

**PENGARUH HARGA DIRI TERHADAP CITRA TUBUH ATLET  
REMAJA PUTRI DI SEKOLAH NEGERI OLAHRAGA  
RAGUNAN JAKARTA**



**Oleh:**

**Hadi Nugroho**

**1125130015**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh**

**Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**JULI 2017**

**PENGARUH HARGA DIRI TERHADAP CITRA TUBUH ATLET  
REMAJA PUTRI DI SEKOLAH NEGERI OLAHRAGA  
RAGUNAN JAKARTA**



**Oleh:**

**Hadi Nugroho**

**1125130015**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh**

**Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**JULI 2017**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA  
SIDANG SKRIPSI**

Judul : Pengaruh Harga Diri Terhadap Citra Tubuh Atlet Remaja Putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta

Nama Mahasiswa : Hadi Nugroho

Nomor Registrasi : 1125130015

Jurusan/Program Studi : Psikologi

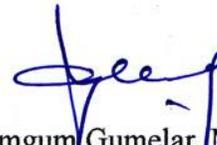
Tanggal Ujian : 21 Juli 2017

Pembimbing I



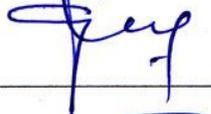
Fitri Lestari Issom, M.Si  
NIP.198005212008012008

Pembimbing II



Dr. Gungum Gumelar, M.Si  
NIP.197704242006041001

**Panitia Sidang Skripsi**

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi (Penanggungjawab)*		31 - 07 - 2017
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		27 - 07 - 2017
Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd (Ketua Sidang)***		31 - 07 - 2017
Iriani Indri Hapsari, M.Psi (Anggota)****		31 - 07 - 2017
Mauna, M.Psi (Anggota)****		01 - 08 - 2017

- \* Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi
- \*\* Wakil Dekan I
- \*\*\* Ketua Sidang
- \*\*\*\* Dosen penguji selain pembimbing dan Ketua Sidang

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Hadi Nugroho

Nomor Registrasi : 1125130015

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul **“Pengaruh Harga Diri Terhadap Citra Tubuh Atlet Remaja Putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta”** adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Januari sampai dengan bulan Juni 2017.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

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

Jakarta, 21 Juli 2017

Yang Membuat Pernyataan

  
Hadi Nugroho

**LEMBAR MOTO DAN PERSEMBAHAN**

**ROBBI ZIDNI 'ILMA WARZUQNI FAHMA**

-“Ya Allah tambahilah ilmuku dan pertinggikanlah kecerdasanku”

“Ilmu Adalah Lebih Baik Daripada Kekayaan Karena  
Kekayaan Harus Dijaga, Sedangkan Ilmu Menjaga  
Kamu”

-Sayyidina Ali bin Abi Thalib-

“Tidak ada masalah yang tidak bisa diselesaikan selama ada  
komitmen untuk menyelesaikannya. Berangkat dengan penuh  
keyakinan, Berjalan dengan penuh keikhlasan, Istiqomah dalam  
menghadapi cobaan.”

**Teruntuk,**

**Bapak dan Ibu dari anak pertama yang dibahagiakan**

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hadi Nugroho  
NIM : 1125130015  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Pendidikan Psikologi  
Jenis karya : Skripsi

demikian demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**Pengaruh Harga Diri Terhadap Citra Tubuh Atlet Remaja Putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta**

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta  
Pada tanggal : 21 Juli 2017  
Yang menyatakan



Hadi Nugroho

**Pengaruh Harga Diri Terhadap Citra Tubuh Atlet Remaja Putri di  
Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta  
(2017)**

**Hadi Nugroho**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh harga diri terhadap citra tubuh atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta. Subjek yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 95 responden. Karakteristik sampel dalam penelitian ini adalah atlet remaja dengan rentang usia 18-21 tahun, perempuan, dan sedang menempuh pendidikan di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta. Tipe penelitian ini berupa penelitian kuantitatif. Teknik sampling yang digunakan adalah *non-probability sampling* yaitu *purposive sampling* yang merupakan metode penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu. Pengambilan data menggunakan metode penyebaran angket kuesioner. Kuesioner yang digunakan adalah instrumen citra tubuh yang diadaptasi *back translate* dari Rosaline yaitu MBSRQ-AS (*Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire –Appearance Scale*). Berdasarkan hasil penelitian, terdapat pengaruh harga diri terhadap citra tubuh atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta. Pengaruh yang dihasilkan bersifat positif yang berarti bahwa semakin tinggi harga diri maka semakin tinggi pula citra tubuh seseorang. Sebaliknya, jika harga diri seseorang rendah maka akan rendah pula citra tubuh seseorang tersebut.

**Kata kunci : Harga diri, citra tubuh, atlet remaja putri**

**Influences of Self-Esteem Body Image Female Athletes in Jakarta's  
Ragunan Sports School**

(2017)

**Hadi Nugroho**

***ABSTRACT***

This research aims to know the influence of self-esteem body image female athletes in Ragunan Sports School Jakarta. The subject was used in this research totalled 95 respondents. Characteristics of the sample in this research is the teenage athlete by age range 18-21 years old, female, and was educated at Ragunan Sports School in Jakarta. Type of this research in the form of quantitative research. Sampling technique used is non-probability sampling that is purposive sampling which is method of determination of sample based on certain criterion. Data retrieval using the method of dissemination of the questionnaire. The questionnaire used is the body image instrument adapted back translate from Rosaline i.e. MBSRQ-AS (Multidimensional Body Self Relations Questionnaire – Appearance Scale). Based on research results, there is the influence of self-esteem body image athletes against young women in Ragunan Sports School in Jakarta. The resulting influence is positive which means that the higher the self-esteem the higher the image of one's body. Conversely, if a person's self esteem is low then it will also lower the image of a person's body.

**Keywords: self-esteem, body image, female athletes**

**KATA PENGANTAR**

Bismillahirrahmanirahim.

Alhamdulillah rabbil'alamin, puji dan syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya serta shalawat dan salam selalu tercurah kepada baginda Rasul Nabi Muhammad SAW kepada Penulis, sehingga proses penyusunan skripsi dengan judul “Pengaruh Harga Diri Terhadap Citra Tubuh Atlet Remaja Putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta” dapat diselesaikan dengan baik.

Tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk melengkapi salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana strata S1 di Jurusan Psikologi di Universitas Negeri Jakarta.

Saya menyadari sangat besar bimbingan dari berbagai pihak yang membantu dalam penulisan naskah skripsi ini, maka saya akan berterima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Gantina Komalasari, M. Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta,
2. Ibu Mira Ariyani, Ph. D selaku Ketua Jurusan Psikologi Universitas Negeri Jakarta,
3. Ibu Fitri Lestari Issom, M. Si selaku Dosen Pembimbing I dan Bapak Dr. Gungum Gumelar, M.Si sebagai Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan masukan dan membimbing penulis dengan sabar selama masa proses penyusunan naskah skripsi. Serta Bapak dan Ibu Dosen Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah dengan ikhlas membagi begitu banyak waktu dan ilmu yang berguna kepada penulis.
4. Terimakasih kepada staff karyawan jurusan Psikologi, Bapak Khaeruddin, Bapak Sanusi dan Mas Adul yang selalu bersedia membantu pengarahan penyelesaian penelitian ini.
5. Bapak Takdir Heru Cahyono dan Ibu Sugianti yang selalu mendukung dan mendoakan penulis sehingga dapat membuat penulis terpacu dan bersemangat dalam menyelesaikan penelitian ini semoga selalu diberi kesehatan, umur panjang agar penulis dapat membahagiakan kedua orang hebat ini, Aamiin.

6. Para responden yang telah bersedia dan membantu penulis dalam mendapatkan data sehingga menjadi sebuah skripsi.
7. Kepala Sekolah SMP/SMA Negeri Olahraga Ragunan Jakarta, Kepala Asdep Sentra Olahraga Menpora, dan Kepala PPOP Ragunan Jakarta yang telah memberikan izin untuk memperbolehkan mahasiswa UNJ untuk meneliti di Sekolah Olahraga Ragunan.
8. Teruntuk M. Ilham, Putu Prajna, C. P., Anggun, dan Robby, F. yang telah memberikan motivasi, selalu menemani, dan mengajarkan kepada penulis dalam proses penelitian ini.
9. Para teman – teman dari kelas D Angkatan 2013 yang selalu mendukung penulis, senang dan bersyukur penulis dapat mengenal kalian semua.
10. Sahabat seumur hidup, Mahendra, Baby, Iqbal, Nadya, Inri, Sigit, Denis, Anty, Yoga yang telah memberikan motivasi selama masa perkuliahan.
11. Bernard Band (Baim, Dimas, Tebe) yang telah memberikan kesenangan selama penelitian berlangsung.

Penulis menyadari bahwa karya ini jauh dari sebuah kesempurnaan. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati, penulis membuka diri untuk saran dan kritik demi perbaikan penelitian di masa yang mendatang. Akhir kata, penulis berharap bahwa skripsi ini berguna bagi pembaca.

Jakarta, 21 Juli 2017

Hadi Nugroho

## **DAFTAR ISI**

<b>LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING.....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	5
1.3 Pembatasan Masalah.....	5
1.4 Rumusan Masalah .....	6
1.5 Tujuan Penelitian.....	6
1.6 Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
2.1 Citra Tubuh.....	7
2.1.1 Definisi Citra Tubuh .....	7
2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh .....	7
2.1.3 Dimensi Citra Tubuh .....	9
2.1.4 Gangguan Citra Tubuh .....	10
2.2 Harga Diri.....	10
2.2.1 Definisi Harga Diri .....	10
2.2.2 Aspek-aspek Harga Diri .....	11
2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Harga Diri.....	12
2.2.4 Karakteristik Individu Berdasarkan Tingkat Harga Diri .....	13
2.3 Remaja.....	14
2.3.1 Pengertian Remaja .....	14
2.3.2 Tahapan Perkembangan Remaja .....	14
2.4 Atlet.....	15
2.4.1 Definisi Atlet.....	15
2.5 Hubungan antara Harga Diri dan Citra Tubuh.....	16
2.6 Kerangka Berfikir.....	17
2.7 Hipotesis.....	18
2.8 Hasil Penelitian yang Relevan .....	18
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>19</b>
3.1 Tipe Penelitian.....	19
3.2 Identifikasi Dan Operasional Variabel Penelitian .....	19

3.2.1	Variabel Citra Tubuh .....	19
3.2.2	Variabel Harga Diri .....	20
3.3	Populasi Dan Sampel.....	20
3.3.1	Populasi .....	20
3.3.2	Sampel .....	20
3.4	Teknik Pengumpulan Data .....	21
3.4.1	Instrumen Citra Tubuh.....	21
3.4.2	Instrumen Harga Diri.....	24
3.5	Uji Coba Instrumen .....	26
3.5.1	Uji Coba Citra Tubuh .....	27
3.5.2	Uji Coba Harga Diri .....	32
3.6	Analisis Data .....	33
3.6.1	<i>Uji Statistik</i> .....	33
3.6.1.1	<i>Uji Normalitas</i> .....	34
3.6.1.2	<i>Uji Linearitas</i> .....	34
3.6.1.3	<i>Uji Analisis Regresi</i> .....	34
3.7	Hipotesis Statistik.....	34
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>35</b>
4.1	Gambaran Subyek Penelitian.....	35
4.1.1	Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Usia.....	35
4.1.2	Deskripsi Jenis Kelamin Subyek Penelitian .....	36
4.1.3	Gambaran Responden Berdasarkan Cabang Olahraga .....	37
4.2	Prosedur Penelitian .....	38
4.2.1	Persiapan Penelitian.....	38
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian.....	39
4.3	Hasil Analisa Data Penelitian.....	40
4.3.1	Data Deskriptif Citra Tubuh .....	40
4.3.1.1	<i>Kategorisasi Skor Citra Tubuh</i> .....	41
4.3.2	Gambaran Citra Tubuh Berdasarkan Responden .....	42
4.3.2.1	<i>Gambaran Citra Tubuh Berdasarkan Usia</i> .....	42
4.3.2.2	<i>Gambaran Citra Tubuh Berdasarkan Cabang Olahraga</i> .....	43
4.3.3	Data Deskriptif Harga Diri .....	44
4.3.3.1	<i>Kategorisasi Skor Harga Diri</i> .....	46
4.3.3	Uji Normalitas .....	47
4.3.4	Uji Linearitas .....	48
4.3.5	Uji Korelasi.....	49
4.3.6	Uji Hipotesis .....	50
4.4	Pembahasan .....	52
4.5	Keterbatasan Penelitian .....	54
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN .....</b>		<b>55</b>
5.1	Kesimpulan .....	55
5.2	Implikasi .....	55
5.3	Saran .....	56
5.3.1	Bagi Atlet Putri .....	56
5.3.2	Bagi Penelitian Selanjutnya.....	56

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>58</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>62</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>95</b>

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 3.1 Kisi-kisi instrumen <i>Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire - Appearance Scale</i> .....	23
Tabel 3.2 Skor Butir Favorable dan Butir Unfavorable.....	24
Tabel 3.3 Kisi-kisi <i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i> .....	25
Tabel 3.4 Pemberian skor pada <i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i> .....	26
Tabel 3.5 Kaidah Reliabilitas model <i>Rasch</i> .....	27
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Instrumen <i>Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire - Appearance Scale</i> . .....	28
Tabel 3.7 Final BluePrint Instrumen MBRSQ-AS setelah uji coba .....	31
Tabel 3.8 Reliabilitas Instrumen Perdimensi MBSRQ-AS.....	32
Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Instrumen <i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i> .....	33
Tabel 4.1 Jumlah Responden Berdasarkan Usia .....	35
Tabel 4.2 Jumlah Responden Berdasarkan Cabang Olahraga .....	37
Tabel 4.3 Distribusi Deskriptif Data Citra Tubuh.....	40
Tabel 4.4 Kategorisasi Skor Citra Tubuh .....	42
Tabel 4.5 Gambaran Citra Tubuh Berdasarkan Usia .....	42
Tabel 4.6 Gambaran Citra Tubuh Berdasarkan Cabang Olahraga.....	43
Tabel 4.7 Distribusi Deskriptif Data Harga Diri.....	45
Tabel 4.8 Kategori Skor Harga Diri.....	47
Tabel 4.9 Uji Normalitas Variabel .....	47
Tabel 4.10 Uji Linieritas .....	48
Tabel 4.11 Hasil Korelasi <i>Product Moment</i> .....	50
Tabel 4.12 Koefisien Persamaan Regresi.....	50
Tabel 4.13 Uji Signifikansi Keseluruhan Anova <sup>b</sup> .....	51
Tabel 4.14 <i>Model Summary</i> .....	52

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	17
Gambar 4.1 Jumlah Responden Berdasarkan Usia .....	36
Gambar 4.2 Jumlah Responden Berdasarkan Cabang Olahraga.....	38
Gambar 4.3 Data Distribusi Citra tubuh .....	41
Gambar 4.4 Data Distribusi Harga Diri .....	46
Gambar 4.5 Scatter Plot Linearitas Penerimaan Harga Diri dan Citra Tubuh .....	49

## **DAFTAR LAMPIRAN**

LAMPIRAN 1 Instrumen Penelitian Citra Tubuh .....	62
Instrumen Penelitian Harga Diri .....	65
LAMPIRAN 2 Uji Coba Citra Tubuh.....	68
Uji Coba Harga Diri .....	70
LAMPIRAN 3 Validitas dan Reabilitas.....	72
Validitas dan Realibilitas Harga Diri .....	72
Validitas dan Reliabilitas Citra Tubuh.....	73
Dimensi AE.....	73
Dimensi AO .....	74
Dimensi BAS .....	75
Dimensi OP .....	76
Dimensi SCW .....	77
LAMPIRAN 4 Perhitungan menggunakan SPSS Versi 16.0.....	78
LAMPIRAN 5 <i>INFORMED CONSENT</i> .....	87
LAMPIRAN 6 Surat Penelitian .....	88

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Atlet merupakan seseorang yang mahir dalam olahraga dan bentuk lain dari latihan fisik. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, atlet adalah olahragawan, terutama yang mengikuti perlombaan atau pertandingan (kekuatan, ketangkasan, dan kecepatan). Setiap atlet yang mengikuti suatu pertandingan umumnya memimpikan untuk menjadi juara. Keinginan untuk menjadi juara setelah mengikuti pertandingan sebagai kesuksesan bagi mereka. Sebelum dan selama masa pertandingan atlet mempersiapkan fisik mereka agar tubuh prima dengan latihan rutin. Pada masa latihan terjadi perubahan fisik hampir seluruh sistem tubuh, khususnya pada massa otot sehingga terlihat besar dan kardiovaskuler (Nawawi,Umar,dkk. 2007). Sama halnya dengan atlet putri, tubuh atlet putri terlihat berbeda dengan orang lain di lingkungan masyarakat. Dari perbedaan tersebut sering memberikan dampak negatif terhadap citra tubuh (Granatino & Haytko, 2013).

Pandangan “Cantik” dan citra tubuh ideal bagi perempuan Indonesia yaitu memiliki tubuh langsing, rambut yang indah dan kulit yang putih dan mulus (Rema, 2013). Hal tersebut dapat dilihat dari banyaknya iklan – iklan di media yang menampilkan banyak model dengan karakteristik fisik tersebut, yang memicu perempuan untuk melakukan apapun untuk memenuhi standar “cantik” dan tubuh ideal bagi perempuan. Sebuah penelitian menunjukkan dalam media cetak perempuan terdapat sepuluh kali lebih banyak artikel mengenai perawatan dan penurunan berat badan daripada majalah pria, serta di dalam majalah tersebut setidaknya terdapat satu halaman berisi artikel mengenai cara mengubah penampilan fisik (Yosephin, 2012). Thomson, Weber, dan Brown (2000 dalam Prabundari, 2007) mengatakan bahwa media membuat banyak perempuan menginternalisasi dan menerima budaya “kurus ideal” dan memotivasi mereka

untuk menjadi seperti itu. Oleh karena itu, memiliki tubuh yang ramping dipersepsikan di mana pun sebagai salah satu hal penting yang menentukan kebahagiaan seseorang.

Menurut Grogan (2006) citra tubuh adalah persepsi, perasaan dan pemikiran tentang tubuhnya dan konseptualisasikan sebagai ukuran tubuh, evaluasi daya tarik fisik dan emosi yang terkait dengan bentuk dan ukuran tubuh. Sedangkan menurut Cash (2012), citra tubuh merupakan pengalaman individu yang berupa persepsi terhadap bentuk dan berat tubuhnya, serta perilaku yang mengarah pada evaluasi individu tersebut terhadap penampilan fisiknya berdasarkan aspek kognitif, afektif, dan perilaku. Dinc dan Alisinagolu (2010) mengatakan bahwa pada usia remaja, seseorang sangat memperhatikan *body image* nya.

Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa anak – anak dan dewasa yang ditandai dengan perubahan biologis, kognitif dan sosial. Masa remaja berlangsung dari usia 12 – 21 tahun yang dibagi menjadi : masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja pertengahan (15-18 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun) (Monks, dkk, 2006). Pada masa ini, terjadi perubahan diri yaitu salah satunya perubahan fisik pada remaja. Terkait dengan perubahan fisik yang terjadi, para remaja harus dapat menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif, dimana hal tersebut merupakan salah satu tugas perkembangan remaja (Santrock, 2003 dalam Nurvita & Handayani, 2015). Perubahan fisik saat pubertas sangat diperhatikan oleh remaja putri, salah satu aspek psikologis dari perubahan fisik di masa pubertas adalah bahwa remaja menjadi amat memperhatikan tubuh mereka dan berupaya membangun citra tubuhnya (Fasli, 2005 dalam Ermanza, 2008).

Selain itu, menurut Batubara (2010) menambahkan bahwa terdapat lima perubahan fisik secara khusus, yaitu perubahan tinggi badan, perkembangan organ – organ reproduksi, perkembangan seks sekunder, perubahan bentuk tubuh serta perubahan sistem dan sirkulasi yang berkaitan dengan stamina tubuh. Tibballs (2012) mengemukakan bahwa citra tubuh yang negatif secara konsisten disebut sebagai penghalang remaja putri untuk berpartisipasi dalam berolahraga, karena persepsi masyarakat bahwa tubuh ideal memiliki badan kurus dan langsing daripada kekar.

Di Jakarta terdapat sekolah yang menampung atlet yang berprestasi yaitu Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta yang berlokasi di Jalan Jati Padang Raya Ragunan Jakarta Selatan. Sekolah negeri olahraga ragunan terdiri dari SMP dan SMA yang menampung atlet-atlet pelajar berbakat olahraga dengan tujuan membantu mereka mendapatkan ilmu akademik, dengan demikian mereka dapat mengembangkan bakatnya secara baik/maksimal tetapi dalam menempuh pendidikan formalnya juga tidak terabaikan (Sularno, 2013). Jenjang usia siswa SMP dan SMA di sekolah ini sudah memasuki usia remaja yaitu 12 – 18 tahun. Sebagai mana yang terjadi di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta, peneliti melakukan penelitian awal di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta yang dilaksanakan pada tanggal 29 Maret 2017 dan 21 April 2017. Penelitian awal ini dilakukan dengan cara melakukan wawancara lalu mengisi kuisioner yang telah disediakan oleh peneliti, kuisioner tersebut diadaptasi dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fika Yunny Wulandari, Mahasiswi Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta. Berdasarkan penelitian awal yang dilakukan, dari hasil wawancara yang diperoleh citra tubuh yang ideal menurut siswi atlet remaja di Sekolah Ragunan yaitu: tinggi badan dan berat badan harus seimbang, tidak terlihat gemuk, dan tidak terlihat kurus. Kemudian berdasarkan hasil kuisioner yang diberikan oleh peneliti terdapat 70% dari 30 subjek atlet remaja putri menyatakan tidak puas terhadap penilaian bentuk tubuh mereka sendiri. Artinya bentuk tubuh siswi atlet remaja di Sekolah Negeri Ragunan Jakarta masih ada yang menilai tubuhnya gemuk dan masih ada yang menilai tubuhnya terlalu kurus. Subjek terdiri dari atlet : 2 taekwondo, 2 atletik, 2 gulat, 2 pencak silat, 2 karate, 2 tenis meja, 2 angkat besi, 15 bola voli, 2 anggar.

Terdapat beberapa faktor dalam perkembangan citra tubuh, diantaranya sosialisasi, kebudayaan, pengalaman-pengalaman interpersonal, karakteristik fisik, dan faktor kepribadian. Pada faktor lingkungan sosial remaja yang beranggapan dirinya kurang menarik sering kali menerima perlakuan yang tidak menyenangkan seperti diskriminasi dalam pergaulan dan hubungan interpersonal dengan lawan jenis. Akibatnya remaja merasa perlu memperbaiki atau mengubah penampilannya itu, remaja putri biasanya melakukan itu dengan pergi ke tempat salon kecantikan atau

dengan membeli produk kecantikan. Sebaliknya jika diri remaja merasa menarik atau citra diri yang positif maka mereka semakin positif pula dengan harga diri yang dimiliki. Pada faktor kepribadian, citra tubuh dianggap sebagai dasar dari perkembangan kepribadian, hal ini menyebabkan variasi dalam citra tubuh yang dihubungkan dengan perbedaan individu dalam hal kepribadian (Freud dalam Sari, 2009). Pada penelitian Peto (dalam Sari, 2009) faktor kepribadian yang dihubungkan pada citra tubuh ialah harga diri dan tingkat depresi individu. Sejalan dengan itu, Keliat (dalam Sari, 2009) menyatakan bahwa kepribadian berhubungan dengan citra tubuh, karena cara individu memandang dirinya sendiri mempunyai dampak pada aspek psikologisnya. Pandangan yang realistis terhadap kemampuan menerima keadaan tubuh terhadap dirinya akan membuat individu terhindar dari rasa cemas dan meningkatkan harga diri individu. Dalam penelitian yang dilakukan yaitu harga diri merupakan hal yang sangat penting terkait perkembangan citra tubuh (Nurvita & Handani, 2015).

Harga diri adalah sikap seseorang berdasarkan persepsi tentang bagaimana ia menghargai dan menilai dirinya sendiri secara keseluruhan, yang berupa sikap positif atau negatif terhadap dirinya (Rosenberg, 1965 dalam Murk, 2006). Seseorang yang memiliki sikap positif terhadap dirinya mampu untuk mengeluarkan potensi dan pengembangan dirinya (Itani, 2011). Tang, Ko, Yu Yen, Ling, Liu, Huang, Fang Yen (2009) menambahkan bahwa harga diri erat hubungannya dengan kualitas hidup seseorang, karakteristik personal dan prestasi.

Pada penelitian yang dilakukan Dorak (2011) mengungkapkan adanya hubungan positif yang signifikan antara harga diri dengan citra tubuh pada atlet remaja putri di Turki. Lebih lanjut, Penelitian Nurvita & Handayani (2015) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara harga diri dan citra tubuh pada remaja awal putri yang mengalami obesitas. Hubungan antara kedua variabel tersebut menghasilkan koefisien korelasi yang positif, yang berarti bahwa semakin tinggi harga diri yang dimiliki oleh remaja awal yang mengalami obesitas, maka semakin positif pula citra tubuh mereka. Peneliti Cooper & Taylor (dalam Ermanza, 2008) mengungkapkan bahwa estimasi yang terlalu tinggi pada ukuran badan dan

ketidakpuasan terhadap tubuh menjadi salah satu penentu harga diri yang rendah dan gangguan makan.

Ditinjau dari fenomena di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta atlet remaja putri memiliki permasalahan terhadap bentuk tubuhnya, persepsi mereka tentang tubuh ideal yaitu memiliki berat tubuh yang seimbang dengan tinggi badan dan langsing . Hal yang dapat menurunkan harga diri mereka menilai ketika mereka memiliki tubuh yang besar dan berat badan yang berlebih/tidak sesuai serta berotot. Hal tersebut membuktikan bahwa harga diri merupakan salah satu faktor yang memengaruhi perkembangan citra tubuh. Seseorang yang memiliki harga diri yang positif akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, namun sebaliknya seseorang yang memiliki harga diri yang buruk akan meningkatkan citra tubuh yang negatif (Cash & Pruzinsky, 2002 dalam Nurvita & Handayani, 2015). Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh harga diri dan citra tubuh pada atlet remaja putri di Sekolah Olahraga Negeri Ragunan Jakarta.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, peneliti mengidentifikasi masalah – masalah yang ada dalam penelitian sebagai berikut :

**1.2.1** Bagaimana gambaran harga diri atlet remaja putri?

**1.2.2** Bagaimana gambaran citra tubuh atlet remaja putri?

**1.2.3** Apakah terdapat pengaruh antara harga diri terhadap citra tubuh atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta?

## **1.3 Pembatasan Masalah**

Untuk mempermudah memahami penelitian ini, maka pembatasan masalah hanya pada: Apakah terdapat pengaruh antara harga diri terhadap citra tubuh atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta?

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah diatas maka dapat merumuskan masalah sebagai berikut: “Apakah terdapat pengaruh antara harga diri terhadap citra tubuh atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta?”

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh harga diri terhadap citra tubuh atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

Manfaat yang dapat dikontribusikan pada penelitian ini adalah :

##### **1.6.1 Secara Teoritik**

Diharapkan dalam penelitian ini mampu mengembangkan ilmu psikologi yang dapat diterapkan dalam kehidupan manusia, dan juga dapat menjadi referensi untuk penelitian yang berkaitan kedepannya.

##### **1.6.2 Secara Praktis**

###### **1). Atlet Putri**

Penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan pengetahuan tentang membangun citra tubuh yang positif dengan cara sebagai berikut: pertama, dengan selalu berpikir positif terhadap tubuh yang dimiliki, dimulai untuk tidak mengkritik diri sendiri. Kedua, tidak membanding-bandingkan diri sendiri dengan diri orang lain, membandingkan diri sendiri dengan orang lain membuat individu menjadi lelah dan selalu merasa tidak puas. Ketiga, selalu berpakaian yang terbaik dan nyaman, hal ini menunjukkan bahwa seseorang menghargai dan menghormati dirinya sendiri, dan juga dapat meningkatkan harga diri terhadap tubuh yang dimiliki.

###### **2). Penelitian Selanjutnya**

Sebagai kontribusi penelitian dalam bidang Psikologi Olahraga, dan Psikologi Sosial. Bagi peneliti selanjutnya, dapat melengkapi variabel lain yang belum diteliti.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Citra Tubuh (*Body Image*)**

##### **2.1.1 Definisi Citra Tubuh (*Body Image*)**

Citra tubuh (*Body Image*) didefinisikan sebagai persepsi, perasaan dan pemikiran tentang tubuhnya dan konseptualisasikan sebagai ukuran tubuh, evaluasi daya tarik fisik dan emosi yang terkait dengan bentuk dan ukuran tubuh (Grogan, 2006), kemudian Cash (2012) mengungkapkan bahwa citra diri merupakan pengalaman individu terhadap persepsi bentuk dan berat tubuhnya serta perilaku yang mengarah pada evaluasi individu tersebut terhadap penampilan fisiknya berdasarkan aspek kognitif, afektif, dan perilaku. Menurut Grogan (2006) berpendapat bahwa citra tubuh adalah persepsi, pikiran, dan perasaan seseorang akan tubuhnya. Citra tubuh adalah gambaran mental yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya yang meliputi pikiran, perasaan, penilaian, sensasi, kesadaran, dan perilaku yang terkait dengan tubuhnya (Rice dalam Sukamto, 2006).

Dari definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa citra tubuh adalah gambaran tubuh yang mengarah pada perasaan, penilaian diri, pemikiran, perilaku dan sikap yang berkaitan dengan ciri-ciri fisik yang terkait dengan bentuk, ukuran tubuh seseorang termasuk komponen kognitif, afektif dan perilaku.

##### **2.1.2 Faktor – faktor yang Memengaruhi Citra Tubuh**

Ada beberapa faktor yang dapat memengaruhi citra tubuh seseorang menurut Cash dan Pruzinsky (2002), diantaranya sebagai berikut:

###### **1) Jenis Kelamin**

Menurut Cash dan Pruzinsky (2002) jenis kelamin merupakan faktor yang memengaruhi dalam perkembangan citra tubuh seseorang. Ketidakpuasan terhadap tubuh sering terjadi pada perempuan dari pada laki-laki. Pada umumnya perempuan kurang puas terhadap tubuhnya dan memiliki citra tubuh yang negatif.

Sebuah penelitian menjelaskan bahwa sekitar 40-70% remaja putri tidak puas dengan dua atau lebih aspek dari tubuh mereka. Ketidakpuasan biasanya berfokus pada tubuh bagian tengah atau bawah, seperti pinggul, perut, dan paha. Di berbagai negara maju, antara 50-80% remaja putri ingin menjadi langsing dan melakukan diet bervariasi dari 20% hingga 60%.

## 2) Media Massa

Tiggeman (dalam Cash dan Pruzinsky, 2002) mengatakan bahwa media massa memberikan gambaran ideal mengenai figur perempuan dan laki-laki yang dapat memengaruhi gambaran tubuh seseorang. Media massa menjadi pengaruh besar dalam budaya sosial. Anak-anak dan remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan menonton televisi dan kebanyakan orang dewasa membaca surat kabar harian dan majalah. Survei media massa menunjukkan bahwa 83% majalah fashion khususnya dibaca oleh mayoritas perempuan maupun baik remaja atau dewasa. Konsumsi media yang tinggi dapat memengaruhi konsumen dalam berbagai cara.

Isi tayangan media massa sering menggambarkan bahwa standar kecantikan perempuan adalah tubuh yang kurus, hal mengenai level kekurusan yang dimiliki, kebanyakan perempuan percaya bahwa mereka merupakan orang-orang yang sehat. Secara singkat media menciptakan citra seorang perempuan itu langsing pada majalah fashion terbukti menyebabkan sejumlah efek secara langsung termasuk perhatian yang lebih besar tentang berat badan, ketidakpuasan tubuh, suasana hati yang negatif, dan penurunan persepsi daya tarik diri.

## 3) Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal membuat seseorang cenderung membandingkan diri dengan orang lain dan *feedback* yang diterima memengaruhi konsep diri termasuk memengaruhi bagaimana perasaan terhadap penampilan fisik. Hal inilah yang sering membuat orang merasa cemas dengan penampilannya dan gugup ketika orang lain melakukan evaluasi terhadap dirinya. Rosen, dkk. (dalam Cash dan Pruzinsky, 2002) menyatakan *feedback* terhadap penampilan dan kompetensi teman sebaya serta keluarga dalam hubungan interpersonal dapat memengaruhi bagaimana pandangan dan perasaan mengenai tubuh.

#### 4) Sosiokultural

Masyarakat akan menilai apa yang baik dan buruk tidak terkecuali dalam hal kecantikan. Tren yang berlaku di masyarakat berpengaruh terhadap citra tubuh seseorang. Tren tentang bentuk tubuh ideal dapat mempengaruhi persepsi individu terhadap tubuhnya.

#### 5) Kepribadian

Pada faktor kepribadian, harga diri (*Self-Esteem*) merupakan hal yang sangat penting terkait dengan perkembangan citra tubuh. Seseorang yang memiliki citra tubuh yang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, namun sebaliknya seseorang yang memiliki harga diri yang rendah akan meningkatkan citra tubuh yang negatif.

### 2.1.3 Dimensi Citra Tubuh

Cash (2000) mengemukakan terdapat 5 dimensi citra tubuh di dalam alat ukurnya yang bernama *Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale* (MBSRQ-AS) yaitu sebagai berikut:

#### 1) *Appearance Evaluation* (Evaluasi Penampilan)

Mengukur hasil evaluasi individu terhadap penampilan dan keseluruhan tubuhnya, apakah dirinya menarik atau tidak menarik serta memuaskan atau tidak.

#### 2) *Appearance Orientation* (Orientasi Penampilan)

Perhatian individu terhadap penampilan dirinya dan usaha yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilannya.

#### 3) *Body Area Satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh tertentu)

Mengukur kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik, seperti seberapa puas individu akan wajah, rambut, tubuh bagian bawah (pantat, pinggul, kaki), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian atas (dada, bahu, lengan) dan penampilannya secara keseluruhan.

#### 4) *Overweight Preoccupation* (Kecemasan menjadi gemuk)

Mengukur kecemasan individu untuk menjadi gemuk, kewaspadaan individu terhadap berat badan, kecenderungan melakukan diet untuk menurunkan berat badan dan membatasi pola makan.

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

Mengukur bagaimana individu mempersepsi dan menilai berat badannya, dari sangat kurus sampai sangat gemuk.

#### **2.1.4 Gangguan Citra Tubuh**

Gangguan citra tubuh (*body image disturbance*) merupakan gangguan citra tubuh terhadap pemikiran dan perasaan negatif seseorang mengenai tubuhnya. Menurut Cash dan Pruzinsky (dalam Husna, 2013) bentuk gangguan citra tubuh dibagi 2, yaitu:

1) *Body Image Distortion*

Apabila komponen yang terganggu adalah komponen persepsi maka gangguan citra tubuh yang dialami adalah distorsi citra tubuh. Apabila individu mengalami distorsi citra tubuh maka ia tidak mampu memperkirakan ukuran tubuhnya dengan tepat.

2) *Body Image Dissatisfaction*

Ketidak puasan citra tubuh dapat dilihat dari bagaimana individu menilai tubuhnya. Bila individu menilai penampilan tidak sesuai dengan standar pribadinya, maka ia akan menilai rendah tubuhnya. Menurut penelitian, citra tubuh merupakan komponen penting dalam masa hidup manusia karena apabila terdapat gangguan pada citra tubuh dapat mengakibatkan banyak hal, seperti rendahnya harga diri (*self-esteem*), gangguan pola makan (*disordered eating*), diet yang tidak sehat, depresi dan juga anxiety (Striegel-Moore & Franko dalam Husna, 2013).

## **2.2 Harga Diri**

### **2.2.1 Definisi Harga Diri**

Menurut Rosenberg (dalam Murk, 2006) harga diri merupakan sikap seseorang berdasarkan persepsi tentang bagaimana ia menghargai dan menilai dirinya sendiri secara keseluruhan, yang berupa sikap positif atau negatif, tidak hanya menyangkut masalah pribadi dan psikologis termasuk juga didalamnya interaksi sosial. Hal yang menjadi evaluasi diri pada perasaan menghargai diri sendiri tidak hanya aspek internal tetapi juga eksternal.

Menurut Coopersmith (dalam Murk, 2006) harga diri merupakan evaluasi individu dan kebiasaan memandang diri sendiri, yang mengarah pada penerimaan atau penolakan, serta keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki, atau dengan kata lain harga diri merupakan penilaian mengenal perasaan berharga yang diungkapkan dalam sikap – sikap individu terhadap dirinya.

Kemudian menurut Naem, dkk (2014) harga diri adalah suatu kepercayaan dalam kualitas berpikir, untuk mengatasi kesulitan dasar kehidupan dan keyakinan dalam keinginan kita menjadi sukses dan bahagia.

Berdasarkan dari tiga definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa pengertian dari harga diri adalah Harga diri merupakan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri yang diekspresikan melalui sikap positif atau negatif yang mengarah pada penerimaan atau penolakan dalam mengalami kesulitan dan bagaimana mengatasinya sehingga menjadi sukses dalam menjalani kehidupan.

### **2.2.2 Aspek-aspek Harga Diri**

Menurut Rosenberg (dalam Rahmania & Yuniar, 2012) menyatakan bahwa harga diri memiliki dua aspek, yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri. Kedua aspek tersebut memiliki lima komponen, komponen harga diri adalah sebagai berikut :

- 1) Akademik  
Mengacu pada persepsi individu terhadap kualitas pendidikan individu.
- 2) Sosial  
Mengacu pada persepsi individu terhadap hubungan sosial individu.
- 3) Emosional  
Mengacu hubungan keterlibatan individu terhadap emosi individu.
- 4) Keluarga  
Mengacu pada keterlibatan individu dalam partisipasi dan integrasi di dalam keluarga.
- 5) Fisik  
Mengacu pada persepsi individu terhadap kondisi fisik individu.

Menurut Coopersmith (1967, dalam Maharani 2016 ) terdapat 4 aspek dalam harga diri individu, yaitu:

1) Kekuatan

Kekuatan atau *power* menunjukkan bahwa adanya kemampuan seseorang untuk dapat mengatur dan mengontrol perilaku dan mendapat pengakuan atas perilaku tersebut dari orang lain.

2) Keberartian

Keberartian atau *significance* menunjukkan pada afeksi, kepedulian, perhatian, dan ekspresi cinta yang diterima oleh seseorang dari orang lain yang menunjukkan adanya penerimaan dan popularitas individu dari lingkungan sosial.

3) Kebajikan

Kebajikan atau *virtue* menunjukkan suatu ketaatan untuk mengikuti standar moral dan etika serta agama dimana individu akan menjauhi tingkah laku yang harus dihindari dan melakukan tingkah laku yang diizinkan oleh moral, etika dan agama. Dianggap memiliki sikap yang positif dan akhirnya membuat penilaian positif terhadap diri yang artinya seseorang telah mengembangkan harga diri yang positif pada dirinya.

4) Kemampuan

Kemampuan atau *competence* menunjukkan suatu kompetensi yang tinggi untuk memenuhi kebutuhan dan mencapai prestasi (*need of achievement*) dimana level dan tugas-tugas tersebut tergantung pada variasi usia seseorang.

### **2.2.3 Faktor-faktor yang Memengaruhi Harga Diri**

Menurut Coopersmith (1967 dalam Ghufon, 2010) menyatakan bahwa harga diri terbentuk dari hasil interaksi dengan lingkungan dan atas sejumlah penghargaan, penerimaan, dan pengertian orang lain terhadap dirinya. Faktor-faktor yang memengaruhi harga diri individu meliputi jenis kelamin, intelegensi, dan lingkungan.

1) Jenis kelamin

Perempuan selalu merasa harga dirinya lebih rendah dari pada pria, seperti: perasaan kurang mampu, kepercayaan diri yang kurang dan merasa harus dilindungi.

## 2) Intelegensi

Berkaitan erat dengan prestasi akademik, karena pengukuran intelegensi berdasarkan kemampuan akademik individu. Individu dengan harga diri yang tinggi akan mencapai prestasi akademik yang tinggi dari pada yang memiliki harga diri yang rendah, individu yang memiliki harga diri tinggi cenderung memiliki intelegensi yang lebih baik, taraf aspirasi yang lebih baik, dan selalu berusaha keras.

## 3) Kondisi fisik

Adanya hubungan yang konsisten antara daya tarik fisik dan tinggi badan dengan harga diri individu. Individu yang menarik cenderung memiliki harga diri yang lebih baik dibandingkan dengan kondisi fisik yang kurang menarik.

## 4) Lingkungan

Pembentukan harga diri dimulai dari individu yang menyadari dirinya berharga atau tidak. Hal ini merupakan hasil dari proses lingkungan baik keluarga maupun sosial, penghargaan, penerimaan, dan perlakuan orang lain.

Dalam perkembangan harga diri remaja, peran keluarga sangat menentukan. Berlaku adil, memberikan kesempatan untuk aktif, dan mendidik dengan demokratis akan membuat remaja mendapatkan harga diri yang tinggi. Orang tua sering memberikan hukuman dan larangan tanpa alasan yang menyebabkan remaja menjadi tidak berharga.

### **2.2.4 Karakteristik Individu Berdasarkan Tingkat Harga Diri**

Menurut Rosenberg (1965 dalam Wahyuni, 2014) karakteristik individu diklasifikasikan berdasarkan tingkat harga diri yaitu :

#### a. Karakteristik individu dengan harga diri tinggi

Seseorang yang memiliki harga diri tinggi, ia akan memiliki ciri-ciri:

- 1) Merasa bahwa dirinya berharga
- 2) Merasa banyak hal-hal baik yang dimiliki
- 3) Merasa mampu dengan kemampuan yang dimiliki
- 4) Dapat menghormati dirinya sendiri apa adanya
- 5) Tidak memiliki sikap sombong, memiliki sikap positif terhadap berbagai hal dan mampu mengatasi segala kekurangannya dengan baik

- 6) Merasa puas dengan diri sendiri
- b. Karakteristik individu dengan harga diri rendah
 

Seseorang yang memiliki harga diri rendah, ia akan memiliki ciri-ciri:

  - 1) Menilai dirinya sendiri secara negatif
  - 2) Meragukan kemampuan dirinya
  - 3) Merasa tidak dihargai dan dihormati
  - 4) Merasa orang yang gagal
  - 5) Tidak bahagia, tertekan, dan merasa bahwa dirinya tidak dapat dibanggakan
  - 6) Merasa tidak berguna

## **2.3 Remaja**

### **2.3.1 Pengertian Remaja**

Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa anak – anak dan dewasa yang ditandai dengan perubahan biologis, kognitif dan sosial. Masa remaja berlangsung dari usia 12 – 21 tahun yang dibagi menjadi : masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja pertengahan (15-18 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun) (Monks, dkk, 2006).

### **2.3.2 Tahapan Perkembangan Remaja**

#### **2.3.2.1 Remaja Awal**

Tahap remaja awal dimulai pada usia kira-kira 12-14 tahun. Menurut Batubara (2010), menyebutkan bahwa terjadinya perubahan-perubahan yang dialami remaja awal yaitu meningkatnya kemampuan verbal untuk mengekspresikan diri, terdapat pengaruh teman sebaya terhadap hobi dan cara berpakaian yang bertujuan untuk memiliki teman dekat/sebaya.

Timbulnya rasa malu dan mulai tertarik terhadap lawan jenis merupakan salah satu dari ciri dari remaja awal (Batubara, 2010). Menurut Wertheim dan Paxton (dalam Cash, 2012), menambahkan bahwa perkembangan remaja putri awal melalui tahapan pubertas yang disertai dengan peningkatan berat badan rata-rata 23kg, diantaranya 9-13 kg adalah lemak yang sebagian besar berada di pinggul, paha, pantat, dan pinggang. Selain peningkatan berat badan, tahapan lain yang dialami oleh remaja putri adalah

citra tubuh yang negatif dan memiliki keinginan untuk menguruskan berat badan serta melakukan program diet.

### **2.3.2.2 Remaja Tengah**

Lavine dan Smolak (dalam Cash & Pruzinsky, 2002), menjelaskan hasil penelitian yang dilakukan terhadap remaja tengah yang hasilnya menunjukkan bahwa ada sekitar 40-79% remaja putri pada fase ini tidak puas dengan dua atau lebih bagian tubuh yang mereka miliki, seperti pada pinggul, pantat, perut, dan paha.

Batubara (2010), mengungkapkan bahwa remaja putri menengah terjadi pada usia 15-17 tahun yang ditandai dengan terjadinya perubahan-perubahan seperti sangat memperhatikan penampilan, berusaha untuk mencari teman baru akan tetapi sangat selektif dalam memilih teman, kurang menghargai pendapat orang lain merasa dirinya itu benar, tertarik pada karir, mulai mempunyai pasangan.

### **2.3.2.3 Remaja Akhir**

Tahapan remaja akhir dimulai pada usia 18-21 tahun. Menurut Gatti, Ionio, Traficante dan Confalonieri (2014), mengungkapkan bahwa perempuan pada fase remaja akhir tidak puas dengan bentuk tubuhnya, penampilan yang menarik merupakan hal yang penting, dan berusaha menyesuaikan penampilan terhadap lingkungan sosialnya.

Batubara (2010), menambahkan, pada tahapan remaja akhir ditandai oleh tercapainya maturitas fisik secara sempurna, identitas diri menjadi kuat, mampu mengekspresikan perasaan dengan kata-kata, lebih menghargai orang lain, lebih konsisten terhadap keinginan dan hobinya, bangga dengan hasil yang dicapai, mulai serius menjalin hubungan dengan lawan jenis, memikirkan masa depan dan mulai dapat menerima norma dan kebiasaan lingkungan.

## **2.4 Atlet**

### **2.4.1 Definisi Atlet**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, atlet adalah olahragawan, terutama yang mengikuti perlombaan atau pertandingan (kekuatan, ketangkasan, dan kecepatan). Atlet berasal dari bahasa Yunani yaitu *athlos* yang berarti “kontes”. Istilah lain atlet

adalah *atlete* yaitu orang yang terlatih untuk diadu kekuatannya agar mencapai prestasi. Menurut Sondakh (2009), mereka yang disebut atlet adalah pelaku olahraga yang berprestasi baik tingkat daerah, nasional maupun internasional. Sehingga dapat dikatakan atlet adalah orang yang melakukan latihan agar mendapatkan kekuatan tubuh, daya tahan, kecepatan, kelincahan, keseimbangan, kelenturan dan kekuatan dalam mempersiapkan diri jauh-jauh sebelum pertandingan.

## **2.5 Hubungan antara Harga Diri dan Citra Tubuh**

Menurut Cash (2012), citra tubuh merupakan pengalaman individu yang berupa persepsi terhadap bentuk dan berat tubuhnya, serta perilaku yang mengarah pada evaluasi individu tersebut terhadap penampilan fisiknya berdasarkan aspek kognitif, afektif, dan perilaku. Perubahan fisik saat pubertas sangat diperhatikan oleh remaja putri, salah satu aspek psikologis dari perubahan fisik di masa pubertas adalah bahwa remaja menjadi amat memperhatikan tubuh mereka dan berupaya membangun citra tubuhnya (Fasli, 2005 dalam Ermanza, 2008).

Hal yang sangat penting terkait dengan perkembangan citra tubuh yaitu harga diri pada faktor kepribadian. Seseorang yang memiliki harga diri yang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, namun sebaliknya seseorang yang memiliki harga diri yang rendah akan meningkatkan citra tubuh yang negatif (Cash & Pruzinsky, 2002). Hal ini diperkuat pada penelitian Dorak (2011) bahwa citra tubuh yang positif akan meningkatkan harga diri, harga diri akan mendorong individu untuk mempunyai persepsi yang positif terhadap tubuhnya.

Seiring dengan aktivitas atlet remaja putri yang rutin, berdampak dengan massa otot yang bertambah besar dan disertai dengan peningkatan berat badan karena masa perkembangan remaja, akan menjadi kekhawatiran bagi para atlet remaja putri. Dari penjelasan di atas dapat di lihat harga diri seseorang berkaitan dengan citra tubuh dirinya.

## 2.6 Kerangka Berpikir



**Bagan 2.1 Kerangka Berpikir**

Harga diri yang meliputi jenis kelamin, intelegensi, kondisi fisik, dan lingkungan secara tidak langsung merupakan faktor yang dapat memengaruhi citra tubuh. Citra tubuh adalah gambaran tubuh yang mengarah pada perasaan, penilaian diri, pemikiran, perilaku dan sikap yang berkaitan dengan ciri-ciri fisik yang terkait dengan bentuk, ukuran tubuh seseorang termasuk aspek kognitif, afektif dan perilaku. Kemampuan seseorang dalam menghargai dan menilai dirinya sendiri secara keseluruhan berhubungan dengan harga diri yang secara tidak langsung dapat memengaruhi citra tubuh.

Jenis kelamin, intelegensi, kondisi fisik, dan lingkungan disini menjadi faktor yang dapat memengaruhi citra tubuh pada atlet remaja putri. Perbedaan jenis kelamin, intelegensi, kondisi fisik, dan lingkungan merupakan penunjang bagi atlet remaja putri untuk menyikapi gambaran tubuh yang positif. Sebab harga diri sendiri dapat memengaruhi perilaku remaja dan juga prestasi baik akademik maupun non-akademik.

Salah satu aspek yang diukur dalam faktor harga diri adalah fisik. Remaja yang memiliki fisik/tubuh ideal akan lebih percaya diri. Remaja putri yang memiliki citra tubuh yang positif menunjukkan bahwa mereka merasa puas terhadap bentuk tubuh dan penampilannya.

Harga diri tersebut dapat memengaruhi perilaku remaja dengan tingkat korelasi yang tinggi, namun peneliti ingin mengetahui apakah terdapat pengaruh dari harga diri terhadap citra tubuh atlet remaja putri, sebab, citra tubuh yang positif menunjukkan bahwa mereka merasa puas terhadap bentuk tubuh dan penampilannya sehingga remaja akan percaya diri yang akan memengaruhi perilaku remaja dan prestasinya.

## 2.7 Hipotesis

Untuk menjawab pertanyaan penelitian, maka peneliti memiliki beberapa hipotesis sebagai dugaan sementara terhadap masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini. Adapun hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut: Terdapat pengaruh harga diri terhadap citra tubuh atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta.

## 2.8 Hasil Penelitian yang Relevan

2.8.1 *Self-Esteem and Body Image of Turkish Adolescent Girls* oleh Dorak (2011). Hasil penelitian menunjukkan terdapat korelasi yang positif antara harga diri dan citra tubuh remaja putri.

2.8.2 Hubungan Antara *Self-Esteem* dengan *Body Image* pada Remaja Awal yang Mengalami Obesitas oleh Nurvita & Handayani (2015). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan *body image* pada remaja awal yang mengalami obesitas. Hubungan antara kedua variabel tersebut menghasilkan koefisien korelasi yang positif, yang berarti bahwa semakin tinggi harga diri yang dimiliki oleh remaja awal yang mengalami obesitas, maka semakin positif pula citra tubuh mereka.

2.8.3 Hubungan *Body Image*, *Self-Esteem*, dan Prestasi Akademik pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Indonesia oleh Nugraha (2015). Hasil penelitian menunjukkan bahwa *body image* dan *self-esteem* memiliki hubungan yang positif pada Mahasiswi Fakultas Psikologi UI. Sedangkan *body image* dengan prestasi akademik tidak memiliki hubungan yang signifikan. Hubungan antara *self-esteem* dengan prestasi akademik juga tidak memiliki hubungan yang signifikan.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Tipe Penelitian**

Tipe pada penelitian ini menggunakan tipe penelitian kuantitatif, yaitu penelitian yang dinyatakan dalam angka dan dianalisis menggunakan teknik statistik. Teknik sampling yang digunakan adalah *non-probability sampling* yaitu *purposive sampling* yang merupakan metode penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu.

#### **3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian**

##### **3.2.1 Variabel Citra Tubuh**

###### 1) Definisi Konseptual

Citra tubuh adalah gambaran tubuh yang mengarah pada perasaan, penilaian diri, pemikiran, perilaku dan sikap yang berkaitan dengan ciri-ciri fisik yang terkait dengan bentuk, ukuran tubuh seseorang termasuk komponen kognitif, afektif dan perilaku.

###### 2) Definisi Operasional

Definisi operasional dari Citra Tubuh adalah skor total yang diperoleh dari pengukuran Citra Tubuh menggunakan skala MBRSQ-AS yang terdiri dari 5 dimensi yaitu: *Appearance Evaluation*, *Appearance Orientation*, *Overweight Preoccupation*, *Self-Classified Weight* dan *Body Area Satisfaction*. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin baik persepsi citra tubuh yang dimiliki. MBSRQ-AS merupakan alat ukur pengembangan dari MBSRQ original dari Thomas F. Cash. MBSRQ-AS digunakan ketika seorang peneliti tertarik untuk meneliti dimensi yang berkaitan dengan penampilan fisik di luar dimensi-dimensi mengenai *fitness* dan kesehatan fisik (Cash, 2000).

### 3.2.2 Variabel Harga Diri

#### 1) Definisi Konseptual

Harga diri adalah evaluasi individu terhadap dirinya sendiri yang diekspresikan melalui sikap positif atau negatif yang mengarah pada penerimaan atau penolakan dalam mengalami kesulitan dan bagaimana mengatasinya sehingga menjadi sukses dalam menjalani kehidupan.

#### 2) Definisi Operasional

Definisi operasional dari Harga Diri adalah skor total yang diperoleh dari pengukuran menggunakan instrumen dari Rosenberg (1965) yaitu RSES (*Rosenberg Self-Esteem Scale*), diadaptasi ke dalam versi bahasa Indonesia oleh Saifuddin Azwar kemudian diadopsi oleh Annisa Maharani Dewi, lalu peneliti mengadaptasi kembali dengan menambahkan subjek atlet ke dalam *item*. Terdapat 10 *item* yang mengukur penilaian diri secara keseluruhan dengan menilai *perasaan* positif dan negatif tentang diri sendiri. Kuisisioner ini mencakup 2 dimensi dari Harga Diri.

## 3.3 Populasi dan Sampel

### 3.3.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari subyek atau obyek dengan kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sangadji dan Sopiha, 2010). Menurut Rangkuti (2013), populasi merupakan keseluruhan individu yang merupakan subyek penelitian yang dilakukan. Sedangkan menurut Azwar (2010) menyatakan populasi merupakan suatu kelompok subyek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Adapun populasi yang digunakan dalam penelitian adalah atlet remaja putri di Sekolah Olahraga Ragunan Jakarta yang berjumlah 204 siswi.

### 3.2.2 Sampel

Menurut Sugiyono (2015) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Apabila populasi berjumlah besar dan adanya keterbatasan pada peneliti sehingga tidak memungkinkan mengambil data dari jumlah populasi yang ada, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari suatu populasi.

Sampel yang diambil harus *representative* atau mewakili populasi, karena apa yang akan dipelajari pada sampel, nantinya akan diberlakukan pula pada populasi.

Prosedur teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non-probability sampling* yaitu *purposive sampling* yang merupakan metode penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sampel yang memiliki karakteristik (1) Atlet, (2) Remaja putri, berusia 12-21 tahun, (3) Sedang menempuh pendidikan di Sekolah Olahraga Ragunan Jakarta baik SMP maupun SMA. Untuk uji coba peneliti menggunakan sampel 40 responden dan data final berjumlah 95 responden.

### **3.4 Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah kuisisioner. Kuisisioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2015). Teknik pengumpulan data dengan menggunakan kuisisioner merupakan salah satu bentuk pengumpulan data yang fleksibel dan relatif mudah digunakan (Azwar, 2010). Dalam penelitian ini, terdapat dua alat ukur yang digunakan, yaitu alat ukur Harga Diri (*Rosenberg Self-Esteem Scale*) dan Citra Tubuh (*Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scale*).

#### **3.4.1 Instrumen Citra Tubuh**

Instrumen citra tubuh yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah MBSRQ-AS (*Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scale*) yang telah diterjemahkan dan dimodifikasi oleh Nadia Rosaline (2016) dalam penelitiannya yang berjudul “Pelatihan Peningkatan Citra Tubuh pada Mahasiswi Universitas Negeri Jakarta”

MBSRQ-AS merupakan MBSRQ versi singkat yang dapat digunakan untuk mengukur persepsi citra tubuh yang berhubungan dengan aspek penampilan (*Appearance Related*), diluar aspek-aspek *fitness* dan kesehatan fisik. MBSRQ-AS mengukur aspek-aspek citra tubuh yang terdapat pada dimensi *Appearance Evaluation*, *Appearance Orientation*, *Overweight Preoccupation*, *Self-Classified Weight* dan *Body*

*Area Satisfaction*. MBSRQ-AS merupakan versi singkat dari MBSRQ orisinal yang digunakan untuk mengukur 10 dimensi citra tubuh.

MBSRQ dibuat oleh Thomas F. Cash dan dikembangkan pada tahun 2000 (revisi ketiga) (dalam Rosaline, 2016). MBSRQ dikembangkan dengan tujuan untuk mengetahui sikap seseorang terhadap tubuhnya, ditinjau dari segi kognitif, afektif dan komponen perilaku. Sudah banyak penelitian yang menggunakan instrumen MBSRQ untuk studi psikometrik dan penelitian klinis, seperti studi mahasiswa, menginvestigasi, penelitian nasional.

MBSRQ-AS yang digunakan dalam penelitian ini sudah diterjemahkan dan dimodifikasi oleh Rosaline (2016), yaitu butir 23 yang berisi pernyataan “Saya telah mencoba menurunkan berat badan dengan berpuasa dan melakukan diet ketat”. *Item* ini dimodifikasi menjadi dua pernyataan yang berbeda pada dua butir yang berbeda, yaitu “Saya telah mencoba menurunkan berat badan dengan berpuasa” pada butir 23 dan “Saya telah telah mencoba menurunkan berat badan dengan melakukan diet ketat” pada butir 24. Jadi, jumlah total *item* setelah dimodifikasi berjumlah 35 butir dengan jumlah *item favorable* 29 butir dan *item unfavorable* 6 butir.

Dalam penelitian ini peneliti mengadaptasi instrumen MBSRQ-AS yang telah di *back translate* oleh Rosaline (2016), karena alat ukur sudah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh penelitian sebelumnya. Reliabilitas yang didapatkan sebesar 0,859. Berdasarkan kaidah reliabilitas Guilford (dalam Rangkuti & Wahyuni, 2016) menunjukkan instrumen Citra Tubuh MBSRQ-AS yang digunakan adalah reliabel.

**Tabel 3.1. Kisi-kisi Instrumen Citra Tubuh MBSRQ-AS**

<b>Dimensi</b>	<b>Indikator</b>	<b>Item Fav</b>	<b>Item Unfav</b>	<b>Total</b>
<i>Appearance Evaluation</i>	Memiliki perasaan mengenai penampilan menarik/tidak.	3, 9	19	3
	Merasa puas/tidak terhadap penampilan fisik.	5, 12, 15	18	4
<i>Appearance Orientation</i>	Memiliki perhatian terhadap penampilan.	1, 2, 6, 7, 13	14, 20	7
	Menempatkan penampilan sebagai hal yang penting.	10, 17, 21	11, 16	5
<i>Body Area Satisfaction</i>	Kepuasan terhadap bagian-bagian tubuh tertentu dari penampilan.	27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35	-	9
<i>Overweight Preoccupation</i>	Menggambarkan kecemasan terhadap kegemukan, kewaspadaan akan berat badan.	4, 8	-	2
	Memiliki kecenderungan untuk melakukan diet untuk menurunkan berat badan.	22	-	1
	Membatasi pola makan.	23, 24	-	1
<i>Self-Classified Weight</i>	Mempersepsikan dan memberikan penilaian terhadap berat badannya, dari sangat kurus sampai dengan sangat gemuk.	25, 26	-	2
<b>TOTAL</b>		<b>29</b>	<b>6</b>	<b>35</b>

Penelitian ini menggunakan model skala Likert, sesuai dengan adaptasi alat ukur versi aslinya. Setiap butir pernyataan diberi pernyataan Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Ragu-ragu (R), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Total skor yang

didapat subyek dari tiap kuisisioner diperoleh dengan menjumlahkan semua skor jawaban pada masing-masing kuisisioner sesuai dengan tabel dibawah ini:

**Tabel 3.2**  
**Skor Butir *Favorable* dan Butir *Unfavorable***

<b>Kategori jawaban</b>	<b>Butir <i>favorable</i></b>	<b>Butir <i>unfavorable</i></b>
Sangat Sesuai	5	1
Sesuai	4	2
Ragu-ragu	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

### 3.4.2 Instrumen Harga Diri

Dalam penelitian ini variabel harga diri diukur menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale*. Instrumen ini dalam bahasa Inggris, namun terdapat versi adaptasi bahasa Indonesia oleh Saifuddin Azwar yang menunjukkan koefisien *item* total yang berada antara 0,415 sampai 0,703 untuk sepuluh *item* dalam skala, sedangkan koefisien tes ulang dengan tenggang waktu satu hari menghasilkan  $r_{xxi} = 0,8587$ . Aspek yang terdapat dalam Harga Diri terdiri atas penerimaan diri dan penghormatan diri. Dalam instrumen RSES terdapat dua tipe *item* yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Jumlah *item* dalam instrumen Harga Diri sebanyak 10 *item* yang terdiri dari 5 *item favorable* dan 5 *item unfavorable*.

**Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Harga Diri (*Rosenberg Self-Esteem Scale*)**

Dimensi	Indikator	Item		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<b>Penerimaan Diri</b>	Puas dengan diri sendiri	1	2	2
	Menerima diri apa adanya	3	9	2
	Menganggap diri memiliki banyak kelebihan	10	5	2
<b>Penghormatan diri</b>	Dapat melakukan apa yang orang lain dapat lakukan	4	6	2
	Diri yang berharga	7	8	2
<b>Total</b>		5	5	10

Penelitian ini menggunakan model skala Likert, sesuai dengan adaptasi alat ukur versi aslinya. Setiap butir pernyataan diberi pernyataan Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS), tidak terdapat kriteria jawaban Ragu-Ragu. Total skor yang didapat subyek dari tiap kuisisioner diperoleh dengan menjumlahkan semua skor jawaban pada masing-masing kuisisioner sesuai dengan tabel dibawah ini:

**Tabel 3.4 Pemberian Skor Pada Instrumen RSES**

<b>Pilihan Jawaban</b>	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorabel</i>
<b>Sangat Tidak Setuju</b>	1	4
<b>Tidak Setuju</b>	2	3
<b>Setuju</b>	3	2
<b>Sangat Setuju</b>	4	1

Tinggi atau rendahnya skor menggambarkan tinggi rendahnya harga diri yang dimiliki. Semakin tinggi skor yang didapat, maka semakin tinggi harga diri yang dimiliki, dan semakin rendah skor yang didapat, maka semakin rendah harga diri yang dimiliki.

### **3.5 Uji Coba Instrumen**

Karena instrumen merupakan komponen yang penting dalam suatu penelitian, instrumen harus dapat dipercaya. Artinya, data hasil pengukuran dari instrumen tersebut benar mencerminkan ukuran yang sebenarnya. Oleh karena itu, peneliti melakukan uji coba instrumen sebelum instrumen final digunakan.

Uji coba instrumen digunakan untuk menentukan validitas dan reliabilitas instrumen yang akan digunakan untuk data final. Uji validitas digunakan untuk melihat seberapa jauh instrumen mengukur atribut yang ingin diukur. Uji reliabilitas digunakan untuk melihat seberapa jauh pengukuran yang dilakukan berkali-kali akan menghasilkan informasi yang sama. Dalam penelitian ini, uji validitas dan reliabilitas instrumen menggunakan *Rasch Model*.

Model Rasch dipilih karena skor yang dihasilkan bukan lagi skor mentah (*raw score*) melainkan skor murni (*true skor*) yang bebas dari *error*, selain itu permodelan *Rasch* telah memenuhi pengukuran yang obyektif dan menghasilkan data yang terbebas dari pengaruh jenis subyek, karakteristik penilai (*rater*) dan karakteristik alat ukur (Sumintono & Wahyu, 2014).

Terdapat beberapa kriteria untuk menguji reliabilitas yang berlaku pada pemodelan *Rasch*, yang dapat dilihat pada tabel 3.5 sebagai berikut:

**Tabel 3.5 Kaidah Reliabilitas Model Rasch**

<b>Koefisien Reliabilitas</b>	<b>Kriteria</b>
>0,94	Istimewa
0,9-0,94	Bagus Sekali
0,81-0,90	Bagus
0,67-0,80	Jelek
<0,67	Lemah

Uji validitas menggunakan beberapa kriteria permodelan *Rasch* yang berlaku menurut Suminto dan Wahyu (2014) antara lain:

- a. Menggunakan nilai INFIT MNSQ dari setiap *item* dan dibandingkan dengan jumlah S.D dan MEAN. Jika nilai INFIT MNSQ lebih besar dan jumlah MEAN dan S>D maka *item* tersebut tidak dapat digunakan.
- b. Nilai *Outfit Mean Square* (MNSQ) yang diterima:  $0.5 < \text{MNSQ} < 1.5$
- c. Nilai *Outfit Z-Standar* (ZSTD) yang diterima:  $-2.0 < \text{ZSTD} < +2.0$
- d. Nilai *Point Measure Correlation* (Pt Mean Corr):  $0.4 < \text{Pt Measure Corr}$

Uji validitas yang dilakukan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan kriteria yang pertama (a), yaitu menggunakan nilai INFIT MNSQ dari setiap *item* dan dibandingkan dengan jumlah S.D dan MEAN. Jika nilai INFIT MNSQ lebih besar jumlah MEAN dan S.D maka *item* tersebut tidak dapat digunakan dalam instrumen penelitian. Uji coba instrumen dilakukan kepada 40 atlet remaja putri berusia 12-21 tahun di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta.

### **3.5.1 Uji Coba Citra Tubuh**

#### **A). Uji Validitas**

Berikut ini hasil uji validitas instrumen *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire –Appearance Scale*. Pengolahan data uji coba dilakukan dengan menggunakan Model *Rasch* dengan bantuan *software Winstep 3.73*

**Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Instrumen *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire –Appearance Scale***

<b>Dimensi</b>	<b>Indikator</b>	<b>Item Favorable</b>	<b>Item Unfavorable</b>	<b>Tidak memenuhi nilai MNSQ, ZSTD,CORR (item gugur)</b>
<i>Appearance Evaluation</i>	Memiliki perasaan mengenai penampilan menarik/tidak.	3, 9	19	5. Saya menyukai penampilan tubuh saya seperti apa adanya.
	Merasa puas/tidak terhadap penampilan fisik.	5, 12, 15	18	12. Saya menyukai penampilan tubuh saya ketika tanpa busana.
<i>Appearance Orientation</i>	Memiliki perhatian terhadap penampilan.	1, 2, 6, 7, 13	14, 20	2. Saya cermat dalam membeli pakaian yang akan memperlihatkan penampilan terbaik.
	Menempatkan penampilan sebagai hal yang penting.	10, 17, 21	11, 16	11. Saya sedikit sekali menggunakan

				produk perawatan tubuh.
<i>Body Areas Satisfaction</i>	Kepuasan terhadap bagianbagian tubuh tertentu dari penampilan.	27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34	-	28. Rambut (warna,ketebalan, tekstur) 34.Tinggi badan
<i>Overweight Preoccupation</i>	Menggambarkan kecemasan terhadap kegemukan, kewaspadaan akan berat badan.	4, 8	-	-
	Memiliki kecenderungan untuk melakukan diet untuk menurunkan berat badan.	22	-	-
	Membatasi pola makan.	23, 24	-	24. Saya telah mencoba menurunkan berat badan dengan melakukan diet ketat.
			-	-

<i>Self-Classified Weight</i>	Mempersepsikan dan memberikan penilaian terhadap berat badannya, dari sangat kurus sampai dengan sampai gemuk.	25, 26		
	Total	29	6	6

Berdasarkan tabel 3.6 *item* yang dipertahankan berjumlah 28 *item* dan *item* yang gugur sebanyak 7 *item*. Berikut kisi-kisi instrumen final MBSRQ-AS:

**Tabel 3.7 Kisi-kisi Final Instrumen Citra Tubuh MBSRQ-AS**

<b>Dimensi</b>	<b>Indikator</b>	<b>Item Fav</b>	<b>Item Unfav</b>	<b>Total</b>
<i>Appearance Evaluation</i>	Memiliki perasaan mengenai penampilan menarik/tidak.	3, 9	19	3
	Merasa puas/tidak terhadap penampilan fisik.	15	18	2
<i>Appearance Orientation</i>	Memiliki perhatian terhadap penampilan.	1, 2, 7,13	14,20	6
	Menempatkan penampilan sebagai hal yang penting.	10, 17, 21	16	4
<i>Body Area Satisfaction</i>	Kepuasan terhadap bagian-bagian tubuh tertentu dari penampilan.	27, 29, 30, 31, 32, 33, 35	-	7
<i>Overweight Preocupation</i>	Menggambarkan kecemasan terhadap kegemukan, kewaspadaan akan berat badan.	4, 8	-	2
	Memiliki kecenderungan untuk melakukan diet untuk menurunkan berat badan.	22	-	1
	Membatasi pola makan.	33	-	
<i>Self-Classified Weight</i>	Mempersepsikan dan memberikan penilaian terhadap berat badannya, dari sangat kurus sampai dengan sangat gemuk.	25, 26	-	2
<b>TOTAL</b>		<b>23</b>	<b>5</b>	<b>28</b>

## B. Uji Reliabilitas

MBSRQ-AS terdiri dari lima dimensi, yang terdiri dari *appearance evaluation*, *appearance orientation*, *body areas satisfaction*, *over weight preoccupation*, dan *self-classified weight*. Berikut ini hasil perhitungan reliabilitas perdimensi instrumen citra tubuh:

**Tabel 3.8 Reliabilitas Instrumen Perdimensi**

<b>Dimensi</b>	<b>Koefisien Reliabilitas</b>
<i>Appearance Evaluation</i>	0,97
<i>Appearance Orientation</i>	0,94
<i>Body Areas Satisfaction</i>	0,84
<i>Over Weight Preoccupation</i>	0,94
<i>Self-Classified Weight</i>	0,86

Pada Instrumen MBSRQ-AS memiliki kriteria “bagus” karena memiliki skor Reliabilitas sebesar 0,87 yang didapatkan dari hasil perhitungan skor komposit dari total reliabilitas per dimensi.

### 3.5.2 Uji Coba Harga Diri

#### A. Uji Validitas

Dari 10 *item* pada instrumen *Rosenberg Self-Esteem Scale*, tidak ada *item* yang gugur setelah peneliti melakukan uji coba. Berikut ini hasil uji validitas instrumen *Rosenberg Self-Esteem Scale*.

Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Instrumen *Rosenberg Self-Esteem Scale*

Dimensi	Indikator	Item		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<b>Penerimaan Diri</b>	Puas dengan diri sendiri	1	2	2
	Menerima diri apa adanya	3	9	2
	Menganggap diri memiliki banyak kelebihan	10	5	2
<b>Penghormatan diri</b>	Dapat melakukan apa yang orang lain dapat lakukan	4	6	2
	Diri yang berharga	7	8	2
<b>Total</b>		5	5	10

## B. Uji Coba Reliabilitas

Berdasarkan tabel diatas *item-item* pada instrumen RSES memiliki kriteria “istimewa” karena memiliki skor *Item Reliability* sebesar 0.98, dan merupakan instrumen unidimensi karena memiliki *raw variance* data sebesar 66%.

## 3.6 Analisis Data

### 3.6.1 Uji Statistik

Peneliti melakukan analisa data menggunakan *Rasch Model* dengan menggunakan aplikasi *Winstep* versi 3.73 dan pengujian hipotesis menggunakan rumus yang perhitungannya dibantu dengan aplikasi SPSS versi 16.0.

### 3.6.1.1 Uji Normalitas

Bertujuan untuk menguji bahwa data sampel berasal dari populasi yang berdistribusi secara normal (Rangkuti, 2012). Perhitungan ini menggunakan SPSS 16.0 dengan rumus *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*, jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data tersebut berdistribusi normal.

### 3.6.1.2 Uji Linieritas

Digunakan untuk melihat hubungan antara dua variabel tergolong linier atau tidak. Jika p lebih kecil daripada  $\alpha$  maka kedua variabel bersifat linier satu sama lain.

### 3.6.1.3 Uji Analisis Regresi

Analisis regresi bertujuan untuk mengetahui prediksi suatu variabel terhadap variabel lainnya serta bagaimana hubungan sebab akibat antara variabel tersebut (Rangkuti, 2012). Jenis teknik analisis regresi yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi satu prediktor karena hanya memiliki satu variabel prediktor. Berikut persamaan regresi dengan satu variabel prediktor:

$$Y = a + bX$$

Keterangan :

Y : Variabel yang diprediksi (Citra Tubuh)

X : Variabel Prediktor (Harga Diri)

a : Konstanta (Citra Tubuh)

b : Koefisien Prediktor (Harga Diri)

## 3.7 Hipotesis Statistik

Ho :  $r = 0$

Ha :  $r \neq 0$

Ho = Tidak terdapat pengaruh Harga diri terhadap Citra tubuh atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta.

Ha :  $r \neq 0$

Ha : Terdapat pengaruh Harga Diri terhadap Citra tubuh atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Gambaran Subjek Penelitian

Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 95 responden. Responden tersebut dipilih berdasarkan karakteristik sampel penelitian, yaitu atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta. Berikut adalah gambaran karakteristik sampel penelitian:

##### 4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia

Berikut gambaran responden yang termasuk dalam tahapan perkembangan usia remaja menurut Monks, dkk. yaitu sekitar 12 sampai 21 tahun. Dapat dilihat pada tabel 4.1 di bawah ini.

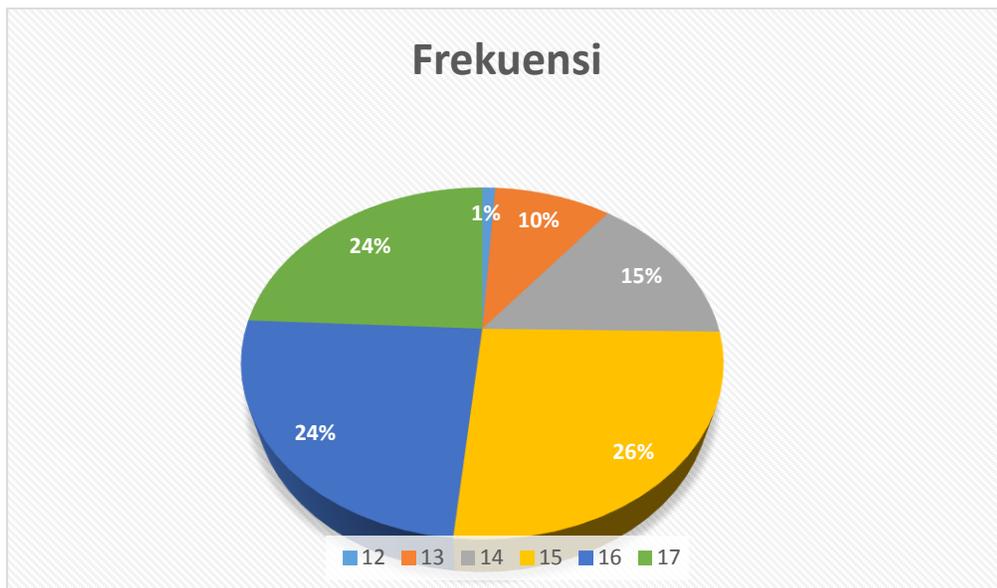
**Tabel 4.1 Jumlah Responden Berdasarkan Usia**

No.	Usia	Frekuensi	Persentase
1	12	1	1,1 %
2	13	9	9,5%
3	14	14	14,7%
4	15	25	26,3%
5	16	23	24,2%
6	17	23	24,2%
<b>Jumlah</b>		95	100%

Jumlah siswi di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta sebanyak 204, akan tetapi peneliti mendapatkan jumlah responden sebanyak 135 siswi. Untuk uji coba

95 siswi, yang terdiri dari 1 orang (1,1%) berusia 12 tahun, 9 orang (9,5%) berusia 13 tahun, 14 orang (14,7%) berusia 14 tahun, 25 orang (26,3%) berusia 15 tahun, 23 orang (24,2%) berusia 16 tahun, dan 23 orang (24,2%) berusia 17 tahun. Jika digambarkan melalui grafik dapat dilihat pada menggunakan 40 siswi dan untuk data final menggunakan 95 siswi. Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat bahwa jumlah responden penelitian sebanyak grafik 4.1 berikut:

**Gambar 4.1 Jumlah Responden Berdasarkan Usia**



Berdasarkan grafik 4.1 dapat dilihat bahwa responden dengan jumlah tertinggi adalah responden yang berusia 15 tahun sebanyak 26% dan yang terendah adalah responden dengan usia 12 tahun sebanyak 1%.

#### **4.1.2 Deskripsi Jenis Kelamin Subyek Penelitian**

Karena sampel dalam penelitian ini adalah atlet remaja putri, maka yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah responden yang berjenis kelamin perempuan. Total keseluruhan berjumlah 95.

### 4.1.3 Gambaran Responden Berdasarkan Cabang Olahraga

Berikut merupakan gambaran responden berdasarkan cabang olahraga yang dapat dilihat pada tabel 4.2 di bawah ini.

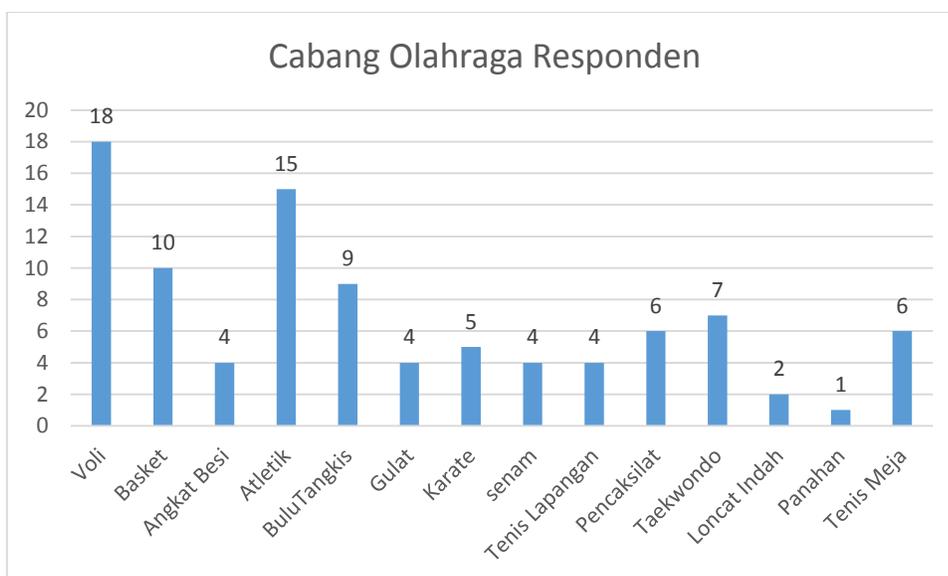
**4.2 Jumlah Responden Berdasarkan Cabang Olahraga**

Cabang Olahraga	Frekuensi	Persentase
Voli	18	30,53%
Basket	10	10,53%
Angkat Besi	4	4,21%
Atletik	15	15,79%
Bulu Tangkis	9	9,47%
Gulat	4	4,21%
Karate	5	5,26%
Senam	4	4,21%
Tenis Lapangan	4	4,21%
Pencak silat	6	6,32%
Taekwondo	7	7,37%
Loncat Indah	2	2,11%
Panahan	1	1,05%
Tenis Meja	6	6,32%

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa jumlah cabang olahraga yang peneliti dapatkan sebesar 14 cabang olahraga yang terdiri dari: bola voli terdiri dari 18 orang (30,53%), bola basket terdiri dari 10 orang (10,53%), angkat besi terdiri dari 4 orang (4,21%), atletik 15 orang (15,79%), bulu tangkis terdiri dari 9 orang (9,47%), gulat terdiri dari 4 orang (4,21), karate terdiri dari 5 orang (5,26%), senam terdiri dari 4 orang (4,21%), tenis lapangan terdiri dari 4 orang (4,21%), pencak silat terdiri dari 6

orang (6,32%), taekwondo terdiri dari 7 orang (7,37%), loncat indah terdiri dari 2 orang (2,11%), panahan terdiri dari 1 orang (1,05%), dan tenis meja terdiri dari 6 orang (6,32%). Jika digambarkan melalui grafik dapat dilihat pada grafik 4.2.

**Grafik 4.2 Jumlah responden berdasarkan Cabang Olahraga**



## 4.2 Prosedur Penelitian

### 4.2.1 Persiapan Penelitian

Pertama kali melakukan penelitian, peneliti mencari fenomena yang terjadi baik melalui artikel jurnal dan artikel ilmiah. Setelah menemukan fenomena, penulis melakukan diskusi dengan dosen pembimbing mengenai fenomena yang terjadi sehingga terpilih variabel yang sesuai yaitu Harga Diri dan Citra Tubuh. Namun, untuk memastikan bahwa fenomena tersebut terjadi di lingkungan atlet, peneliti melakukan *preliminary study* di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta. Penelitian awal ini dilakukan dengan cara mengisi kuisioner yang telah disediakan oleh peneliti, kuisioner tersebut diadaptasi dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fika Yunny Wulandari, Mahasiswi Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta. Berdasarkan penelitian awal yang dilakukan, terdapat 70% dari 30 subjek atlet remaja putri

menyatakan tidak puas terhadap penilaian bentuk tubuh mereka sendiri. Langkah selanjutnya, peneliti mencari literatur yang berhubungan dengan Harga Diri dan Citra Tubuh. Untuk variabel Harga Diri, peneliti mengadaptasi alat ukur *Rosenberg Self-Esteem Scale* yang diperoleh dari penelitian sebelumnya oleh Annisa Maharani Dewi dengan melakukan perubahan direksional alat ukur yang disesuaikan dengan responden penelitian. Untuk variabel Citra Tubuh peneliti mengadaptasi alat ukur *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire -Appearance Scale* yang telah di *back translate* oleh Rosaline (2016). Setelah mendapatkan alat ukur dari kedua variabel, peneliti melakukan *expert judgment* kepada dosen Psikologi Universitas Negeri Jakarta.

Setelah mendapatkan nilai dari dosen pada sesi *expert judgment* peneliti melakukan tahap uji coba dari kedua alat ukur. Uji coba dilakukan kepada 40 responden atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta yang terdiri dari *item* Harga Diri sebanyak 10 *item* dan 35 *item* Citra Tubuh. Kemudian dilakukan analisis daya diskriminasi *item* dan hasilnya hanya 7 *item* Citra Tubuh yang memiliki daya diskriminasi tinggi. Untuk *item* Harga Diri tidak ada *item* yang gugur, sehingga didapatkan instrumen final sebanyak 10 *item* Harga Diri dan 28 *item* Citra Tubuh.

#### **4.2.2 Pelaksanaan Penelitian**

Pengambilan data penelitian dilakukan dengan metode kuisioner, dalam pelaksanaannya peneliti membagikan *booklet* instrumen penelitian kepada atlet remaja putri untuk diisi apabila sesuai dengan kriteria. Peneliti membagikannya pada tanggal 9 Juni 2017, data uji coba terkumpul sebanyak 40 responden. Setelah peneliti mendapatkan *item* yang gugur, peneliti membuat instrumen final. Dari 45 *item* total yang terdiri dari 10 *item* Harga Diri dan 35 Citra Tubuh, kemudian untuk instrumen final sebanyak 38 *item* total yang terdiri dari 10 *item* Harga Diri dan 28 *item* Citra Tubuh. Peneliti kemudian kembali membagikan kuisioner kepada atlet remaja putri pada tanggal 14 Juni dan didapatkan 95 responden.

### 4.3 Hasil Analisis Data Penelitian

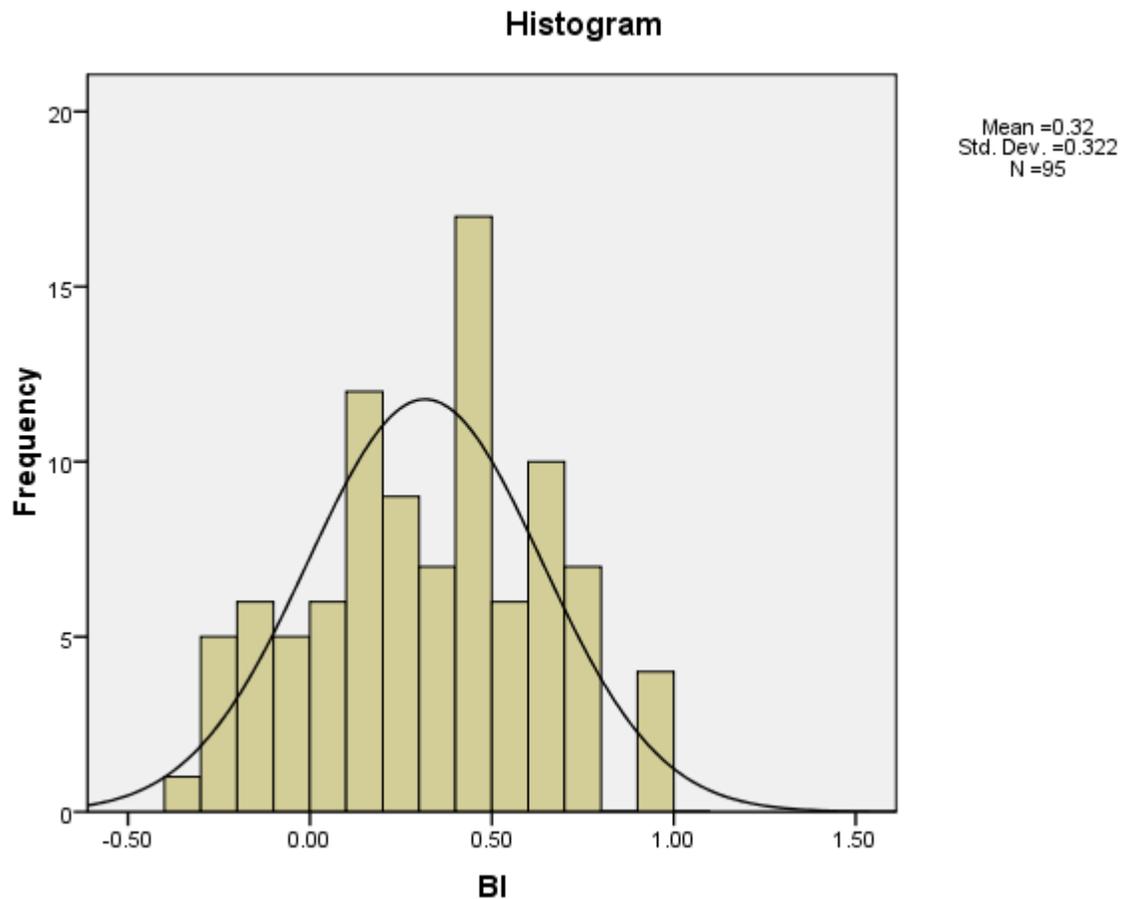
#### 4.3.1 Data Deskriptif Citra Tubuh

Hasil analisa data variabel Citra Tubuh diperoleh menggunakan alat ukur *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire –Appearance Scale* yang diadaptasi oleh peneliti berupa kuesioner dengan jumlah 28 *item*, dari hasil pengambilan data pada penelitian ini diperoleh hasil deskriptif sebagai berikut:

**Tabel 4.3 Distribusi Deskriptif Data Citra Tubuh**

<b>Pengukuran</b>	<b>Nilai</b>
<b>Mean</b>	0,32
<b>Median</b>	0,32
<b>Standar Deviasi</b>	0,32
<b>Varians</b>	0,10
<b>Nilai Minimum</b>	-0,34
<b>Nilai Maksimum</b>	1,00

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat bahwa variabel Citra Tubuh memiliki mean 0,32, median 0,32, standar deviasi 0,32, varians 0,10, nilai minimum -0,34, dan nilai maksimum 1,00. Berikut grafik histogram dapat dilihat pada grafik 4.3.



**Grafik 4.3 Data Distribusi Citra Tubuh**

#### **4.3.1.1 Kategorisasi Skor Data Citra Tubuh**

Kategorisasi skor Citra Tubuh terdiri dari dua skor kategori yaitu tinggi dan rendah. Pengkategorian dilakukan dengan menggunakan hasil mean dan model *Rasch*. Penjelasan mengenai pembagian kategorisasi skor variabel Citra Tubuh.

Rendah jika :  $X < \text{Mean}$

$$X < 0,32$$

Tinggi :  $X \geq \text{Mean}$

$$X \geq 0,32$$

**Tabel 4.4 Kategori Skor Citra Tubuh**

<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
<b>Rendah</b>	44	46%
<b>Tinggi</b>	51	54%
<b>Total</b>	95	100%

Berdasarkan analisis data di atas, dapat diketahui bahwa avariabel Citra Tubuh memiliki dua kategorisasi skor yaitu tinggi dan rendah. Pada tabel 4.4 menunjukkan bahwa 44 responden (46%) masuk ke dalam kategorisasi rendah, dan 51 responden (54%) masuk ke dalam kategorisasi tinggi.

### **4.3.2 Gambaran Citra Tubuh Berdasarkan Responden**

#### **4.3.2.1 Gambaran Tingkat Citra Tubuh Berdasarkan Usia**

**Tabel 4.5 Gambaran Citra Tubuh Berdasarkan Usia**

<b>Usia</b>	<b>Tinggi</b>	<b>Persentase</b>	<b>Rendah</b>	<b>Persentase</b>
12	1	1,1%	0	0%
13	3	3,2%	6	6,3%
14	8	8,4%	6	6,3%
15	12	12,6%	13	13,7%
16	16	16,8%	7	7,4%
17	11	11,6%	12	12,6%
<b>Total</b>	51	53,7%	44	46,3%

Berdasarkan tabel 4.5 dapat dilihat bahwa responden berusia 12 tahun dengan kategori tinggi berjumlah 1 orang (1,1%), responden yang berusia 13 tahun kategori tinggi berjumlah 3 orang (3,2%), kategori rendah berjumlah 6 orang (6,3%), responden yang berusia 14 tahun kategori tinggi berjumlah 8 orang (8,4%), kategori rendah berjumlah 6 orang, responden yang berusia 15 tahun kategori tinggi berjumlah 12 orang

(12,6%), kategori rendah berjumlah 13 orang (13,7%), responden yang berusia 16 tahun kategori tinggi berjumlah 16 orang (16,8%), kategori rendah berjumlah 7 orang (7,4%), dan responden yang berusia 17 tahun dengan kategori tinggi berjumlah 11 orang (11,6%), sedangkan kategori rendah berjumlah 12 orang (12,6%).

#### 4.3.2.2 Gambaran Tingkat Citra Tubuh Berdasarkan Cabang Olahraga

**Tabel 4.6 Gambaran Citra Tubuh Berdasarkan Cabang Olahraga**

<b>Cabang Olahraga</b>	<b>Tinggi</b>	<b>Persentase</b>	<b>Rendah</b>	<b>Persentase</b>
Voli	12	12,6%	6	6,3%
Basket	7	7,4%	3	3,2%
Angkat Besi	3	3,2%	1	1,1%
Atletik	5	5,3%	10	10,5%
Bulutangkis	4	4,2%	5	5,3%
Gulat	0	0%	4	4,2%
Karate	3	3,2%	2	2,1%
Senam	2	2,1%	2	2,1%
Tenis Lapangan	2	2,1%	2	2,1%
Pencak silat	3	3,2%	3	3,2%
Taekwondo	4	4,2%	3	3,2%
Loncat Indah	2	2,1%	0	0%
Panahan	0	0%	1	1,1%
Tenis Meja	4	4,2%	2	2,1%
<b>Total</b>	<b>51</b>	<b>53,7%</b>	<b>44</b>	<b>46,3%</b>

Berdasarkan tabel 4.6 dapat dilihat bahwa respon yang berasal dari cabang olahraga voli dengan kategori tinggi berjumlah 12 orang (12,6%), kategori rendah berjumlah 6 orang (6,3%), responden cabang olahraga basket dengan kategori tinggi

berjumlah 7 orang (7,4%), kategori rendah berjumlah 3 orang (3,2%), responden cabang olahraga angkat besi kategori tinggi berjumlah 3 orang (3,2%), kategori rendah berjumlah 1 orang (1,1%), responden cabang olahraga atletik kategori tinggi berjumlah 5 orang (5,3%), kategori rendah berjumlah 10 orang (10,5%), responden cabang olahraga bulutangkis kategori tinggi berjumlah 4 orang (4,2%), kategori rendah berjumlah 5 orang (5,3%), responden cabang olahraga gulat kategori tinggi berjumlah 0 (tidak ada), kategori rendah berjumlah 4 orang (4,2%), responden cabang olahraga karate kategori tinggi berjumlah 3 (3,2%), kategori rendah berjumlah 2 orang (2,1%), responden cabang olahraga senam dan tenis lapangan kategori tinggi berjumlah 2 (2,1%), kategori rendah berjumlah 2 orang (2,1%), responden cabang olahraga pencaksilat kategori tinggi berjumlah 3 (3,2%), kategori rendah berjumlah 3 orang (3,2%), responden cabang olahraga taekwondo kategori tinggi berjumlah 4 (4,2%), kategori rendah berjumlah 3 orang (3,2%), responden cabang olahraga loncat indah kategori tinggi berjumlah 2 (2,1%), kategori rendah berjumlah 2 orang (2,1%), responden cabang olahraga panahan kategori tinggi berjumlah 0 (tidak ada), kategori rendah berjumlah 1 orang (1,1%), responden cabang olahraga tenis meja kategori tinggi berjumlah 4 (4,2%), kategori rendah berjumlah 2 orang (2,1%).

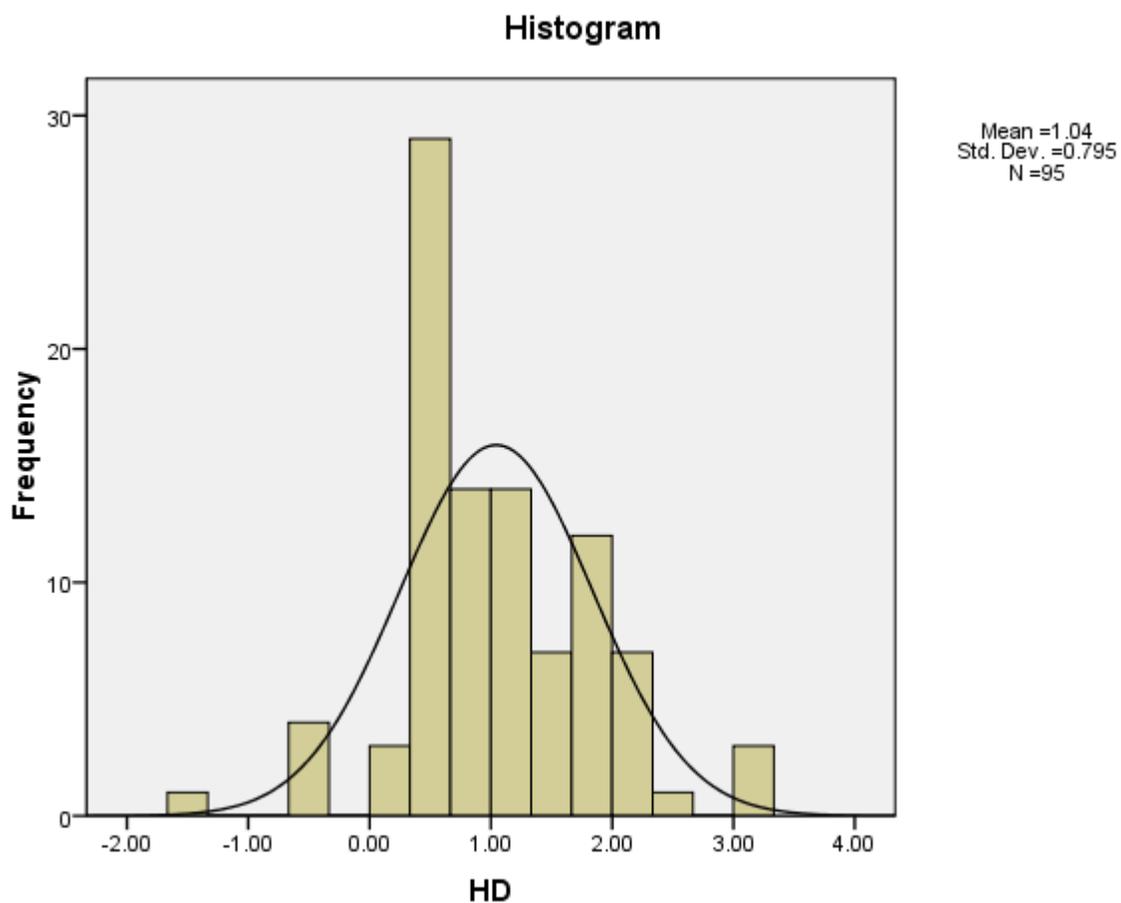
### **4.3.3 Data Deskriptif Harga Diri**

Hasil analisa data variabel Harga Diri diperoleh dengan menggunakan instrumen yang diadaptasi oleh peneliti berupa kuisioner berjumlah 10 *item*, dari hasil pengambilan data pada penelitian ini diperoleh hasil distribusi deskriptif sebagai berikut:

**Tabel 4.7 Distribusi Deskriptif Data Harga Diri**

<b>Statistik</b>	<b>Nilai Output</b>
<b>Mean</b>	1,04
<b>Median</b>	0,87
<b>Standar Deviasi</b>	0,80
<b>Varians</b>	0,63
<b>Nilai Minimum</b>	-1,56
<b>Nilai Maksimum</b>	3,04

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa Harga Diri memiliki mean 1,04, median 0,87, standar deviasi 0,80, varians 0,63, nilai minimum -1,56, dan nilai maksimum 3,04. Berikut grafik histogram dapat dilihat pada grafik 4.4.



**Grafik 4.4 Data Distribusi Harga Diri**

#### **4.3.3.1 Kategorisasi skor Harga Diri**

Kategorisasi skor Harga Diri terdiri dari dua skor kategori yaitu tinggi dan rendah. Pengkategorian dilakukan dengan menggunakan hasil mean dan model *Rasch*. Penjelasan mengenai pembagian kategorisasi skor variabel Harga Diri.

Rendah jika :  $X < \text{Mean}$

$$X < 1,04$$

Tinggi :  $X \geq \text{Mean}$

$$X \geq 1,04$$

**Tabel 4.8 Kategori Skor Harga Diri**

<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
<b>Rendah</b>	51	54%
<b>Tinggi</b>	44	46%
<b>Total</b>	95	100%

Berdasarkan analisis data di atas, dapat diketahui bahwa avariabel Harga Diri memiliki dua kategorisasi skor yaitu tinggi dan rendah. Pada tabel 4.6 menunjukkan bahwa 51 responden (54%) masuk ke dalam kategorisasi rendah, dan 44 responden (46%) masuk ke dalam kategorisasi tinggi.

### 4.3.3 Uji Normalitas

Pada penelitian ini, perhitungan uji normalitas data menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*. Data berdistribusi normal apabila nilai sig (*p-value*) lebih besar dari taraf signifikan ( $\alpha=0,05$ ) atau  $p > 0,05$ . Hasil pengujian normalitas variabel harga diri dan citra tubuh dapat dilihat pada tabel 4.7 berikut:

**Tabel 4.9 Uji Normalitas Variabel**

<b>Variabel</b>	<b>P</b>	<b>A</b>	<b>Interpretasi</b>
<b>Citra Tubuh</b>	0,952	0,05	Data Berdistribusi Normal
<b>Harga diri</b>			

Berdasarkan data pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa variabel citra tubuh dan harga diri sama-sama memiliki nilai sig (*p-value*) lebih besar daripada taraf

signifikansi ( $\alpha=0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa data dari kedua variabel berdistribusi normal.

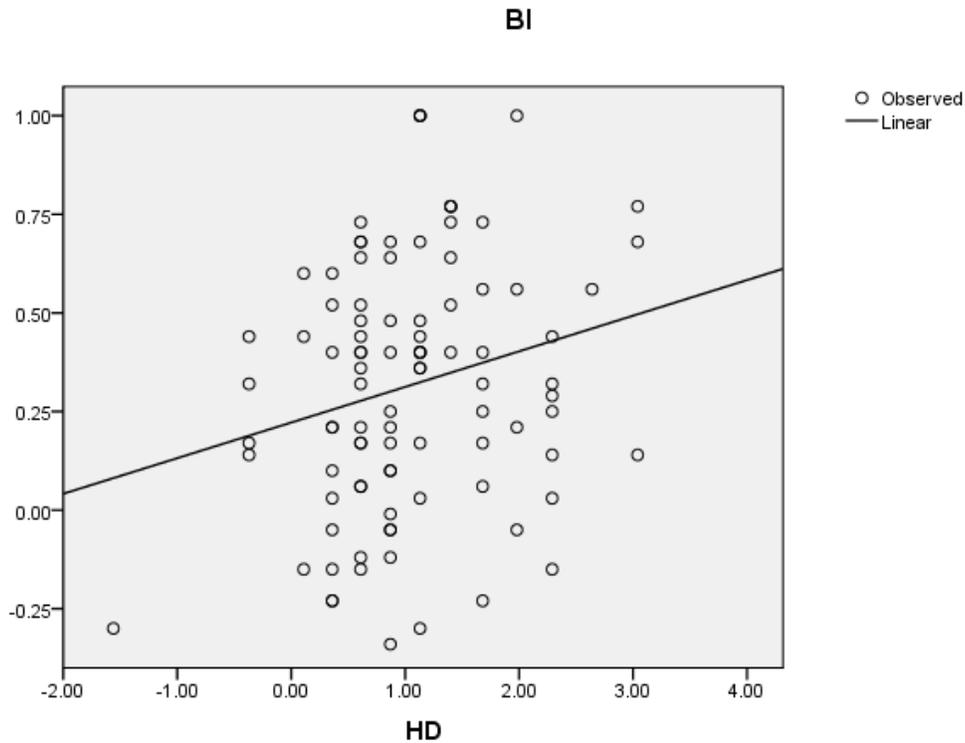
#### 4.3.4 Uji Linearitas

**Tabel 4.10 Uji Linieritas Citra Tubuh dengan Harga Diri**

Variabel	Nilai p	$\alpha$	Interpretasi
Citra Tubuh dengan Harga Diri	0,03	0,05	Linier

Uji asumsi linieritas antar variabel ini menggunakan SPSS 16.0 jika p lebih kecil daripada nilai  $\alpha$ , maka kedua variabel bersifat linier satu sama lain (Rangkuti, 2012). Berikut ini uji linieritas antara Citra Tubuh dengan Harga Diri sebagai berikut:

Berdasarkan tabel 4.8 dapat diketahui bahwa nilai p lebih kecil dari nilai  $\alpha$ , maka dapat diasumsikan bahwa Citra Tubuh dengan Harga Diri adalah linier. Linieritas dari kedua variabel juga dapat dilihat melalui grafik *Scatter Plot* gambar 4.5 dibawah ini.



**Gambar 4.5** *Scatter Plot* Linieritas Penerimaan Harga Diri dan Citra Tubuh

#### 4.3.5 Uji Korelasi

Korelasi *Pearson product moment* antar variabel harga diri dan citra tubuh memiliki koefisien korelasi dengan nilai 0.223 dengan nilai  $p = 0,03$ . Dapat diketahui nilai  $p$  lebih kecil daripada nilai  $\alpha = 0,05$ , bisa diartikan terdapat korelasi yang signifikan antara variabel harga diri dengan variabel citra tubuh pada pelaku modifikasi tubuh tato. Data yang diperoleh dari hasil perhitungan menggunakan program SPSS versi 20.0 dapat dilihat pada tabel 4.9 berikut:

**Tabel 4.11**  
**Hasil Korelasi Product Moment**

Variabel	P	A	Interpretasi
Citra Tubuh	0.03	0.05	Terdapat Hubungan yang Signifikan
Harga Diri			

#### 4.3.5 Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini pengujian hipotesis analisis regresi yang bertujuan untuk mengetahui tujuan-tujuan penelitian yang belum tercapai dengan uji korelasi. Hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yang menyatakan terdapat pengaruh antara harga diri dan citra tubuh pada atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta.

Untuk menguji hipotesis tersebut peneliti melakukan perhitungan dengan analisis regresi satu prediktor dengan menggunakan SPSS. Teknik analisis data dibantu dengan model *Rasch 3.73* kemudian hipotesis diuji menggunakan rumus analisis regresi dengan bantuan aplikasi SPSS versi 16.0 dengan hasil berikut:

**Tabel 4.12 Koefisien Persamaan Regresi**

Variabel	Konstanta	Koefisien regresi
Harga Diri	0,222	0,09
Citra Tubuh		

Berdasarkan data dari tabel 4.8 diatas, dapat disusun persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 0,222 + 0,09 X$$

$$\text{Citra Tubuh} = 0,222 + 0,09 \text{ Harga Diri}$$

Dari persamaan di atas diartikan jika Harga Diri (X) mengalami kenaikan satu satuan, maka variabel Citra Tubuh (Y) mengalami kenaikan juga sebesar 0,09. Hasil persamaan regresi ini dapat diketahui jika terdapat pengaruh Harga Diri yang bersifat positif, artinya jika Harga Diri tinggi maka Citra Tubuh pun juga tinggi. Kesimpulannya adalah ada pengaruh Harga Diri terhadap Citra Tubuh terhadap atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta dan pengaruh tersebut merupakan pengaruh yang positif.

**Tabel 4.13 Uji Signifikansi Keseluruhan Anova<sup>b</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
1	Regresion	0,485	1	0,485	4,877	0,03 <sup>b</sup>
	Residual	9,242	93	0,99		
	Total	9,726	94			

a. Predictors: (Constant), Harga Diri

b. Dependen Variabel : Citra Tubuh

Kriteria Pengujian:

Ho ditolak jika F hitung > F tabel dan nilai p < 0,05

Ho diterima jika F hitung < F tabel dan nilai p < 0,05

Berdasarkan hasil analisis regresi dapat diketahui F hitung sebesar 4,877 dengan nilai p = 0,03. Nilai F hitung diatas yang bernilai 4,877 dibandingkan dengan nilai f tabel (1;93) yang bernilai 3,943 yang berarti nilai F hitung > F tabel yang artinya hipotesis nol (H<sub>0</sub>) diterima. Jika nilai p yang bernilai 0,03 dibandingkan dengan nilai  $\alpha$

= 0,05 maka  $p < \alpha$  dapat disimpulkan hipotesis nol ( $H_0$ ) diterima, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara harga diri dan citra tubuh pada atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta.

**Tabel 4.14 Model Summary**

<b>Model</b>	<b>R</b>	<b>R square</b>	<b>Adjusted R Square</b>
1	0,223	0,05	0,04

Besar pengaruh (R square) variabel harga diri terhadap variabel citra tubuh adalah 0,05 (5%). Hal ini menunjukkan bahwa harga diri memengaruhi citra tubuh sebesar 5% dan sisanya 95% dipengaruhi oleh faktor selain harga diri.

#### **4.4 Pembahasan**

Hasil dari pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi menunjukkan bahwa  $H_0$  diterima berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara harga diri terhadap citra tubuh pada atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta. Penelitian ini menunjukkan harga diri berpengaruh terhadap citra tubuh sebesar 5% pada atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta sedangkan 95% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti di dalam penelitian ini, seperti: hubungan interpersonal, sosiokultural dan media massa. Sampel yang diperoleh sebanyak 95 responden.

Citra Tubuh merupakan pengalaman individu yang berupa persepsi terhadap bentuk tubuh dan berat tubuhnya, serta perilaku yang mengarah pada evaluasi individu tersebut terhadap penampilan fisiknya berdasarkan aspek kognitif, afektif dan perilaku. Seseorang dengan citra tubuh yang positif akan memiliki pandangan seperti: tubuh kurus atau gemuk belum tentu tidak sehat karena tubuh yang sehat bisa dimiliki oleh berbagai bentuk dan ukuran, ukuran bentuk tubuh tidak menentukan kesehatan, kebahagiaan atau kesuksesan, setiap orang memiliki hal yang unik, keterampilan,

kemampuan dan talenta yang mengagumkan, dan gambar atau foto di media merupakan hal yang tidak realistis dan itu semua diciptakan untuk kebutuhan komersial dalam hal bisnis produk, sehingga ia tidak akan menjadikan model di media sebagai acuan. Dampak yang dimiliki seseorang jika mengalami pemikiran dan perasaan negatif mengenai bentuk tubuhnya ialah berdampak terjadinya *Body Image Distortion*, dan *Body Image Dissatisfaction* yang merupakan dari jenis gangguan citra tubuh menurut Cash & Pruzinsky (dalam Husna, 2013). Dalam hasil penelitian ini sebanyak 44 responden (46%) citra tubuh atlet remaja putri masuk ke dalam kategorisasi rendah, dan 51 responden (54%) masuk ke dalam kategorisasi tinggi.

Jika dilihat dari usia responden, maka responden yang memiliki citra tubuh yang positif dimiliki oleh responden yang berusia 16 tahun. Sedangkan responden yang berusia 15 tahun yang memiliki citra tubuh yang cenderung negatif. Kemudian, jika dilihat dari hasil perhitungan berdasarkan cabang olahraga dari setiap responden maka ada dua cabang olahraga yang hasilnya signifikan dibandingkan dengan cabang olahraga lainnya, yaitu: cabang olahraga gulat, tidak ada yang memiliki kategori nilai tinggi (0), dan responden yang memiliki penilaian kategori rendah berjumlah 4 orang (4,2%). Hal ini karena cabang gulat memiliki postur tubuh yang besar dan berotot sebagai penunjang kemampuan dan performanya saat bertanding. Dengan kondisi fisik yang dimiliki oleh atlet gulat remaja putri, jika itu tidak sesuai dengan harapan dan konsep idealnya maka akan berpengaruh terhadap penilaian citra tubuh atlet gulat remaja putri tersebut.

Sedangkan pada cabang olahraga loncat indah responden yang memiliki kategori nilai tinggi berjumlah 2 orang (2,1%), dan kategori nilai rendah (0). Hal ini, karena cabang loncat indah tidak berpengaruh terhadap bentuk fisik yang dimilikinya meskipun sama memerlukan kekuatan fisik, tetapi hasil yang didapat dari latihan fisik untuk atlet loncat indah berbeda dengan atlet gulat yang akan memberikan efek pada fisik menjadi berotot dan tubuh yang besar. Sehingga pada atlet loncat indah cenderung memiliki citra tubuh yang positif dibandingkan dengan atlet gulat.

Penelitian ini juga menemukan hasil tentang harga diri. Dalam hasil penelitian ini 51 responden (54%) masuk ke dalam kategorisasi rendah, dan 44 responden (46%)

masuk ke dalam kategorisasi tinggi yang diperoleh berdasarkan keseluruhan sampel ayang berjumlah 95 reponden.

Berdasarkan analisis data, hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh yang dihasilkan harga diri terhadap citra tubuh bersifat positif, artinya semakin tinggi harga diri maka semakin tinggi pula citra tubuh seseorang. Sebaliknya, jika harga diri seseorang rendah maka akan rendah pula citra tubuh seseorang tersebut. Seseorang yang memiliki harga diri rendah, ia akan memiliki ciri-ciri: menilai dirinya sendiri secara negatif, meragukan kemampuan dirinya, merasa tidak dihargai dan dihormati, merasa orang yang gagal, tidak bahagia, tertekan, dan merasa bahwa dirinya tidak dapat dibanggakan, dan merasa tidak berguna (Rosenberg 1965, dalam Wahyuni, 2014).

#### **4.5 Keterbatasan Penelitian**

Dalam melakukan penelitian, peneliti mengalami beberapa keterbatasan. Dalam penyebaran data, jumlah responden yang peneliti tetapkan sebelumnya tidak sesuai pada saat pengambilan data di lapangan karena responden sudah mulai pulang ke kampung halaman masing-masing karena mendekati hari raya lebaran, peneliti mengharapkan jumlah responden yang didapat lebih banyak lagi agar menggambarkan dengan baik. Dalam penelitian ini masih terdapat beberapa hasil reponden yang melakukan kesalahan seperti: tidak mencantumkan cabang olahraga yang responden tekuni, sehingga peneliti melihat kembali daftar kehadiran responden.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan analisis dan perhitungan statistik dengan menggunakan uji analisis regresi linier satu predictor, peneliti menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh Harga Diri terhadap Citra Tubuh. Pengaruh yang dihasilkan bersifat positif yang berarti bahwa semakin tinggi harga diri maka semakin tinggi pula citra tubuh seseorang. Sebaliknya, jika harga diri seseorang rendah maka akan rendah pula citra tubuh seseorang tersebut.

#### **5.2 Implikasi**

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang telah dilakukan, maka implikasi dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang positif antara harga diri terhadap citra tubuh atlet remaja putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta. Hal ini sejalan dengan dan memperkuat temuan-temuan terdahulu, diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Cash dan Pruzinsky (2002). Dalam penelitian tersebut bahwa harga diri berperan penting dalam perkembangan citra tubuh. Lebih lanjut, Nurvita dan Handayani (2015) menambahkan bahwa terdapat hubungan antara kedua variabel harga diri dan citra tubuh menghasilkan koefisien korelasi yang positif, yang berarti semakin tinggi harga diri yang dimiliki seseorang maka semakin positif pula citra tubuh yang dimiliki.

Apabila seorang atlet memiliki citra tubuh yang positif maka seseorang akan menerima keadaan bentuk tubuhnya apa adanya dan membuat seorang atlet percaya diri. Hal tersebut bukan tidak mungkin akan memengaruhi kualitas dan prestasi atlet tersebut ketika bertanding.

### **5.3 Saran**

Berdasarkan hasil dan kesimpulan yang didapatkan dalam penelitian maka peneliti mengajukan beberapa saran yang berguna bagi pihak terkait dan penelitian selanjutnya. Adapun saran yang ingin diberikan yaitu:

#### **5.3.1 Bagi Atlet Putri**

Berdasarkan dari hasil temuan, maka disarankan kepada atlet putri yang menginjak usia remaja untuk lebih menghargai tubuh yang dimiliki dan menggali potensi dalam diri yang bertujuan dapat menilai dirinya secara lebih positif, dengan cara sebagai berikut: pertama, dengan selalu berpikir positif terhadap tubuh yang dimiliki, dimulai untuk tidak mengkritik diri sendiri. Kedua, tidak membandingkan diri sendiri dengan diri orang lain, membandingkan diri sendiri dengan orang lain membuat individu menjadi lelah dan selalu merasa tidak puas. Ketiga, selalu berpakaian yang terbaik dan nyaman, hal ini menunjukkan bahwa seseorang menghargai dan menghormati dirinya sendiri, dan juga dapat meningkatkan kepercayaan diri terhadap tubuh yang dimiliki.

#### **5.3.2 Bagi Penelitian Selanjutnya**

Di dalam penelitian ini, peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna, agar penelitian di masa mendatang menjadi lebih baik, penulis ingin memberikan saran kepada penelitian selanjutnya khususnya untuk yang tertarik meneliti Harga Diri dan Citra tubuh yaitu:

- 1) Peneliti menyarankan untuk penelitian lebih lanjut memperbanyak referensi dan literatur yang terkait dengan faktor-faktor yang berhubungan dengan Citra Tubuh.
- 2) Peneliti menyarankan untuk memperhitungkan waktu dalam pengambilan data yang nantinya tidak terhalang dengan kegiatan sekolah, ujian sekolah dan libur sekolah.
- 3) Selain memperhitungkan waktu, untuk penelitian selanjutnya peneliti menyarankan untuk mempersiapkan persyaratan penelitian jika ingin meneliti di Instansi-instansi yang resmi jauh dari waktu sebelum turun ke lapangan agar tidak menunggu persetujuan dari Instansi lebih lama.

- 4) Untuk penelitian selanjutnya, peneliti menyarankan untuk dapat meneliti faktor-faktor lain yang memengaruhi citra tubuh seperti: media massa, hubungan interpersonal, dan sosiokultural.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Batubara, J.R. (2010). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri Departemen Ilmu Kesehatan Anak, RS Dr.Cipto Mangunkusumo, Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta, 12(1)*, pp. 21-29.
- Blitz, A., Sklenar, D., Rubin, M., Burnett, W. (2014). Self-Esteem : A Guide for Parents of Children with Facial Differences. A Publication of National Foundation for Facial Reconstruction. Retrieved from :  
<http://myface.org/wp-content/uploads/2014/08/Self-Esteem-Guide.pdf>
- Cash, T.F. (2000) *The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire. MBSRQ USERS' MANUAL*. Third Revision
- Cash, T.F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. New York: The Guildford Press, 72 Spring Street
- Cash, T.F. (2012) *Encyclopedia of Body Image and All Human Appearance* (pp. 334-342). London, UK, and San Diego, CA: Academic Press (Elsevier)
- Dewi, Annisa, M. (2016). *Pengaruh Self-Esteem Terhadap Self Disclosure Pengguna Online Dating*. Skripsi UNJ, Jakarta
- Dorak, Ferudun. (2011). Self -Esteem and Body Image of Turkish Adolescent Girls. *Journal of Social Behavior and Personality*, 39 (4), 553 – 561
- Dinc, B., & Alisinanoglu, F. (2010). Defining the Effect of Television on The Body Image on The Basic o Adolescents' Opinions. *Turkish Online Jurnal of Qualitative Inquiry*, 1(2), pp. 65-77
- Ermanza, G. H. (2008). *Hubungan antara harga diri dan citra tubuh pada remaja putri yang mengalami obesitas dari sosial ekonomi menengah atas*. Skripsi UI, Depok
- Gatti, E., Ionio, C., Traficante, D., & Confalonieri, E. (2013). "I Like My Body: Therefore, I Like Myself" : How Body Image Influences Sel-Esteem – A Cross-Sectional Study on Italian Adolescents. Departmen of Psychology, Catholic University of Milan, Italy. *Europe's Journal of Psychology*, 10(2), pp. 301-317. Retrieved from :

<https://www.google.com/#q=%E2%80%9CI+Like+My+Body%3B+Therefore%2C+I+Like+Myself%E2%80%9D+pdf>

- Grogan, S. (2006). Body Image and Health : Contemporary Perspectives. *Journal of Health Psychology, 11(4)*, 523-530. Sage Publication : London, Thousand Oaks and New Delhi. DOI: 10.1177/1359105306065013
- Granatino, R., & Haytko, D.L. (2013). Body Image, Confidence, And Media Influence : A Study of Middle School Adolescents. *The Journal of Applied Business Research, 29(1)*, pp. 45-50 :The Clute Institute. Retrieved January 09, 2015 from :  
<http://www.cluteinstitute.com/ojs/index.php/JABR/article/viewFile/7554/7620>
- Ghufron, M.N. & Risnawita, Rini. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta; Ar-Ruzz Media Grup
- Husna, Nur Lailatul. *Hubungan Antara Body Image dengan Perilaku Diet (Penelitian Wanita di Sanggar Senam Rita Pati)*. Skripsi Sarjana (Tidak diterbitkan). Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2013)
- Itani, D. (2011). Body Image, Self Esteem and Academic Achievement of 8<sup>th</sup> and 11<sup>th</sup> Grades Male and Female Lebanese Student. *A Thesis for the degree of Master of Arts in Education*. Retrieved from :  
[https://ecommons.lau.edu.lb:8443/xmlui/bitstream/handle/10725/1030/Diala\\_I\\_tani\\_Thesis.pdf?sequence=1](https://ecommons.lau.edu.lb:8443/xmlui/bitstream/handle/10725/1030/Diala_I_tani_Thesis.pdf?sequence=1)
- Monks, F.J., Knoers, A.M.P., & Haditono, S.R. (2006). *Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Murk, F.J. (2006). *Self-esteem research, theory, and practice: Toward a positive psychology of self-esteem (3<sup>rd</sup>ed)*. New York: Springer Publishing Company
- Naem, M.H., Shabir, G., Umar, H. M., Shabir, S. A., Nadvi, N. A., Hayat, A., Azher, M. (2014). Effect of Social Support on Self-Esteem Amongest The Student of U.O.S Sargodha. *International Journal of Academic Research and Reflection, 2(2)*. Retrieved from :  
<http://www.idpublications.org/wp-content/uploads/2014/01/EFFECTS-OF-SOCIAL-SUPPORT-ON-SELF-ESTEEM-AMONGEST-THE-STUDENT-OF-U.O.pdf>
- Nawawi, Umar, dkk. (2007). *Diktat Fisiologi Olahraga*. Padang. Universitas Negeri Padang
- Nugraha, F.A. (2015). *Hubungan Body Image, Self-Esteem, dan Prestasi Akademik pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Indonesia*. Skripsi UI, Depok
- Nurvita, V. & Handayani, M.M. (2015). Hubungan Antara Self-esteem dengan Body Image pada Remaja Awal yang Mengalami Obesitas. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, 4(1)*, pp 42-47

- Prabundari, Sastikanya. (2007). *Hubungan persepsi mahasiswa terhadap citra Perempuan dalam majalah Wanita dengan gaya hidup*. Skripsi IPB, Bogor
- Rahmania & Yuniar. (2012). *Hubungan antara Self Esteem dengan kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada remaja putri*. Universitas Airlangga; Surabaya
- Rangkuti, Anna Armeni. (2013). *Buku Ajar: Statistika Parametrik dan Non-Parametrik dalam Bidang Psikologi dan Pendidikan*. Jakarta: Fakultas Pendidikan UNJ
- Rema, D. (2013). *Wolipop Lifestyle : Definisi 'Cantik' Menurut Pandangan Orang dari Berbagai Negara*. Jakarta. Retrieved from : <http://m.detik.com/wolipop/read/2013/09/19/081855/2363014/234/definisi-cantik-menurut-pandangan-orang-dari-berbagai-negara?w991100234&source=gmail&ust=1493289454295000&usg=AFQjCNHyzHdR59HUz34d8cmRIn2Z8fv6Ng>
- Rosaline, N. (2016). *Penerapan Pelatihanvaluasi dan Apresiasi Diri Beauty Awakening Efektif Untuk Meningkatkan Persepsi Citra Tubuh Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi UNJ*. Skripsi UNJ. Jakarta
- Sangadji, Etta Mamang dan Sopiah. (2010). *Metode Penelitian – Pendekatan Praktis dalam Penelitian*. Yogyakarta: ANDI
- Sari, Tasya, M (2009). *Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Penyesuaian Diri Remaja Putri*. Skripsi USU. Medan
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Sukamto, M. E. (2006). *Citra Tubuh Perempuan di Media Massa*. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, Vol. 21, No.3, 299-305.
- Sularno. (2013). *Sejarah Sekolah Ragunan*. Jakarta. [www.smanragunan.com/profil/sejarah](http://www.smanragunan.com/profil/sejarah)
- Sumintono, Bambang. & Wahyu, Widhiarso. (2014). *Aplikasi Model Rasch untuk Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*. Cimahi: Trim Komunikata Publishing House
- Sondakh, A. (2009). *Usulkan UU Keolahragaan Jamin Masa Depan Mantan Atlet*. 27 April 2009. <http://www.kapanlagi.com>
- Tze-Chun Tang., chih-Hung Ko., Ju-Yu Yen., Huang-Chi Lin., Shu-Chun Liu., Chin-Fen Huang., & Cheng-Fang Yen. (2009). *Suicide and Its Association with Individual, Family, Peer, And School Factor in an Adolescent Population in Southern Taiwan*. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 38(1). Retrieved from : <http://search.proquest.com/docview/224877796/fulltextPDF/1AC2592289B5452DPQ/1?accountid=17242>

Tibballs, S. (2012). VOA Indonesia : *Atlet Putri Balas Kritikan Terhadap Tubuh Mereka*. Amerika. Retrieved from : <http://www.voaindonesia.com/a/atlet-putri-nalas-kritikan-terhadap-tubuh-mereka/1455780.html>

Wahyuni, Jihandewi. *Pengaruh Harga Diri, Academiclocus of Control, dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi (Collage Adjustment) pada Mahasiswa Tahun Pertama UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*. Skripsi tidak dipublikasikan. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta

Yosephin. (2012). *Hubungan citra tubuh terhadap perilaku diet mahasiswi di salah satu fakultas dan program vkasi rumpun sosial humaniora Universitas Indonesia*. Skripsi UI, Depok

## LAMPIRAN 1

### INSTRUMEN PENELITIAN PERSEPSI BODY IMAGE DAN SELF-ESTEEM

#### IDENTITAS DIRI

Nama (Inisial) :

Usia :

Jenis Kelamin :

Domisili :

#### PENJELASAN PENELITIAN

Sebagai bagian dari tugas akhir, Saya Hadi Nugroho, mahasiswa jurusan Psikologi UNJ 2013 akan mengadakan penelitian yang berjudul “Pengaruh Harga Diri Terhadap Citra Tubuh Atlet Remaja Putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta”. Saya mohon ketersediaan Anda untuk menjadi responden dalam penelitian tersebut dengan mengisi kuesioner ini. Data yang didapat hanya untuk keperluan penelitian saja, dan saya menjamin **kerahasiaan** jawaban Anda.

#### Petunjuk Pengisian Skala

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan yang menggambarkan diri anda. Bacalah setiap pernyataan dengan teliti dan tentukan seberapa sesuai pernyataan tersebut dalam menggambarkan diri anda. Berilah tanda silang (x) pada salah satu pilihan dari lima pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan, perasaan dan pikiran anda.

Setiap pernyataan memiliki lima (5) kemungkinan jawaban, yaitu:

- 1 : Bila Anda **Sangat Tidak Sesuai (STS)** dengan pernyataan tersebut.
- 2 : Bila Anda **Tidak Sesuai (TS)** dengan pernyataan tersebut.
- 3 : Bila Anda **Ragu-ragu (R)** dengan pernyataan tersebut,

- 4 : Bila Anda **Sesuai (S)** dengan pernyataan tersebut,
- 5 : Bila Anda **Sangat Sesuai (SS)** dengan pernyataan tersebut.

1	2	3	4	5
STS	TS	R	S	SS

Kerjakanlah dengan teliti agar tidak melewati satu nomor pun dalam memberi jawaban pada pernyataan-pernyataan di bawah ini.

**Contoh :**

1. Saya menyukai pekerjaan saya

1	2	3	4	5
STS	TS	R	S	SS 

**Berdasarkan jawaban di atas, anda Sangat Sesuai (SS) dengan pernyataan yang diberikan yaitu menyukai pekerjaan anda.**

**SELAMAT MENGERJAKAN**

<b>NO</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>STS</b>	<b>TS</b>	<b>R</b>	<b>S</b>	<b>SS</b>
1	Saya memperhatikan penampilan sebelum berada di depan umum.					
2.	Saya cermat dalam membeli pakaian yang akan memperlihatkan penampilan terbaik.					
3	Penampilan tubuh saya memiliki daya tarik seksual.					

**INSTRUMEN PENELITIAN PERSEPSI BODY IMAGE DAN  
SELF-ESTEEM**

**IDENTITAS DIRI**

Nama (Inisial) :

Usia :

Jenis Kelamin :

Domisili :

**PENJELASAN PENELITIAN**

Sebagai bagian dari tugas akhir, Saya Hadi Nugroho, mahasiswa jurusan Psikologi UNJ 2013 akan mengadakan penelitian yang berjudul “Pengaruh Harga Diri Terhadap Citra Tubuh Atlet Remaja Putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta”. Saya mohon ketersediaan Anda untuk menjadi responden dalam penelitian tersebut dengan mengisi kuesioner ini. Data yang didapat hanya untuk keperluan penelitian saja, dan saya menjamin **kerahasiaan** jawaban Anda.

**Petunjuk Pengisian Skala**

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan yang menggambarkan diri anda. Bacalah setiap pernyataan dengan teliti dan tentukan seberapa sesuai pernyataan tersebut dalam menggambarkan diri anda. Berilah tanda silang (x) pada salah satu pilihan dari empat pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan, perasaan dan pikiran anda.

Setiap pernyataan memiliki empat (4) kemungkinan jawaban, yaitu:

- 1 : Bila Anda **Sangat Tidak Sesuai (STS)** dengan pernyataan tersebut.
- 2 : Bila Anda **Tidak Sesuai (TS)** dengan pernyataan tersebut.
- 3 : Bila Anda **Sesuai (S)** dengan pernyataan tersebut,
- 4 : Bila Anda **Sangat Sesuai (SS)** dengan pernyataan tersebut.

1	2	3	4
STS	TS	S	SS

Kerjakanlah dengan teliti agar tidak melewati satu nomor pun dalam memberi jawaban pada pernyataan-pernyataan di bawah ini.

**Contoh :**

1. Saya menyukai pekerjaan saya

1	2	3	4
STS	TS	S	SS 

**Berdasarkan jawaban di atas, anda Sangat Sesuai (SS) dengan pernyataan yang diberikan yaitu menyukai pekerjaan anda.**

**SELAMAT MENGERJAKAN**

<b>NO</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>STS</b>	<b>TS</b>	<b>S</b>	<b>SS</b>
1	Secara keseluruhan, saya merasa puas dengan diri saya sendiri.				
2.	Saya merasa bahwa diri saya tidak baik.				
3	Saya merasa memiliki sejumlah kualitas yang baik dalam diri.				

## LAMPIRAN 2

### Uji Coba Citra Tubuh

0 0 1 4 4 3 2 5 4 4 2 3 3 5 3 4 2 3 1 3 5 4 1 4 2 2 1 3 2 4 3 4 4 3 3 4 3 4  
 0 0 2 4 4 1 4 2 2 4 3 4 4 2 2 4 4 2 4 4 5 5 5 4 1 1 1 3 2 4 4 4 4 4 3 3 4  
 0 0 3 4 4 2 2 4 4 4 2 2 4 2 1 4 2 2 3 4 4 4 3 4 2 1 1 3 3 3 4 3 3 3 3 3 3  
 0 0 4 4 3 2 3 4 4 5 4 3 3 2 3 3 3 2 3 3 3 3 3 4 3 2 1 3 3 4 4 4 3 3 3 4 4  
 0 0 5 4 4 3 4 4 2 4 3 3 4 1 3 4 3 2 2 3 4 4 4 4 2 2 1 4 4 3 3 2 3 3 3 2 3  
 0 0 6 4 3 2 4 3 4 5 4 3 4 3 2 4 3 2 4 2 4 4 4 4 5 4 3 3 4 3 3 3 3 2 1 4 3  
 0 0 7 4 4 2 3 4 3 4 3 2 2 3 1 4 2 2 4 4 4 4 2 2 3 3 2 5 5 3 3 2 2 3 2 2 2 3  
 0 0 8 4 4 1 4 5 4 5 4 2 4 2 1 2 1 2 2 3 5 4 4 4 2 2 1 3 3 4 2 4 4 4 4 4 3 4  
 0 0 9 4 4 1 4 4 4 4 4 4 4 2 2 4 3 2 2 4 3 3 4 4 2 1 1 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3  
 0 1 0 4 5 2 4 4 4 4 3 4 4 4 2 3 2 2 3 4 4 4 4 3 5 1 1 3 2 4 3 2 5 4 4 4 5 5  
 0 1 1 4 4 4 2 4 2 4 4 4 4 2 4 4 4 2 2 4 4 4 4 4 2 2 1 3 4 3 3 3 3 4 3 3 3  
 0 1 2 4 4 3 3 4 2 4 3 4 4 2 4 2 4 2 3 2 4 4 4 4 2 2 1 3 3 4 4 4 4 4 4 4 4  
 0 1 3 4 4 3 2 4 2 3 3 2 3 2 2 4 4 2 2 2 3 3 4 4 2 1 1 4 4 3 4 3 4 2 3 2 3 3  
 0 1 4 4 4 2 2 5 4 3 1 3 4 3 3 4 4 1 1 5 5 5 2 2 3 2 3 4 4 5 5 3 3 3 3 5 4  
 0 1 5 4 4 2 4 2 4 4 4 2 4 2 2 4 4 2 2 4 4 4 4 4 4 3 2 4 2 4 4 3 3 3 2 2 3  
 0 1 6 4 3 3 4 4 4 4 4 3 3 2 3 3 2 1 3 2 3 3 4 4 4 5 5 4 3 3 3 3 3 3 3 3 3  
 0 1 7 3 3 2 2 4 3 3 3 3 3 3 1 3 3 2 3 3 3 3 4 3 2 1 1 4 4 3 3 3 3 3 3 3 3  
 0 1 8 4 4 2 3 5 4 4 4 4 2 5 3 4 2 5 2 3 4 5 4 2 3 3 1 3 4 3 3 2 2 3 3 3 3  
 0 1 9 5 4 3 5 3 4 5 5 3 3 2 3 4 3 1 2 4 4 3 4 4 5 3 3 3 4 2 3 4 2 3 2 2 2 3  
 0 2 0 4 4 3 4 4 4 4 4 4 4 2 4 4 2 2 2 4 3 3 3 4 5 2 4 4 4 3 3 3 3 3 3 3 3  
 0 2 1 5 4 2 5 5 5 5 4 4 4 2 3 4 3 2 2 4 4 4 3 4 2 3 2 4 3 3 4 3 2 3 3 2 4  
 0 2 2 4 4 3 4 4 4 4 4 4 4 2 4 4 2 2 2 4 3 3 3 4 5 4 5 4 4 3 3 3 3 3 3 3 3  
 0 2 3 4 4 3 4 4 4 4 4 4 4 2 4 4 2 2 2 4 3 3 3 4 5 4 5 4 4 3 3 3 3 3 3 3 3  
 0 2 4 4 2 1 4 4 4 4 4 4 4 4 1 2 4 2 4 4 4 2 4 2 3 1 3 4 3 3 2 2 4 3 3 3 3  
 0 2 5 4 4 2 5 5 4 3 5 3 4 3 1 3 3 2 3 5 5 3 5 5 5 1 3 5 5 3 5 3 4 3 3 2 4 5  
 0 2 6 4 4 1 2 4 3 3 3 4 4 2 1 2 3 2 3 3 4 4 4 4 3 1 2 3 3 3 3 3 3 3 3 4 4  
 0 2 7 4 4 2 2 4 2 4 4 2 2 2 2 3 2 4 2 2 4 4 3 4 4 4 1 3 4 3 4 3 3 4 3 2 3  
 0 2 8 4 2 2 2 4 4 4 2 3 4 3 3 4 2 2 2 4 4 4 4 4 1 1 1 3 3 4 5 4 2 3 2 3 3 3  
 0 2 9 4 4 2 2 4 4 4 4 3 3 2 3 2 2 2 2 3 4 3 2 4 3 3 3 4 3 3 3 3 3 3 3 3 3  
 0 3 0 4 4 3 3 5 3 4 3 3 3 2 2 3 2 3 3 4 4 4 4 3 3 2 1 4 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3  
 0 3 1 4 4 2 2 4 2 4 2 3 2 2 3 4 3 2 2 4 4 4 4 3 2 1 1 3 3 4 4 4 3 4 4 4 3 3  
 0 3 2 4 3 2 5 3 4 4 4 3 4 1 2 4 1 3 3 2 3 3 3 5 5 2 4 4 4 3 4 2 3 4 4 2 1 3  
 0 3 3 4 5 3 4 5 3 4 5 4 5 3 2 3 4 3 2 4 4 3 3 4 2 1 1 2 2 4 4 3 3 3 2 2 2 3  
 0 3 4 4 4 2 2 4 4 4 4 2 3 2 2 4 2 2 2 3 3 3 4 4 2 2 1 1 3 3 3 3 3 2 2 2 3  
 0 3 5 5 4 2 2 5 2 4 3 4 4 2 1 4 3 2 4 2 4 4 4 4 2 2 1 2 2 4 4 4 4 4 3 4 4  
 0 3 6 4 4 4 4 4 4 4 4 3 3 2 4 3 2 2 2 2 4 4 3 4 5 4 4 4 3 3 4 3 3 2 2 2 3

0 3 7 4 5 2 4 3 4 5 3 3 4 3 2 4 3 2 3 4 4 4 3 4 5 3 3 4 3 3 4 3 3 3 2 2 3  
0 3 8 4 4 2 2 4 2 4 2 4 4 3 1 3 4 1 2 2 4 4 4 4 1 3 4 3 3 3 3 3 3 3 3 3  
0 3 9 5 5 1 4 4 2 4 3 2 3 2 1 4 3 2 3 4 5 5 4 4 1 4 3 4 3 4 4 3 2 3 3 2 2 3  
0 4 0 4 1 1 5 4 4 4 4 2 4 4 2 2 4 1 2 2 4 2 4 2 2 3 1 3 3 4 4 3 3 4 3 4 3 3

## Uji Coba Harga Diri

0 0 1 3 3 3 3 2 3 3 1 3 3  
 0 0 2 3 4 3 3 3 3 3 2 3 3  
 0 0 3 3 3 3 3 3 3 3 2 3 3  
 0 0 4 3 3 3 3 3 3 3 2 3 3  
 0 0 5 3 3 3 3 3 3 3 2 3 3  
 0 0 6 3 3 3 3 3 3 3 2 3 3  
 0 0 7 3 3 3 3 3 3 4 2 3 3  
 0 0 8 3 3 3 3 2 3 3 1 4 3  
 0 0 9 3 3 3 3 2 3 3 2 3 3  
 0 1 0 3 3 3 4 2 3 3 2 3 3  
 0 1 1 3 3 3 3 3 3 3 2 3 3  
 0 1 2 3 3 3 3 3 3 3 2 3 3  
 0 1 3 3 3 3 3 3 3 3 2 3 3  
 0 1 4 3 3 3 3 3 3 4 1 3 3  
 0 1 5 3 3 3 3 2 3 3 2 3 3  
 0 1 6 3 2 3 3 3 3 3 2 3 3  
 0 1 7 3 3 3 2 2 3 3 2 3 3  
 0 1 8 3 3 3 3 2 3 3 2 3 3  
 0 1 9 3 2 3 3 2 3 3 2 3 3  
 0 2 0 3 2 3 3 2 3 3 2 3 3  
 0 2 1 3 3 3 3 2 3 3 2 4 4  
 0 2 2 3 2 3 3 2 3 3 2 3 3  
 0 2 3 3 2 3 3 2 3 3 2 3 3  
 0 2 4 2 3 3 3 2 3 3 2 3 3  
 0 2 5 4 3 3 4 3 3 3 2 4 4  
 0 2 6 3 3 3 3 3 3 3 2 3 3  
 0 2 7 3 3 3 3 2 3 3 2 3 3  
 0 2 8 4 3 3 3 3 3 3 2 3 3  
 0 2 9 3 3 3 3 3 3 3 2 3 3  
 0 3 0 3 3 3 3 2 3 3 2 3 3  
 0 3 1 3 3 3 3 3 3 3 2 3 3  
 0 3 2 3 3 3 3 3 4 3 2 4 3  
 0 3 3 2 2 2 2 2 3 3 1 3 3  
 0 3 4 2 3 3 3 2 3 3 2 3 3  
 0 3 5 3 3 3 3 3 4 4 2 3 4  
 0 3 6 3 3 3 3 2 4 3 2 3 3  
 0 3 7 2 3 2 3 3 3 3 2 3 3  
 0 3 8 3 3 3 3 3 3 3 1 3 3  
 0 3 9 2 3 2 3 3 3 3 2 3 3

0 4 0 2 3 2 3 3 3 3 2 3 3

## LAMPIRAN 3

### Validitas dan Reliabilitas

#### Validitas dan Raliabilitas Harga Diri

##### Item fit order

TABLE 10.1 New HD Uji Coba ZOU943WS.TXT Jul 9 11:37 2017  
 INPUT: 40 Person 10 Item REPORTED: 40 Person 10 Item 4 CATS WINSTEPS 3.73

Person: REAL SEP.: 1.02 REL.: .51 ... Item: REAL SEP.: 6.77 REL.: .98

##### Item STATISTICS: MISFIT ORDER

ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL S.E.	INFIT MNSQ ZSTD	OUTFIT MNSQ ZSTD	PT-MEASURE CORR.	EXP.	EXACT MATCH OBS%	EXP%	Item		
2	115	40	.12	.51	1.16	.6	1.71	1.1	A .51	.44	85.0	87.5	HD2
8	75	40	10.67	.53	1.12	.5	1.65	.9	B .29	.41	90.0	88.9	HD8
1	116	40	-.15	.54	1.43	1.2	1.61	1.0	C .64	.42	82.5	89.4	HD1
4	120	40	-1.59	.65	1.05	.3	1.42	.7	D .50	.42	92.5	92.5	HD4
9	124	40	-3.12	.57	.85	-.3	1.30	.6	E .41	.49	90.0	90.2	HD9
5	102	40	2.55	.41	1.09	.5	1.19	.6	e .55	.60	80.0	79.2	HD5
7	123	40	-2.78	.60	.94	.0	.61	-.3	d .35	.47	92.5	91.2	HD7
6	123	40	-2.78	.60	.81	-.3	.55	-.4	c .40	.47	92.5	91.2	HD6
3	116	40	-.15	.54	.67	-.9	.34	-1.0	b .46	.42	92.5	89.4	HD3
10	123	40	-2.78	.60	.46	-1.5	.19	-1.4	a .54	.47	97.5	91.2	HD10
MEAN	113.7	40.0	.00	.55	.96	.0	1.06	.2			89.5	89.1	
S.D.	14.3	.0	3.95	.06	.26	.7	.55	.9			5.1	3.6	

#### Summary of Measured

##### SUMMARY OF 10 MEASURED Item

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT MNSQ ZSTD	OUTFIT MNSQ ZSTD
MEAN	113.7	40.0	.00	.55	.96 .0	1.06 .2
S.D.	14.3	.0	3.95	.06	.26 .7	.55 .9
MAX.	124.0	40.0	10.67	.65	1.43 1.2	1.71 1.1
MIN.	75.0	40.0	-3.12	.41	.46 -1.5	.19 -1.4
REAL RMSE	.58	TRUE SD	3.91	SEPARATION	6.77	Item RELIABILITY .98
MODEL RMSE	.56	TRUE SD	3.91	SEPARATION	7.03	Item RELIABILITY .98
S.E. OF Item MEAN = 1.32						

UMEAN=.0000 USCALE=1.0000

Item RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = -1.00

400 DATA POINTS. LOG-LIKELIHOOD CHI-SQUARE: 233.12 with 349 d.f. p=1.0000

Global Root-Mean-Square Residual (excluding extreme scores): .2902

## Validitas dan Reliabilitas Citra Tubuh

### Dimensi AE

#### Item Fit Order

TABLE 10.1 Dimensi AE WINSTEP ZOU108WS.TXT Jul 9 13:11 2017  
 INPUT: 40 Person 7 Item REPORTED: 40 Person 7 Item 5 CATS WINSTEPS 3.73

Person: REAL SEP.: .83 REL.: .41 ... Item: REAL SEP.: 6.07 REL.: .97

#### Item STATISTICS: MISFIT ORDER

ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL S.E.	INFIT MNSQ	INFIT ZSTD	OUTFIT MNSQ	OUTFIT ZSTD	PT-MEASURE CORR.	PT-MEASURE EXP.	EXACT MATCH OBS%	EXACT MATCH EXP%	Item
4	96	40	1.30	.22	1.26	1.2	1.24	1.1	.62	.52	37.5	51.7	BI12
2	161	40	-1.96	.26	1.19	.8	1.17	.7	.46	.42	62.5	63.1	BI5
6	156	40	-1.63	.25	1.00	.1	1.01	.1	.24	.43	57.5	61.2	BI18
1	88	40	1.69	.22	.96	-.1	.94	-.2	.47	.51	55.0	52.7	BI3
5	86	40	1.79	.23	.93	-.3	.88	-.5	.51	.50	70.0	52.5	BI15
7	148	40	-1.14	.24	.83	-.7	.85	-.6	.44	.45	57.5	57.3	BI19
3	126	40	-.05	.21	.70	-1.6	.69	-1.6	.56	.51	47.5	47.3	BI9
MEAN	123.0	40.0	.00	.23	.98	-.1	.97	-.1			55.4	55.1	
S.D.	30.4	.0	1.49	.02	.18	.8	.18	.8			9.7	5.2	

#### Summary of Measured

##### SUMMARY OF 7 MEASURED Item

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT MNSQ	INFIT ZSTD	OUTFIT MNSQ	OUTFIT ZSTD
MEAN	123.0	40.0	.00	.23	.98	-.1	.97	-.1
S.D.	30.4	.0	1.49	.02	.18	.8	.18	.8
MAX.	161.0	40.0	1.79	.26	1.26	1.2	1.24	1.1
MIN.	86.0	40.0	-1.96	.21	.70	-1.6	.69	-1.6
REAL RMSE	.24	TRUE SD	1.47	SEPARATION	6.07	Item	RELIABILITY	.97
MODEL RMSE	.23	TRUE SD	1.47	SEPARATION	6.27	Item	RELIABILITY	.98
S.E. OF Item MEAN	= .61							

JMEAN=.0000 USCALE=1.0000

Item RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = -1.00

280 DATA POINTS. LOG-LIKELIHOOD CHI-SQUARE: 560.20 with 231 d.f. p=.0000

Global Root-Mean-Square Residual (excluding extreme scores): .6717

## Dimensi AO

## Item Fit Order

Person: REAL SEP.: .35 REL.: .11 ... Item: REAL SEP.: 3.82 REL.: .94

## Item STATISTICS: MISFIT ORDER

ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL		INFIT		OUTFIT		PT-MEASURE		EXACT MATCH		Item
				S.E.	MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD	CORR.	EXP.	OBS%	EXP%		
6	99	40	1.46	.20	1.40	1.8	1.51	2.1	A	.03	.36	47.5	50.1	BI11
2	152	40	-.69	.25	1.36	1.2	1.33	1.1	B	.41	.26	67.5	70.9	BI2
3	136	40	.10	.20	1.25	1.3	1.35	1.5	C	.19	.33	30.0	42.2	BI6
11	140	40	-.06	.21	1.09	.5	1.14	.6	D	.34	.32	32.5	46.4	BI20
12	150	40	-.57	.24	1.09	.4	1.01	.2	E	.27	.27	70.0	68.5	BI21
10	133	40	.22	.20	.96	-.2	.98	.0	F	.53	.34	45.0	39.2	BI17
8	109	40	1.08	.19	.97	-.1	.98	.0	f	.32	.38	42.5	36.2	BI14
4	161	40	-1.38	.30	.91	-.2	.93	-.1	e	.29	.23	72.5	75.4	BI7
9	98	40	1.50	.20	.85	-.7	.85	-.6	d	.25	.36	52.5	50.5	BI16
7	137	40	.06	.20	.85	-.7	.79	-.9	c	.43	.33	45.0	42.3	BI13
5	142	40	-.15	.21	.69	-1.5	.67	-1.4	b	.50	.31	60.0	51.3	BI10
1	163	40	-1.57	.31	.39	-2.4	.39	-2.4	a	.38	.23	87.5	74.8	BI1
MEAN	135.0	40.0	.00	.23	.98	.0	1.00	.0				54.4	54.0	
S.D.	21.2	.0	.95	.04	.27	1.1	.30	1.2				16.6	13.8	

## Summary of Measured

## SUMMARY OF 12 MEASURED Item

	TOTAL SCORE	COUNT	MEASURE	MODEL	INFIT		OUTFIT	
				ERROR	MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD
MEAN	135.0	40.0	.00	.23	.98	.0	1.00	.0
S.D.	21.2	.0	.95	.04	.27	1.1	.30	1.2
MAX.	163.0	40.0	1.50	.31	1.40	1.8	1.51	2.1
MIN.	98.0	40.0	-1.57	.19	.39	-2.4	.39	-2.4
REAL RMSE	.24	TRUE SD	.92	SEPARATION	3.82	Item	RELIABILITY	.94
MODEL RMSE	.23	TRUE SD	.92	SEPARATION	4.00	Item	RELIABILITY	.94
S.E. OF Item MEAN = .29								

UMEAN=.0000 USCALE=1.0000

Item RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = -.98

480 DATA POINTS. LOG-LIKELIHOOD CHI-SQUARE: 935.12 with 426 d.f. p=.0000

Global Root-Mean-Square Residual (excluding extreme scores): .7264

## Dimensi BAS

## Item Fit Order

TABLE 10.1 Dimensi BAS ZOU370WS.TXT Jul 9 13:57 2017  
 INPUT: 40 Person 9 Item REPORTED: 40 Person 9 Item 5 CATS WINSTEPS 3.73  
 -----  
 Person: REAL SEP.: 1.66 REL.: .73 ... Item: REAL SEP.: 2.27 REL.: .84

## Item STATISTICS: MISFIT ORDER

ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL		INFIT		OUTFIT		PT-MEASURE		EXACT MATCH		Item
				S.E.	MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD	CORR.	EXP.	OBS%	EXP%		
2	141	40	-1.47	.30	1.66	2.6	1.59	2.3	A	.31	.63	57.5	65.8	BI28
8	117	40	.85	.30	1.54	2.1	1.50	1.9	B	.70	.58	62.5	67.0	BI34
3	123	40	.28	.31	1.15	.6	1.01	.1	C	.50	.60	75.0	69.8	BI29
7	113	40	1.21	.30	.98	.0	.99	.0	D	.67	.57	62.5	64.4	BI33
4	122	40	.38	.31	.91	-.3	.92	-.2	E	.69	.59	72.5	69.4	BI30
6	121	40	.48	.31	.87	-.5	.91	-.3	d	.61	.59	75.0	68.8	BI32
5	128	40	-.21	.32	.64	-1.5	.65	-1.4	c	.55	.61	80.0	72.1	BI31
1	134	40	-.81	.31	.61	-1.7	.62	-1.6	b	.72	.63	82.5	71.7	BI27
9	133	40	-.71	.31	.53	-2.1	.47	-2.4	a	.75	.62	85.0	72.1	BI35
MEAN	125.8	40.0	.00	.31	.99	-.1	.96	-.2				72.5	69.0	
S.D.	8.4	.0	.82	.01	.38	1.5	.36	1.4				9.1	2.7	

## Summary of Measured

## SUMMARY OF 9 MEASURED Item

	TOTAL		MEASURE	MODEL		INFIT		OUTFIT	
	SCORE	COUNT		ERROR	MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD	
MEAN	125.8	40.0	.00	.31	.99	-.1	.96	-.2	
S.D.	8.4	.0	.82	.01	.38	1.5	.36	1.4	
MAX.	141.0	40.0	1.21	.32	1.66	2.6	1.59	2.3	
MIN.	113.0	40.0	-1.47	.30	.53	-2.1	.47	-2.4	
REAL RMSE	.33	TRUE SD	.75	SEPARATION	2.27	Item	RELIABILITY	.84	
MODEL RMSE	.31	TRUE SD	.76	SEPARATION	2.45	Item	RELIABILITY	.86	
S.E. OF Item MEAN = .29									

UMEAN=.0000 USCALE=1.0000

Item RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = -1.00

360 DATA POINTS. LOG-LIKELIHOOD CHI-SQUARE: 534.44 with 309 d.f. p=.0000

Global Root-Mean-Square Residual (excluding extreme scores): .5117

## Dimensi OP

## Item Fit Order

TABLE 10.1 Dimensi OP new ZOU968WS.TXT Jul 9 12:27 2017  
 INPUT: 40 Person 5 Item REPORTED: 40 Person 5 Item 5 CATS WINSTEPS 3.73

Person: REAL SEP.: 1.75 REL.: .75 ... Item: REAL SEP.: 3.94 REL.: .94

## Item STATISTICS: MISFIT ORDER

ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL S.E.	INFIT MNSQ	INFIT ZSTD	OUTFIT MNSQ	OUTFIT ZSTD	PT-MEASURE CORR.	PT-MEASURE EXP.	EXACT MATCH OBS%	EXACT MATCH EXP%	Item
5	82	40	1.24	.22	1.18	.8	1.23	.9	.80	.74	45.0	52.9	BI24
4	94	40	.71	.20	1.13	.6	.99	.0	.71	.75	52.5	48.6	BI23
3	119	40	-.26	.19	1.02	.2	.99	.0	.81	.74	45.0	43.8	BI22
1	132	40	-.74	.19	.83	-.8	.88	-.5	.69	.71	45.0	45.0	BI4
2	138	40	-.96	.20	.75	-1.2	.83	-.7	.63	.70	52.5	46.7	BI8
MEAN	113.0	40.0	.00	.20	.98	-.1	.98	-.1			48.0	47.4	
S.D.	21.7	.0	.85	.01	.17	.8	.14	.6			3.7	3.2	

## Summary of Measured

## SUMMARY OF 5 MEASURED Item

	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL ERROR	INFIT MNSQ	INFIT ZSTD	OUTFIT MNSQ	OUTFIT ZSTD
MEAN	113.0	40.0	.00	.20	.98	-.1	.98	-.1
S.D.	21.7	.0	.85	.01	.17	.8	.14	.6
MAX.	138.0	40.0	1.24	.22	1.18	.8	1.23	.9
MIN.	82.0	40.0	-.96	.19	.75	-1.2	.83	-.7
REAL RMSE	.21	TRUE SD	.82	SEPARATION	3.94	Item	RELIABILITY	.94
MODEL RMSE	.20	TRUE SD	.82	SEPARATION	4.09	Item	RELIABILITY	.94
S.E. OF Item MEAN = .42								

U MEAN=.0000 USCALE=1.0000

Item RAW SCORE-TO-MEASURE CORRELATION = -1.00

200 DATA POINTS. LOG-LIKELIHOOD CHI-SQUARE: 440.64 with 153 d.f. p=.0000

Global Root-Mean-Square Residual (excluding extreme scores): .7770

## Dimensi SCW

## Item Fit Order

TABLE 10.1 Dimensi SCW NEW ZOU106WS.TXT Jul 9 12:40 2017  
 INPUT: 40 Person 2 Item REPORTED: 38 Person 2 Item 4 CATS WINSTEPS 3.73  
 -----  
 Person: REAL SEP.: .83 REL.: .41 ... Item: REAL SEP.: 2.44 REL.: .86

## Item STATISTICS: MISFIT ORDER

ENTRY NUMBER	TOTAL SCORE	TOTAL COUNT	MEASURE	MODEL		INFIT		OUTFIT		PT-MEASURE		EXACT MATCH		Item
				S.E.	MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD	CORR.	EXP.	OBS%	EXP%		
1	136	40	-.33	.41	1.00	.1	.97	.0	.80	.81	73.3	71.2	HD25	
2	132	40	.33	.41	.98	.0	.96	.0	.83	.82	73.3	70.7	HD26	
MEAN	134.0	40.0	.00	.41	.99	.0	.97	.0			73.3	71.0		
S.D.	2.0	.0	.33	.00	.01	.0	.01	.0			.0	.3		

## Summary Of Statistic

## SUMMARY OF 2 MEASURED (NON-EXTREME) Item

	TOTAL		MEASURE	MODEL		INFIT		OUTFIT	
	SCORE	COUNT		ERROR	MNSQ	ZSTD	MNSQ	ZSTD	
MEAN	134.0	40.0	.00	.41	.99	.0	.97	-.4	
S.D.	2.0	.0	.33	.00	.01	.0	.01	.1	
MAX.	136.0	40.0	.33	.41	1.00	.1	.97	-.4	
MIN.	132.0	40.0	-.33	.41	.98	.0	.96	-.5	
REAL RMSE	.32	TRUE SD	.35	SEPARATION	1.08	Item	RELIABILITY	.86	
MODEL RMSE	.32	TRUE SD	.35	SEPARATION	1.08	Item	RELIABILITY	.86	
S.E. OF Item MEAN = .48									

## Lampiran 4

### Regression

**Variables Entered/Removed<sup>b</sup>**

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	HD <sup>a</sup>		Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: BI

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

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.223 <sup>a</sup>	.050	.040	.31524

a. Predictors: (Constant), HD

b. Dependent Variable: BI

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

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	.485	1	.485	4.877	.030 <sup>a</sup>
	Residual	9.242	93	.099		
	Total	9.726	94			

a. Predictors: (Constant), HD

b. Dependent Variable: BI

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

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	.222	.054		4.147	.000
	HD	.090	.041	.223	2.208	.030

a. Dependent Variable: BI

**Residuals Statistics<sup>a</sup>**

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	.0812	.4965	.3163	.07180	95
Residual	-.64061	.67592	.00000	.31355	95
Std. Predicted Value	-3.274	2.510	.000	1.000	95
Std. Residual	-2.032	2.144	.000	.995	95

a. Dependent Variable: BI

**NPar Tests****One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		95
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	.31355480
Most Extreme Differences	Absolute	.053
	Positive	.053
	Negative	-.050
Kolmogorov-Smirnov Z		.517
Asymp. Sig. (2-tailed)		.952

a. Test distribution is Normal.

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		95
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	.31355480
Most Extreme Differences	Absolute	.053
	Positive	.053
	Negative	-.050
Kolmogorov-Smirnov Z		.517
Asymp. Sig. (2-tailed)		.952

### Curve Fit

#### Model Description

Model Name		MOD_1
Dependent Variable	1	BI
Equation	1	Linear
Independent Variable		HD
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified

**Case Processing Summary**

	N
Total Cases	95
Excluded Cases <sup>a</sup>	0
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

**Variable Processing Summary**

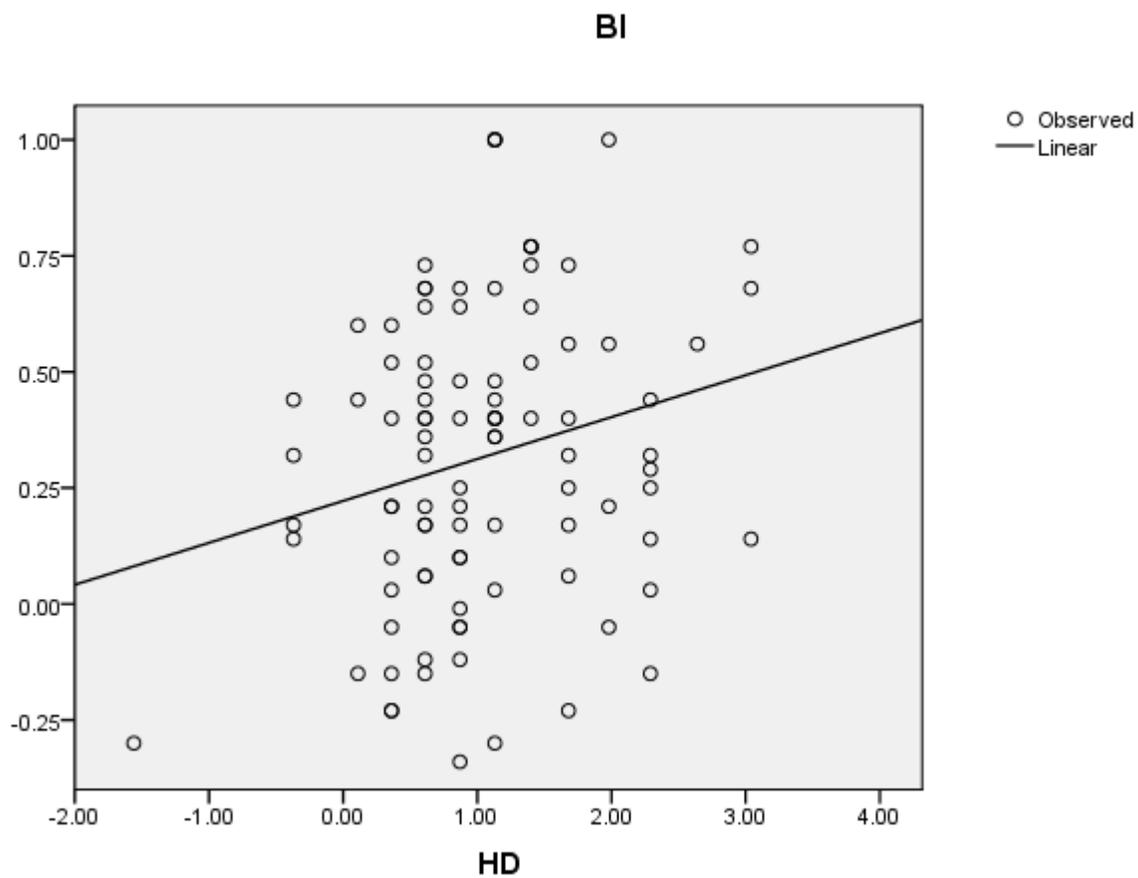
	Variables	
	Dependent	Independent
	BI	HD
Number of Positive Values	78	90
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	17	5
Number of Missing Values		
User-Missing	0	0
System-Missing	0	0

**Model Summary and Parameter Estimates**

Dependent Variable:BI

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.050	4.877	1	93	.030	.222	.090

The independent variable is HD.



## Correlations

		Correlations	
		HD	BI
HD	Pearson Correlation	1	.223*
	Sig. (2-tailed)		.030
	N	95	95
BI	Pearson Correlation	.223*	1
	Sig. (2-tailed)	.030	
	N	95	95

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

## Regression

**Variables Entered/Removed<sup>b</sup>**

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	HD <sup>a</sup>	.	Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: BI

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

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.223 <sup>a</sup>	.050	.040	.31524

a. Predictors: (Constant), HD

b. Dependent Variable: BI

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

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	.485	1	.485	4.877	.030 <sup>a</sup>
	Residual	9.242	93	.099		
	Total	9.726	94			

a. Predictors: (Constant), HD

b. Dependent Variable: BI

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

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	.222	.054		4.147	.000
	HD	.090	.041	.223	2.208	.030

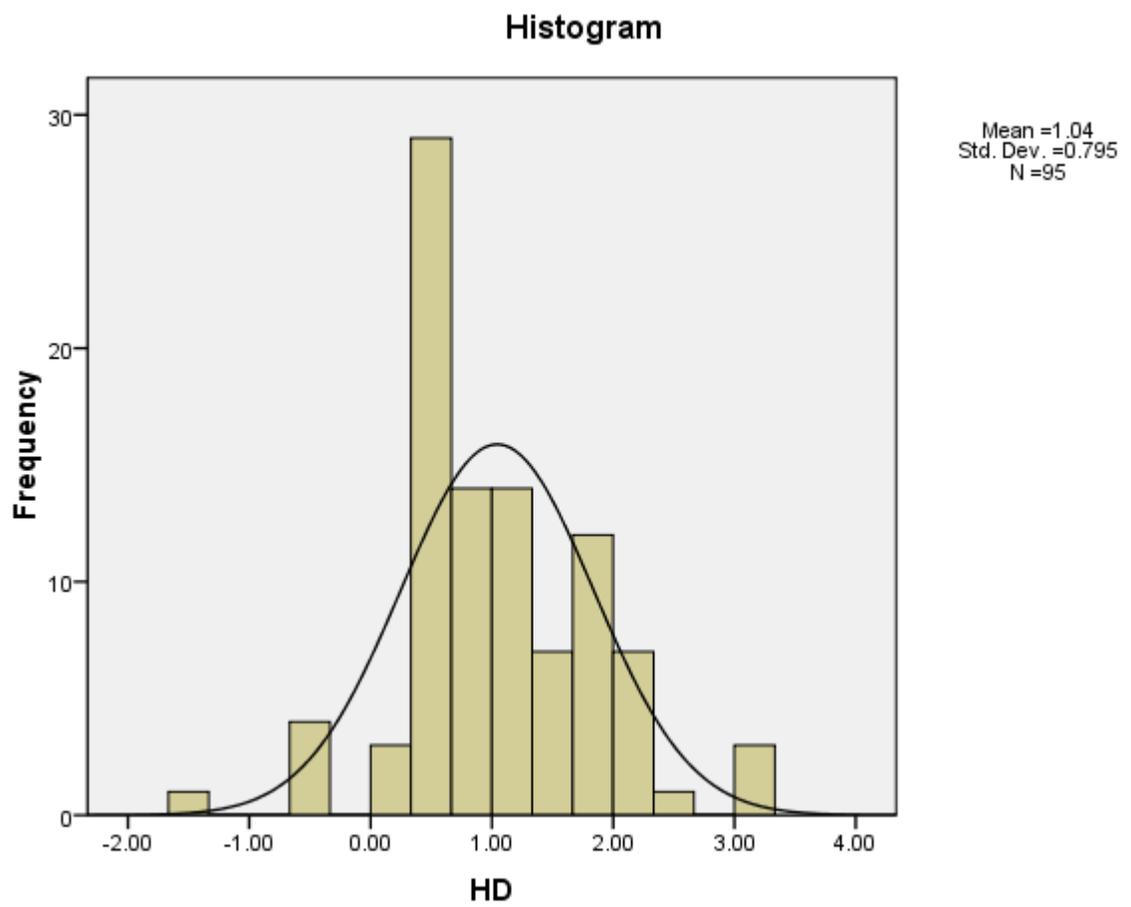
a. Dependent Variable: BI

**Residuals Statistics<sup>a</sup>**

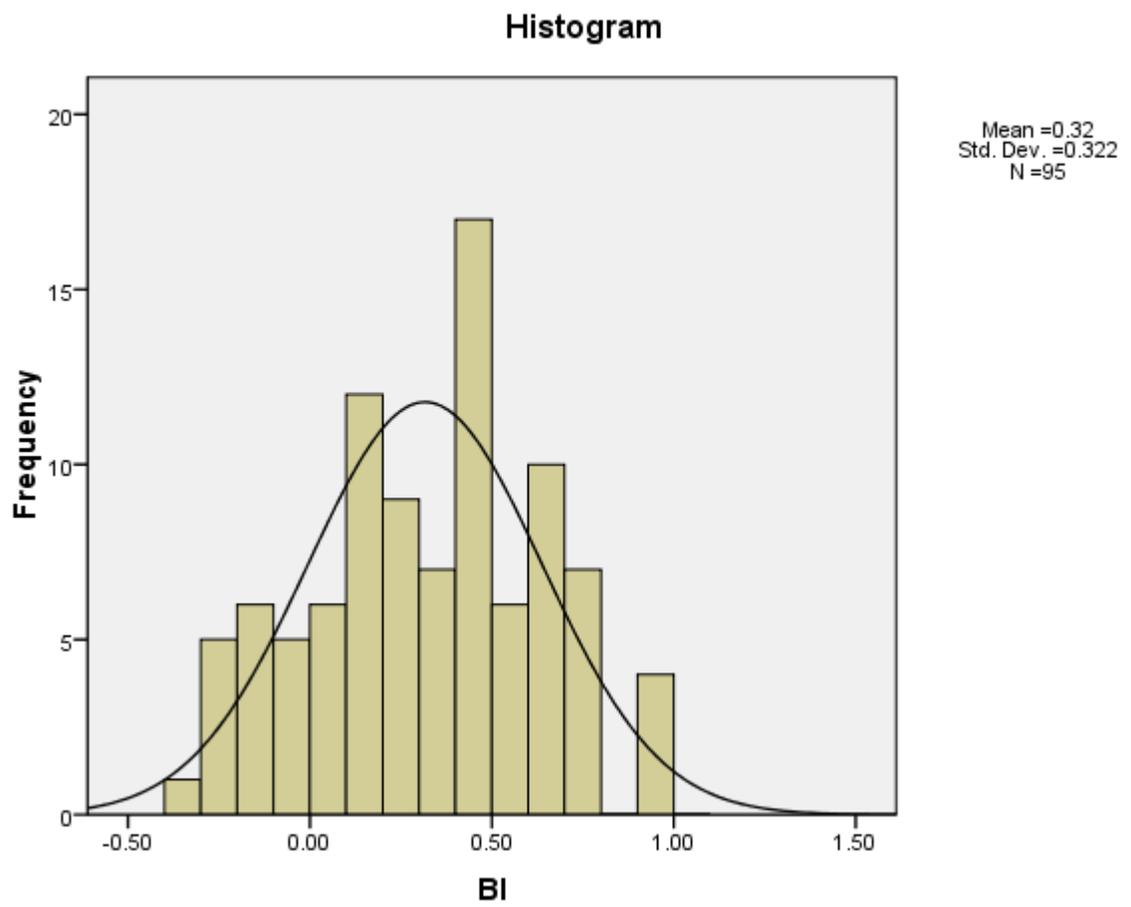
	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	.0812	.4965	.3163	.07180	95
Residual	-.64061	.67592	.00000	.31355	95
Std. Predicted Value	-3.274	2.510	.000	1.000	95
Std. Residual	-2.032	2.144	.000	.995	95

a. Dependent Variable: BI

## Graph



## Graph



## LAMPIRAN 5

### *INFORMED CONSENT*

#### Pernyataan Pemberian Izin Oleh Responden

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia : tahun

Dengan sukarela, tidak ada unsur paksaan dari siapapun, dan sadar dengan penuh tanggung jawab bersedia berperan serta dalam penelitian ini.

Saya telah diminta dan menyetujui untuk di mengisi kuesioner sebagai responden dalam proses penelitian mengenai "Pengaruh Harga Diri Terhadap Citra Tubuh Atlet Remaja Putri di Sekolah Negeri Olahraga Ragunan Jakarta". Penelitian akan dilaksanakan terhitung bulan..... sampai dengan bulan ..... 2017.

Peneliti telah menjelaskan tentang maksud dan tujuan dari penelitian. Dengan demikian saya menyatakan kesediaan untuk memberikan informasi dan menjawab pertanyaan yang akan diajukan.

Saya menyetujui bahwa identitas diri dan informasi yang saya berikan akan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, serta hanya digunakan untuk tujuan penelitian skripsi yang bersangkutan.

Peneliti

Jakarta,.....2017

Responden

*(Nama Lengkap Peneliti)*

*(Nama Inisial Responden)*

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN**  
**EXPERT JUDGEMENT**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

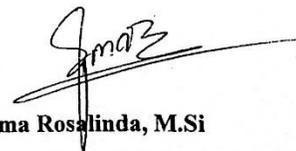
Nama : Irma Rosalinda, M.Si  
NIP : 197704242006042 001  
Prodi : Psikologi  
Pendidikan Terakhir : S2  
Bidang Keahlian : Psikologi  
No. Handphone : 085715208899

Menyatakan bahwa instrumen "*Citra Tubuh (Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale)*" yang telah divalidasi:  
dapat digunakan/perlu perbaikan/tidak dapat digunakan\*)

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya. Atas kerja samanya diucapkan terima kasih.

Jakarta, 31 Mei 2017

Validator.



**Irma Rosalinda, M.Si**

NIP. 197704242006042 001

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN**  
**EXPERT JUDGEMENT**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Irma Rosalinda, M.Si  
NIP : 197704242006042 001  
Prodi : Psikologi  
Pendidikan Terakhir : S2  
Bidang Keahlian : Psikologi  
No. Handphone : 085715208899

Menyatakan bahwa instrumen "*Harga Diri (Rosenberg Self-Esteem Scale)*" yang telah divalidasi:

dapat digunakan/perlu perbaikan/tidak dapat digunakan\*)

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya. Atas kerja samanya diucapkan terima kasih.

Jakarta, 31 Mei 2017

Validator.



**Irma Rosalinda, M.Si**

NIP. 197704242006042 001



**LEMBAR DISPOSISI/CATATAN  
KEPALA SMP/SMA NEGERI RAGUNAN JAKARTA**

Tanggal Masuk : 29-3-2017  
Kode : .....

Hal / Isi ringkas : Permohonan izin Mahasiswa UNG  
Fakultas Pendidikan Psikologi  
Tgl./No. Surat : 21-3-2017 / 045/EJ-P/EPPSI/III/2017  
Asal : UNG

Instruksi / Informasi

*yth. 1. Pak. Extras  
2. Pak. Selarno  
3. Ibu Tri*

*Mohon dibantu*

*Mahasiswa UNG*

*PKC*



Diteruskan / Kepada

1.  Kepala Sekolah  
Tidak diwakilkan
2.  Waka Kurikulum
3.  Waka Kesiswaan
4.  Waka Sarana
5.  Waka Humas
6.  Ka. TU
7.  .....



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

KAMPUS D Jalan Halimun No. 2 Kel. Guntur Kec. Setiabudi Jakarta Selatan  
Telepon : +62 21 8297829 email : psikologi@unj.ac.id

Nomor : 045/KJ-P/FPPsi/III/2017  
Hal. : Permohonan Izin

21 Maret 2017

Kepada  
Kepala Sekolah  
SMP/SMA NEGERI OLAHRAGA RAGUNAN JAKARTA

Kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk dapat menerima Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta:

Nama	: Anggun Sabtiwi	(1125136059)
	Hadi Nugroho	(1125130015)
	M. Ilham Pradana M.	(1125134548)
	Putu Prajna Caesa	(1125134527)

Untuk dapat melakukan pengambilan data awal yang diperlukan dalam rangka memenuhi kelengkapan proses penyusunan tugas akhir.

Atas perhatian dan kerjasamanya Bapak/Ibu, kami sampaikan terima kasih.

Koordinator Program Studi Psikologi  
Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ

Mira Ariyani, Ph.D  
NIP. 19751201 200604 2 001

Dosen Pembimbing I

Fitri Lestari Issom, M.Si  
NIP. 19800521 200801 2 008

Mengetahui  
Wakil Dekan I FPPsi UNJ



Gungum Gumelar, M.Si  
NIP. 19770424200604 001



## KEMENTERIAN PEMUDA DAN OLAHRAGA

JALAN GERBANG PEMUDA NO. 3 SENAYAN JAKARTA 10270  
 TELEPON/FAKSIMILE (62-21) 5738155, 5738318, 5738312, 5703966, 5703987,  
 5738152, 5704004, 57385292, 5738153, 5731106  
 Website : <http://www.kemempora.go.id>

Nomor : 770B/D.III.3/VI/2017

Jakarta, 06 Juni 2017

Lampiran : -

Hal : Persetujuan Penelitian Skripsi

Kepada Yth.  
 Kepala Program Studi Psikologi  
 Fakultas Pendidikan Psikologi - UNJ  
 di-

Tempat

Dengan hormat,

Menindaklanjuti surat Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta Nomor : 552/KJ-P/FPPsi/IV/2017 perihal Permohonan Ijin Penelitian Skripsi atas nama :

Nama : Hadi Nugroho  
 No Registrasi : 1125130015  
 Program Studi : Psikologi  
 Fakultas : Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta

Sehubungan dengan hal tersebut, pada dasarnya kami mengizinkan untuk dilakukan pengambilan data penelitian pada Atlet SMP/SMA Negeri Ragunan. Selanjutnya hasil penelitian tersebut agar juga dapat dilaporkan kepada kami.

Demikian surat ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Asdep Pengelolaan Pembinaan  
 SMA/SMK dan Sekolah Khusus Olahraga



Tembusan :

1. Kepala Bidang SKO Ragunan
2. Pelatih SKO Ragunan
3. Yang bersangkutan
4. Arsip

## SARAN-SARAN YANG DISAMPAIKAN OLEH PENGUJI

Nama peserta : Hasri Nugroho  
 Nomor registrasi : 1125130015  
 Program Studi : Psikologi  
 Nama penguji : Iriani Indri Hapsari  
 Program Studi : Psikologi  
 Fakultas : Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta

No	Isi Saran-Saran
01.	Pemmasalahan & LBM
02.	Penulisan & perilaku
03.	Sampling & ditanyakan lagi
04.	Pembahasan & tambahkan
05.	Implikasi
06.	Saran
07.	
08.	
09.	
10.	

Acc *[Signature]* 21/02/17

Jakarta, .....2017

Panitia Ujian Skripsi Sarjana  
 Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ  
 Penguji,

*[Signature]*

Iriani Indri Hapsari

NIP. ....

## SARAN-SARAN YANG DISAMPAIKAN OLEH PENGUJI

Nama peserta : Hadi Nugroho  
 Nomor registrasi : 1125130015  
 Program Studi : Psikologi  
 Nama penguji : Maung  
 Program Studi : Psikologi  
 Fakultas : Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta

No	Isi Saran-Saran
01. ✓	Perbagus masalah tentang citra tubuh
02.	Perbaiki tata tulis sesuaikan dengan panduan.
03. ✓	Perbaiki teknik sampling
04. ✓	Perbaiki kerangka berpikir
05. ✓	Perbaiki pembatasan penelitian.
06.	Lihat masukkan yang ada di naskah.
07.	Crosstab tentang citra tubuh
08.	Tambahkan ke pembahasan.
09.	
10.	

Jakarta, .....21.....Juli.....2017

Panitia Ujian Skripsi Sarjana  
 Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ  
 Penguji,

*Maung*

.....Maung, M.Ps.....

NIP. ....19841014201504 2001.....

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Hadi Nugroho (Hadi) lahir di Serang, 20 Agustus 1995. Lahir dari pasangan Bapak Takdir Heru Cahyono dan Sugianti. Anak pertama dari 3 bersaudara. Saat ini, penulis bertempat tinggal di Komplek Taman Warnasari Indah, Kec. Citangkil, Cilegon-Banten. Penulis menyelesaikan pendidikan di SD YPWKS II Cilegon (2001-2007), SMP N 2 Cilegon (2007-2010), dan SMA N 1 Cilegon (2010-2013). Saat ini penulis melanjutkan pendidikan di Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Adapun kontak yang dapat dihubungi yaitu melalui alamat email: [hadi.nugroho64@gmail.com](mailto:hadi.nugroho64@gmail.com) atau ke nomor 082111376808.