesuai	Jelas dan tidak typo	
Identitas responden	Cukup jelas	Jelas dan tidak typo	
Petunjuk pengerjaan	Cukup jless	Jelas dan tidak typo	
Item Pernyataan	Item 1	Paham/sesuai	Jelas
	Item 2	Paham/sesuai	Jelas
	Item 3	Paham/sesuai	Jelas
	Item 4	Paham/sesuai	Jelas
	Item 5	Paham/sesuai	Jelas
	Item 6	Paham/sesuai	Jelas
	Item 7	Paham/sesuai	Jelas
	Item 8	Paham/sesuai	Jelas

Aspek Review	Hasil Review	
	Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).
Item 9	Paham/sesuai	Jelas
Item 10	Paham/sesuai	Jelas
Item 11	Paham/sesuai	Jelas
Item 12	Paham/sesuai	Jelas
Item 13	Paham/sesuai	Jelas
Item 14	Paham/sesuai	Jelas
Item 15	Paham/sesuai	Jelas
Item 16	Paham/sesuai	Jelas
Item 17	Paham/sesuai	Jelas
Item 18	Paham/sesuai	Jelas
Item 19	Paham/sesuai	Jelas
Item 20	Paham/sesuai	Jelas
Item 21	Paham/sesuai	Jelas
Item 22	Paham/sesuai	Jelas
Item 23	Paham/sesuai	Jelas
Item 24	Paham/sesuai	Jelas
Item 25	Paham/sesuai	Jelas
Item 26	Paham/sesuai	Jelas

Aspek Review		Hasil Review	
		Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).
	Item 27	Paham/sesuai	Jelas
	Item 28	Paham/sesuai	Jelas
	Item 29	Paham/sesuai	Jelas
	Item 30	Paham/sesuai	Jelas
	Item 31	Paham/sesuai	Jelas
	Item 32	Paham/sesuai	Jelas
	Item 33	Paham/sesuai	Jelas
	Item 34	Paham/sesuai	Jelas
	Item 35	Paham/sesuai	Jelas
	Item 36	Paham/sesuai	Jelas
	Item 37	Paham/sesuai	Jelas
	Item 38	Paham/sesuai	Jelas
	Item 39	Paham/sesuai	Jelas
	Item 40	Paham/sesuai	Jelas
	Item 41	Paham/sesuai	Jelas
	Item 42	Paham/sesuai	Jelas
	Item 43	Paham/sesuai	Jelas
	Item 44	Paham/sesuai	Jelas

Aspek Review		Hasil Review	
		Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).
	Item 45	Paham/sesuai	Jelas
	Item 46	Paham/sesuai	Jelas
	Item 47	Paham/sesuai	Jelas
	Item 48	Paham/sesuai	Jelas
	Item 49	Paham/sesuai	Jelas
	Item 50	Paham/sesuai	Jelas

SURAT PERNYATAAN REVIEWER SKALA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, dengan ini menyatakan bahwa telah melakukan penelaahan sebagai REVIEWER terhadap Skala Psikologi yang diajukan oleh **Nurlita Tirsia Ramadani**, Nim **4518091046**. Hasil telaah saya dapat di lihat dalam format yang telah diajukan. Demikian Surat Pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 6 Juli 2022

Reviewer,



Jessica Rinai
NIM: 4518091095

REVIEW SKALA

Berikut link Gform : <https://forms.gle/CEaRLLJsuW7icsSY8>

Nama Reviewer : Ainul Fitriana S
NIM : 4518091025

3. Review Umum

Aspek Review	Hasil Review
Lay Out/tata letak skala (Bagus/menarik)	Tata letak skala sudah terlihat rapi dan bagus namun sebaiknya bagian petunjuk pengisian skala tidak dipisah dengan bagian pernyataan item-item skala
Jenis dan ukuran huruf (Jelas atau tidak jelas)	Sudah jelas dan mudah untuk dibaca
Bentuk Skala (Sesuai atau tidak)	Sudah sesuai

4. Review Khusus

Aspek Review	Hasil Review	
	Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).
Pengantar skala	Sudah sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas dan tidak ada typo
Identitas responden	Nampaknya bagian identitas masih kurang, mungkin bisa ditambahkan lagi bagian lain seperti suku, universitas, fakultas, dst	Sudah jelas
Petunjuk pengerjaan	Kata “saudara(i)” huruf depannya menggunakan kapital. selain itu sebaiknya konsisten mau pakai “Saudara(i)” atau “Anda”	Sudah jelas

Aspek Review		Hasil Review	
		Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).
Item Pernyataan	Item 1	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 2	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 3	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 4	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 5	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 6	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 7	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 8	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 9	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 10	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 11	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 12	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 13	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 14	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 15	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 16	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 17	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 18	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas

Aspek Review	Hasil Review		
	Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).	
Item 19	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 20	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 21	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 22	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 23	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 24	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 25	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 26	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 27	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 28	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 29	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 30	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 31	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 32	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 33	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 34	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 35	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	
Item 36	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas	

Aspek Review		Hasil Review	
		Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).
	Item 37	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 38	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 39	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 40	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 41	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 42	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 43	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 44	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 45	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 46	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 47	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 48	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 49	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas
	Item 50	Sesuai dan bisa dipahami	Sudah jelas

SURAT PERNYATAAN REVIEWER SKALA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, dengan ini menyatakan bahwa telah melakukan penelaahan sebagai REVIEWER terhadap Skala Psikologi yang diajukan oleh **Nurlita Tirsia Ramadani**, Nim **4518091046**. Hasil telaah saya dapat di lihat dalam format yang telah diajukan. Demikian Surat Pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 07 Juli 2022
Reviewer,



Ainul Fitrianisa S
NIM: 4518091025

REVIEW SKALA

Berikut link Gform : <https://forms.gle/CEaRLLJsuW7icsSY8>

Nama Reviewer : Muh Ibing Purnama
NIM : 4518091002

5. Review Umum

Aspek Review	Hasil Review
Lay Out/tata letak skala (Bagus/menarik)	Cukup bagus, di tambah laggi kata-katanya
Jenis dan ukuran huruf (Jelas atau tidak jelas)	Di bagian petunjuk pengerjaan tidak dipisahkan dengan form skala
Bentuk Skala (Sesuai atau tidak)	Cukup sesuai

6. Review Khusus

Aspek Review	Hasil Review		
	Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: "Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: "Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo").	
Pengantar skala	Cukup sesuai	Jelas dan tidak typo	
Identitas responden	Cukup jelas	Jelas dan tidak typo	
Petunjuk pengerjaan	Cukup jelass	Jelas dan tidak typo	
Item Pernyataan	Item 1	Paham/sesuai	Jelas
	Item 2	Paham	Jelas
	Item 3	paham	Jelas
	Item 4	Paham	Jelas
	Item 5	Paham	Jelas
	Item 6	Paham	Jelas
	Item 7	Paham	Jelas

Aspek Review	Hasil Review	
	Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).
Item 8	Paham	Jelas
Item 9	Paham	Jelas
Item 10	Paham	Jelas
Item 11	Paham	Jelas
Item 12	Paham	Jelas
Item 13	Paham	Jelas
Item 14	Paham	Jelas
Item 15	Paham	Jelas
Item 16	Paham	Jelas
Item 17	Paham	Jelas
Item 18	Paham	Jelas
Item 19	Paham	Jelas
Item 20	Paham	Jelas
Item 21	Paham	Jelas
Item 22	Paham	Jelas
Item 23	Paham	Jelas
Item 24	Paham	Jelas
Item 25	Paham	Jelas

Aspek Review		Hasil Review	
		Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).
	Item 26	Paham	Jelas
	Item 27	Paham	Jelas
	Item 28	Paham	Jelas
	Item 29	Paham	Jelas
	Item 30	Paham	Jelas
	Item 31	Paham	Jelas
	Item 32	Paham	Jelas
	Item 33	Paham	Jelas
	Item 34	Paham	Jelas
	Item 35	Paham	Jelas
	Item 36	Paham	Jelas
	Item 37	Paham	Jelas
	Item 38	Paham	Jelas
	Item 39	Paham	Jelas
	Item 40	Paham (skala 2)	Jelas
	Item 41	Paham	Jelas
	Item 42	Paham	Jelas
	Item 43	Paham	Jelas

Aspek Review		Hasil Review	
		Konten/isi sudah sesuai dengan apa yang di tulis dalam pernyataan tersebut (bisa menjawab dengan: “Sesuai/Tidak sesuai atau Paham/Tidak Paham).	Bahasa (bisa menjawab dengan: “Jelas/Tidak jelas atau Ada typo/Tidak ada typo”).
	Item 44	Paham	Jelas
	Item 45	Paham	Jelas
	Item 46	Paham	Jelas
	Item 47	Paham	Jelas
	Item 48	Paham	Jelas
	Item 49	Paham	Jelas
	Item 50	Paham	Jelas

SURAT PERNYATAAN REVIEWER SKALA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, dengan ini menyatakan bahwa telah melakukan penelaahan sebagai REVIEWER terhadap Skala Psikologi yang diajukan oleh **Nurlita Tirsia Ramadani**, Nim **4518091046**. Hasil telaah saya dapat di lihat dalam format yang telah diajukan. Demikian Surat Pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 9 Juli 2022
Reviewer,



Muh Ibing Purnama
NIM: 4518091002

Lampiran 4: Tabulasi Data

a. Demografi

Jenis Kelamin	Usia	Suku	Status
2	1	1	1
2	1	2	1
2	1	1	1
1	1	1	1
2	1	1	4
2	4	2	3
2	1	1	1
2	4	1	3
2	2	1	4
2	1	4	1
2	1	1	1
2	1	1	1
1	1	1	1
1	1	4	1
2	1	3	1
2	1	3	1
2	1	3	1
2	1	3	1
1	1	4	1
2	1	2	1
2	1	1	1
1	1	1	3
1	1	1	4
2	2	1	4
2	1	2	3
1	4	1	3
2	1	4	1
2	1	4	1
2	1	2	1
2	1	4	1
1	1	1	1
2	1	2	1
1	1	4	1
2	2	2	3
1	1	1	3
2	1	1	1
2	1	2	1
2	1	1	1
2	3	1	2

1	1	1	1
2	1	4	1
2	1	1	4
2	1	2	1
2	1	1	4
2	1	1	3
2	1	1	1
2	1	4	2
2	1	3	1
2	1	2	1
2	1	2	1
2	1	2	1
2	1	1	1
2	1	2	4
1	1	2	1
2	1	2	1
2	2	1	3
1	1	1	3
2	4	3	2
2	4	4	3
2	4	4	3
1	3	4	4
1	3	4	4
2	2	4	3
1	3	4	3
1	3	4	4
2	3	4	4
2	2	4	4
2	1	4	1
2	2	4	3
2	1	2	2
2	2	2	4
2	1	4	4
2	1	1	1
1	3	4	3
2	1	2	1
2	1	2	1
2	1	1	1
2	1	2	1
2	1	1	1
2	1	1	3
2	1	2	1
2	1	1	1
2	1	3	1

2	1	2	3
2	1	1	1
1	1	3	1
2	1	1	1
2	3	4	3
2	1	2	1
2	1	2	1
2	2	2	2
2	1	1	1
2	1	2	1
2	1	4	1
2	1	2	1
2	1	2	1
2	1	2	1
2	1	3	1
2	1	4	1
2	1	2	1
2	1	1	4
2	1	2	1
2	1	1	1
1	1	1	4
1	1	2	3
1	1	1	3
2	1	2	1
2	1	4	1
2	1	2	1
2	1	4	1
2	1	3	1
2	1	2	1
2	1	1	1
2	1	2	1
1	1	3	1
2	1	1	1
2	1	2	1
2	1	2	1
2	1	2	1
1	1	1	1
2	1	2	1
2	1	3	1
2	1	2	1
2	3	2	4
1	1	1	1
2	1	1	1
2	1	1	1
1	3	4	4

2	1	2	1
1	1	4	1
1	1	4	1
2	1	4	1
2	1	1	1
1	1	1	1
1	1	1	3
1	1	1	1
2	1	1	1
2	1	1	1
2	1	2	1
2	1	4	1
2	1	4	3
2	1	2	1
2	1	4	1
2	1	2	1
2	1	4	1
1	1	1	1
1	1	1	1
1	1	2	1
1	1	2	1
2	1	2	1
2	1	2	1
1	1	2	1
2	1	1	1
2	1	3	1
1	1	4	1
2	1	4	1
1	1	1	1
1	1	2	1
2	1	2	1
2	1	1	4
2	2	1	3
2	1	4	1
2	2	4	1
2	1	2	1
1	1	1	1
1	1	1	4
2	1	4	4
2	1	1	1
2	1	3	1
1	2	2	3
1	1	4	1
2	1	4	1

2	1	4	1
2	1	4	1
2	1	1	1
2	1	4	1
2	1	4	1
2	1	2	1
2	1	4	1
2	1	1	4
1	1	4	3
2	1	2	3
2	1	1	3
2	1	1	1
2	2	1	3
2	1	2	1
2	1	1	1
2	1	3	3
2	2	3	3
2	1	2	3
1	2	1	3
2	1	2	1
2	1	1	1
2	1	1	2
2	1	3	1
2	2	1	3
1	2	1	3
2	1	2	1
2	1	2	3
2	1	1	3
2	2	2	3
1	2	1	3
2	1	1	3
2	1	1	3
2	2	3	3
2	1	2	1
2	1	2	3
2	1	2	3
2	2	3	3
2	1	2	3
1	1	4	3
2	1	1	1
2	2	2	3
2	2	1	3
2	1	3	1

2	2	1	2
1	1	2	1
2	1	1	1
1	3	4	3
2	1	1	1
2	1	1	3
1	1	2	3
2	1	3	1
2	1	1	3
1	4	4	3
1	2	3	4
2	1	2	2
2	1	3	3
2	1	3	3
2	1	1	1
2	1	1	3
2	1	1	1
2	1	1	1
2	1	2	3
2	2	3	3
2	1	2	3
2	1	2	3
2	1	1	3
2	2	2	2
2	2	2	3
2	1	3	1
2	1	2	3
2	1	1	1
2	1	1	1
2	2	1	3
2	1	1	3
2	1	2	1
2	2	3	3
2	2	1	2
2	2	2	3
2	1	4	1
1	2	1	3
2	2	1	3
1	1	4	1
2	2	1	3
2	1	3	3
2	1	2	3
2	2	1	2
2	1	2	1

2	1	1	1
2	1	3	1
1	2	3	3
2	2	1	2
2	2	2	3
2	1	1	1
1	1	2	2
1	1	3	3
2	1	2	1
2	1	2	1
1	1	3	1
1	1	1	3
2	1	1	1
2	3	1	3
2	1	1	3
2	1	4	1
2	1	3	1
2	1	4	1
2	1	2	1
2	1	3	1
1	1	1	1
1	1	3	1
2	1	3	1
1	1	1	3
1	2	2	3
2	1	2	1
2	1	1	1
1	2	1	3
2	1	2	4
2	1	2	1
1	4	1	2
2	2	3	3
1	1	2	1
2	1	1	1
1	3	1	2
1	1	2	4
1	3	2	3
1	3	1	3
2	1	3	1
2	1	4	1
2	1	2	1
1	1	1	3
2	1	2	1
2	2	1	3

2	1	1	1
2	1	3	1
1	1	3	3
2	1	2	3
2	1	1	3
2	1	1	1
2	2	3	3
2	1	1	1
2	2	2	3
1	2	2	3
2	1	2	1
1	1	2	3
1	1	2	1
1	1	3	1
1	1	2	3
2	1	1	1
2	1	1	4
1	1	2	1
2	1	2	3
2	1	1	3
2	1	2	3
1	1	4	1
2	1	2	1
1	3	4	3
2	2	1	3
1	1	1	1
1	1	2	1
2	1	1	1
2	3	4	3
2	1	2	1
2	1	3	1
2	1	1	3
2	1	1	3
1	1	1	1
2	1	3	3
2	1	1	3
2	1	1	1
2	1	4	3
2	1	2	1
1	1	1	1
2	1	3	1
1	1	1	1
2	1	1	1
2	1	1	1

2	1	2	3
1	2	1	3
2	1	4	1
1	3	2	3
1	1	2	1
1	1	3	1
2	2	3	3
2	1	2	1
1	1	2	1
1	1	1	3
2	1	1	1
1	1	1	3
2	1	1	1
2	2	2	3
1	1	1	3
2	1	4	2
2	1	1	1
2	1	1	1
1	1	1	1
2	1	1	1
1	1	1	1
2	1	1	1
2	1	3	1
1	2	1	3
2	1	4	1
1	1	3	1
1	1	1	1
2	1	1	1
2	1	3	1
2	2	3	3
1	2	2	2
2	1	2	1
2	2	4	3
2	1	1	3
2	1	1	3
2	2	1	3
2	1	2	1
2	1	4	1
2	1	2	3
2	1	2	3
2	1	1	1
1	2	1	3
1	2	3	2
2	1	2	3

2	2	1	1
2	1	2	1
2	1	3	1
2	1	1	2
2	2	2	3
2	1	3	3
2	1	3	3
1	3	2	2
2	1	2	1
2	1	1	1
1	1	2	3
2	1	1	1
1	2	3	2
2	2	2	3
2	2	3	2
1	1	2	4
1	2	3	3
1	1	1	1
2	1	3	3
1	1	1	3
2	1	1	1
2	1	4	3
2	1	1	1
2	1	1	1
1	2	1	3
2	2	3	3
2	1	1	3

b. Data Coding Skala Penerimaan Diri

item	item	item	item	item	item	item	item	item	item	item
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
2	2	2	4	4	4	4	4	2	2	2
4	4	3	5	2	2	2	4	3	3	2
4	3	2	4	4	3	4	3	4	4	2
4	2	2	5	4	4	4	4	5	3	3
3	1	1	3	2	2	2	4	2	2	2
4	3	3	4	4	4	4	5	4	3	3
4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4
2	4	3	4	4	3	3	4	4	2	2
4	5	2	4	5	4	5	5	4	4	2
3	3	2	4	3	3	2	3	3	2	3
4	2	2	4	4	2	4	5	4	2	2
3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
4	2	2	4	2	3	2	4	3	1	2
5	5	5	5	4	4	3	3	4	4	3
4	5	4	4	4	2	4	4	4	4	3
2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	1
3	3	2	3	5	3	3	4	3	3	3
4	3	3	4	4	3	3	4	2	4	3
5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5
4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3
3	2	2	3	4	1	3	4	2	3	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4
4	1	1	4	5	2	1	5	1	1	1
4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2
5	2	2	4	4	5	2	5	4	4	4
4	2	2	2	3	1	4	4	4	3	1
4	2	2	4	2	2	2	5	2	2	4
3	2	2	4	2	2	3	4	2	3	2
1	2	2	4	3	3	3	5	3	2	1
3	2	2	3	4	4	2	4	2	2	2
3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3
3	3	3	4	3	4	3	2	5	5	4
4	2	2	4	3	2	2	4	2	4	2
5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	3	3	4	4	4	4	4	2	2	3
3	4	3	3	4	4	4	3	2	3	2
4	3	2	4	2	2	2	4	2	2	1
5	3	1	5	5	5	3	5	5	5	5
5	3	3	4	3	3	4	4	4	2	4
4	5	3	4	4	3	5	4	4	4	4
3	1	1	4	3	3	2	5	3	3	3
4	2	2	4	3	3	2	4	2	2	2
3	4	2	3	4	4	3	5	3	4	3

4	1	3	4	4	3	4	5	3	2	3
3	3	2	4	4	3	4	5	2	3	3
4	2	2	2	4	3	2	4	4	3	2
4	2	1	4	4	2	3	4	2	2	2
3	3	2	4	4	3	3	4	3	4	3
4	4	1	4	3	4	3	4	4	2	5
4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4
4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	2
5	1	1	5	1	1	2	5	1	1	1
1	1	1	1	1	1	2	5	1	1	2
3	2	2	3	4	4	3	4	3	3	2
4	4	1	5	5	5	2	4	5	5	3
4	3	2	4	4	2	3	4	4	3	3
4	3	4	5	3	3	4	3	3	4	3
4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4
3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3
3	3	4	3	5	4	4	2	4	2	3
4	4	4	4	3	4	4	5	4	4	4
5	5	5	5	5	5	5	3	4	5	5
4	3	2	4	4	3	4	4	2	4	4
4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	3
4	2	2	4	4	2	2	4	2	4	2
4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4
3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3
3	1	2	4	2	3	2	4	2	1	1
4	2	3	4	3	4	4	3	3	4	3
2	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4
4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5
4	4	2	4	4	4	2	4	2	4	4
3	2	2	3	3	2	2	4	2	2	2
4	4	4	4	4	2	4	3	4	2	4
2	4	3	5	5	4	5	3	2	5	4
4	3	1	4	2	1	3	4	4	4	2
3	4	4	3	3	3	4	3	2	2	4
4	4	2	4	3	3	4	4	2	3	4
3	4	4	3	4	2	5	5	2	4	4
4	3	2	4	4	5	4	3	4	4	4
4	2	2	2	3	3	3	4	3	2	2
3	2	1	3	3	4	4	3	2	2	2
2	2	2	4	3	3	2	2	2	1	1
3	2	1	4	4	4	2	4	4	4	1
4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3
3	3	3	1	3	4	4	2	4	4	4
3	3	3	4	3	2	3	4	2	2	2
4	4	4	2	4	4	3	4	3	3	4
5	3	3	3	5	1	3	3	3	3	3
3	4	3	3	3	3	3	4	2	2	3
4	2	3	4	4	3	4	2	4	4	2

3	3	3	5	4	4	4	4	4	3	4
4	4	1	4	4	4	2	2	2	4	2
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
4	3	4	4	5	4	4	3	3	4	3
3	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4
2	2	2	4	4	4	3	3	3	4	4
2	3	2	3	4	3	3	4	4	5	2
3	5	2	4	3	4	4	4	2	3	3
4	3	2	4	4	4	4	3	3	4	2
4	4	1	4	4	3	3	3	2	2	4
5	1	2	3	5	4	4	5	4	3	3
3	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4
4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4
4	1	1	3	5	5	4	3	4	3	5
5	4	2	4	5	4	4	4	4	2	2
3	2	3	4	4	3	3	4	3	4	3
4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3
3	2	3	5	5	5	5	5	5	3	2
4	4	1	4	3	3	2	4	2	2	2
4	3	3	5	2	3	3	4	3	3	2
3	2	1	3	3	4	1	4	2	2	1
4	3	2	4	3	3	4	4	3	1	2
3	2	2	3	4	4	1	4	2	2	2
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3
2	5	4	4	3	3	5	3	2	4	4
1	2	2	4	4	3	4	3	2	2	2
4	3	1	4	4	3	3	2	3	4	2
5	4	4	5	5	5	4	4	4	4	3
4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4
3	3	3	3	3	3	5	3	5	1	5
4	2	2	4	4	4	4	4	4	2	3
3	4	1	4	5	3	4	3	2	2	1
4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4
3	1	1	4	3	2	3	4	2	2	2
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2
4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4
4	3	2	4	4	4	2	4	4	4	4
3	3	3	4	4	4	4	5	4	4	4
4	3	4	2	5	3	4	4	4	3	4
3	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4
2	4	2	3	4	3	4	5	2	4	4
4	1	1	5	3	3	1	5	3	2	1
2	1	1	2	3	2	1	5	1	2	2
4	2	1	1	1	1	2	4	2	1	4
1	1	2	2	3	1	1	3	2	1	5

4	3	2	4	3	4	2	5	4	3	3
4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3
3	3	1	4	2	1	1	5	3	2	3
2	3	4	4	5	4	4	4	4	4	2
5	3	1	1	5	5	3	5	1	1	1
4	4	1	5	4	3	3	5	4	4	1
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3	1	1	1	3	1	1	5	1	1	2
4	3	3	4	2	2	4	4	2	2	2
2	2	2	3	2	2	3	4	2	2	2
5	5	4	5	4	4	4	4	3	4	4
4	3	1	4	5	1	3	5	1	1	1
4	3	2	4	4	4	3	4	3	4	3
5	1	1	3	5	4	3	5	1	3	4
5	3	5	5	4	5	4	5	5	2	2
2	4	5	2	3	4	5	5	2	2	4
3	3	3	5	3	3	3	2	2	1	3
3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4
4	3	5	3	3	3	3	5	1	5	3
3	2	1	4	3	3	4	2	2	1	3
5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	4
3	4	5	4	5	5	4	5	3	4	2
2	4	2	4	4	2	3	5	2	2	3
3	2	3	4	3	3	3	3	1	2	3
5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5
2	2	1	4	3	1	2	5	2	3	2
3	3	2	4	2	2	3	4	3	3	2
3	4	2	4	3	3	4	3	1	4	3
2	4	4	2	4	4	4	4	4	2	2
3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4
2	3	2	4	3	2	2	4	2	1	1
4	2	1	4	1	1	2	5	2	1	2
2	4	3	1	2	4	5	4	3	4	3
5	4	1	5	5	5	3	3	4	3	2
3	2	2	3	4	4	3	4	2	2	3
2	2	1	3	4	2	1	4	3	2	2
4	1	1	4	4	4	2	5	4	4	4
4	3	2	3	3	3	3	5	3	3	2
2	1	1	2	1	1	1	4	1	1	1
4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3
4	4	3	2	4	3	4	2	3	3	4
3	2	1	1	3	3	1	5	2	1	3
4	2	1	5	2	1	1	5	3	1	2
4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4
1	1	1	2	1	1	1	5	1	1	1
2	1	1	4	3	1	2	4	5	2	1
2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	1

4	4	4	2	5	4	2	4	4	4	2
2	1	2	4	1	2	1	5	2	1	2
2	2	1	4	4	2	1	4	2	1	1
5	4	5	4	5	1	4	3	4	5	4
5	2	2	4	2	2	2	5	5	4	2
5	4	2	5	1	4	1	5	4	1	1
4	2	1	2	1	2	2	5	1	1	1
2	1	2	4	2	1	2	5	2	3	1
4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	1
2	1	2	3	1	3	2	5	2	1	2
1	1	1	4	1	4	4	2	4	4	4
5	4	5	5	4	5	4	1	4	5	4
2	1	1	2	2	2	2	4	3	2	1
4	2	2	4	5	4	2	5	2	2	1
2	2	1	2	1	1	2	4	4	2	1
4	2	2	5	2	1	2	4	5	4	2
2	1	2	2	1	1	1	3	2	2	1
3	4	4	4	5	4	4	1	5	4	4
2	1	1	2	1	2	1	4	2	2	1
2	1	1	2	1	2	1	5	2	2	1
1	2	1	2	1	2	1	5	2	2	1
5	4	2	4	5	4	2	5	4	1	2
4	2	1	4	1	2	2	5	4	1	2
4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5
3	4	1	4	4	4	2	4	2	2	2
3	1	2	3	3	1	2	4	1	3	2
5	2	1	5	3	2	2	5	5	1	1
4	2	2	2	2	2	1	5	2	2	2
4	5	5	4	5	5	4	1	4	3	3
5	2	1	5	3	2	2	5	5	1	1
2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2
4	4	5	4	2	4	4	4	2	4	4
4	4	2	4	2	2	2	5	4	5	2
2	2	1	4	2	2	2	4	4	3	3
5	4	5	4	4	4	4	5	4	5	3
2	1	2	4	2	1	2	5	2	2	1
2	1	2	2	1	2	2	4	3	2	2
4	2	2	4	2	2	2	4	4	2	2
4	4	5	4	4	4	4	3	4	4	4
4	5	4	4	5	4	5	4	4	5	4
1	1	2	1	1	2	1	5	2	1	1
4	2	1	4	4	4	2	5	4	4	2
1	1	1	4	1	1	1	5	1	4	1
2	1	2	2	2	2	2	5	4	2	2
5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5
5	4	4	5	5	3	4	4	4	4	4
5	5	5	5	4	5	5	1	5	4	5
4	5	4	4	5	4	4	5	4	5	4

4	4	3	2	3	3	2	2	4	4	3
2	2	4	4	2	3	4	2	4	2	2
2	1	2	4	2	1	2	4	2	4	2
4	2	2	3	2	2	1	4	2	2	2
4	5	4	4	5	4	5	4	4	5	4
2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2
4	4	5	4	4	4	4	2	4	4	4
2	2	1	2	1	1	2	5	4	2	1
4	2	2	2	2	2	2	5	2	4	2
4	5	4	4	5	4	4	4	4	5	4
5	4	5	4	3	5	4	2	5	4	4
4	2	1	4	2	2	2	5	2	1	2
4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4
5	4	2	4	5	4	4	2	4	4	2
2	2	1	4	1	2	1	4	2	4	1
4	1	1	4	2	2	2	4	2	4	2
4	4	5	4	5	4	4	1	4	5	4
4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4
4	3	1	3	4	4	3	4	4	4	4
5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5
4	5	2	4	5	4	5	4	4	4	5
4	5	1	4	5	4	5	3	4	5	4
4	5	5	4	4	5	4	4	4	5	4
2	4	2	1	5	4	2	5	5	4	2
4	5	4	5	4	5	4	4	1	2	3
4	5	4	2	2	4	2	5	2	4	5
4	5	4	5	4	2	4	5	2	4	5
2	4	2	4	1	1	2	5	2	4	2
4	5	4	5	4	5	4	4	4	5	4
2	1	2	4	5	5	5	5	4	5	4
5	4	4	5	4	5	5	4	4	5	4
4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	2
5	5	4	5	4	2	5	5	4	4	1
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3
3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3
2	4	2	2	1	2	4	4	1	1	3
3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4
4	2	2	4	3	4	4	4	2	2	2
5	4	4	5	5	5	4	5	5	5	4
1	1	1	5	5	5	1	5	1	5	1
2	4	4	2	4	4	4	4	2	2	2
4	1	1	4	2	1	4	5	1	1	2
5	2	1	5	3	2	2	5	5	1	1

2	4	4	5	5	5	5	4	4	2	4
2	2	2	4	4	2	2	4	2	2	2
4	4	2	4	4	4	2	5	5	4	2
4	2	2	4	4	2	2	5	4	4	1
4	4	4	4	5	4	4	2	4	5	4
4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3
4	2	1	4	4	4	2	4	4	4	2
4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4
1	1	1	2	1	1	2	4	4	2	1
4	3	1	4	3	2	1	5	3	2	2
4	1	2	4	2	2	2	4	2	2	2
4	2	2	4	2	2	1	4	4	1	1
4	2	4	5	2	2	4	4	5	1	4
4	2	2	4	2	2	2	4	4	2	2
3	2	1	4	4	3	3	4	2	2	2
3	4	1	5	3	3	4	4	4	1	1
2	2	2	2	1	2	2	4	2	1	2
2	1	2	2	1	2	2	4	4	2	2
4	2	2	5	3	2	2	5	5	4	2
2	2	1	1	2	1	2	4	2	2	1
2	1	1	2	2	1	2	5	2	1	2
4	2	1	2	1	2	2	5	1	1	1
4	1	2	3	1	2	2	5	4	3	1
4	4	1	4	1	1	3	5	4	4	2
5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5
4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4
2	2	1	2	2	2	2	4	2	2	1
2	2	1	4	2	2	1	4	2	4	1
4	5	4	5	4	4	5	4	2	5	4
4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	2
2	2	2	4	4	4	4	2	4	4	4
5	3	3	5	4	3	4	4	4	5	4
4	2	2	4	5	4	3	4	4	4	4
4	2	2	4	2	2	2	4	4	4	2
5	4	4	5	4	4	4	5	5	4	4
3	3	2	4	4	3	2	3	4	3	2
2	2	2	4	2	2	2	5	4	2	3
4	4	5	4	4	4	5	5	4	5	4
4	4	5	4	5	4	4	3	4	4	4
5	4	4	4	5	4	5	2	4	5	5
4	4	2	4	4	4	4	3	4	5	5
4	2	2	4	2	4	2	5	4	4	2
4	5	4	5	2	3	4	4	2	4	5
5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5
5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4
3	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4
2	3	2	4	3	2	3	4	2	3	2

5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2
4	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2
4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	5
3	2	2	3	3	3	2	3	1	1	2
3	2	1	4	2	3	4	5	4	4	1
2	2	1	2	1	2	2	5	1	2	2
4	2	1	4	2	4	2	5	4	4	2
5	2	2	4	2	2	2	5	4	4	2
4	2	1	4	4	5	2	5	2	2	2
3	4	2	4	5	4	5	5	4	5	4
2	2	1	2	1	2	2	4	2	2	2
4	5	2	5	4	5	4	5	4	5	4
4	4	1	5	4	5	4	5	4	4	5
1	4	2	5	4	5	4	5	4	5	4
5	3	2	5	4	5	3	3	4	4	3
4	5	4	4	5	4	4	5	4	5	5
4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5
5	2	2	5	2	2	2	5	5	5	2
4	4	5	4	5	4	5	5	4	5	4
4	4	5	4	3	5	4	5	4	5	4
2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4
4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4
2	2	2	3	2	3	2	4	2	2	2
4	4	5	4	4	4	4	3	4	5	4
2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2
2	2	1	3	2	5	3	5	2	5	1
4	4	4	5	3	3	4	3	4	4	4
5	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4
4	5	4	4	2	2	5	4	4	4	4
2	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4
2	2	1	2	2	1	2	5	4	2	2
4	3	3	4	4	3	2	5	4	4	4
4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4
5	4	2	5	5	5	5	1	5	5	5
5	4	4	5	4	4	5	4	4	5	4
4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4
4	4	3	5	4	4	5	5	4	5	4
4	3	1	3	1	1	1	5	1	4	1

c. Data Coding Skala Citra Diri

1	item 1	item 2	item 3	item 4	item 5	item 6	item 7	item 8	item 9	item 10	item 11	item 12	item 13	item 14	item 15	item 16	item 17	item 18	item 19	item 20	item 21	item 22	item 23	item 24	item 25	item 26	item 27	
2	2	3	4	4	3	4	4	4	2	1	3	3	2	4	4	1	4	4	2	4	2	4	4	4	4	3	2	
3	3	3	2	2	3	4	4	4	2	2	2	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	4	4	
4	2	3	4	4	3	3	4	4	3	2	3	3	4	2	5	2	3	4	4	3	3	3	4	3	4	2	2	
5	4	4	2	2	4	3	4	4	2	2	4	4	4	3	4	3	3	4	4	5	2	2	5	5	4	5	4	
6	1	1	1	2	1	5	5	5	5	4	1	5	3	5	5	2	5	5	3	5	1	3	3	3	3	1	1	
7	4	4	2	2	2	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	1	3	3	1	4	1	4	5	4	1	2	2	
8	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	
9	2	1	2	3	1	5	3	3	3	3	3	3	2	4	5	2	4	4	3	4	3	4	2	3	3	2	2	
10	2	2	2	3	3	5	1	1	5	5	5	2	3	5	5	4	1	3	1	5	3	5	3	5	3	2	3	
11	3	3	2	2	2	5	2	4	4	4	4	4	3	4	4	1	2	3	3	4	2	4	3	2	3	3	3	
12	2	1	3	4	1	5	4	5	4	4	5	5	4	4	4	2	4	4	3	4	2	4	4	2	4	2	3	
13	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
14	3	3	3	3	3	3	2	4	1	1	4	4	5	4	5	2	4	5	3	5	1	4	4	3	4	4	4	
15	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	5	5	5	1	5	5	5	4	1	5	3	5	5	3	3	
16	3	1	2	4	3	4	2	3	3	3	3	3	4	2	4	2	3	4	4	4	3	3	2	3	4	3	3	
17	2	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	4	3	3	3	2	2	
18	3	3	3	3	2	4	4	4	2	3	4	4	5	4	5	2	3	4	3	2	2	4	3	3	3	3	3	
19	5	4	2	3	3	4	3	4	3	3	2	3	4	4	4	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	
20	4	4	2	4	3	4	2	2	2	2	2	2	4	4	5	2	3	4	4	4	1	2	5	4	5	3	2	
21	3	3	2	3	2	4	4	4	3	2	4	4	5	3	4	3	3	4	3	4	4	3	5	3	4	4	4	
22	2	2	2	3	2	5	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	2	3	3
23	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	1	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	
24	5	5	2	1	1	5	5	5	1	1	5	5	5	5	5	5	1	2	5	5	1	5	1	5	1	2	4	
25	4	4	1	1	2	5	4	4	4	4	3	3	5	5	5	1	4	4	4	4	3	3	4	3	2	2	2	
26	4	5	2	1	2	5	3	4	1	1	3	3	5	2	5	3	1	3	3	2	3	3	5	3	3	5	3	
27	4	2	2	2	2	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	4	2	2	3	4	4	4	2	2	
28	2	2	1	1	2	5	4	4	4	4	4	2	4	3	2	2	3	5	4	5	1	3	4	5	4	4	3	
29	1	2	1	2	1	5	4	5	4	4	4	4	3	5	4	3	4	4	2	4	2	5	2	2	4	2	2	
30	3	3	3	3	3	5	2	2	1	1	1	2	4	3	5	3	2	4	3	5	3	3	2	3	3	2	3	
31	2	2	2	2	2	4	2	2	4	4	4	2	2	4	4	2	4	4	2	4	2	4	4	2	4	4	2	

ITEM3	Pearson Correlation	-.309**	.365**	.646**	1	.299**	.472**	.501**	.678**	.402**	.503**	.573**	.740**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419
ITEM4	Pearson Correlation	-.083	.488**	.379**	.299**	1	.396**	.380**	.386**	.425**	.422**	.314**	.603**
	Sig. (2-tailed)	.089	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419
ITEM5	Pearson Correlation	-.225**	.426**	.524**	.472**	.396**	1	.687**	.600**	.419**	.490**	.518**	.755**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419
ITEM6	Pearson Correlation	-.232**	.379**	.536**	.501**	.380**	.687**	1	.596**	.455**	.522**	.542**	.764**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000
	N	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419
ITEM7	Pearson Correlation	-.290**	.356**	.648**	.678**	.386**	.600**	.596**	1	.452**	.532**	.637**	.800**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000
	N	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419
ITEM9	Pearson Correlation	-.133**	.442**	.393**	.402**	.425**	.419**	.455**	.452**	1	.495**	.410**	.668**
	Sig. (2-tailed)	.006	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000
	N	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419
ITEM10	Pearson Correlation	-.145**	.365**	.547**	.503**	.422**	.490**	.522**	.532**	.495**	1	.529**	.750**
	Sig. (2-tailed)	.003	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000
	N	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419
ITEM11	Pearson Correlation	-.284**	.364**	.568**	.573**	.314**	.518**	.542**	.637**	.410**	.529**	1	.741**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000
	N	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419
SKOR_TOTAL	Pearson Correlation	-.163**	.632**	.780**	.740**	.603**	.755**	.764**	.800**	.668**	.750**	.741**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419	419

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

	ITEM18	ITEM19	ITEM20	ITEM21	ITEM22	ITEM24	ITEM25	ITEM29	ITEM30	ITEM31	ITEM32	ITEM36	ITEM37	ITEM38	ITEM39	SKOR_TOTA L
7	-.043	.121*	.039	.073	-.187**	.145**	.339**	.144**	.155**	.180**	.151**	-.071	-.059	-.015	-.146**	.255**
6	.384	.013	.430	.137	.000	.003	.000	.003	.001	.000	.002	.149	.225	.753	.003	.000
9	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419
3	-.026	.082	.029	.097*	-.190**	.090	.376**	.113*	.132**	.208**	.112*	-.114*	-.105*	-.023	-.132*	.204**
1	.591	.092	.553	.046	.000	.065	.000	.020	.007	.000	.022	.020	.031	.638	.007	.000
9	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419
5	-.127**	-.271**	.069	-.256**	.147**	-.198**	.100*	-.259**	-.279**	-.219**	-.319**	-.063	-.074	-.022	.161**	-.264**
2	.009	.000	.159	.000	.003	.000	.040	.000	.000	.000	.000	.200	.132	.654	.001	.000
9	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419
5	.057	-.059	.005	-.088	-.014	.007	.332**	.001	.018	-.024	.034	.018	-.007	-.050	-.032	.159**
5	.245	.227	.921	.072	.780	.891	.000	.991	.708	.627	.485	.713	.886	.305	.510	.001
9	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419
D	.058	-.087	.020	-.108*	-.026	-.006	.344**	-.012	.001	-.003	.037	-.013	-.008	-.077	-.064	.151**
D	.238	.074	.685	.026	.602	.902	.000	.799	.983	.944	.453	.789	.875	.117	.191	.002
9	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419
5	.430**	.324**	.178**	.182**	-.074	.168**	.548**	.134**	.184**	.235**	.064	.043	.084	.091	-.056	.494**
D	.000	.000	.000	.000	.131	.001	.000	.006	.000	.000	.189	.377	.086	.064	.254	.000
9	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419
9	.357**	.195**	.195**	.011	.046	.163**	.441**	.109*	.126**	.066	.084	.035	.067	.046	-.098*	.400**
D	.000	.000	.000	.825	.352	.001	.000	.026	.010	.179	.086	.470	.170	.351	.045	.000
9	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419
5	.479**	.336**	.246**	.126**	-.061	.206**	.578**	.132**	.209**	.288**	.113*	.020	.022	.049	-.135**	.534**
D	.000	.000	.000	.010	.214	.000	.000	.007	.000	.000	.020	.692	.654	.319	.006	.000
9	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419	.419

2. Uji Reliabilitas

a. Penerimaan diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.903	10

b. Citra Diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.729	29

Lampiran 6: Hasil Analisis Demografi

1. Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
JENIS_KELAMIN	419	1.00	2.00	1.7375	.44054
USIA	419	1.00	4.00	1.3031	.64613
SUKU	419	1.00	4.00	2.0692	1.08380
STATUS	419	1.00	4.00	1.8998	1.06464
Valid N (listwise)	419				

2. Frekuensi

JENIS_KELAMIN

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid laki-laki	110	26.3	26.3	26.3
perempuan	309	73.7	73.7	100.0
Total	419	100.0	100.0	

USIA

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 18-25 tahun	327	78.0	78.0	78.0
26-30 tahun	65	15.5	15.5	93.6
31-35 tahun	19	4.5	4.5	98.1
36-40 tahun	8	1.9	1.9	100.0
Total	419	100.0	100.0	

SUKU

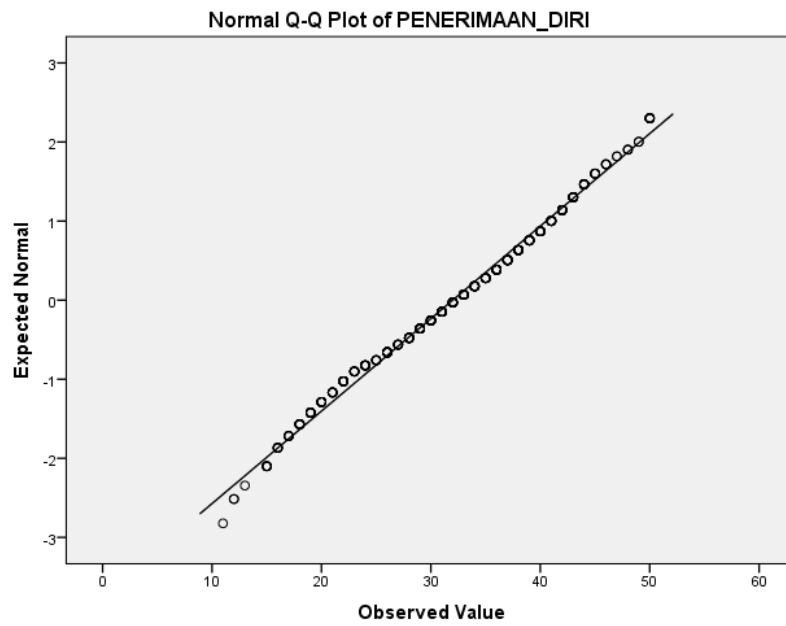
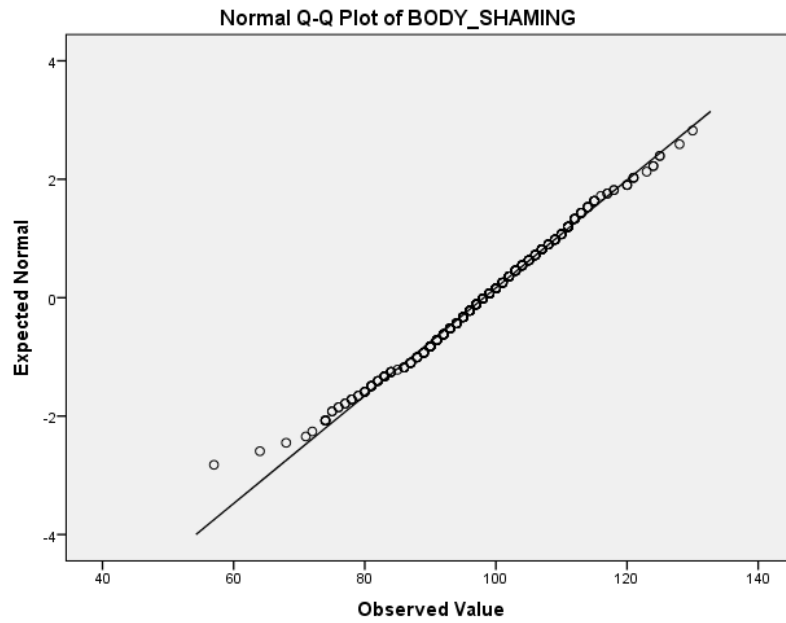
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Makasssar	165	39.4	39.4	39.4
Bugis	127	30.3	30.3	69.7
Toraja	60	14.3	14.3	84.0
lainnya	67	16.0	16.0	100.0
Total	419	100.0	100.0	

STATUS

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Pelajar/Mahasiswa(i)	233	55.6	55.6	55.6
	PNS	22	5.3	5.3	60.9
	Karyawan	137	32.7	32.7	93.6
	lainnya	27	6.4	6.4	100.0
	Total	419	100.0	100.0	

Lampiran 7: Hasil Uji Asumsi

1. Uji Normalitas



2. Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PENERIMAAN_DIRI * BODY_SHAMING	Between Groups	(Combined)	11843.871	56	211.498	4.091	.000
		Linearity	7845.744	1	7845.744	151.774	.000
		Deviation from Linearity	3998.126	55	72.693	1.406	.037
	Within Groups		18713.108	362	51.694		
	Total		30556.979	418			

3. Uji hipotesis

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.507 ^a	.257	.255	7.37993

a. Predictors: (Constant), BODY_SHAMING

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	7845.744	1	7845.744	144.055	.000 ^b
	Residual	22711.234	417	54.463		
	Total	30556.979	418			

a. Dependent Variable: PENERIMAAN_DIRI

b. Predictors: (Constant), BODY_SHAMING