

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

Judul : Hubungan Antara Konsep Diri dan *Body Dissatisfaction* Pada Remaja Putri di SMA Negeri 13 Jakarta Utara

Nama Mahasiswa : Lutfia Fauzia

Nomor Registrasi : 1715115431

Jurusan/Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Tanggal Ujian : Desember 2015

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

Dr. Awauddin Tjalla , M.Pd
NIP. 196011121985031001

Dra. Michiko Mamesah, M.Pd
NIP. 19590502198032002

Panitia Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Sofia Hartati, M. Si (Penanggungjawab) ¹		
Dra. Gantina Komalasari, M. Psi (Wakil Penanggungjawab) ²		
(Ketua Penguji) ³		
(Anggota) ⁴		
(Anggota) ⁴		

¹ Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan

² Pembantu Dekan 1

³ Ketua Penguji

⁴ Dosen Penguji

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertandatangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Lutfia Fauzia
Nomer Registrasi : 1715115431
Jurusan : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "*Hubungan antara Konsep Diri dengan Ketidakpuasaan terhadap Bert Badan (Body Dissatisfaction) pada Remaja Putri SMA Negeri 13 Jakarta Utara*" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dan hasil penelitian pada bulan Desember 2015
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan diatas saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang timbul jika pernyataan ini tidak benar.

Jakarta, Februari 2016

Yang Membuat Pernyataan

Lutfia Fauzia

**HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DENGAN
KETIDAKPUASAAN TERHADAP BENTUK TUBUH (BODY
DISSATISFACTION)
(SURVEI DI SMA NEGERI 13 JAKARTA)
(2016)**

Lutfia fauzia

ABSTRAK

Remaja memiliki perhatian yang besar pada penampilan, salah satunya adalah bentuk tubuh. Sedikit remaja yang mengalami *kateksis tubuh* atau merasa puas dengan bentuk tubuhnya. Ketidakpuasaan bentuk tubuh pada umumnya lebih banyak dialami di beberapa bagian tubuh tertentu. Kegagalan mengalami kateksis tubuh menjadi salah satu penyebab timbulnya konsep diri yang kurang baik dan kurangnya harga diri selama masa remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara konsep diri dengan *body dissatisfaction* pada remaja putri di SMA Negeri 13. Sampel dalam penelitian ini adalah 120 siswi kelas XI di SMA Negeri 13 Jakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sample*. Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan jenis penelitian survei. Instrumen yang digunakan pada kedua variabel ini adalah angket atau kuesioner yang terdiri dari 71 butir pertanyaan. Setelah data yang didapat dan diolah dengan SPSS 20, diperoleh koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = -0.476$ dan p sebesar 0.00. karena koefisien korelasi bernilai (-) maka hubungannya berlawanan atau terbalik, artinya semakin remaja putri memiliki konsep diri positif maka semakin rendah siswi merasa tidak puas terhadap tubuhnya. Oleh sebab itu guru BK penting untuk menyadari gejala-gejala *body dissatisfaction* yang dialami remaja putri dan melakukan tindakan preventif dengan memberikan bimbingan klasikal mengenai pentingnya untuk membentuk konsep diri

Kata kunci: Konsep diri, *Body dissatisfaction*, remaja putri

**RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONCEPT AND BODY
DISSATISFACTION IN ADOLESCENT GIRLS
(SURVEY OF SENIOR HIGH SCHOOL 13 JAKARTA)
(2016)**

Lutfia fauzia

ABSTRACT

Teens have a great attention to the appearance, one of which is the shape of the body. Kateksis few teenagers who experienced body or satisfied with her body shape. Dissatisfaction body shape is generally more experienced in some parts of the body. Failure to experience kateksis body into one of the causes of poor self concept and lack of self-esteem during adolescence. This research aims to understand whether there is a relation between self-concept with body dissatisfaction on adolescent girls of SMAN 13 Jakarta. The sample in this research was 120 students of class XI SMA 13 Jakarta. This research use quantitative research approaches. Sampling using purposive sampling technique. The method used is a survey method. The instrument used in this research was a questionnaire or questionnaires. Questionnaire or questionnaire consists of 71 items in the statement consist of two questionnaires. Once the data obtained is processed with SPSS 20, the correlation coefficient for $r_{xy} = -0476$ and p at 0.00. because the correlation coefficient (-) then do the opposite or inverse, It means the adolescent girls have the concept of self positive the low of feel are not satisfied with his body .Therefore counseling teacher it is important to realize symptoms body dissatisfaction experienced adolescent girls and do preventive measures with provides guidance klasikal about the importance of to form the concept of self.

Keyword: Self-concept, Body dissatisfaction, Adolescent Girls

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirrabbi'l'amin. Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan akal dan pikiran kepada setiap insan manusia di dunia. Atas karunia dan rahmat-Nya dan setelah mengerahkan semua kemampuan dengan diiringi doa akhirnya selesai jualan skripsi yang berjudul *Hubungan antara Konsep Diri dan Body Dissatisfaction pada Remaja Putri di SMA Negeri 13 Jakarta* sekaligus sebagai tanda tuntasnya peneliti meniti jenjang strata satu Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.

Penelitian skripsi ini dapat terselesaikan berkat adanya kerjasama, dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Dr. Sofia Hartati, M.Si dan Pembantu Dekan 1 yaitu Dr. Gantina Komalasari, M.Psi yang memberikan kesempatan kepada peneliti untuk mengikuti ujian skripsi. Peneliti juga berterima kasih kepada Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Bapak Dr. Aip Badrudjaman, M.Pd serta seluruh dosen serta staf yang telah memberikan berbagai ilmu dan informasi selama peneliti mengikuti pendidikan. Peneliti juga ingin mengucapkan terimakasih tak terhingga untuk kedua dosen pembimbing yaitu Dosen Pembimbing I, Bapak Dr. Awaluddin Tjalla, dan kepada Dosen Pembimbing II yaitu Ibu Dra. Michiko Mamesah,

M.Psi yang dengan kesabarannya dan meluangkan waktunya untuk membimbing peneliti. Tak lupa peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah SMA Negeri 13 Jakarta Utara dan Kepala Bagian Tata Usaha SMA 13 Negeri Jakarta Utara yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian serta peneliti mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada seluruh siswi SMA Negeri 13 Jakarta Utara yang telah berpartisipasi mengisi instrumen penelitian.

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, untuk itu segala kritik dan saran dari semua pihak sangat diperlukan dan diterima dengan tangan terbuka semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya.

Jakarta, Maret 2016

Peneliti,

Lutfia Fauzia

LEMBAR PERSEMBAHAN

**DON'T STOP WHEN YOU ARE TIRED,
STOP
WHEN YOU ARE DONE!!**

#QUTES

Terima kasih, puji syukur kepada Allah SWT dan Nabi Besar Muhammad SAW atas berkahnya selama ini. Terima kasih telah menguatkan, menenangkan, memberikan petunjuk, memberikan ridhonya. Alhamdulillah.....

Terima kasih tak terhingga kepada kedua orangtua saya yang tiada hentinya memberikan dukungan, doa, dan semua usaha untuk anak bungsunya menjadi sarjana.. penelitian kecil ini untuk mama papa :*. Kedua kakak yang selalu aja mau disusahin, bantu nganterin jauh jauh ke perpustakaan UI buat nyari refrensi, nganterin buat ngerprint dan lain – lain gilaaa kalian tuh kakak terhebat yang masih aja mau bantuin adek nya luffffffkalian

Terima kasih untuk kedua dosen pembimbing saya Pak Awaluddin Tjalla dan ibu Michiko Mamesah atas semua bimbingan dan arahnya, yang mau menyediakan waktu disela kesibukan yang padat tapi tidak kenal lelah pada anak bimbingannya yang suka ngilang – ngilang ini hehe.

Semuaaaa teman BK UNJ 2011 terutama BK NONREG terimakasih untuk 4 tahun lebih udah ngasih banyaaak canda tawa, nangis bareng, saling nyemangatin satu sama lain dan yang paling peka ketika gue “kambuh” ntah kenapa kalian tuh baaaaiik banget dan gak kenal bosen ketika gue sering asma lah atau dulu sempet kambuh vertigonya ☹. Maaf ya apapun kesalahan yang udah gue buat terlebih sama gue yang ketawanya suka gatau tempat hahahaha

Untuk teman sejabodetabek aaaaaa... sumpah gatau harus mau ngomong apalagi ini aja belum nulis udah netes T_T makasih yaaa buat semua nya.. terserah orang mau bilang kita apa tapi kita yang tau kuliatas hubungan kita, kita udah ngerasain banget manis pait nya kehidupan *ceilah kita gacuma nge hedon bareng tapi pernah saling nangis bareng dan ngebantu sama lain saat yang lainnya terpuruk. Ntah kenapa sama kalian tuh serasa gak ada masalah semua dibawa ketawa aja dan itu obat stress banget buat skripsi hahaha pokoknya thankyouuu so muchhh buat 4 tahun lebih ini (NINAAA, CACA, UPIN, IPIN, ECIK, JEPIN) :*.

Makasih buat dokter fany yang udah nyembuhin total sampai akhir dan memberikan energi positif nya untuk menanamkan bahwa

penyakit itu berasal dari sugesti ☺. Terima kasih juga buat KAMU, temen duel otak yang gue kalahin :P tapi yang udah mau bantuin selama proses skripsi yang selalu nyemangatin ngasih ilmu psikologi yang ngebantu bangeeet. Buat para temen deket yang pernah ngebantu, buat semua yang selalu ngedoain, buat semua yang ngasih semangat disaat terpuruknya yang gak bisa disebuti disini pokoknya semoga Allah membalas kebaikan kalian Amin..

Makasih buat temen SMP yang selalu ngebeeeet banget buat ketemuan dan selalu nanya "mih ayoo kapan wisuda???" itu sema kata2 yang kadang2 nyakitin tapi bikin semangat lagi :*. Buat firdaa the only onee my best friend in senior high school makasih buat semua qoutes dan waktunya buat dengerin curhatan gue yang gak ada abisnya hahaha. Buat unaa yang ngebantuin banget di detik2 terakhir bantuin buat ngeprint dan segala macam daan terutama mas andri yang baik ngets, untuk mba win dan mba ais yang membantu untuk melancarkan proses skripsi.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PERSETUJUAN	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
KATA PENGANTAR	v
LEMBAR PERSEMBAHAN	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GRAFIK	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	12
C. Pembatasan Masalah	12
D. Rumusan Masalah	12
E. Kegunaan Hasil Penelitian	13
BAB II KERANGKA TEORITIS DAN KERANGKA BERPIKIR	14

A. Deskripsi Teoritis	14
1. Hakikat <i>Body dissatisfaction</i>	14
2. Hakikat Konsep Diri	23
3. Karakteristik Remaja	36
4. Jenis Perilaku Diet	40
5. Indeks Massa Tubuh (IMT)	44
B. Kerangka Berpikir	46
C. Hipotesis	48
BAB III METODELOGI PENELITIAN	49
A. Tujuan Penelitian	49
B. Tempat dan Waktu Penelitian	49
C. Metode Penelitian	49
D. Populasi dan Sampel	50
E. Teknik Pengumpulan Data	52
BAB IV HASIL PENELITIAN	62
A. Deskripsi Data	62
B. Pengujian Persyaratan Analisis	67
C. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	68
D. Keterbatasan Penelitian	73
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	74
A. Kesimpulan	74

B. Implikasi	74
C. Saran	75
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN	82

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1	Skala Likert..... 56
Tabel 3.2	item-item tidak valid dalam skala <i>body dissatisfaction</i> .. 59
Tabel 3.3	item-item tidak valid dalam skala konsep diri..... 60
Tabel 3.4	Hasil Uji Reliabilitas Instrumen..... 61
Tabel 4.1	Jumlah responden berdasarkan usia 62
Tabel 4.2	Jumlah responden berdasarkan IMT 63
Tabel 4.3	Kategorisasi skala <i>body dissatisfaction</i> 64
Tabel 4.4	Kategorisasi skala konsep diri 66
Tabel 4.5	Hasil Penghitungan Uji Linearitas 67
Tabel 4.6	Hasil Penghitungan Uji Korelasi <i>Product Moment</i> 68

DAFTAR GRAFIK

	Halaman
Grafik 4.1 Jumlah responden berdasarkan usia	63
Grafik 4.2 Jumlah responden berdasarkan IMT	64
Grafik 4.3 Kategorisasi data <i>body dissatisfaction</i>	65
Tabel 4.4 Kategorisasi data konsep diri	66

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 KISI-KISI INSTRUMEN BODY DISSATISFACTION	82
Lampiran 2 INSTRUMEN FINAL BODY DISSATISFACTION	83
Lampiran 3 KISI-KISI INSTRUMEN KONSEP DIRI	88
Lampiran 4 INSTRUMEN FINAL KONSEP DIRI	90
Lampiran 5 HASIL INSTRUMEN BODY DISSATISFACTION	94
Lampiran 6 HASIL INSTRUMEN KONSEP DIRI	96
Lampiran 7 KORELASI KONSEP DIRI DAN BODY DISSATISFACTION	98