

**GAMBARAN KETIDAKPUASAN TUBUH PADA
WANITA DEWASA AWAL**



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

2023

LEMBAR PERTSETUJUAN DAN PENGESAHAN

Lembar Persetujuan Pembimbing dan Pengesahan Panitia Skripsi

“GAMBARAN KETIDAKPUASAN TUBUH PADA WANITA DEWASA AWAL”

Nama : Farah Intan Maisuri Dinaya

NIM : 1801619142

Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 16 Agustus 2023

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Iriani Indri Haspari, M. Psi.
NIP. 198107262008122003

Reny Rustyawati, S.Pd., M.A
NIP. 198806192022042001

Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si (Penanggungjawab)*		07/07/23
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		26/08/23
Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D (Ketua Penguji)***		26 Agustus 2023
Dr. Anna Armeini Rangkuti, S.Psi., M.Si (anggota)****		26 Agustus 2023
Novitasari Rohdearni Damanik, M.Si (Anggota)****		26 Agustus 2023

Catatan :

* Dekan FPpsi

** Wakil Dekan I

*** Ketua Penguji

**** Dosen Penguji selain Pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Nama : Farah Intan Maisuri Dinaya

NIM : 1801619142

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "Gambaran Ketidakpuasan Tubuh pada Wanita Dewasa Awal" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret sampai dengan bulan Agustus 2023.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi atau 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, 14 September 2023

Yang Membuat Pernyataan



Farah Intan Maisuri Dinaya

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(Q.S Al-Baqarah, 2: 286)

“Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja Lelah-lelah itu. Lebarakan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak akan selalu berjalan lancar. Tapi gelombang-gelombang itu yang nanti akan bisa kau ceritakan”

“Orang lain ga akan bisa paham *struggle* dan masa sulitnya kita, yang mereka ingin tau hanya bagian *success stories*. Berjuanglah untuk diri sendiri walaupun ga ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini”

“Tiada lembar yang paling Indah dalam laporan skripsi ini kecuali lembar persembahan. Skripsi ini saya persembahkan sebagai tanda bukti kepada orang tua tercinta, keluarga, sahabat dan teman teman yang selalu memberi support untuk menyelesaikan skripsi ini”

- Farah Intan Maisuri Dinaya –

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI



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 : Farah Intan Maisuri Dinaya
NIM : 1801619142
Fakultas/Prodi : Pendidikan Psikologi/Psikologi
Alamat email : farahintanmd@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:

Gambaran Ketidakpuasan Tubuh pada Wanita 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, 14 September 2023



(Farah Intan Maisuri Dinaya)

FARAH INTAN MAISURI DINAYA

GAMBARAN KETIDAKPUASAN TUBUH PADA WANITA DEWASA AWAL

Skripsi

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

Jakarta, 2023

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran ketidakpuasan tubuh pada wanita dewasa awal. Terdapat lima dimensi dari ketidakpuasan tubuh yang terlibat seperti *Appearance Evaluation*, *Appearance Orientation*, *Body Area Satisfaction*, *Overweight Preoccupation*, dan *Self-Classified Weight*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian *non-probability sampling* tipe *purposive sampling*. Partisipan yang terlibat pada penelitian ini merupakan wanita dewasa awal dengan usia 18-25 tahun sebanyak 46 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan secara keseluruhan wanita dewasa awal berada pada tingkat cenderung rendah pada ketidakpuasan tubuhnya.

Kata Kunci : Ketidakpuasan tubuh, wanita dewasa awal

FARAH INTAN MAISURI DINAYA

DESCRIPTION OF BODY DISSATISFACTION IN EARLY ADULT WOMEN

Undergraduate Thesis

Jakarta: *Psychology Study Program, Faculty of Psychology Education*

State University of Jakarta, 2023

ABSTRACT

This study aims to determine the description of body dissatisfaction in early adult women. There are five dimensions of body dissatisfaction involved, such as Appearance Evaluation, Appearance Orientation, Body Area Satisfaction, Overweight Preoccupation, and Self-Classified Weight. This study uses a non-probability sampling research method with purposive sampling type. The participants involved in this study were 46 early adult women aged 18-25 years. The results of this study indicate that overall early adult women tend to be at a low level of body dissatisfaction.

Key Word: *Body Dissatisfaction, early adult women*

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan Puji dan Syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, karunia serta hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Gambaran Ketidakpuasan Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal”. Peneliti menyadari tidak akan mampu menyelesaikan penelitian tepat pada waktunya tanpa bantuan, bimbingan, dan semangat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan kali ini peneliti ingin menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung :

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M. Psi., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gungum Gumelar, M. Si., selaku Wakil Dekan I, Ibu Ratna Dyah Surarti, Ph. D., selaku Wakil Dekan II., Ibu Mira Ariyani, Ph. D selaku Wakil Dekan III, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta
3. Ibu Dr. Phil. Zarina Akbar, M.Psi, selaku Kepala Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Dr. Iriani Indri Haspari, M. Psi, Psikolog, selaku Dosen Pembimbing I yang selalu bersedia meluangkan waktunya untuk membimbing, mengarahkan, memberikan wawasan baru, mendukung dan mendoakan dengan segenap hari.
5. Ibu Reny Rustyawati, S.Pd., M.A, selaku Dosen Pebimbing II, yang selalu bersedia meluangkan waktunya untuk membimbing, mengarahkan, memberikan wawasan baru, memberikan semangat, dan memberikan afirmasi positif.
6. Ibu Dr. Anna Armeini Rangkuti, S.Psi., M.Si, Psikolog., selaku Dosen Pembimbing Akademik, yang telah membimbing, mengarahkan, dan memberi dukungan untuk tetap percaya diri.
7. Bapak dan Ibu dosen dari Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta, yang telah membimbing, memberikan ilmu, wawasan baru, serta kenangan selama masa perkuliahan.
8. Bapak, Ibu, beserta staf dan jajaran dari tata usaha dan administrasi Fakultas Pendidikan Psikologi, Univrsitas Negeri Jakarta, yang selalu bersedia membantu

untuk keperluan administrasi selama perkuliahan.

9. Kepada Mama, Ayah, Azriel, Ghani, dan Athar yang selalu ada di rumah untuk menyayangi, saling membantu, saling berbagi cerita, memberikan perhatian, serta dukungan sejak kecil sampai saat ini.
10. Kepada sahabat sekaligus saudara – saudaraku, Dhilayla Putri Sudarso, Namira Mutiara, Mutiara Indah Kharisma, Rifda Adila, Maulidha Arsyah, Nurul Izza, Rizki Jihanisa, Azalia Kamila, Azalia Karima dan Fikri yang senantiasa ada kapanpun, tempat bercanda tawa dan berkeluh kesah, membantu, mendukung penuh, dan berusaha menjadi tempat terbaik saat dibutuhkan selama masa perkuliahan sampai saat ini dan memberikan dukungan serta motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
11. Kepada Vera, Ai, Duta, Dinda, Awa, dan Indah yang selalu hadir selama masa perkuliahan dan teman – teman angkatan 2019, yang senang membantu satu sama lain, saling memotivasi, dan mendukung serta memotivasi, dan mendukung selama masa perkuliahan sampai saat ini.
12. Kepada Candrina Inka Seruni, Carrisa Ardelia, Nadhila Cindy Putri, Najla Basalamah, dan Rezhma Tri yang selalu menemani dan memotivasi sejak 2016 sampai saat ini.
13. Kepada responden yang berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian ini.
14. Diri saya sendiri, karena telah bekerja keras, bersyukur, sabar, kuat, dan masih bertahan sampai saat ini. kamu layak dan membanggakan di mana pun kamu berada. Selamat istirahat dan bersenang – senang!

Jakarta, 26 Agustus 2023

Peneliti

Farah Intan Maisuri Dinaya

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Batasan Masalah	4
1.4 Rumusan Masalah.....	4
1.5 Tujuan Penelitian	4
1.6 Manfaat Penelitian.....	4
1.6.1. Manfaat Teoritis.....	4
1.6.2. Manfaat Praktis.....	4
BAB II	5
TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1. Ketidakpuasan Tubuh	5
2.1.1. Definisi	5
2.1.2. Dimensi	5

2.1.3. Aspek-aspek	6
2.1.4. Faktor yang Mempengaruhi	6
2.1.5. Teori Alat Ukur	7
2.2. Wanita Dewasa Awal	8
2.2.1 Definisi Wanita	8
2.2.2 Definisi Dewasa Awal	8
2.2.3 Karakteristik	9
2.2.4 Ciri-ciri	10
2.3. Kerangka Berpikir	10
2.4. Hasil Penelitian yang Relevan	11
BAB III.....	13
METODE PENELITIAN.....	13
3.1. Tipe Penelitian	13
3.2. Identifikasi Variabel Penelitian	13
3.2.1. Definisi Konseptual	13
3.2.2. Definisi Operasional	13
3.3. Populasi dan Sampel	14
3.3.1 Populasi.....	14
3.3.2 Sampel	14
3.4. Teknik Pengumpulan Data	14
3.5. Instrumen Ketidakpuasan Tubuh.....	15
3.6. Uji Coba Instrumen	17
3.7. Hasil Uji Coba Instrumen.....	18
3.8. Analisis Data.....	21
BAB IV.....	22
HASIL PENELITIAN & PEMBAHASAN.....	22
4.1. Gambaran Responden	22
4.1.1 Gambaran Responden Usia	22
4.1.2 Gambaran Responden Pendidikan	23
4.1.3 Gambaran Responden Status Pekerjaan	24

4.1.4	Gambaran Responden Status Pernikahan	25
4.2.	Prosedur Penelitian.....	26
4.2.1	Persiapan Penelitian	26
4.3.	Hasil Analisis Data Penelitian	27
4.3.1	Data Deskriptif	27
4.3.2	Kategorisasi Skor	28
4.3.3	Kategorisasi Demografi Ketidakpuasan Tubuh	29
4.4.	Pembahasan.....	31
4.5.	Keterbatasan Penelitian.....	34
BAB V	35
KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	35
5.1.	Kesimpulan.....	35
5.2.	Implikasi	35
5.3.	Saran	36
5.3.1	Bagi Subjek.....	36
5.3.2	Bagi Peneliti Selanjutnya.....	36
DAFTAR PUSTAKA	37
LAMPIRAN	42
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	54

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint Instrumen Multidimensional Body Self Relations Questionnaire-Appearance Scale</i>	29
Tabel 3.2 <i>Skoring Instrumen Ketidakpuasan Tubuh</i>	30
Tabel 3.3 Interpretasi <i>Koefisien Reliabilitas</i>	31
Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas <i>Instrumen Multidimensional Body Self Relation Questionnaire-Appearance Scale</i>	32
Tabel 3.5 Final <i>Blueprint Instrumen Multidimensional Body Self Relations Questionnaire-Appearance Scale</i>	32
Tabel 4. 1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	34
Tabel 4. 2 Gambaran Responden Berdasarkan Pendidikan	35
Tabel 4. 3 Tabel 4.3 Gambaran Responden Berdasarkan Status Pekerjaan	36
Tabel 4. 4 Gambaran Responden Berdasarkan Status Pernikahan	37
Tabel 4. 5 Data Deskriptif Ketidakpuasan Tubuh.....	39
Tabel 4. 6 Kategorisasi Skor Ketidakpuasan Tubuh.....	40
Tabel 4. 7 Gambaran Ketidakpuasan Tubuh Berdasarkan Usia	40
Tabel 4. 8 Gambaran Ketidakpuasan Tubuh Berdasarkan Pendidikan.....	41
Tabel 4. 9 Gambaran Ketidakpuasan Tubuh Berdasarkan Pekerjaan	42
Tabel 4. 10 Gambaran Ketidakpuasan Tubuh Berdasarkan Pernikahan.....	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Diagram Proporsi Responden Berdasarkan Usia	37
Gambar 4. 2 Diagram Proporsi Responden Berdasarkan Pendidikan	38
Gambar 4. 3 Diagram Proporsi Responden Berdasarkan Status Pekerjaan	38
Gambar 4. 4 Diagram Proporsi Responden Berdasarkan Status Pernikahan.....	39



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner	50
Lampiran 2. Uji Reliabilitas	52
No table of figures entries found.	
Lampiran 3. Uji Validitas	53
Lampiran 4. Data Demografi	55
Lampiran 4. 1 Data Demografi Usia.....	55
Lampiran 4. 2 Data Demografi Pendidikan	55
Lampiran 4. 3 Data Demografi Pekerjaan	56
Lampiran 4. 4 Data Demografi Pernikahan	56
Lampiran 5. Analisis Deskriptif	57
Lampiran 6. Tabulasi Silang	58
Lampiran 6. 1 Tabulasi Silang Usia.....	58
Lampiran 6. 2 Tabulasi Silang Pendidikan	58
Lampiran 6. 3 Tabulasi Silang Pekerjaan	58
Lampiran 6. 4 Tabulasi Silang Pernikahan	58
Lampiran 7. Surat Expert Judgment	59
Lampiran 7. 1 Surat Expert Judgment 1	59
Lampiran 7. 2 Surat Expert Judgment 2	60

