

**Pengaruh *Perceived Social Support* terhadap *Body Dissatisfaction* pada
Dewasa Awal**



**Oleh :
Alda Aulia
1801619020**

**SKRIPSI
Diajukan untuk memenuhi satu syarat memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
AGUSTUS 2023**

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

“Pengaruh *Perceived Social Support* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Dewasa Awal”

Nama Mahasiswa : Alda Aulia
Nomor Registrasi : 1801619020
Jurusan/Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 15 Agustus 2023

Pembimbing I








Mauna, M.Psi.
NIP. 198410142015042001

Pembimbing II



Reny Rustyawati, M.A.
NIP. 199206082022032013

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Penanggungjawab)*		07/09/23
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		26/08/23
Herdyan Maulana, Ph.D. (Ketua Penguji)***		26 Agustus 2023
Fitri Lestari Issom, M.Si. (Anggota)*		26 Agustus 2023
Anggi Mayangsari, M.Psi. (Anggota)		26 Agustus 2023

Catatan:
*Dekan FPPsi
**Wakil Dekan I
***Ketua Penguji
****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, Mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.

Nama : Alda Aulia
Nomor Induk Mahasiswa : 1801619020
Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "Pengaruh *Perceived Social Support* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Dewasa Awal" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian dari bulan Februari 2023 sampai dengan bulan Agustus 2023.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi 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, 8 September 2023
Yang Membuat Pernyataan,



Alda Aulia



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Alda Aulia
NIM : 1801619020
Fakultas/Prodi : FPPSI / Psikologi
Alamat email : aldaaulia1629@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :
Pengaruh Perceived Social Support terhadap Body Dissatis-
faction pada Dewasa Awal

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 8 September 2023


(Alda Aulia)
nama dan tanda tangan

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Lalui dengan penuh keyakinan segala apa yang harus menjadi bagian dari langkah hidupmu, jangan pernah takut dengan segala rintangan yang ada di hadapanmu. Jika lelah dan ingin menangis, beristirahat dan menangislah. Selepas air matamu mengalir, hapuslah! Kau harus bangkit dari segala rasa takut dan kesedihanmu, yakinlah bahwa pertolongan Allah SWT akan selalu hadir bagi hambaNya yang bersabar dan pantang menyerah. Bahagia menantimu tepat di depan matamu”.

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”

-(Q.S. Al-Insyirah : 6)

PERSEMBAHAN

Penelitian ini saya persembahkan untuk Ayah, Ibu, dan Pasangan saya yang selalu memberikan doa, bantuan, dan dukungan kepada saya. Untuk kedua dosen pembimbing saya yang senantiasa meluangkan waktu dan tidak pernah lelah dalam membimbing saya menuju kesuksesan saya dalam penelitian ini. Untuk teman-teman saya yang senantiasa memberikan bantuan dan dukungan kepada saya.

Penelitian ini juga saya persembahkan untuk diri saya sendiri sebagai bentuk penghargaan akan kerja keras serta perjuangan saya dalam menyusun penelitian ini, berusaha sekuat tenaga yang saya mampu dan bersabar untuk mencoba bertahan mencapai titik akhir perjalanan saya di jenjang perkuliahan ini.

Terima kasih.

ALDA AULIA

PENGARUH *PERCEIVED SOCIAL SUPPORT* TERHADAP *BODY DISSATISFACTION* PADA DEWASA AWAL

Skripsi

Jakarta : Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi
Universitas Negeri Jakarta
2023

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *perceived social support* terhadap *body dissatisfaction* pada dewasa awal. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi sederhana. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 101 responden dengan *non-probability sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Body Shape Questionnaire* (BSQ) yang berjumlah 34 *item* untuk variabel *body dissatisfaction* dan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang berjumlah 12 *item* untuk variabel *perceived social support*. Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa $F_{hitung} = 0,663$ dan $F_{table} = 3,937$, maka $F_{hitung} < F_{table}$, dengan nilai $p = 0,418$, maka $p > 0,05$, serta nilai *R square* sebesar 0,007. Dengan demikian, *perceived social support* tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *body dissatisfaction* pada dewasa awal.

Kata kunci : *Body Dissatisfaction, Perceived Social Support, dan Dewasa Awal*

ALDA AULIA

**THE EFFECT OF PERCEIVED SOCIAL SUPPORT ON BODY
DISSATISFACTION IN EARLY ADULTHOOD**

Thesis

Jakarta : Psychology Study Program, Faculty of Psychology Education

Jakarta State University

2023

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of perceived social support on body dissatisfaction in early adulthood. The method used in this study uses a quantitative approach with simple regression analysis. The sample in this study amounted to 101 respondents with non-probability sampling. The instruments used in this study were the Body Shape Questionnaire (BSQ) which amounted to 34 items for the variable body dissatisfaction and the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) which amounted to 12 items for the variable perceived social support. The results of a simple linear regression analysis show that $F_{count} = 0.663$ and $F_{table} = 3.937$, then $F_{count} < F_{table}$, with $p \text{ value} = 0.418$, then $p > 0.05$, and $R \text{ square}$ value of 0.007. Thus, perceived social support does not have a significant effect on body dissatisfaction in early adulthood.

Keywords: Body Dissatisfaction, Perceived Social Support, and Early Adulthood

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. karena atas segala rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini, yang berjudul “Pengaruh *Perceived Social Support* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Dewasa Awal”, sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana Psikologi. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan berjalan dengan lancar tanpa adanya dukungan moral dan bimbingan dari berbagai pihak yang telah memberikan kepada penulis. Oleh karena itu, perkenankanlah dalam kesempatan ini penulis untuk menyampaikan ucapan terima kasih kepada beberapa pihak yang disebutkan berikut ini:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Si., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D., selaku Wakil Dekan II Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi., selaku Koordinator Program Studi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Ibu Mauna, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing I yang telah telah mencurahkan banyak waktu dan tenaga untuk membimbing penulis, memberikan arahan, kritik, nasehat, dan saran yang dapat memotivasi penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitiannya saat ini.
7. Reny Rustyawati, S.Pd., M.A., selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan penulis bimbingan, saran, serta arahan agar penulis dapat menyelesaikan penelitiannya saat ini.
8. Seluruh Bapak/Ibu jajaran Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah mengerahkan

waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat untuk penulis selama penulis berada dalam perkuliahan.

9. Seluruh Staf Administrasi dan Karyawan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang senantiasa membantu penulis dalam proses administrasi selama menempuh pendidikan.
10. Kepada kedua orang tua penulis yaitu Ibu dan Ayah, yang telah memberikan penulis doa, dukungan, fasilitas, dan motivasi yang sangat berarti bagi penulis sehingga penulis dapat menjalani perkuliahan dengan baik dan penulis dapat menyelesaikan penelitian ini.
11. Kepada orang yang sangat penulis cintai yaitu Muhammad Ridwan Priyatna, yang telah memberikan doa, dukungan, motivasi, serta fasilitas yang penulis butuhkan dalam menjalani perkuliahan dan menyelesaikan penulisan skripsi ini, serta berbagai usaha untuk membuat penulis selalu merasa bahagia, berharga, semangat, dan tidak pantang menyerah dalam menjalani kehidupan ini.
12. Kepada Serra selaku sepupu penulis yang telah menghibur penulis di kala penulis merasa sedih dan lelah.
13. Kepada keluarga besar penulis atas doa dan dukungannya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik.
14. Kepada keluarga dari pasangan penulis yaitu Mama, Bapak, Rendy, dan Raisa yang telah memberikan doa dan dukungan yang dapat membuat penulis merasa semangat dalam menyelesaikan penelitian ini.
15. Kepada Pisi dan Fahri, selaku teman dekat penulis yang saat ini berada dalam satu *group*, yaitu “Yok Semangat Skripsweet” yang telah memberikan dukungan, motivasi, saran, kritik, serta canda dan tawa, yang membuat penulis menjadi semangat dalam menyelesaikan perkuliahan dan mengambil 24 SKS setiap semesternya, serta membuat penulis mampu menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik.
16. Kepada Dhea Ananda Sofia, Nazhira Nurlaila Fairuz, Tiara Ardelia Arifin, Adinda Tuffahati, dan Fatimah Jahra Maulina yang selalu setia menemani penulis dari sejak SMP dan SMA, hingga penulis berada di jenjang

perkuliahan ini, yang senantiasa mendukung dan membuat penulis merasa bahagia selama mengenal mereka.

17. Kepada Ajeng Nurcitra, Dani Putri, Alfi, Mutiara Haraky, Zahra Berliana, Farah, Satya Dewa, Zahra Safiya, Dinda, Farin, Devina, Nabila, Muntaz, Aan, Alysa, Dinda Aya, Kak Joshlyn, dan teman-teman lainnya yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas dukungan serta bantuan yang diberikan sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan skripsi ini.
18. Kepada adik-adik selaku murid bimbel penulis, dengan nama bimbel yaitu “Bimbelia”, yang telah memberikan doa, dukungan, serta motivasi bagi penulis, sehingga penulis menjadi semangat dalam menjalani perkuliahan dan menyelesaikan penulisan skripsi ini.
19. Kepada seluruh teman Angkatan 2019 di perkuliahan ini, yang telah membuat penulis mampu beradaptasi dengan baik, menjalani perkuliahan dengan baik, dan memberikan pengalaman yang berharga untuk penulis selama di perkuliahan.
20. Kepada seluruh responden yang telah membantu penulis untuk meluangkan waktunya dalam mengisi kuesioner yang penulis berikan serta menyebarkan kuesioner tersebut.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan serta kesalahan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang dapat diberikan sehingga dapat menyadarkan dan menjadikan penulis menjadi pribadi yang lebih baik di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat memberi manfaat bagi para pembaca. Aamiin.

Jakarta, 11 Agustus 2023



Alda Aulia

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Pembatasan Masalah	6
1.4 Rumusan Masalah	6
1.5 Tujuan Penelitian	7
1.6 Manfaat Penelitian	7
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.6.2 Manfaat Praktis.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Body Dissatisfaction	8
2.1.1 Definisi Body Dissatisfaction.....	8
2.1.2 Faktor yang Memengaruhi Body Dissatisfaction.....	9
2.1.3 Aspek-Aspek Body Dissatisfaction	12

2.1.4	Dampak <i>Body Dissatisfaction</i>	13
2.2	<i>Perceived Social Support</i>	14
2.2.1	Definisi <i>Perceived Social Support</i>	14
2.2.2	Faktor yang Memengaruhi <i>Perceived Social Support</i>	15
2.2.3	Dimensi <i>Perceived Social Support</i>	17
2.2.4	Dampak <i>Perceived Social Support</i>	18
2.3	Dewasa Awal	19
2.4	Hubungan <i>Perceived Social Support</i> dengan <i>Body Dissatisfaction</i> terhadap Dewasa Awal	19
2.5	Kerangka Konseptual	22
2.6	Hipotesis	23
2.7	Penelitian yang Relevan	23
BAB III METODE PENELITIAN		29
3.1	Tipe Penelitian	29
3.2	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	29
3.2.1	Identifikasi Variabel Penelitian	29
3.2.2	Definisi Konseptual	30
3.2.3	Definisi Operasional.....	30
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian	31
3.3.1	Populasi	31
3.3.2	Sampel	31
3.3.3	Teknik Pengambilan Sampel	31
3.4	Teknik Pengumpulan Data.....	32
3.4.1	Instrumen Penelitian.....	33
3.5	Uji Coba Instrumen.....	34
3.5.1	Uji Coba Instrumen Body Shape Questionnaire (BSQ)	35
3.5.2	Uji Coba Instrumen Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS).....	37
3.6	Analisis Data	39
3.6.1	Uji Statistik	39
3.7	Hipotesis Statistik	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		41

4.1	Gambaran Subjek Penelitian	41
4.1.1	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	41
4.1.2	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Usia	42
4.1.3	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Domisili.....	43
4.1.4	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan <i>Body Mass Index</i> (BMI)	44
4.1.5	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Suku Bangsa	45
4.1.6	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Pekerjaan	47
4.1.7	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Penghasilan	48
4.1.8	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Sosial Media yang Digunakan.....	49
4.1.9	Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Hubungan Kedekatan yang Baik yang Dimiliki Responden	51
4.2	Prosedur Penelitian	52
4.2.1	Persiapan Penelitian	52
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	54
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian	54
4.3.1	Data Deskriptif <i>Body Dissatisfaction</i>	54
4.3.2	Data Deskriptif <i>Perceived Social Support</i>	57
4.3.3	Uji Normalitas	60
4.3.4	Uji Linearitas.....	60
4.3.5	Uji Korelasi.....	61
4.3.6	Uji Hipotesis.....	62
4.4	Pembahasan	64
4.5	Keterbatasan Penelitian.....	66
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN		67
5.1	Kesimpulan	67
5.2	Implikasi.....	67
5.3	Saran.....	67
5.3.1	Individu Dewasa Awal.....	67
5.3.2	Peneliti Selanjutnya	68
DAFTAR PUSTAKA		68

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Koefisien Reliabilitas Guilford	34
Tabel 3. 2 Skor Reliabilitas <i>Body Shape Questionnaire</i> (BSQ).....	35
Tabel 3. 3 Skor Validitas <i>Body Shape Questionnaire</i> (BSQ)	35
Tabel 3. 4 Skor Reliabilitas <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i> (MSPSS).....	37
Tabel 3. 5 Skor Validitas <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i> (MSPSS).....	38
Tabel 4. 1 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	41
Tabel 4. 2 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Usia	42
Tabel 4. 3 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Domisili	43
Tabel 4. 4 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan <i>Body Mass Index</i> (BMI)	44
Tabel 4. 5 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Suku Bangsa	45
Tabel 4. 6 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Pekerjaan	47
Tabel 4. 7 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Penghasilan	48
Tabel 4. 8 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Sosial Media yang Digunakan	49
Tabel 4. 9 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Hubungan Kedekatan yang Baik yang Dimiliki Responden	51
Tabel 4. 10 Data Deskriptif <i>Body Dissatisfaction</i>	55
Tabel 4. 11 Kategorisasi Skor <i>Body Dissatisfaction</i>	56
Tabel 4. 12 Data Deskriptif <i>Perceived Social Support</i>	57
Tabel 4. 13 Kategorisasi Skor <i>Perceived Social Support</i>	59
Tabel 4. 14 Uji Linearitas.....	60
Tabel 4. 15 Uji Korelasi.....	61
Tabel 4. 16 Uji Analisis Regresi	62
Tabel 4. 17 Uji Persamaan Regresi	63
Tabel 4. 18 Model Summary	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual.....	23
Gambar 4. 1 Diagram Berdasarkan Jenis Kelamin Responden.....	42
Gambar 4. 2 Diagram Berdasarkan Usia Responden	42
Gambar 4. 3 Diagram Berdasarkan Domisili Responden.....	44
Gambar 4. 4 Diagram Berdasarkan BMI Responden	45
Gambar 4. 5 Diagram Berdasarkan Suku Bangsa Responden.....	46
Gambar 4. 6 Diagram Berdasarkan Pekerjaan Responden.....	48
Gambar 4. 7 Diagram Berdasarkan Penghasilan Responden	49
Gambar 4. 8 Diagram Berdasarkan Sosial Media yang Digunakan Responden	51
Gambar 4. 9 Diagram Berdasarkan Hubungan Kedekatan yang Baik yang Dimiliki Responden.....	52
Gambar 4. 10 Histogram Variabel <i>Body Dissatisfaction</i>	55
Gambar 4. 11 Kategorisasi Skor <i>Body Dissatisfaction</i>	57
Gambar 4. 12 Histogram Variabel <i>Perceived Social Support</i>	58
Gambar 4. 13 Kategorisasi Skor <i>Perceived Social Support</i>	59
Gambar 4. 14 Scatter Plot Uji Linearitas	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Body Shape Questionnaire</i> (BSQ).....	72
Lampiran 2 Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i>	73
Lampiran 3 Uji Linearitas.....	74
Lampiran 4 Uji Korelasi.....	74
Lampiran 5 Uji Hipotesis	75
Lampiran 6 Data Deskriptif.....	76
Lampiran 7 Analisis Crosstab	78
Lampiran 8 Kuesioner Penelitian.....	94
Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup.....	103

