

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH (*BODY IMAGE*)
DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA PUTRI KELAS VIII
DI SMP N 6 YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh
Catur Baimi Setyaningsih
NIM 09104241002

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
JULI 2013**

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH (*BODY IMAGE*)
DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA PUTRI KELAS VIII
DI SMP N 6 YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh
Catur Baimi Setyaningsih
NIM 09104241002

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
JULI 2013**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH (*BODY IMAGE*) DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA PUTRI DI SMP N 6 YOGYAKARTA” ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

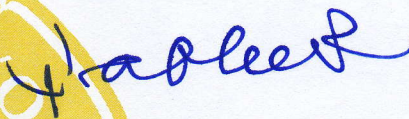
Yogyakarta, 28 Juni 2013

Pembimbing I

Pembimbing II



Rosita Endang Kusmaryani, M. Si.
NIP 19700422 199802 2 001



Fathur Rahman, M. Si.
NIP 19781024 200212 1 005

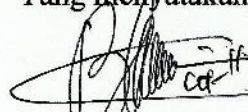


SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Juni 2013
Yang menyatakan,



Catur Baimi Setyaningsih
NIM 09104241002

PENGESAHAN

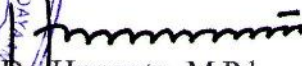
Skripsi yang berjudul "HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH (*BODY IMAGE*) DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA PUTRI DI SMP N 6 YOGYAKARTA" yang disusun oleh Catur Baimi Setyaningsih, NIM 09104241002 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 28 Juni 2013 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Rosita Endang, K., M. Si.	Ketua Penguji		16 Juli 2013
Agus Triyanto, M. Pd.	Sekretaris Penguji		16 Juli 2013
Hiryanta, M. Si.	Penguji Utama		16 Juli 2013
Fathur Rahman, M. Si.	Penguji Pendamping		15 Juli 2013

Yogyakarta, 19 JUL 2013
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,




Dr. Haryanto, M.Pd.
NIP. 19600902 198702 1 001

MOTTO

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum kecuali kaum itu sendiri yang mengubah apa apa yang ada pada diri mereka ”.

(Terjemah QS: Ar-Ra'd: 11)

No body is perfect.

(Anonim)

Allah SWT telah menciptakan kita dalam keadaan terbaik, maka bersyukurlah.

(Catur Baimi)

Puaslah dengan tubuhmu, maka kamu akan merasa cantik.

(Catur Baimi)

PERSEMBAHAN

Saya persembahkan karya ini untuk:

- ✚ Bapak dan Ibuku terhebat,
- ✚ Mas Arip, Mas Pin, Mas Suroso, Mbak Piah, Mbak Dwi dan Mbak Niar serta ponakanku yang lucu-lucu Dek Daffa, Dek Elsa, Dek Umami, dan Dek Aqifa,
- ✚ Universitas Negeri Yogyakarta,
- ✚ Para Remaja Putri Indonesia.

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH (*BODY IMAGE*)
DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA PUTRI KELAS VIII
DI SMP N 6 YOGYAKARTA**

**Oleh
Catur Baimi Setyaningsih
NIM 09104241002**

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan berdasarkan permasalahan remaja putri yang memiliki citra tubuh negatif sehingga sulit untuk menerima dirinya secara utuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan penerimaan diri pada remaja putri kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta.

Pendekatan penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Subyek penelitian adalah remaja putri kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta yang berjumlah 92 siswi. Alat pengumpulan data berupa skala citra tubuh dengan reliabilitas 0.952 dan skala penerimaan diri yang memiliki reliabilitas 0.956. Analisis data dilakukan dengan teknik statistik *produt moment* dari *pearson*.

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar remaja putri kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta memiliki citra tubuh yang positif yaitu sebanyak 68 siswi (73.9%) dan penerimaan diri dalam kategori tinggi sebanyak 70 siswi (76.1%). Hasil uji statistik diperoleh $r = 0.471$. Hal ini berarti ada hubungan positif dan signifikan antara citra tubuh dengan penerimaan diri dengan sumbangan efektif sebesar 22.2%. Selebihnya, sebesar 77.8% terbentuknya penerimaan diri dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci: citra tubuh, penerimaan diri.

KATA PENGANTAR

Bismillaahirrahmaanirrahiim. Allahumma shallii ‘alaa Sayyidinaa Muhammad wa ‘alaa aali Sayyidinaa Muhammad. Walhamdulillahirabbil’alamiin saya panjatkan atas kehadiran, karunia dan bimbingan-NYA yang berlimpah sehingga skripsi yang berjudul “HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH (*BODY IMAGE*) DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA PUTRI KELAS VIII DI SMP N 6 YOGYAKARTA” dapat saya selesaikan dengan baik.

Penyusunan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pendidikan pada jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta. Proses pembuatan skripsi ini banyak menerima bantuan, bimbingan, dan kebaikan dari berbagai pihak. Untuk itu, saya ucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk menjadi mahasiswa UNY.
2. Bapak Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Bapak Ketua Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang telah memberikan kemudahan dalam proses perijinan penelitian sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan lancar.
4. Ibu Rosita Endang Kusmaryani, M. Si. dan Bapak Fathur Rahman, M. Si. selaku dosen pembimbing yang telah dengan sabar memberikan bimbingan,

arahan, dan petunjuk yang sangat berharga sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

5. Bapak dan Ibu Guru serta seluruh keluarga besar SMP N 6 Yogyakarta yang telah memberikan kemudahan dalam penelitian yang telah dilakukan.
6. Bapak dan Ibu tersayang yang telah mendo'akan, memotivasi dan mengorbankan segalanya serta memberikan kasih sayang demi tercapainya cita-cita.
7. Kakak – kakak dan keluarga besarku yang telah banyak memotivasi dan mendo'akan saya selama ini.
8. Teman – teman mahasiswa BK A 2009 yang telah berjuang bersama dan saling berbagi motivasi serta bantuan dalam penyusunan skripsi.

Saya menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Meski demikian, penulis berharap semoga skripsi ini dapat berguna bagi remaja, Guru Bimbingan dan Konseling, orang tua, dan pembaca.

Yogyakarta, Juni 2013



Penulis

DAFTAR ISI

	Hal.
HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Batasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah	10
E. Tujuan Penelitian	10
F. Manfaat Penelitian	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Penerimaan Diri (<i>Self Acceptance</i>)	
1. Pengertian Penerimaan Diri (<i>Self Acceptance</i>)	12
2. Faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri (<i>Self Acceptance</i>)	14
3. Terbentuknya Penerimaan Diri (<i>Self Acceptance</i>)	19
4. Karakteristik Penerimaan Diri (<i>self Acceptance</i>)	20
5. Dampak Penerimaan Diri (<i>Self Acceptance</i>)	22

B. Citra Tubuh (<i>Body Image</i>)	
1. Pengertian Citra Tubuh (<i>Body Image</i>)	24
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh (<i>Body Image</i>)	27
3. Aspek-Aspek Citra Tubuh (<i>Body Image</i>).....	32
C. Siswa SMP sebagai Remaja	
1. Pengertian Remaja	36
2. Karakteristik Remaja Awal	37
3. Tugas Perkembangan Remaja.....	40
4. Perkembangan Remaja.....	42
D. Hubungan antara Citra Tubuh (<i>Body Image</i>) dengan Penerimaan Diri (<i>Self Acceptance</i>) pada Remaja Putri.....	44
E. Hipotesis	48

BAB III METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian	50
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	50
C. Variabel Penelitian.....	51
D. Subyek Penelitian.....	51
E. Metode Pengumpulan Data.....	51
F. Instrumen Penelitian	52
1. Definisi Operasional	53
2. Kisi-Kisi Instrumen	54
3. Uji Coba Instrumen	56
G. Teknik Analisis Data.....	63
1. Uji Persyaratan Analisis	63
2. Uji Hipotesis	64

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	
1. Deskripsi Waktu dan Tempat	65

2. Deskripsi Subyek Penelitian.....	66
3. Deskripsi Data	66
B. Pengujian Persyaratan Analisis	
1. Uji Normalitas.....	69
2. Uji Linearitas	70
C. Pengujian Hipotesis	
1. Analisis Korelasi	71
D. Pembahasan.....	73
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	82
B. Saran	83
DAFTAR PUSTAKA	85
LAMPIRAN	88

DAFTAR TABEL

	Hal.
Tabel 1. Kisi-kisi Skala Penerimaan Diri	55
Tabel 2. Kisi-kisi Skala Citra Tubuh	56
Tabel 3. Kisi-Kisi Skala Penerimaan Diri Sebelum Uji Coba	59
Tabel 4. Kisi-Kisi Skala Penerimaan Diri Setelah Uji Coba	60
Tabel 5. Kisi-Kisi Instrumen Citra Tubuh (<i>Body Image</i>) Sebelum Uji Coba.....	61
Tabel 6. Kisi-Kisi Instrumen Citra Tubuh (<i>Body Image</i>) setelah Uji Coba.....	62
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Relatif Citra Tubuh (<i>Bidy Image</i>)	67
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Relatif Penerimaan Diri	68
Tabel 9. Hasil Pengujian Normalitas	70
Tabel 10. Hasil Pengujian Linieritas	71
Tabel 11. Hasil Ringkasan Analisis Korelasi antara Citra Tubuh (<i>Body Image</i>) dengan Penerimaan Diri	72
Tabel 12. Tabel Silang antara Citra Tubuh (<i>Body Image</i>) dengan Penerimaan Diri	80

DAFTAR GAMBAR

	Hal.
Gambar 1. Hubungan antara Citra Tubuh dengan Penerimaan Diri	48
Gambar 2. Diagram Balok Distribusi Frekuensi Relatif Citra Tubuh (<i>Body Image</i>) dengan Penerimaan Diri	68
Gambar 3. Diagram Balok Distribusi Frekuensi Relatif Penerimaan Diri	69

DAFTAR LAMPIRAN

	Hal.
Lampiran 1. Angket Citra Tubuh dan Penerimaan Diri Sebelum Uji Coba	89
Lampiran 2. Hasil Uji Coba Validitas dan Realibilitas Instrumen	99
Lampiran 3. Angket Citra Tubuh dan Penerimaan Diri Setelah Uji Coba	118
Lampiran 4. Hasil Penelitian	127
Lampiran 5. Surat Permohonan Izin Penelitian Dari UNY.....	152
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian Dari Pemerintah Daerah Istimewa Yogyakarta	153
Lampiran 7. Surat Izin Penelitian Dari Pemerintah Kota Yogyakarta	154
Lampiran 8. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian Dari SMP N 6 Yogyakarta	155

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Saat ini media massa dihebohkan dengan penampilan beberapa gadis cantik yang menyerupai boneka berbie. Salah satu dari mereka yang cukup terkenal adalah Valeria Lukyanova. Gadis cantik ini telah melakukan beberapa kali operasi plastik bahkan rela memotong tulang rusuknya demi mendapatkan sosok sempurna seperti boneka berbie. Fenomena ini terlihat jelas bahwa manusia ingin hidup dalam keadaan yang sempurna. Begitu pula dengan remaja, mereka juga ingin tampil sempurna dalam setiap kesempatan. Padahal sebagai manusia pasti memiliki kelebihan dan kekurangan. Hal ini menjadikan remaja tidak bisa menerima keadaan dirinya terutama keadaan fisik yang dimiliki.

Remaja yang sedang mengalami perkembangan fisik kerap kali membuat mereka resah dan tidak nyaman. Perkembangan fisik adalah suatu perubahan fisik yang terjadi pada seseorang dan juga merupakan gejala primer dalam pertumbuhan remaja. Menurut Hurlock (1980: 188), pertumbuhan fisik remaja meliputi perubahan ukuran tubuh, perubahan proporsi tubuh, perkembangan ciri-ciri seks primer, dan perkembangan ciri-ciri seks sekunder.

Monks (2002: 268) mengatakan pertumbuhan anggota-anggota badan remaja lebih cepat dari pada badannya. Untuk sementara waktu remaja

mempunyai proporsi tubuh yang tidak seimbang, tangan dan kakinya lebih panjang dari pada perbandingan dengan badannya. Penampilan yang tidak proporsional ini sering membuat remaja merasa gusar dan tidak puas terhadap tubuhnya.

Penilaian remaja atas bentuk tubuh yang dimiliki disebut dengan citra tubuh. Menurut Schilder (dalam Bell dan Rushforth, 2008: 1), citra tubuh adalah gambaran tentang tubuh seseorang yang terbentuk dalam pikiran individu itu sendiri, atau dengan kata lain gambaran tubuh individu menurut individu itu sendiri. Berbagai gambaran bentuk tubuh tersebut membuat remaja merasa tidak puas dengan keadaan fisiknya. Remaja sering merasa gemuk, kulit kurang cerah, hidung kurang mancung, dan lain sebagainya. Perasaan puas dan tidak puas terhadap bentuk tubuh membuat remaja memiliki citra tubuh yang positif dan negatif. Seperti yang diungkapkan oleh Chas dan Pruzinsky (dalam Kinanti, 2010: 20), “gambaran tubuh merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya berupa penilaian positif dan negatif”.

Pandangan positif terhadap tubuh adalah kunci utama yang dapat membangun kesehatan psikologis dan perkembangan fisik pada wanita. Seperti yang dinyatakan oleh Wertheim (dalam Smolak dan Thomson, 2009: 47), *“Positive body image plays a vital role in fostering healthy psychological and physical development in girls”*. Remaja yang memiliki citra tubuh negatif akan membuat mereka mengalami banyak masalah dengan tubuhnya,

contohnya merasa tidak puas dengan tubuh yang dimiliki, gangguan makan, melakukan diet yang terlalu ketat, depresi, dan lain-lain.

Survei yang dilakukan oleh *American Association of University Women* (dalam Huebscher, 2010: 5) diketahui bahwa, hanya 29% remaja putri yang merasa puas terhadap tubuh mereka dan 50% dari anak laki-laki merasa baik-baik saja terhadap tubuh mereka. Selain itu, survei yang dilakukan oleh Etcoff dari *Harvard University* dan Orbach dari *London School Of Economic* dalam *Campaign for Real Beauty* (Ken, 2005: 11), diketahui bahwa 3% wanita Asia merasa cantik dan hanya 1% wanita Indonesia yang berani menyatakan dirinya cantik. Melihat fenomena ini bisa kita ketahui bahwa wanita saat ini masih memiliki citra tubuh yang rendah. Seperti yang diungkapkan oleh Hurlock (1980: 211), bahwa hanya sedikit remaja yang mengalami *kateksis* tubuh atau merasa puas dengan tubuhnya.

Ketidakpuasan terhadap citra tubuh tersebut pada umumnya terjadi pada remaja, tidak terkecuali juga remaja di SMP N 6 Yogyakarta. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan pada tanggal 1 Februari 2013 diketahui bahwa ada beberapa siswa yang merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Mereka mengaku memiliki hidung yang tergolong pesek, rambut yang selalu bercabang, pantat yang kurang berisi, bentuk wajah, warna kulit yang hitam, dan bentuk betis kaki yang terlalu besar. Selain itu, siswa merasa kurang menerima keadaan fisiknya. Mereka melakukan upaya untuk memperbaiki diri agar tampil lebih menarik. Hal itu bisa kita lihat dari

beberapa siswa yang merubah penampilannya dengan melakukan *rebonding* rambut.

Usaha-usaha yang dilakukan remaja dalam upaya memperbaiki diri tersebut pasti tidak terlepas dari faktor yang ada dilingkungannya. Salah satunya adalah media massa, baik itu televisi, film, majalah, koran dan sebagainya. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Nemeroff (dalam Bell dan Rushforth, 2008: 3) bahwa “faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh adalah media massa seperti majalah *fashion*, iklan televisi, dan pertunjukkan yang saat ini banyak menghadirkan perempuan kurus sebagai sosok yang ideal”. Jadi, media massa yang menampilkan sosok bintang-bintang yang sempurna dan ideal membuat remaja memiliki harapan yang tinggi untuk menyerupai idolanya.

Kita sering menemui bahwasanya apa pun yang dipakai oleh idola kerap kali menjadi *trend*. Salah satunya adalah pakaian, karena pada masa ini remaja sangat memperhatikan penampilan. Diungkapkan oleh Hurlock (1998: 216) bahwasannya “remaja sangat memperhatikan pakaiannya”. Pakaian juga merupakan alat yang digunakan remaja untuk mengekspresikan dirinya, seperti yang diungkapkan oleh Burn (1993: 229) bahwa “pakaian digunakan remaja sebagai ukuran ekspresi diri, pencarian perhatian dan untuk mendapatkan perasaan harga diri”. Jadi, tidak heran jika ditemui juga di SMP N 6 Yogyakarta, ada remaja yang tidak menerima adanya aturan memakai sepatu hitam dari hari senin sampai Kamis. Pastilah mereka menganggap aturan

tersebut menghambatnya untuk berekspresi dan mendapatkan perasaan berharga.

Fenomena-fenomena di atas dengan jelas menggambarkan bahwa remaja merasa tidak puas dengan apa yang dimiliki, sehingga melakukan upaya-upaya dalam memperbaiki penampilannya. Hal ini tentu bertentangan dengan tugas perkembangannya. Menurut Havighurst (dalam Panut dan Ida, 2005: 24), menyatakan bahwa “tugas perkembangan remaja adalah menerima kenyataan jasmani serta menggunakannya seefektif-efektifnya dengan perasaan puas”. Sejalan dengan itu menurut Hurlock (dalam Rita,dkk., 2008: 126), bahwa “salah satu tugas perkembangan remaja adalah menerima keadaan fisik dan menggunakan tubuhnya secara efektif”. Namun, jika remaja merasa tidak puas atau khawatir terhadap penampilannya dapat mengakibatkan kesulitan untuk menerima dirinya, sehingga akan timbul konflik, masalah dan ketidakbahagiaan. Hal ini sejalan dengan pendapat Hurlock (1980:201), ”sulitlah bagi remaja (puber) untuk menerima dirinya sendiri, kalau dia merasa prihatin dan gelisah akan tubuhnya yang berubah dan mereka tidak puas dengan penampilan dirinya”. Padahal sumber dari kebahagiaan itu sendiri adalah mampu untuk menerima segala karakteritik yang ada dalam diri kita.

Penerimaan diri adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. “Individu yang dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya”, (Hurlock dalam Rina, 2004: 5). Selanjutnya, menurut Calhoun dan Acocella

(dalam Rina, 2004: 5-6), menyatakan bahwa “individu yang bisa menerima diri secara baik, tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan”.

Penerimaan diri merupakan hal yang penting bagi remaja atas perubahan-perubahan perkembangan yang dialaminya. Individu yang mampu menerima dirinya dengan baik akan memiliki perkembangan mental dan kepribadian yang baik juga. Hurlock (1974: 435), menyatakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi penerimaan diri diantaranya adalah: 1) harapan yang realistis, 2) keberhasilan, 3) pemahaman dan wawasan diri 4) wawasan sosial, 5) konsep diri yang stabil, 6) adanya kondisi emosi yang menyenangkan, 7) penilaian orang lain. 8) pola asuh dimasa kecil yang baik, 9) perspektif diri, 10) tidak adanya hambatan dalam lingkungan.

Remaja yang memiliki harapan realitis tentu akan mudah menerima dirinya. Contoh, remaja yang memiliki harapan untuk menyerupai idolanya, tentu ini adalah harapan yang terlalu tinggi dan susah dicapai. Remaja tentu akan mendapatkan kesulitan dalam mencapai keinginannya atau bahkan tidak akan pernah tercapai. Padahal, tingkat keberhasilan remaja dalam mencapai keinginannya akan menentukan tingkat kepuasannya. Jadi, remaja yang tidak bisa tampil sesuai dengan harapannya, akan memiliki kepuasan yang rendah terhadap penampilannya. Oleh sebab itu, remaja yang tidak puas dengan tubuh, penampilan dan segala karakteristik yang dipunya akan memiliki citra tubuh yang negatif. Gambaran atau citra tubuh yang dimiliki remaja tersebut akan sepadan dengan tingkat penerimaan diri remaja. Hal ini sesuai dengan

pendapat Jourard dan Secord (Burn, 1993: 198) bahwa tingkat kepuasan mengenai gambaran tubuh (citra tubuh) sepadan dengan tingkat penerimaan diri remaja.

Penerimaan diri terhadap citra tubuh yang dimiliki sangat diperlukan agar remaja tidak hanya terpaku pada penilaian negatif terhadap tubuhnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Farida Aprilia T. C (2008), terdapat hubungan yang signifikan antara penerimaan diri remaja terhadap penampilan fisik dengan kemampuan komunikasi interpersonal. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Arina Zulfa (2009), diketahui remaja yang pada awalnya berada kondisi fisik normal kemudian tiba-tiba mengalami kecelakaan dan dinyatakan menjadi penyandang cacat tuna netra. Mereka mengalami penolakan pada kondisinya yang baru seperti, marah, depresi, dan kemudian baru bisa menerima kenyataan yang dimilikinya. Penerimaan diri ini bersifat fluktuatif dan tidak stabil. Terutama saat ada permasalahan yang tidak dapat terselesaikan dan adanya pemikiran negatif terhadap keadaan. Diketahui juga dari penelitian Catharine (2009), penerimaan diri pada penyandang cacat bukan bawaan dipengaruhi oleh kecepatan perubahan yang dialami, waktu terjadinya kecacatan, persiapan yang dialami individu dalam menghadapi perubahan, sikap lingkungan, serta beberapa efek kecacatan yang dialami individu terhadap gaya hidup, hobi, minat serta pekerjaan. Selain itu, ada juga penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Ridha (2012) bahwa, terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan penerimaan diri pada mahasiswa Aceh yang tinggal di Asrama Yogyakarta.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa perubahan fisik dan psikologis mempengaruhi pemahaman diri individu terhadap penerimaan diri. Individu yang memiliki pandangan dan penilaian (citra tubuh) yang baik terhadap dirinya akan lebih mudah untuk menerima dirinya, seperti yang diungkapkan oleh Muhammad Ridha diatas. Pandangan dan penilaian terhadap diri bisa mencakup tentang penampilan fisik, intelektual, minat, bakat, dan kekurangan, serta kelebihanannya. Penilaian tentang penampilan fisik sendiri sering disebut juga dengan citra tubuh.

Rendahnya penerimaan diri pada remaja bisa jadi karena kurangnya pemahaman remaja terhadap perubahan-perubahan fisik yang harus terjadi pada mereka. Diungkapkan oleh Thomas (dalam Hurlock, 1980: 198), “jarang ada anak yang mengerti dasar perubahan yang terjadi pada dirinya dan teman-temannya”. Akibatnya, anak merasa kurang menerima terhadap perubahan yang mereka hadapi. Terdapat banyak alasan mengapa anak kurang siap terhadap perubahan yang terjadi, misalnya orang tua yang kurang memiliki pengetahuan tentang perkembangan anak. Selain itu, juga karena remaja merasa malu untuk bertanya kepada orang tua, teman, atau pun guru.

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan wawasan baru kepada Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam layanan pribadi dan sosial di sekolah. Guru BK bisa mengembangkan materi tentang pemahaman remaja terhadap citra tubuh yang dapat mempengaruhi penerimaan diri. Hal ini bisa membantu remaja memahami perubahan kondisi fisik pada masa perkembangannya sehingga dapat membantu remaja dalam menerima dirinya.

Berdasarkan fenomena-fenomena tentang ketidakpuasan citra tubuh. Sikap remaja yang kurang menerima keadaan fisiknya dimasa perkembangan. Pentingnya akan penerimaan diri bagi perkembangan kesehatan psikologis remaja membuat peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan antara Citra Tubuh (*Body Image*) dengan Penerimaan Diri pada Remaja Putri Kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta”.

B. Identifikasi Masalah

Dari uraian latar belakang tersebut dapat diidentifikasi permasalahan yang timbul dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Ditemui siswa yang merasa kurang puas dan resah dengan kondisi fisiknya.
2. Adanya siswa yang melanggar peraturan tata tertib sekolah agar kelihatan lebih menarik, seperti tidak menggunakan sepatu hitam putih pada hari senin sampai Kamis.
3. Adanya siswa yang mengalami citra tubuh negatif.
4. Adanya siswa yang kurang menerima keadaan dirinya secara utuh.
5. Adanya Siswa SMP N 6 Yogyakarta yang memiliki citra tubuh negatif sehingga menyebabkan mereka kurang menerima keadaan dirinya secara utuh.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut peneliti membatasi masalah tentang citra tubuh (*body image*) yang dapat menyebabkan remaja putri kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta kurang menerima dirinya secara utuh.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas maka peneliti dapat merumuskan permasalahan, “apakah ada hubungan positif antara citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri pada remaja putri kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta?”.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri pada remaja putri kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta.

F. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian diharapkan dapat bermanfaat secara teoritis dan praktis.

1. Secara teoritis

Penelitian ini dapat memberikan wawasan kepada pembaca tentang pentingnya memiliki citra tubuh (*body image*) yang positif dan menerima

diri kita apa adanya. Selain itu, juga diharapkan mampu menambah ranah keilmuan dan sumber tela'ah untuk penelitian selanjutnya.

2. Secara praktis

Penelitian ini dapat bermanfaat bagi:

a. Siswa

Siswa dapat berupaya memiliki citra tubuh yang positif dan meningkatkan penerimaan diri.

b. Guru BK

Guru BK dapat membantu meningkatkan citra tubuh (*body image*) remaja dengan memberikan materi-materi bimbingan mengenai citra tubuh dan penerimaan diri untuk meningkatkan pemahaman diri siswa. Diharapkan dengan hal itu dapat membantu para remaja untuk mengetahui proses kematangan. Remaja tidak membayangkan bahwa ada sesuatu yang salah dengan dirinya bila mana dirinya berbeda dengan temannya.

c. Orang Tua

Orang tua dapat memberikan penilaian yang positif kepada perkembangan anaknya dan mengajarkan arti kecantikan yang tidak hanya dinilai dari fisik.

d. Peneliti lainnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu dijadikan dasar buat melakukan penelitian selanjutnya yang terkait dengan citra tubuh (*body image*) dan penerimaan diri.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)

1. Pengertian Penerimaan diri (*Self Acceptance*)

Menurut Chaplin (2006: 451) penerimaan diri (*self acceptance*) adalah sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat sendiri serta pengakuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri. Suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya disebut dengan penerimaan diri (*self acceptance*) (Hurlock, 1974: 442). Selain itu individu yang menerima dirinya mampu untuk bertanggung jawab dan menerima resiko atas perilakunya. Hal ini diungkapkan oleh Berger (Denmark, 1973: 7) bahwa “*the definition of self acceptance is assumes responsibility for and accepts the consequences of his own behavior*”.

Supratiknya (dalam Alin Riwayati, 2010: 36) penerimaan diri merupakan kemampuan seseorang untuk memiliki penilaian yang realistik terhadap berbagai kelebihan dan kekurangan. Selain itu, masih menurut Supratiknya (2009: 84) bahwa menerima diri adalah memiliki penghargaan yang tinggi dan tidak bersikap sinis terhadap diri sendiri. Hal serupa juga diungkapkan oleh Johnson (1993: 304) bahwa penerimaan diri dipandang sebagai suatu keadaan seseorang yang memiliki penghargaan tinggi terhadap diri sendiri dan tidak sinis tentang dirinya. Sedangkan menurut

Allport (dalam Hjelle & Ziegler, 1981: 319) penerimaan diri adalah individu yang dapat bertoleransi dengan frustrasi atau kejadian yang tidak menyenangkan dan mengakui kelebihan yang dimilikinya.

Menurut Maslow (dalam Muh. Farozin & Kartika, 2004: 89-90) penerimaan diri adalah salah satu bentuk aktualisasi diri. Sedangkan aktualisasi diri adalah usaha memenuhi dorongan hakiki manusia untuk menjadi orang yang sesuai dengan keinginan dan potensi yang dimiliki dengan cara melakukan segala sesuatu yang terbaik. Jadi, individu yang dapat menerima dirinya akan berusaha menjadi orang yang sesuai dengan keinginan dan potensi yang dimiliki dengan cara melakukan segala sesuatu yang terbaik. Selain itu menurut Key (dalam Jahja, 2011: 238) penerimaan diri adalah menerima diri sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuan sendiri.

Hurlock (1974: 434) penerimaan diri (*self acceptance*) merupakan kontribusi penting dalam pembentukan kepribadian yang sehat. Individu yang menerima diri dengan baik tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri dan memiliki banyak kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan (Calhoun & Acocella dalam Rina, 2004: 5). Individu yang semakin besar memiliki penerimaan diri maka semakin besar pula penerimaan orang lain atas diri kita sehingga, orang yang mampu menerima diri akan mudah untuk bersosialisasi dengan lingkungan. Sebaliknya jika individu menolak dirinya biasanya tidak bahagia dan tidak

bisa membangun serta melestarikan hubungan yang baik dengan orang lain (Supratiknya,2009: 85).

Berdasarkan berbagai pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri adalah kemampuan seseorang untuk memiliki penilaian realistis terhadap kekurangan dan kelebihan, memiliki kemampuan dan keyakinan untuk hidup dengan segala karakteristik, memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri dan dapat bertanggung jawab atas perilakunya. Individu yang mampu menerima dirinya akan semakin diterima dan disukai oleh orang lain sehingga, mudah untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan. Sebaliknya jika individu tidak bisa menerima dirinya maka merasa tidak bahagia bahkan membenci diri sendiri sehingga, akan mengalami kesulitan untuk menjalin hubungan dengan orang lain.

2. Faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)

Menurut Hurlock (1974: 434-436) ada sejumlah faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan diri seseorang, diantaranya sebagai berikut:

a. Pemahaman Diri atau Wawasan Diri (*Self Understanding*)

Pemahaman diri (*self understanding*) adalah sebuah pengakuan, kesadaran dan cara pandang mengenai dirinya secara jujur, nyata dan apa adanya. Seseorang yang memiliki pemahaman diri tidak hanya memiliki kapasitas intelektual namun juga memiliki kesempatan untuk menemukan jati dirinya. Kurangnya pemahaman diri dapat disebabkan oleh ketidaktahuan, kurangnya kesempatan

untuk menemukan jati diri, atau seseorang yang berpura-pura tentang dirinya agar bisa disukai. Pemahaman diri dan penerimaan diri berjalan secara berdampingan, berarti individu yang dapat memahami diri sendiri akan semakin dapat menerima dirinya. Aspek penerimaan diri bisa meliputi, kondisi fisik, psikis, intelektual, bakat dan minat yang menjadi kelebihan dan kekurangannya. Kurangnya pemahaman diri menyebabkan ketidaksesuaian antara konsep diri yang diinginkan dan konsep diri yang diidealkan hal ini diperoleh dari kontak sosial.

b. Harapan yang Realistis (*Realistic Expectations*)

Ketika seseorang memiliki harapan untuk mencapai prestasi secara realistis maka dia akan memiliki kesempatan untuk mencapainya. Hal ini dapat memberikan kepuasan diri yang menjadi dasar dalam penerimaan diri. Harapan yang realistik bisa timbul bila individu menentukan sendiri harapannya dan disesuaikan dengan pemahaman mengenai kemampuannya, serta bukan diarahkan oleh orang lain dalam mencapai tujuannya. Individu yang mungkin memiliki tujuan realistis namun kurang memiliki pengetahuan dan keterampilan dia bisa jadi mengalami kesulitan untuk mencapai tujuan. Sebagai contoh, seseorang memiliki bakat administrasi dalam berbisnis atau industri, namun dia tidak memiliki pendidikan yang cukup, maka kemungkinan dia tidak memiliki peluang untuk mendemonstrasikan potensi yang dimilikinya.

c. Tidak Adanya Hambatan dalam Lingkungan (*Absence of Environmenta; Obstacles*)

Seseorang yang telah memiliki harapan realistis, namun lingkungan sekitar tidak memberikan kesempatan atau bahkan menghalangi maka harapan tersebut akan sulit dicapai. Hal ini bisa mengakibatkan individu mengalami kesulitan menerima dirinya namun, ketika rintangan tersebut mampu untuk dilalui maka dia sanggup mencapai kesuksesan dan puas terhadap prestasi yang telah dicapai. Orang yang puas dengan apa yang dicapai dapat membuat mereka mampu untuk menerima dirinya.

d. Sikap Dari Masyarakat yang Menyenangkan (*Favorable Sosial Attitudes*)

Individu yang diterima dengan baik oleh masyarakat dapat membuatnya memiliki penerimaan diri yang baik. Harapan yang realistis dari masyarakat akan membuat individu dapat memahami kekurangan dan kelebihanannya. Penerimaan masyarakat dapat ditunjukkan dengan: 1) tidak adanya prasangka buruk, 2) adanya penghargaan terhadap kemampuan sosial orang lain, 3) kesediaan individu untuk memiliki kebiasaan yang ada dilingkungan sekitar.

e. Tidak Adanya Tekanan Emosional yang Berat (*Absence of Severe Emotional Stress*)

Tekanan emosional dapat menyebabkan gangguan fisik dan psikologis. Biasanya pekerjaan rumah dan lingkungan kerja dapat

membuat individu merasa tertekan. Individu yang terhindar dari tekanan memungkinkannya untuk dapat melakukan hal terbaik dan memiliki orientasi diri, orientasi terhadap lingkungan, merasa *relax* dan bahagia. Selain itu, individu yang terhindar dari tekanan juga akan merasa lebih *relax* dan bahagia. Kondisi ini sangat berperan dalam evaluasi sosial yang mana menjadi dasar dalam evaluasi diri dan penerimaan diri.

f. Keberhasilan (*Preponderance Successes*)

Secara kualitatif atau pun kuantitatif, keberhasilan yang dialami dapat menimbulkan penerimaan diri, sebaliknya kegagalan yang dialami dapat mengakibatkan adanya penolakan diri.

g. Identifikasi Penyesuaian Diri yang Baik dengan Orang Lain (*Identification with Well-adjusted People*)

Individu yang mengidentifikasi penyesuaian diri orang lain dengan baik dapat membangun sikap positif terhadap diri sendiri, penilaian diri dan penerimaan diri. Penilaian yang didapat selama dirumah dapat berkontribusi penting dalam pembentukan pribadi yang sehat. Seharusnya seorang ibu menjadi sumber identifikasi bagi anak-anaknya, dan memiliki penilaian yang berpengaruh dalam kepribadian anak-anaknya.

h. Perspektif Diri (*Self Perspective*)

Individu yang memiliki perspektif diri mampu memahami diri sendiri dan orang lain. Perspektif diri yang luas dapat meningkatkan penerimaan diri individu.

i. Pola Asuh yang Baik Dimasa Kecil (*Good Childhood Training*)

Pendidikan yang baik selama dirumah dan sekolah dapat berpengaruh dalam perkembangan diri dan konsep diri. Pola asuh yang demokratis membuat individu memiliki kepribadian yang sehat dan cenderung mampu menghargai dirinya sendiri sehingga, memiliki kontrol diri yang baik.

j. Konsep Diri yang Stabil (*Stable Self Concept*)

Individu yang memiliki konsep diri akan mampu memahami dirinya dalam setiap waktu. Jika konsep diri individu bagus maka dia mampu menerima dirinya, sebaliknya jika konsep diri individu rendah maka individu akan melakukan penolakan diri. Individu yang tidak memiliki konsep diri stabil misalnya, kadang menyukai dirinya dan kadang tidak menyukai dirinya, maka ia akan sulit menunjukkan siapa dirinya yang sebenarnya kepada orang lain, karena individu sendiri memiliki ambivalensi terhadap dirinya.

Berdasarkan uraian diatas, disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi penerimaan diri terdiri dari pemahaman diri (*self understanding*), harapan yang realistis (*realistic expectations*), tidak adanya hambatan dalam lingkungan (*absence of environmenta; obstacles*),

sikap dari masyarakat yang menyenangkan (*favorable sosial attitudes*), tidak adanya tekanan emosional yang berat (*absence of severe emotional stress*), keberhasilan (*preponderance successes*), identifikasi penyesuaian diri yang baik dengan orang lain (*identification with well-adjusted people*), perspektif diri (*self perspective*), pola asuh yang baik dimasa kecil (*good childhood training*), dan konsep diri yang stabil (*stable self concept*).

3. Terbentuknya Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)

Individu yang memiliki penerimaan diri akan memiliki penghargaan yang tinggi terhadap dirinya. Supratiknya (2009: 86-87) menyatakan bahwa penghargaan diri terhadap diri sendiri atau penghargaan orang lain terhadap dirinya dapat dilihat dari hal sebagai berikut:

a. *Reflected Self Acceptance* atau Refleksi Penerimaan Diri

Membuat kesimpulan tentang diri kita berdasarkan pandangan orang lain kepada kita. Jika orang lain menyukai diri kita, maka kita pun menyukai diri kita.

b. *Basic Self Acceptance* atau Penerimaan Diri Dasar

Keyakinan bahwa diri kita diterima secara instrinsik dan tanpa syarat.

c. *Conditional Self acceptance* atau Penerimaan Diri Bersyarat

Penerimaan diri yang didasarkan seberapa baik kita memenuhi tuntutan dan harapan masyarakat.

d. *Self Evaluation* atau Evaluasi Diri

Penilaian seberapa positif apa yang kita miliki dibandingkan dengan apa yang dimiliki oleh orang lain yang sebaya dengan diri kita.

e. *Real-Ideal Comparison* atau Perbandingan antara yang *Real* dan *Ideal*

Kesesuaian antara diri kita yang sebenarnya dan pandangan diri kita yang seharusnya.

Berdasarkan ungkapan di atas, penghargaan terhadap diri kita yang merupakan proses terbentuknya penerimaan diri dapat dilihat dengan lima tahap yaitu refleksi penerimaan diri, penerimaan diri dasar, penerimaan diri bersyarat, evaluasi diri dan perbandingan antara yang *real* dan *ideal*.

4. Karakteristik Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)

Menurut Jersild (Hurlock, 1974: 434) karakteristik individu yang memiliki penerimaan diri adalah sebagai berikut:

- a. Memiliki harapan yang realistis terhadap keadaan dan menghargai dirinya sendiri.
- b. Memiliki pendirian diri yang kuat dan tidak terpacu pada pendapat orang lain.
- c. Memiliki penilaian yang realistis terhadap keterbatasan dan kelebihan yang dimiliki tanpa mencela diri secara irasional.
- d. Menerima apa yang dimiliki dan bisa melakukan apa yang diinginkan.
- e. Menerima kelemahan tanpa menyalahkan diri sendiri.

Menurut Berger & Philips (dalam Muryantinah, dkk., 1998: 3) penerimaan diri memiliki aspek-aspek sebagai berikut:

- a. Mempunyai keyakinan akan kemampuan dalam menghadapi kehidupan, sehingga yakin dan dapat melakukan sesuatu yang bermanfaat dan optimis.
- b. Sikap dan perilakunya lebih berdasarkan nilai-nilai dan standar yang ada pada dirinya dari pada didasari oleh tekanan-tekanan dari luar dirinya.
- c. Menganggap dirinya berharga sebagai manusia yang sederajat dengan orang lain. Individu memandang dirinya secara positif yang ditandai dengan mencintai diri sendiri dan tidak membandingkan dengan orang lain.
- d. Berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya. Individu berani memikul resiko terhadap perilakunya sehingga mampu mengatasi masalah tanpa menyalahkan orang lain.
- e. Menerima pujian dan celaan secara objektif.
- f. Tidak menyalahkan dirinya akan keterbatasan yang dimiliki atau pun mengingkari kelebihanya.
- g. Tidak merasa ditolak orang lain, tidak pemalu, serta menganggap dirinya berbeda dari orang lain.

Jadi, individu yang memiliki penerimaan diri akan memiliki harapan yang realistis (nilai-nilai standar), penilaian yang realistis (nilai-nilai standar), pendirian diri yang kuat, harga diri, menerima kelebihan

dan kekurangan, memiliki keyakinan akan kemampuan dalam menghadapi kehidupan, menerima pujian dan celaan secara objektif, berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya, tidak merasa ditolak, tidak pemalu, dan menganggap dirinya berbeda dengan orang lain.

Berdasarkan pendapat Jersil dan Berger diatas, maka dalam membuat alat ukur penerimaan diri peneliti menggunakan aspek-aspek sebagai berikut:

a. Penilaian yang realistis.

Penilaian realitis merupakan cara pandang individu terhadap dirinya yang sebenarnya, baik itu mengenai kelebihan dan kekurangannya.

b. Memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri.

Individu memandang dirinya secara positif yang ditandai dengan mencintai diri sendiri dan tidak membandingkan dengan orang lain.

c. Memiliki keyakinan akan kemampuan dalam menghadapi kehidupan.

Individu yang memiliki kemampuan untuk menghadapi kehidupan akan merasa yakin dapat melakukan sesuatu yang bermanfaat dan optimis.

d. Bertanggung jawab.

Individu berani memikul resiko terhadap perilakunya sehingga mampu mengatasi masalah tanpa menyalahkan orang lain.

5. Dampak Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)

Hurlock (1974: 436-437) menyatakan bahwa individu yang menerima dirinya memiliki dampak sebagai berikut:

a. Dalam penyesuaian diri

Karakteristik individu yang memiliki penyesuaian diri merasa bahagia dengan keadaan diri sendiri dan tidak ingin menjadi orang lain. Individu mengakui segala kelemahan dan kelebihanannya, serta memiliki kepercayaan diri (*self confidence*) dan harga diri (*self esteem*). Selain itu, Individu rela menerima kritikan dari orang lain, sehingga memiliki penilaian (evaluasi diri) yang realistis dan dapat menggunakan potensi yang dimiliki secara efektif. Individu juga memiliki kepercayaan untuk menyelesaikan masalah hidupnya bahkan bisa memaknainya sebagai kehidupan yang berharga.

b. Dalam penyesuaian sosial

Individu yang memiliki penerimaan diri mampu bertoleransi dengan orang lain. Ia biasanya tertarik untuk membantu orang lain dan mampu untuk menunjukkan rasa empatinya, sehingga semakin diterima oleh orang lain. Individu juga memiliki penyesuaian sosial yang lebih baik dari pada individu yang berorientasi pada diri sendiri (*self oriented*) karena biasanya mereka merasa tidak kuat dan rendah diri.

Johnson (1993: 310), mengungkapkan bahwa individu yang memiliki penerimaan diri mencerminkan bahwa dirinya memiliki psikologis yang sehat. Individu yang sehat secara psikologis akan melihat dirinya disukai, berguna dan dapat diterima oleh orang lain. Penerimaan diri dan penerimaan orang lain sangat itu sangat berhubungan. Jika

individu berfikir dirinya baik maka dia juga telah berfikir bahwa orang lain baik. Individu memiliki asumsi bahwa orang lain akan menyukainya.

Berdasarkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa dampak penerimaan diri dapat dikategorikan menjadi dua bagian yaitu: *pertama*, dalam penyesuaian diri yang ditunjukkan dengan rasa bahagia mengakui kelemahan dan kelebihanannya, memiliki kepercayaan diri, harga diri, menerima kritikan, memiliki penilaian yang realistis dan mampu mengatasi masalah hidup. *Kedua*, dalam penyesuaian sosial ditunjukkan dengan kemampuan bertoleransi, membantu orang lain, dan berempati.

B. Citra Tubuh (*Body Image*)

1. Pengertian Citra Tubuh (*Body Image*)

Menurut Chaplin (2006: 63), *body image* adalah ide individu mengenai penampilan tubuhnya dihadapan (bagi) orang lain. Schilder (dalam Bell & Rushforth, 2008: 1), citra tubuh adalah gambaran tentang tubuh seseorang yang terbentuk dalam pikiran individu itu sendiri, atau dengan kata lain gambaran tubuh individu menurut individu itu sendiri. Gambaran mengenai ukuran, bentuk tubuh, dan karakteristik bagian tubuh lainnya disebut dengan citra tubuh (Slade dalam Bell & Rushforth, 2008:1).

Citra tubuh dapat diartikan sebagai gambaran seseorang mengenai penampilan (ukuran dan bentuk) tubuh mereka dan sikap terhadap karakteristik tubuh yang dimiliki. Citra tubuh memiliki tiga komponen

yaitu *perceptual* (persepsi), bagaimana individu melihat tubuhnya, *attitudinal* (sikap), bagaimana perasaan individu mengenai penampilannya, dan *behavioural* (perilaku) dimana persepsi dan sikap mempengaruhi perilaku individu (Bell dan Rushforth, 2008: 97). Perilaku remaja biasanya ditunjukkan dengan berupaya memperbaiki penampilannya seperti, melakukan diet, membuat model rambut, dan upaya-upaya lainnya agar penampilannya lebih menarik. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Bell dan Rushforth (2008: 2), bahwa individu berupaya merawat tubuhnya dengan pakaian, kosmetik, membentuk model rambut dan sebagainya sehingga dapat membuat dirinya senang dan bangga terhadap penampilan fisik yang dimiliki.

Menurut Thompson, dkk (dalam Tiurma Yustisi sari, 2009: 28), *body image* adalah evaluasi terhadap ukuran tubuh seseorang, berat atau pun aspek tubuh lainnya yang mengarah kepada penampilan fisik. Evaluasi dibagi menjadi tiga komponen yaitu persepsi, yang secara umum mengarah kepada keakuratan dalam mempersepsikan ukuran (perkiraan ukuran tubuh), komponen subyektif yang mengarah pada kepuasan, perhatian, evaluasi kognitif dan kecemasan serta komponen perilaku, yang memfokuskan kepada penghindaran individu terhadap situasi yang mengakibatkan ketidaknyamanan terhadap penampilan fisik. Seperti yang diungkapkan oleh Chas (Thompson dan Smolak, 2009: 188), bahwa evaluasi penampilan (*appearance evaluation*) dan orientasi penampilan

(*appearance orientation*) menjadi komponen penting dalam evaluasi diri (*self evaluation*).

Grogan (MacLachlan & Gallagher, 2004: 5), citra tubuh adalah persepsi, pikiran dan perasaan yang dimiliki individu mengenai tubuhnya. Gambaran mental dan evaluasi seseorang mengenai penampilan, persepsi dan sikap dalam bertingkah laku disebut juga dengan citra tubuh (Hence dalam Bell dan Rushforth, 2008: 1). Sedangkan menurut Chas dan Pruzinsky (dalam Kinanti, 2010: 20), citra tubuh merupakan sikap yang dimiliki seseorang terhadap tubuhnya berupa penilaian positif dan negatif.

Penilaian positif terhadap kondisi tubuh bisa di sebut juga dengan citra tubuh positif dan penilaian negatif terhadap kondisi tubuh disebut dengan citra tubuh negatif. Citra tubuh positif adalah gambaran atau pandangan individu mengenai tubuhnya secara positif, yang ditandai dengan perasaan puas individu menerima tubuhnya dan tidak mengkhawatirkan makanan yang hendak dimakan. Selain itu, citra tubuh positif merupakan peran penting dalam mengembangkan kesehatan psikologis dan perkembangan fisik pada wanita. Hal ini diungkapkan oleh Wertheim, dkk, (dalam Thompson dan Smolak, 2009: 47), "*Positive body image plays a vital role in fostering healthy psychological and physical development in girls*".

Citra tubuh negatif adalah pandangan negatif individu mengenai tubuh yang dimiliki. Pada umumnya citra tubuh negatif memiliki beberapa komponen seperti mengalami gangguan persepsi, mengalami

ketidakpuasan dan perasaan negatif mengenai ukuran dan berat badan, serta perilaku seperti berupaya menjadi kurus dengan melakukan diet atau menurunkan berat badan, dan menjadikan penampilan kriteria utama dalam evaluasi diri (Bell dan Rushforth, 2008: 1-2).

Jadi, citra tubuh adalah evaluasi (penilaian) individu mengenai penampilan (ukuran dan bentuk) tubuh secara keseluruhan, sikap yang ditunjukkan oleh perasaan (kecemasan dan kepuasan) individu mengenai penampilan dan karakteristik bagian tubuh, serta perilaku yang dapat dilihat dari usaha individu merubah penampilannya atau melakukan usaha untuk memperbaiki penampilan (orientasi penampilan). Orang yang memiliki citra tubuh positif akan memiliki psikologis yang sehat. Sedangkan, individu yang memiliki citra tubuh negatif akan mengalami gangguan persepsi mengenai penampilannya, mengalami ketidakpuasan dan perasaan negatif mengenai ukuran dan berat badan

2. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh (*Body Image*)

Terbentuknya citra tubuh ada banyak hal yang dapat mempengaruhinya, seperti media yang selalu menampilkan wanita cantik dan sempurna. Selain itu, masyarakat juga memiliki standar ideal yang harus dimiliki remaja agar mereka diakui cantik. Secara lebih jelas dan terperinci maka Bell dan Rushforth (2008: 3-8), menyebutkan ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh (*body image*), diantaranya sebagai berikut:

a. Budaya (*Culture*)

McCarthy (Bell dan Rushforth, 2008: 3), mengatakan bahwa budaya memberikan pengaruh yang besar dalam pembentukan citra tubuh. Hal ini bisa terjadi karena adanya standar ideal dari masyarakat, seperti kecantikan yang diukur oleh jenis warna kulit, kurus, mancung dll. Standar masyarakat inilah yang membuat individu yang tidak sesuai dengan harapan merasa rendah diri dan memiliki citra tubuh yang negatif.

b. Media

Media massa seperti majalah *fashion*, iklan televisi, dan pertunjukkan yang saat ini banyak menghadirkan perempuan kurus sebagai sosok yang ideal (Nemeroff dalam Bell dan Rushforth, 2008: 3). Diungkapkan juga oleh Ogden (2000: 142), bahwa majalah, koran, televisi, film, dan sebagian novel menggunakan perempuan yang memiliki tubuh kurus. Karakter yang diperankan para model seperti mengilustrasikan dalam dunia nyata, padahal dalam kenyataannya tidak semua orang kurus. Sosok model yang ditunjukkan dalam media massa atau pun media elektronik mempengaruhi individu untuk meniru, sehingga berusaha untuk tampil sesuai dengan idolanya. Jika harapan yang diinginkan tidak tercapai bisa membuat individu tidak puas dengan yang dimiliki.

c. Jenis kelamin (*Gender*)

Harga diri perempuan biasanya terletak dari seberapa besar dirinya merasa menarik. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Guiney dan Furlong (Bell dan Rushforth, 2008: 6), "*female self-esteem is often conditional on perceived attractiveness*". Hal serupa juga diungkapkan oleh Cobb (2007: 85), "*satisfied adolescence are with their bodies roughly predicts their levels of self esteem, especially for girl*". Kepuasan remaja terhadap tubuh mereka dapat memprediksi tingkat harga diri (*self esteem*) terutama pada perempuan.

Citra diri individu sangat berkaitan dengan citra tubuh yang dimiliki. Hal ini dapat mempengaruhi perkembangan jati dirinya. Biasanya pada laki-laki lebih memiliki citra tubuh yang positif dibandingkan dengan perempuan. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Field dan Rosenblum,dkk (dalam Cobb, 2007: 86), "*boy have more positive body image than girl*". Perempuan biasanya ingin tampil dengan keadaan lebih kurus dan laki-laki ingin tampil dengan otot yang kekar. Namun hal ini tidak berlaku untuk semua daerah, karena biasanya masing-masing daerah memiliki standar ideal sendiri.

d. Usia (*Age*)

Diusia muda biasanya perempuan sangat memperhatikan dirinya dan berusaha memperbaiki penampilannya. Terutama remaja yang sering mendapatkan kritikan tentang penampilannya, karena

informasi tersebut penentu identitas dirinya. Perempuan yang memiliki kepercayaan diri rendah merasa harus bertanggung jawab untuk kegagalan yang dimiliki. *“Body dissatisfaction or its salience tends to decrease with age ...”* (Lewis & Whitbourne, dkk., dalam Bell dan Rushforth, 2008: 6). Kepuasan terhadap tubuh akan berkurang dengan beriringnya usia. Semakin tua individu maka tidak terlalu mempermasalahkan penampilannya. Walaupun ada bentuk ketidakpuasan terhadap tubuh tapi tidak separah waktu masa puber.

e. Keluarga dan sosial (*Family and Social*)

Harapan dan pendapat baik itu secara verbal dan non verbal yang terjadi selama interaksi didalam keluarga, teman sebaya dan orang yang ditemuinya, mengenai penampilan fisiknya dapat membentuk standar untuk membandingkan diri. *“Studies have shown correlations between parents' concerns about their own and/or their children's weight, and body dissatisfaction in their daughters”* (Slade dalam Bell dan Rushforth, 2008: 7). Perhatian orang tua terhadap berat badan yang dimiliki anaknya memiliki hubungan dengan kepuasan tubuh yang dimiliki anaknya. Diungkapkan juga oleh Santrock (2010: 61), *“lack of parental support dan dietary restraint preceded future decreases in body satisfaction”*. Kurangnya dorongan orang tua dan pengendalian pola makan (*diet*) dapat mengurangi kepuasan tubuh.

Saat berinteraksi dengan keluarga, teman bahkan dengan orang yang tidak dikenal remaja sering membandingkan dirinya dengan orang yang ditemuinya. Hal serupa diungkapkan oleh Cobb (dalam Slade dalam Bell dan Rushforth, 2008: 7), “*Adolescence ... always involve comparisons with other*”.

f. Berat badan (*body weight*)

Berat badan merupakan salah satu penentu utama dalam ketidakpuasan tubuh. Diungkapkan oleh Slade (dalam Bell dan Rushforth, 2008: 7), “*people who are obese must feel bad about their bodies. Negatif body image is higher among female and those who were obese as children*”. Individu yang gemuk merasa jelek dengan tubuh yang mereka miliki. Negatif *body image* lebih banyak dimiliki oleh perempuan dan anak yang obesitas.

g. Konsep diri (*self concept*)

Individu yang memiliki konsep diri dapat memberikan penilaian positif terhadap tubuh dan dapat menghadapi kejadian yang mengancam citra tubuhnya.

h. Kasih sayang (*attachment*)

“*Insecure attachment, whereby individuals are seeking love and acceptance yet feel unworthy, may foster negative body image*” (Bell dan Rushforth, 2008: 7). Kurangnya kasih sayang ketika individu mencari cinta dan kurangnya penerimaan sosial dapat menyebabkan citra tubuh yang negatif. Individu yang sering

mendapatkan pujian dan penerimaan yang baik dari orang lain akan memiliki konsep diri yang baik sehingga, dapat meningkatkan citra tubuh kearah yang lebih positif.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi citra diri (*body image*) adalah budaya, media, jenis kelamin, usai, keluarga, lingkungan sosial, berat badan, konsep diri dan kasih sayang.

3. Aspek-Aspek Citra Tubuh (*Body Image*)

Citra tubuh adalah sesuatu yang menarik untuk dibahas karena pada dasarnya manusia ingin tampil cantik dan sempurna dihadapan orang. Namun, citra tubuh tidak hanya semata-mata membahas tentang kecantikan namun sampai aspek psikologis. Dalam hal ini Rice & Dolgin (Farida, 2012: 37), menyatakan aspek-aspek yang terkandung dalam citra tubuh adalah sebagai berikut:

a. *Physical Attractiveness*

Physical attractiveness and body image have an important relationship to the adolescence self evaluation, popularity, and peer acceptance (Davidson&McCabe,2006). Physical attractiveness influences personality development, social relationship, and social behavior. Attractive adolescents are generally thought of in positif terms: warm, friendly, succesfull, and inteligent.

b. *Body type and ideals*

There is three body type heve been identified:

- 1. Ectomorpha are tall, long, thin and narrow, with a slender, bony, lanky build.*
- 2. Endomorpha are at the other extreme, with soft, round, thick, heavy trunks and limbs and the wrestler-type build.*
- 3. Mesomorpha are fall between these two type, they have a square, strong, well muscled bodies, with medium length limb and wide shoulders.*

c. *Weight*

Few adolescence desire to be obese, and even many they are concerned about their weight. The boys and the girl weere often or always thought about their weight and virtually the same number and attemp to lose weight dieting. In addition, of course, overweight adolescencent face social rehection and have lowered self esteem. Timing of their own development in relation to what is considered normal.

Citra tubuh memiliki beberapa aspek pengukuran yang dapat menyatakan bahwasannya positif atau negatif, diantaranya adalah sebagai berikut:

a. Daya pikat fisik

Para remaja menganggap penting untuk memiliki daya pikat secara fisik. Mereka merasa bahwa individu yang memiliki penampilan menarik akan mudah untuk diterima oleh lingkungan sosial dan teman sebaya.

b. Tipe tubuh dan ideal

Ada beberapa tipe tubuh yang dimiliki manusia diantaranya adalah *endoformic* (pendek gemuk), *mesomorphic* (berotot dan bahu serta pinggang lebar) dan *ectomorphic* (tinggi kurus). Selain itu, menurut Hipocrates (dalam panut & ida, 2005: 28), mengolongkan manusia dalam *type habitus apoplecticus* (gemuk pendek) dan *type habitus phtisicus* (tinggi kurus).

c. Berat badan

Banyak anak yang mencemasakan tentang berat badan yang dimiliki dan beberapa diantara melakukan diet. Remaja yang mengalami

kegemukan merasa terganggu hubungan sosial dan memiliki harga diri (*self esteem*) yang rendah.

Menurut Cash (dalam Kinanti, 2010: 36), menyatakan aspek atau dimensi yang ada dalam citra tubuh adalah sebagai berikut:

a. Evaluasi penampilan (*appearance evaluation*).

Penilaian tentang perasaan tingkat bahagia, menarik dan kepuasan mengenai penampilan secara keseluruhan baik penilaian dari diri sendiri maupun reaksi dari orang lain.

b. Orientasi penampilan (*appearance orientation*).

Usaha yang dilakukan individu untuk memperbaiki penampilannya baik melalui upaya merubah penampilan atau melakukan perawatan.

c. Kepuasan terhadap bagian tubuh (*body area satisfaction*).

Tingkat kepuasan individu terhadap bagian tubuh secara spesifik, baik itu tubuh bagian atas (wajah, rambut, dll), tubuh bagian tengah (pinggang, dan perut), dan tubuh bagian bawah (kaki, paha, pantat, dll). Individu yang merasa puas tidak membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain.

d. Kecemasan terhadap berat badan (*weight preoccupation*)

Kecemasan individu mengenai berat badannya baik itu kegemukan dan kekurusan yang ditampilkan dengan mengatur pola makan.

e. Pengkategorian ukuran tubuh (*self classified weight*)

Persepsi individu mengenai berat badannya.

Jadi, dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa citra tubuh memiliki aspek-aspek tentang evaluasi penampilan yang dapat meliputi daya fisik, orientasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, kecemasan berat badan, pengkategorian tipe tubuh.

Berdasarkan pendapat Jersil dan Berger diatas, maka dalam membuat alat ukur citra tubuh peneliti menggunakan aspek-aspek sebagai berikut:

a. Evaluasi penampilan.

Penilaian penampilan secara keseluruhan mengenai penampilan baik dari dalam diri sendiri maupun reaksi dari orang lain.

b. Orientasi penampilan.

Usaha yang dilakukan untuk memperbaiki penampilan baik merubah penampilan ataupun melakukan perawatan.

c. Kepuasan terhadap bagian tubuh.

Penilaian kondisi tubuh secara keseluruhan. Individu merasa puas dan tidak membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain.

d. Berat badan.

Reaksi individu menerima berat badannya baik itu kecemasan atau upaya mengatur pola makan.

C. Siswa SMP sebagai Remaja

1. Pengertian Remaja

Remaja berasal dari kata *adolescence* atau *adolescere* yang berarti “tumbuh” atau tumbuh mencapai kematangan. Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia di mana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak (Piaget dalam Hurlock, 1980: 206).

Masa remaja merupakan segmen perkembangan individu yang sangat penting dengan matangnya psikis, psikososial, dan organ-organ fisik (Heriana, 2012: 17). Jika dilihat dari rentang usia, menurut Hurlock (1980: 206) awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13 tahun sampai 16 atau 17 tahun dan akhir masa remaja bermula dari 16 atau 17 sampai 18 tahun. Selain itu, menurut Thomburg (dalam Heriana, 2012: 18), remaja digolongkan menjadi tiga tahap yaitu masa remaja awal (usia 13-14 tahun dan individu di bangku SMP), masa remaja tengah (15-17 tahun yang mana individu di bangku SMA) dan remaja akhir (18-21 tahun). Kematangan remaja perempuan dan laki-laki biasanya mengalami perbedaan waktu. Oleh karena itu, Mappiare (dalam Heriana, 2012) mengungkapkan bahwa masa remaja berlangsung antara umur 12-21 tahun untuk wanita dan 13-22 tahun untuk laki-laki.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa remaja awal atau remaja usia Sekolah Menengah Pertama (SMP) adalah individu yang sedang

mengalami pertumbuhan dan perkembangan baik secara fisik, psikis dan psikososial. Rentang usia yang dimiliki antara 12 sampai 14 atau 15 tahun. Pertumbuhan dan perkembangan baik secara fisik, psikis, psikososial, dan seksualnya semakin mencapai kematangan sehingga mampu membaaur dengan masyarakat paling tidak dalam urusan hak.

2. Karakteristik Remaja Awal

Setiap periode pasti memiliki karakter yang berbeda. Maka dalam hal ini akan dijelaskan mengenai karakteristik masa remaja yang membedakan dengan masa sebelum atau sesudahnya. Hurlock (1980: 207-209), mengungkapkan ciri-ciri remaja sebagai berikut:

a. Masa remaja sebagai periode yang penting

Perkembangan fisik yang cepat dan penting disertai dengan cepatnya perkembangan mental menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan membentuk sikap, nilai, dan mental baru.

b. Masa remaja sebagai periode peralihan

Perubahan fisik yang dialami mengharuskannya untuk menyesuaikan diri dengan nilai-nilai yang bergeser. Individu bukan lagi anak jadi harus meninggalkan segala sesuatu yang bersifat kekanak-kanakan. Remaja tidak lagi anak dan juga belum dewasa.

c. Masa remaja sebagai periode perubahan

Selama masa remaja perubahan fisik terjadi dengan pesat maka perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung dengan pesat. Sebaliknya jika perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan

perilaku juga menurun. Ada beberapa perubahan secara universal yaitu *pertama*, meningginya emosi, intensitasnya tergantung dengan tingkat perubahan fisik dan psikis yang terjadi. *Kedua*, perubahan tubuh, minat, dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial. *Ketiga*, perubahan minat dan pola perilaku serta sikap ambivalen remaja terhadap perubahan.

d. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Saat mengatasi masalah remaja sering mendapat kesulitan, karena tidak lagi dibantu oleh orang tua dan gurunya. Selain itu, remaja juga menganggap dirinya mandiri sehingga menolak bantuan dari orang dewasa. Namun, masalah yang diselesaikan dengan cara yang diyakini sering tidak berhasil seperti yang diharapkan.

e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Remaja mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas dengan menjadi sama dengan teman-temannya. Remaja butuh pengakuan atas keberadaannya sehingga, menggunakan simbol status dalam bentuk mobil, pakaian, dan kepemilikan barang-barang. Namun, banyak juga remaja yang mengalami krisis identitas.

f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Banyaknya pandangan negatif mengenai remaja dapat mempengaruhi konsep diri dan sikap remaja terhadap diri sendiri. Pandangan negatif membuat sulit peralihan menjadi dewasa. Selain itu, membuat anak sungkan untuk meminta bantuan kepada orang tua atau orang dewasa.

g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistis

Remaja memandang dirinya dan orang lain sebagaimana yang diinginkan bukan sebagaimana adanya. Akhirnya, pandangan idealis yang berlebihan tersebut telah menganggunya dan secara perlahan mereka mulai melepaskannya untuk mendapatkan status dewasa.

h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Perubahan yang ditampilkan dalam bentuk pakaian ternyata dinilai belum mendapatkan kesan dewasa. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa seperti, merokok, minum alkohol, obat-obatan, dll. mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

Berdasarkan uraian diatas, terlihat bahwa pada usia remaja belum begitu merasakan kepuasan dan kebahagiaan. Oleh sebab itu, Hurlock (1980: 201), mengungkapkan beberapa esensi kunci kebahagiaan. Beberapa diantaranya adalah sikap menerima (*acceptance*), kasih sayang (*afection*) dan prestasi (*achievement*) atau sering disebut dengan “tiga A kebahagiaan”.

a. Penerimaan (*acceptance*)

Penerimaan diri maupun penerimaan sosial sama pentingnya berpengaruh dalam kebahagiaan. Remaja yang menerima dirinya akan semakin diterima oleh lingkungan sosial. Selain itu, remaja yang menyukai dan menerima dirinya akan semakin bahagia sehingga, akan

semakin puas dengan statusnya karena merasa disukai dan diterima oleh kelompok sosial. Individu yang memiliki penerimaan diri akan memiliki penyesuaian diri dan penyesuaian sosial yang baik.

b. Kasih sayang (*afection*)

Meskipun remaja berusaha tidak memperdulikan kebutuhan kasih sayang, sebenarnya mereka sangat membutuhkan kasih sayang dari orang lain. Harapan untuk mendapatkan kasih sayang sebenarnya lebih besar dari pada masa sebelumnya karena, ia merasa tidak puas dengan diri sendiri dan dengan kehidupan pada umumnya.

c. Prestasi (*achievement*)

Prestasi berhubungan dengan tujuan yang ingin dicapai. Tujuan yang tidak realistis akan sulit dicapai dan akan timbul kegagalan sehingga individu merasa tidak puas dan tidak bahagia.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa kunci terpenting dalam mencapai kebahagiaan adalah menerima diri sendiri karena hal ini akan berpengaruh pada penerimaan dan bentuk kasih sayang yang akan didapatkan dari orang lain sehingga mampu berprestasi secara maksimal.

3. Tugas Perkembangan Remaja

Tugas perkembangan remaja yang harus dilalui menurut Havighurst (Rita, dkk., 2008: 126), adalah sebagai berikut:

- a. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria mau pun wanita.
- b. Mencapai peran sosial pria dan wanita.

- c. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif.
- d. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab.
- e. Mempersiapkan karir ekonomi.
- f. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga.
- g. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi.

Senada dengan pendapat diatas Heriana (2012: 25), menyebutkan tugas perkembangan remaja adalah:

- a. Remaja dapat menerima keadaan fisiknya dan dapat memanfaatkan secara efektif.
- b. Remaja dapat memperoleh kebebasan emosional dari orang tua
- c. Remaja mampu bergaul lebih matang.
- d. Mengetahui dan menerima kemampuan sendiri.
- e. Memperkuat penguasaan diri atas dasar skala nilai dan norma.

Selanjutnya tugas-tugas perkembangan remaja menurut Hurlock (dalam Heriana, 2012: 28-29), adalah sebagai berikut:

- a. Mampu menerima keadaan fisiknya.
- b. Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa.
- c. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis.
- d. Mencapai kemandirian emosional.
- e. Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat.
- f. Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua.
- g. Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa.
- h. Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa tugas perkembangan remaja adalah:

- a. Menerima keadaan fisik dan memanfaatkan tubuh secara efektif.
- b. Dapat menjalin hubungan dengan baik antara teman sebaya baik dengan laki-laki atau perempuan, serta dengan sosial secara luas.

- c. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa.
- d. Mengetahui dan menerima kemampuan sendiri.
- e. Mempersiapkan karir ekonomi.
- f. Menerima dan memahami peran seks orang dewasa.
- g. Memperlihatkan perilaku yang sesuai dengan nilai dan norma yang ada dalam masyarakat.
- h. Mempersiapkan perkawinan dan tanggung jawab keluarga.

Berdasarkan tugas perkembangan remaja tersebut yang sering menjadi masalah adalah kurangnya pemahaman dan penerimaan keadaan fisik serta kurangnya pengetahuan dan penerimaan atas diri sendiri.

4. Perkembangan Remaja

Masa remaja ditandai dengan percepatan kematangan seksual, pertumbuhan fisik, dan perkembangan sosial. Agoes (2004: 20), mengungkapkan bahwa kematangan seksual remaja putri ditandai dengan mengalami menstruasi (*menarche*) pertama. Selain itu, Agoes (Heriana, 2012: 8), mengungkapkan karakteristik perkembangan fisik remaja putri adalah pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut kemaluan, pertumbuhan badan/tubuh, haid (*menarche*) dan pertumbuhan bulu ketiak.

Sedangkan menurut Muss (Heriana, 2012: 9), membuat urutan pertumbuhan fisik remaja putri sebagai berikut:

- a. Pertumbuhan tulang-tulang (badan menjadi tinggi, anggota-anggota dan badan menjadi panjang).
- b. Pertumbuhan payudara.
- c. Tumbuh bulu yang halus dan lurus berwarna gelap dikemaluan.
- d. Mencapai pertumbuhan ketinggian badan yang maksimal setiap tahunnya.

- e. Bulu kemaluan menjadi kriting
- f. Haid
- g. Tumbuh bulu-bulu ketiak.

Hurlock (1980: 211), perubahan fisik remaja tergolong menjadi dua bentuk yaitu perubahan internal dan eksternal. Perubahan internal mencakup tinggi, berat, proporsi tubuh, organ seks, dan ciri-ciri seks sekunder sedangkan, perubahan eksternal mencakup sistem pencernaan, sistem peredaran darah, sistem pernafasan, sistem endokrin, dan jaringan tubuh.

Sistem endokrin akan menghasilkan hormon yang memiliki aktivitas tertentu pada aktivitas organ-organ tubuh. Hormon seks yang diproduksi secara cepat memacu bertambahnya dorongan seksual remaja. Remaja mulai terangsang karena organ reproduksinya mulai matang (Heriana, 2012: 41-44). Adanya perubahan hormon seksual membuat remaja memiliki emosional yang tidak stabil. Sering remaja mengalami kecemasan dan keprihatinan terhadap perubahan bentuk tubuh karena tubuh tumbuh asimetris seperti, kaki tumbuh lebih dulu kemudian tungkai dan lengan sehingga, kelihatan lucu dan membuat remaja merasa minder dan tidak percaya diri.

Remaja putri biasanya sangat memperhatikan kecantikan wajahnya, seperti sering membandingkan kecantikannya dengan remaja putri lainnya. Sering kita temui remaja putri yang mempermasalahkan besar-kecilnya payudara yang dimiliki dengan remaja putri lainnya. Selain itu, banyak juga remaja putri yang mempermasalahkan keadaan fisik, baik itu rambut, gigi, betis, paha, dan bahkan kulit.

Kecemasan yang dimiliki remaja membuatnya tergerak melakukan perbaikan kondisi fisik seperti, melakukan diet, olah raga berlebihan, perawatan tubuh secara intensif, memakai pemutih wajah, operasi wajah, dan lain sebagainya. Melihat hal ini tak heran lagi jika Hurlock (1980: 211), mengungkapkan bahwa hanya sedikit remaja yang mengalami kateksis atau merasa puas dengan tubuhnya.

Semua upaya yang dilakukan remaja dalam memperbaiki kondisi tubuh bertujuan untuk mendapatkan pengakuan sosial. Para remaja mulai sadar bahwa penampilan sangat berpengaruh dalam menjalin hubungan sosial. Selain itu, kematangan seksualnya juga berdampak pada rasa ingin tahunya kepada lawan jenis bahkan jatuh cinta. Hal ini juga membuatnya sangat memperhatikan penampilan untuk menarik lawan jenis. Minat terhadap penampilan tidak hanya mencakup pakaian tetapi juga perhiasan, kerapian, daya tarik, dan bentuk tubuh (Hurlock, 1980: 219).

D. Hubungan antara Citra Tubuh (*Body Image*) dengan Penerimaan Diri (*Self Acceptance*) Pada Remaja Putri.

Masa remaja ditandai dengan percepatan kematangan seksual, pertumbuhan fisik dan perkembangan sosial. Agoes (2004: 20), mengungkapkan bahwa kematangan seksual remaja putri ditandai dengan mengalami menstruasi (*menarche*) pertama. Selain itu, Agoes (Heriana, 2012: 8), mengungkapkan karakteristik perkembangan fisik remaja putri adalah

pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut kemaluan, pertumbuhan badan/tubuh, haid (*menarche*), dan pertumbuhan bulu ketiak.

Percepatan pertumbuhan pada remaja berimplikasi pada perkembangan psikosial yang ditandai dengan kedekatan remaja pada teman sebaya dari pada orang tua atau keluarganya (Rita, dkk, 2008: 127). Walaupun remaja memiliki minat yang tinggi dengan teman sebaya namun, menurut Hurlock (1980: 213), bahwa penyesuaian sosial adalah salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit. Hal ini terjadi karena adanya penyesuaian baru dalam kelompok sosial, perilaku sosial, nilai-nilai baru dalam penyeleksian persahabatan, nilai-nilai baru dalam dukungan, dan penolakan sosial, serta nilai baru dalam seleksi pemimpin.

Para remaja dalam menjalin hubungan sosial mulai sadar bahwa hubungannya sangat dipengaruhi oleh penampilan sehingga membuat minat terhadap penampilannya mulai meningkat. Selain itu, kematangan seksualnya juga berdampak pada rasa ingin tahunya kepada lawan jenis bahkan jatuh cinta. Hal ini juga membuatnya sangat memperhatikan penampilan untuk menarik lawan jenis. Minat terhadap penampilan tidak hanya mencakup pakaian tetapi juga perhiasan, kerapian, daya tarik, dan bentuk tubuh (Hurlock, 1980: 219). Remaja mulai mencemaskan bentuk tubuhnya karena anggota badan tumbuh tidak simetris seperti, kaki tumbuh lebih dulu kemudian tungkai dan lengan sehingga, kelihatan lucu dan membuat remaja merasa minder dan tidak percaya diri.

Ketidakpuasan dengan citra tubuh pada remaja kian meningkat karena adanya penilaian yang tidak objektif kepada diri sendiri. Selain itu, adanya standar ideal dari masyarakat dan media yang selalu menampilkan sosok wanita ideal atau sempurna, juga menjadi faktor penting yang mempengaruhi citra tubuh remaja. Ketidakpuasan citra tubuh juga bisa diartikan sebagai individu yang memiliki citra tubuh negatif. Selain itu, kurangnya pemahaman remaja terhadap dirinya sendiri bisa mengakibatkan citra tubuh yang negatif. Seperti yang diungkapkan Thomas (dalam Hurlock, 1980: 198), “jarang ada anak yang mengerti dasar perubahan yang terjadi pada dirinya dan teman-temannya”. Pemahaman diri (*self understanding*) adalah sebuah pengakuan, kesadaran dan cara pandang mengenai dirinya secara jujur, nyata, dan apa adanya. Aspek penerimaan diri bisa meliputi, kondisi fisik, psikis, bakat, dan minat yang menjadi kelebihan dan kekurangannya. Remaja yang semakin memahami dirinya maka akan semakin menerima dirinya (Hurlock, 1974: 435).

Ketidakpuasan remaja dapat mengakibatkan kesulitan untuk menerima dirinya, sehingga akan timbul konflik, masalah dan ketidakbahagiaan. Diungkapkan oleh Hurlock (1980:201), ”sulitlah bagi remaja (puber) untuk menerima dirinya sendiri, kalau dia merasa prihatin dan gelisah akan tubuhnya yang berubah dan mereka tidak puas dengan penampilan dirinya”. Padahal sumber dari kebahagiaan itu sendiri adalah mampu untuk menerima segala karakteristik yang ada dalam diri kita. Hurlock (1980:201) mengungkapkan bahwa, “kebahagiaan bisa dicapai dengan penerimaan

(*acceptance*) baik itu penerimaan diri (*self acceptance*) atau pun penerimaan sosial (*social acceptance*)”. Selain itu, menurut Mumpuniarti (Ary Dwi Noviyanti, 2012: 45), “ada tiga macam penerimaan untuk mencapai penyesuaian yang memuaskan yaitu:

1. Penerimaan fisik, yang mengandung arti bahwa individu menyadari akan sifat kekurangan, tahu sebabnya, dan tahu kemungkinannya.
2. Penerimaan secara sosial, artinya individu sadar tentang akibat-akibat yang dapat terjadi mengenai kekurangannya terhadap orang lain atau kaintannya dengan pekerjaan.
3. Penerimaan secara psikologis, artinya individu tidak menunjukan gejala emosionalnya karena kekurangannya.

Jika melihat pendapat kedua ahli diatas dapat dikatakan bahwa yang termasuk penerimaan diri adalah penerimaan secara fisik dan psikologis. Upaya untuk mencapai kebahagiaan itu sendiri diperlukan adanya penerimaan diri dan penerimaan sosial. Jadi, penilaian remaja terhadap penampilan (citra tubuh) dapat menunjukkan seberapa mampu remaja menerima keadaan fisiknya. Jika, remaja memiliki standar penampilan yang tinggi, maka itu bisa jadi membuat terjebak dalam ketidakpuasan, karena standar itu terlalu susah untuk diraih. Standar yang dimiliki bisa karena dirinya sendiri atau pun dari lingkungan sosial. Pendapat atau pun standar ideal yang dimiliki masyarakat, sangat berpengaruh terhadap kepuasan dan ketidakpuasan remaja terhadap dirinya. Hal serupa juga diungkapkan oleh McCarthy (Bell dan Rushforth, 2008: 3), mengatakan bahwa:

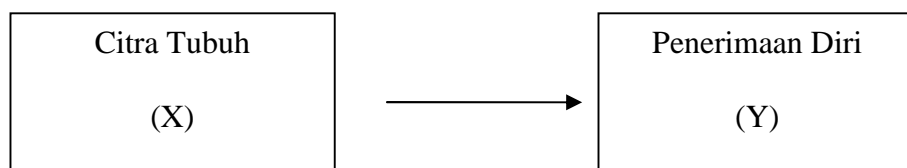
Budaya memberikan pengaruh yang besar dalam pembentukan citra tubuh. Hal ini bisa terjadi karena adanya standar ideal dari masyarakat, seperti kecantikan yang diukur oleh jenis warna kulit, kurus, mancung dll. Standar masyarakat inilah yang membuat individu yang tidak sesuai dengan harapan merasa rendah diri dan memiliki citra tubuh yang negatif.

Padahal menurut Hurlock (1980: 201), bahwa “semakin tingginya kesadaran akan pentingnya penampilan dalam kehidupan sosial akan membuat keprihatinan semakin bertambah. Semakin kuatnya keprihatinan akan dukungan sosial terhadap dirinya maka ia akan semakin mengkhawatirkan penampilannya”. Seharusnya, remaja mampu memahami keadaannya sehingga dapat menerima apapun kondisi dirinya.

Berdasarkan uraian diatas, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan antara citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri (*self acceptance*) remaja putri. Remaja yang memiliki citra tubuh positif maka akan semakin tinggi penerimaan dirinya. Sebaliknya remaja yang memiliki citra tubuh negatif akan semakin rendah penerimaan dirinya.

E. Hipotesis

Berdasarkan rumusan yang telah dibuat dan penjelasan diatas, maka peneliti membuat hipotesis bahwa ada hubungan positif antara citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri pada remaja putri di SMP N 6 Yogyakarta.



Gamabar 1. Hubungan antara citra tubuh dengan penerimaan diri.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif korelasional karena penelitian yang dilakukan untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel, tanpa melakukan perubahan, tambahan, atau manipulasi terhadap data yang sudah ada. Penelitian yang dilakukan mengenai hubungan antara citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri pada remaja putri kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta. Penelitian ini mencari hubungan antara variabel citra tubuh (*body image*) dengan variabel penerimaan diri.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian bertempat di SMP N 6 Yogyakarta yang beralamat di Jln. Monginsidi 1 Yogyakarta. Penelitian akan dilaksanakan pada bulan April-Mei 2013. Peneliti memilih lokasi tersebut karena ditemukan siswa yang merasa kurang puas dan resah dengan kondisi fisiknya sehingga kurang menerima kondisi dirinya secara utuh. Selain itu, ada beberapa siswa yang melanggar tata tertib sekolah seperti, tidak menggunakan sepatu hitam putih sesuai yang ditetapkan dan memilih memakai sepatu berwarna agar terlihat lebih menarik.

C. Variabel Penelitian

Variabel adalah semua objek penelitian yang menunjukkan variasi, baik dalam jenisnya, maupun dalam tingkatannya (Sutrisno Hadi, 2004: 250). Variabel dibagi menjadi dua yaitu variabel *independent* (bebas) dan variabel *dependent* (terikat). Variabel bebas (*independent*) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan timbulnya variabel *dependent* (terikat). Variabel terikat (*dependent*) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (*independent*) (Sugiyono (2010: 61). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu citra tubuh (*body image*) sebagai variabel bebas dan penerimaan diri sebagai variabel terikat.

D. Subyek Penelitian

Penelitian ini mengambil 92 remaja putri kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta sebagai subyek penelitian. Remaja putri tersebut tersebar dalam 7 kelas, namun memiliki kecenderungan karakteristik yang homogen.

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data ialah teknik atau cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data (Riduwan, 2007: 24). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik skala citra tubuh (*body image*) dan skala penerimaan diri.

Penelitian ini menggunakan skala yang dimodifikasi dari skala *likert*. Skala *likert* terdiri dari lima pilihan jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), netral (N), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Peneliti kemudian sengaja menghilangkan jawaban netral sebagai alternatif jawaban bagi responden. Hal ini dilakukan Untuk mengurangi kecenderungan responden menjawab pilihan netral. Maka terbentuklah modifikasi skala *likert* menjadi empat pilihan yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Skala disajikan dalam bentuk pernyataan *favorable* (mendukung) dan *unfavorable* (tidak mendukung). Masing-masing jawaban memiliki rentang nilai 1-4, bobot penilaian untuk pernyataan *favorabel* yaitu SS=4, S=3, ST=2 dan STS=1, sedangkan untuk bobot *unfavorable* yaitu SS=1, S=2, ST=3 dan STS=4.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaanya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, lebih cermat, lebih lengkap, dan sistematis sehingga mudah diolah (Suharsimi Arikunto, 2002: 136). Tahap-tahap pembuatan instrumen dalam penelitian ini adalah membuat definisi operasional, kisi-kisi instrumen dan mengujicobakan instrumen yang telah dibuat.

1. Definisi Operasional

a. Penerimaan Diri

Penerimaan diri adalah kemampuan seseorang untuk memiliki penilaian realistis terhadap kekurangan dan kelebihan, memiliki kemampuan dan keyakinan untuk hidup dengan segala karakteristik, memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri dan dapat bertanggung jawab atas perilakunya. Penerimaan diri dalam penelitian ini akan diukur dengan menggunakan skala penerimaan diri yang dibuat oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek penerimaan diri yaitu; 1) Penilaian yang realistis; 2) Memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri; 3) Memiliki keyakinan akan kemampuan dalam menghadapi kehidupan; 4) Berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya. Ada pun kategorisasi penerimaan diri dilakukan dengan tempat kategori yaitu:

1. Individu yang memiliki rentang skor antara 178,75 – 220 termasuk dalam kategori sangat tinggi.
2. Individu yang memiliki rentang skor antara 137,50 – 178,74 termasuk dalam kategori tinggi
3. Individu yang memiliki rentang skor antara 96,25 – 137,49 termasuk dalam kategori rendah.
4. Individu yang memiliki rentang skor antara 55 – 96,24 termasuk dalam kategori sangat rendah.

b. Citra Tubuh (*Body Image*)

Citra tubuh adalah evaluasi (penilaian) individu mengenai penampilan (ukuran dan bentuk) tubuh secara keseluruhan, sikap yang ditunjukkan oleh perasaan (kecemasan dan kepuasan) individu mengenai penampilan dan karakteristik bagian tubuh, serta perilaku yang dapat dilihat dari usaha individu merubah penampilannya atau melakukan usaha untuk memperbaiki penampilan (orientasi penampilan). Alat ukur yang digunakan untuk mengukur citra tubuh adalah skala citra tubuh yang dibuat oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek sebagai berikut; 1) Evaluasi penampilan; 2) Orientasi penampilan; 3) Kecemasan berat badan; 4) Kepuasan terhadap bagian tubuh. Kategorisasi citra tubuh terbagai menjadi empat kategori yaitu:

1. Individu yang memiliki rentang skor antara 185,25 – 228 termasuk dalam kategori sangat positif.
2. Individu yang memiliki rentang skor antara 142,50 – 185,24 termasuk dalam kategori positif.
3. Individu yang memiliki rentang skor antara 99,75 – 142,49 termasuk dalam kategori negatif.
4. Individu yang memiliki rentang skor antara 57 – 99,74 termasuk dalam kategori sangat negatif.

2. Kisi-Kisi Instrumen

Kisi-kisi instrumen adalah penyusunan variabel menjadi sub variabel kemudian dikembangkan menjadi indikator dan deskriptor,

sehingga terbentuklah item-item pernyataan (Riduwan, 2007: 44). Instrumen yang digunakan adalah skala citra tubuh (*body image*) dan skala penerimaan diri. Oleh sebab itu, disusunlah kisi-kisi skala citra tubuh (*body image*) dan kisi-kisi skala penerimaan diri.

Tabel 1. Kisi-Kisi Skala Penerimaan Diri

No.	Aspek	Indikator	Deskriptor	No Item		Item
				F	UF	
1.	Penilaian yang realistis.	Cara pandang individu terhadap dirinya yang sebenarnya.	Menerima kekurangan.	1, 2, 19, 57.	30, 35, 44, 52.	8
			Mengakui kelebihan.	4, 7, 27, 42.	6 , 18, 32, 50, 62.	8
2.	Memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri.	Memandang dirinya secara positif baik secara fisik dan kehidupan yang dimiliki.	mencintai kehidupan yang dimiliki.	8, 11, 12, 47.	20, 23 , 38, 54.	8
			Tidak membandingkan diri sendiri dengan orang lain.	10, 24, 48, 59.	9 , 25, 33, 36.	8
3.	Memiliki kemampuan menghadapi kehidupan.	Yakin bahwa dirinya mampu menghasilkan kerja yang berguna.	Melakukan sesuatu yang bermanfaat untuk orang lain.	13, 14, 31.	21 , 37, 39, 56.	8
			Optimis.	22 , 34, 45, 53.	26, 28, 46, 61.	8
4.	Bertanggung jawab.	Berani menerima resiko terhadap perilakunya.	Mampu mengatasi masalah akibat perilakunya.	5 , 55, 58, 63.	3, 17, 41 , 43.	8
			Tidak menyalahkan orang lain.	49, 51, 60 , 64.	15, 16 , 29, 40.	8
Total				31	33	64

Tabel 2. Kisi-Kisi Instrumen Citra Tubuh (*Body Image*)

No	Aspek	Indikator	Deskriptor	No Item		Item
				F	UF	
1.	Evaluasi Penampilan	Penilaian mengenai penampilan secara keseluruhan.	Kepuasan individu terhadap penampilan yang dimiliki.	1, 4, 52, 56.	9, 13 , 19, 62.	8
			Reaksi individu terhadap penilaian orang lain.	17, 49, 58 , 53.	8, 21, 23, 27.	8
2.	Orientasi Penampilan	Usaha yang dilakukan individu untuk memperbaiki penampilan.	Merubah penampilan.	2, 24, 25, 47.	5, 16, 38, 45.	8
			Melakukan perawatan tubuh.	6 , 31, 32, 46.	15, 22, 26, 28.	8
3.	Kepuasan terhadap bagian tubuh.	Penilaian terhadap kondisi tubuh secara keseluruhan.	Individu merasa puas dengan kondisi tubuh.	29, 35, 41, 42.	48, 55, 57, 64.	8
			Upaya membandingkan kondisi tubuh diri sendiri dengan orang lain.	3, 30, 44, 63.	50 , 59, 61, 60.	8
4.	Berat badan.	Kecemasan terhadap berat badan.	Perasaan individu menerima kondisi berat badan.	20 , 33, 34, 36.	12, 18, 54, 43.	8
			Mengatur pola makan.	37, 39, 40, 51.	7 , 10, 11, 14.	8
Total				32	32	64

Keterangan:

F : *Favorable*

UF : *Unfavorable*

3. Uji Coba Instrumen

Penelitian yang bermutu tergantung dari baik tidaknya instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data. Instrumen yang baik harus memenuhi dua persyaratan penting yaitu valid dan reliabel maka dalam penelitian ini perlu dilakukan uji coba instrumen. Sugiyono (2012: 125) menyatakan untuk subjek uji coba digunakan sekitar 30 orang. Jumlah 30

orang dapat memberikan distribusi skor (nilai) mendekati kurva normal. Subyek uji coba instrumen yang dipakai berjumlah 35 remaja putri kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta. Subyek uji coba ini tidak terhitung dalam subyek penelitian. Keuntungan melakukan uji coba instrumen di tempat penelitian adalah semakin dekatnya karakteristik subyek uji coba dengan subyek penelitian.

Prosedur pengambilan subyek uji coba instrumen dilakukan dengan memanggil daftar remaja putri yang ada diabsen secara acak sebanyak tiga orang remaja putri untuk masing-masing kelas. Setelah itu remaja yang telah disebutkan namanya dikumpulkan di ruang BK untuk mengisi instrumen yang akan diujicobakan.

a. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Instrumen yang valid akan memiliki validitas yang tinggi dan sebaliknya. Instrumen dikatakan valid apa bila dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat (Suharsimi Arikunto, 2002: 144). Validitas dalam penelitian ini diuji dengan menggunakan teknik pengujian validitas konstruk dan validitas isi, karena instrumen penelitian disusun berlandaskan teori yang relevan dan dirancang dengan menggunakan kisi-kisi instrumen yang dikonsultasikan kepada dosen pembimbing sebagai ahli (*expert judgment*), kemudian diujicobakan dan dianalisis dengan analisis butir.

Validitas digunakan dengan mengkorelasikan antara skor tiap item dengan skor total.

Teknik uji validitas dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *product moment* dari Pearson. Kemudian, perhitungannya dibantu dengan menggunakan *SPSS for Windows 16.00 Version*. Item-item soal yang dinyatakan sah apabila memiliki koefisien korelasi $r_{hitung} > r_{tabel}$ dengan taraf signifikansi 5%. Apabila koefisien validitas itu kurang dari r_{hitung} maka dianggap sebagai item yang tidak memuaskan.

Pada skala penerimaan diri didapatkan 55 item yang valid dari 64 item yang diuji cobakan dengan koefisien item total valid bergerak dari 0,383 sampai 0,745. Ada 9 item yang dinyatakan tidak valid yaitu item pernyataan nomor 5, 6, 9, 16, 21, 22, 23, 41, dan 60.

Butir pernyataan yang gugur pada skala penerimaan diri dapat dilihat pada tabel 3 dengan butir pernyataan yang gugur telah digaris bawahi dan dicetak tebal, serta kisi-kisi skala setelah uji coba dan perubahan no item telah ditandai dengan tanda kurung yang dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Kisi-Kisi Skala Penerimaan Diri Sebelum Uji Coba

No.	Aspek	Indikator	Deskriptor	No Item		Item
				F	UF	
1.	Penilaian yang realistis.	Cara pandang individu terhadap dirinya yang sebenarnya.	Menerima kekurangan.	1, 2, 19, 57.	30, 35, 44, 52.	8
			Mengakui kelebihan.	4, 7, 27, 42.	<u>6</u> , 18, 32, 50, 62.	8
2.	Memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri.	Memandang dirinya secara positif baik secara fisik dan kehidupan yang dimiliki.	mencintai kehidupan yang dimiliki.	8, 11, 12, 47.	20, <u>23</u> , 38, 54.	8
			Tidak membandingkan diri sendiri dengan orang lain.	10, 24, 48, 59.	<u>9</u> , 25, 33, 36.	8
3.	Memiliki kemampuan menghadapi kehidupan.	Yakin bahwa dirinya mampu menghasilkan kerja yang berguna.	Melakukan sesuatu yang bermanfaat untuk orang lain.	13, 14, 31.	<u>21</u> , 37, 39, 56.	8
			Optimis.	<u>22</u> , 34, 45, 53.	26, 28, 46, 61.	8
4.	Bertanggung jawab.	Berani menerima resiko terhadap perilakunya.	Mampu mengatasi masalah akibat perilakunya.	<u>5</u> , 55, 58, 63.	3, 17, <u>41</u> , 43.	8
			Tidak menyalahkan orang lain.	49, 51, <u>60</u> , 64.	15, <u>16</u> , 29, 40.	8
Total				31	33	64

Tabel 4. Kisi-Kisi Skala Penerimaan Diri Setelah Uji Coba

No.	Aspek	Indikator	Deskriptor	No Item		Item
				F	UF	
1.	Penilaian yang realistis.	Cara pandang individu terhadap dirinya yang sebenarnya.	Menerima kekurangan.	1, 2, 19, 57(22).	30, 35, 44, 52.	8
			Mengakui kelebihan.	4, 7, 27, 42.	18, 32, 50, 62(9)	8
2.	Memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri.	Memandang dirinya secara positif baik secara fisik dan kehidupan yang dimiliki.	mencintai kehidupan yang dimiliki.	8, 11, 12, 47.	20, 38, 54.	7
			Tidak membandingkan diri sendiri dengan orang lain.	10, 24, 48, 59(23).	25, 33, 36.	6
3.	Memiliki kemampuan menghadapi kehidupan.	Yakin bahwa dirinya mampu menghasilkan kerja yang berguna.	Melakukan sesuatu yang bermanfaat untuk orang lain.	13, 14, 31.	37, 39, 56 (21)	6
			Optimis.	34, 45, 53.	26, 28, 46, 61 (16).	7
4.	Bertanggung jawab.	Berani menerima resiko terhadap perilakunya.	Mampu mengatasi masalah akibat perilakunya.	55(41), 58(55), 63 (6).	3, 17, 43.	6
			Tidak menyalahkan orang lain.	49, 51, 64(5)	15, 29, 40.	6
Total				28	27	55

Uji coba pada skala citra tubuh (*body image*) diperoleh 57 item yang valid dari 64 item yang diuji cobakan dengan koefisien item total valid bergerak dari 0,411 sampai 0,693. Ada pun item yang dinyatakan tidak valid yaitu 6, 7, 13, 20, 50, 55, dan 58.

Butir pernyataan yang gugur pada skala citra tubuh dapat dilihat pada tabel 4 dengan nomor butir pernyataan yang gugur telah

digaris bawah dan dicetak tebal, serta kisi-kisi skala setelah uji coba dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5. Kisi-Kisi Instrumen Citra Tubuh (*Body Image*) Sebelum Uji Coba

No	Aspek	Indikator	Deskriptor	No Item		Item
				F	UF	
1.	Evaluasi Penampilan	Penilaian mengenai penampilan secara keseluruhan.	Kepuasan individu terhadap penampilan yang dimiliki.	1, 4, 52, 56.	9, <u>13</u> , 19, 62.	8
			Reaksi individu terhadap penilaian orang lain.	17, 49, <u>58</u> , 53.	8, 21, 23, 27.	8
2.	Orientasi Penampilan	Usaha yang dilakukan individu untuk memperbaiki penampilan.	Merubah penampilan.	2, 24, 25, 47.	5, 16, 38, 45.	8
			Melakukan perawatan tubuh.	<u>6</u> , 31, 32, 46.	15, 22, 26, 28.	8
3.	Kepuasan terhadap bagian tubuh.	Penilaian terhadap kondisi tubuh secara keseluruhan.	Individu merasa puas dengan kondisi tubuh.	29, 35, 41, 42.	48, <u>55</u> , 57, 64.	8
			Upaya membandingkan kondisi tubuh diri sendiri dengan orang lain.	3, 30, 44, 63.	<u>50</u> , 59, 61, 60.	8
4.	Berat badan.	Kecemasan terhadap berat badan.	Perasaan individu menerima kondisi berat badan.	<u>20</u> , 33, 34, 36.	12, 18, 54, 43.	8
			Mengatur pola makan.	37, 39, 40, 51.	<u>7</u> , 10, 11, 14.	8
Total				32	32	64

Tabel 6. Kisi-Kisi Instrumen Citra Tubuh (*Body Image*) setelah Uji Coba

No	Aspek	Indikator	Deskriptor	No Item		Item
				F	UF	
1.	Evaluasi Penampilan	Penilaian mengenai penampilan secara keseluruhan.	Kepuasan individu terhadap penampilan yang dimiliki.	1, 4, 52, 56.	9, 19, 62(13).	7
			Reaksi individu terhadap penilaian orang lain.	17, 49, 53.	8, 21, 23, 27.	7
2.	Orientasi Penampilan	Usaha yang dilakukan individu untuk memperbaiki penampilan.	Merubah penampilan.	2, 24, 25, 47.	5, 16, 38, 45.	8
			Melakukan perawatan tubuh.	31, 32, 46.	15, 22, 26, 28.	7
3.	Kepuasan terhadap bagian tubuh.	Penilaian terhadap kondisi tubuh secara keseluruhan.	Individu merasa puas dengan kondisi tubuh.	29, 35, 41, 42.	48, 57, 64(6).	7
			Upaya membandingkan kondisi tubuh diri sendiri dengan orang lain.	3, 30, 44, 63(7).	59(55), 61(20), 60(50).	7
4.	Berat badan.	Kecemasan terhadap berat badan.	Perasaan individu menerima kondisi berat badan.	33, 34, 36.	12, 18, 54, 43.	7
			Mengatur pola makan.	37, 39, 40, 51.	10, 11, 14.	7
Total				29	28	57

Dari hasil uji validitas ternyata butir-butir instrumen yang valid masih mewakili dari masing-masing indikator yang ada, sehingga instrumen tersebut masih bisa digunakan untuk mengambil data penelitian. Selanjutnya, butir-butir soal yang tidak valid dihapus dan tidak digunakan dalam penelitian.

b. Uji Realibilitas

Instrumen yang memiliki realibilitas adalah instrumen yang dapat mengukur sesuatu yang diukur secara konsisten dari waktu ke

waktu. Dalam penelitian ini uji reabilitas dilakukan dengan menggunakan teknik konsistensi internal karena pengujian instrumen dilakukan sekali saja. Selanjutnya, untuk menganalisis uji coba digunakan teknik *alpha cronbach* karena instrumen menggunakan jawaban berskala interval.

Instrumen dinyatakan reliabel apabila memiliki koefisien reliabilitas yang angkanya berkisar 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi realibilitas dan sebaliknya. Dalam penelitian ini, setelah item –item yang tidak valid direduksi maka dapat diperoleh realibilitas pada skala penerimaan diri adalah 0,956 dan realibilitas skala citra tubuh sebesar 0,952.

G. Teknis Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji persyaratan analisis dan uji hipotesis.

1. Uji Persyaratan Analisis

a. Normalitas

Pada penelitian yang menggunakan statistik parametris, data yang diuji harus normal dan mempunyai skala interval atau rasio. Oleh sebab itu, untuk mengetahui sebaran data yang diperoleh dalam penelitian ini dilakukanlah uji normalitas. Teknik yang digunakan untuk pengujian normalitas dengan menggunakan uji *kolmogorov smirnov* (K-

S), yakni *kolmogorov smirnov* yang memiliki nilai lebih besar dari taraf signifikan 5% atau dapat ditulis $p > 0,05$ maka data distribusi normal.

b. Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah antara variabel bebas (citra tubuh) dan variabel terikat (penerimaan diri) memiliki hubungan linear atau tidak. Uji linearitas ini biasanya digunakan sebagai prasyarat dalam analisis korelasi. Perhitungan uji linearitas pada penelitian ini menggunakan metode analisis berbasis *SPSS for Windows 16.0 Version*. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linear bila signifikansi kurang dari 0,05. Dengan metode ini maka akan mempermudah dalam menganalisis data yang telah ada.

2. Uji Hipotesis

Setelah dilakukan uji normalitas dan uji linearitas, selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis dengan menggunakan analisis korelasi. Dalam menganalisis hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi *product moment*, dengan perhitungan melalui *SPSS for Windows 16.00 Version*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Waktu dan Tempat

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 27 April 2013 sampai 2 Mei 2013 di SMP N 6 Yogyakarta yang terletak di Jl. Monginsidi 1, Yogyakarta. Proses pengambilan data dilakukan secara bertahap. Pada tanggal 27 April 2013 pengambilan data dilakukan dikelas VIII A dan VIII F dan pada tanggal 29 April 2013 dilakukan dikelas VIII B, VIII E dan VIII G. Sedangkan, untuk kelas VIII C dan VIII D dilakukan pengambilan data pada tanggal 30 April. Selain itu, juga dilakukan penelitian pada tanggal 1-2 Mei 2013 karena ada beberapa siswa yang tidak datang sewaktu penelitian.

SMP N 6 Yogyakarta termasuk sekolah yang memiliki disiplin tinggi. Banyak aturan yang diterapkan di SMP N 6 Yogyakarta. Peraturan tersebut tentu saja mengharuskan siswanya untuk mematuhi. Diantaranya adalah aturan berpakaian. Pada hari senin sampai Kamis para siswa harus memakai sepatu hitam polos. Peraturan tersebut tentu membuat resah para siswa karena remaja sangat memperhatikan penampilan. Sepatu adalah salah satu pakaian yang harus diperhatikan remaja untuk menunjang penampilannya, sehingga banyak ditemui para siswa melanggarnya. Pelanggaran tersebut menunjukkan bahwa remaja memiliki minat yang tinggi

terhadap penampilan. Minat tersebut juga dapat dilihat dari beberapa siswa yang merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Mereka mengaku memiliki hidung yang tergolong pesek, rambut yang selalu bercabang, pantat yang kurang berisi, bentuk wajah, warna kulit yang hitam, dan bentuk betis kaki yang terlalu besar. Mereka melakukan upaya untuk memperbaiki diri agar tampil lebih menarik. Hal itu bisa kita lihat dari beberapa siswa yang merubah penampilannya dengan *merebonding* rambut.

2. Deskripsi Subjek Penelitian

Pada penelitian ini subyek penelitian adalah remaja putri kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta yang berjumlah 92 orang. subyek penelitian tersebar dalam 7 kelas, namun masih memiliki kecenderungan karakteristik yang homogen. Pengambilan data diambil dengan menggunakan angket penerimaan diri dan angket citra tubuh (*body image*). Data yang diperoleh selanjutnya digunakan untuk mengetahui hubungan citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri pada siswa/remaja putri di SMP N 6 Yogyakarta.

3. Deskripsi Data

a. Citra Tubuh

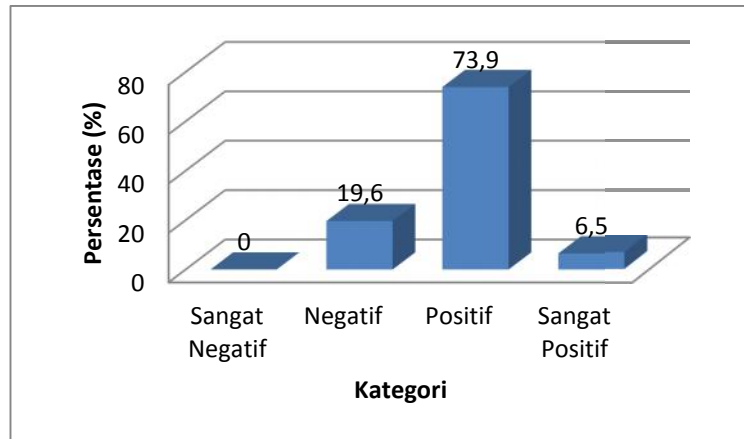
Skor jawaban yang tertinggi adalah 4 dan skor yang terendah adalah 1, sehingga kemungkinan nilai total skor tertinggi adalah $57 \times 4 = 228$ dan nilai total skor terendah adalah $57 \times 1 = 57$. Dari hasil pengumpulan data maka diperoleh skor total tertinggi

sebesar 208 dan skor total terendah sebesar 110. Hasil analisis statistik deskriptif hitung diperoleh nilai *mean* sebesar 157,37; *median* sebesar 157,00; *mode* sebesar 156; dan *standar deviation* sebesar 19,271, sedangkan distribusi frekuensi relatif dari skala citra tubuh (*body image*) tercantum pada tabel 7.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Relatif Citra Tubuh (*Body Image*)

No	Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
1	Sangat Negatif	057,00 - 099,74	0	0,0
2	Negatif	099,75 - 142,49	18	19,6
3	Positif	142,50 - 185,24	68	73,9
4	Sangat Positif	185,25 - 228,00	6	6,5
	Jumlah	--	92	100

Pada tabel 7, terlihat bahwa siswi/remaja putri yang berada pada pengelompokan citra tubuh (*body image*) kategori sangat positif terdapat 6 siswi (6,5%), sedangkan untuk siswi yang berada pada pengelompokan citra tubuh (*body image*) kategori positif sebanyak 68 siswi (73,9%), dan siswi yang dalam pengelompokan citra tubuh (*body image*) negatif sebanyak 18 siswi (19,6%). Sementara tidak ditemukan siswi dalam pengelompokan citra tubuh (*body image*) dengan kategori sangat negatif (0,0%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswi kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta memiliki citra tubuh (*body image*) dengan kategori positif dengan persentase mencapai 73,9%. Sebaran data pada masing-masing kategori dapat dilihat melalui diagram berikut:



Gambar 2. Diagram Balok Distribusi Frekuensi Relatif Citra Tubuh (*Body Image*)

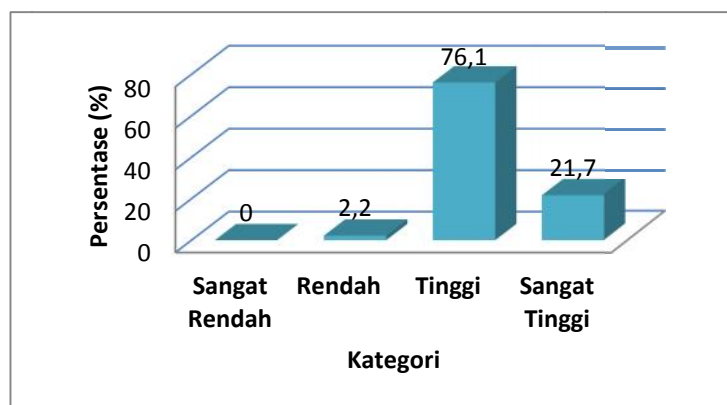
b. Penerimaan Diri

Skor jawaban yang tertinggi adalah 4 dan skor yang terendah adalah 1, sehingga kemungkinan nilai total skor tertinggi adalah $55 \times 4 = 220$ dan nilai total skor terendah adalah $55 \times 1 = 55$. Dari hasil pengumpulan data maka diperoleh skor total tertinggi sebesar 199 dan skor total terendah sebesar 129. Hasil analisis statistik deskriptif hitung diperoleh nilai *mean* sebesar 166,54; *median* sebesar 168,00; *mode* sebesar 168; dan *standar deviation* sebesar 14,952, sedangkan distribusi frekuensi relatif dari skala penerimaan diri tercantum pada tabel 8.

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Relatif Penerimaan Diri

No	Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
1	Sangat Rendah	055,00 - 096,24	0	0,0
2	Rendah	096,25 - 137,49	2	2,2
3	Tinggi	137,50 - 178,74	70	76,1
4	Sangat Tinggi	178,75 - 220,00	20	21,7
	Jumlah	--	92	100

Pada tabel 8, terlihat bahwa siswa putri yang berada pada pengelompokan penerimaan diri dalam kategori sangat tinggi terdapat 20 siswi (21,7%), sedangkan untuk siswi yang berada pada pengelompokan penerimaan diri dalam kategori tinggi sebanyak 70 siswi (76,1%), dan siswi yang dalam pengelompokan penerimaan diri rendah sebanyak 2 siswi (2,2%). Sementara tidak ditemukan siswi dalam pengelompokan penerimaan diri dengan kategori sangat rendah (0,0%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswi kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta memiliki penerimaan diri dengan kategori tinggi dengan persentase mencapai 76,1%. Sebaran data pada masing-masing kategori dapat dilihat melalui diagram berikut:



Gambar 3. Diagram Balok Distribusi Frekuensi Relatif Penerimaan Diri

B. Pengujian Persyaratan Analisis

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk memastikan apakah sebuah data hasil pengukuran dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak.

Normalitas merupakan syarat dalam teknik analisis statistik. Uji normalitas data dilakukan dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan taraf signifikan yang digunakan sebesar $\alpha=0,05$. Data yang diuji adalah data total skor yang diperoleh pada masing-masing variabel. Hasil uji normalitas untuk variabel penerimaan diri dan citra tubuh (*body image*) berdasarkan perhitungan komputer program *SPSS for windows release 16* dapat dilihat dalam tabel 9.

Tabel 9. Hasil Pengujian Normalitas

Nama Variabel	<i>Kolmogorov-Smirnov Z</i>	<i>p</i>	Keterangan
Penerimaan Diri	0,685	0,736	Normal
Citra Tubuh (<i>Body Image</i>)	0,372	0,999	Normal

Berdasarkan tabel 11, diperoleh nilai signifikan (*p*) pada variabel penerimaan diri sebesar 0,736 dan variabel citra tubuh (*body image*) sebesar 0,999. Masing-masing variabel telah menunjukkan bahwa nilai signifikansi (*p*) lebih besar dari taraf signifikansi 5%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebaran data pada variabel penerimaan diri dan citra tubuh dapat dikatakan normal. Jadi, asumsi normalitas data untuk kedua variabel penelitian telah terpenuhi.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah antara variabel bebas (citra tubuh) dan variabel terikat (penerimaan diri) memiliki hubungan linear atau tidak. Pengujian terhadap linearitas hubungan

dilakukan melalui uji statistik F. Hubungan fungsional antara variabel terikat (Y) dinyatakan linear apabila harga f_{hitung} lebih kecil dari harga F_{tabel} atau $p > 5\%$. Pada penelitian ini data dianalisis dengan bantuan komputer, maka dapat juga digunakan p (probabilitas kesalahan); apabila $p > 0,05$; maka dinyatakan linear; dan apabila $p < 0,05$ dinyatakan tidak linear.

Hubungan fungsional variabel bebas dengan variabel terikat yaitu, citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri pada remaja putri/siswi di SMP N 6 Yogyakarta. Dari hasil perhitungan linearitas diperoleh harga F_{hitung} sebesar 0,771 nilai tersebut lebih kecil dari $F_{tabel} = 1,670$ dengan p sebesar 0,180. Ternyata $p > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa hubungan fungsional antara variabel bebas dan variabel terikat dapat dikatakan linear. Hasil perhitungan uji linearitas dapat dilihat dari tabel berikut ini:

Tabel 10. Hasil Pengujian Linearitas

Hubungan Variabel	df	F	$F_{0.05}$	p	Keterangan
Penerimaan Diri * <i>Body Image</i>	55;35	0,771	1,670	0,180	Linear

Tabel hasil pengujian linearitas menunjukkan bahwa variabel bebas citra tubuh (*body image*) beserta aspek-aspeknya mempunyai hubungan yang linear dengan penerimaan diri siswi/remaja putri di SMP N 6 Yogyakarta yang ditunjukkan $p > 0,05$ dan $F_{hitung} = 0,771 < F_{tabel} = 1,670$.

C. Pengujian Hipotesis

1. Analisis Korelasi

Hubungan antara citra tubuh (*body image*) dapat dilihat dengan menggunakan *product moment* dari *Pearson* yang dibantu dengan *SPSS for windows release 16*. Teknik analisis ini digunakan untuk menguji hipotesis pertama dan kedua. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan positif antara variabel citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri.

Berdasarkan uji korelasi yang dilakukan dengan bantuan *SPSS for windows release 16* diperoleh perhitungan sebagai berikut:

Tabel 11. Hasil Ringkasan Analisis Korelasi antara Citra tubuh (*Body Image*) dengan Penerimaan Diri

Hubungan Variabel	<i>df</i>	ρ	ρ^2	<i>t</i>	$t_{0,05}$	<i>p</i>	Keterangan
Penerimaan Diri * <i>Body Image</i>	90	0,471	0,222	5,071	1,671	<0,001	Signifikan

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa, diperoleh $k = 0,471$ menunjukkan ada hubungan positif dengan tingkat hubungan yang sedang. Koefisien determinasi $r^2 = 0,222$ menunjukkan sebesar 22,2% keragaman penerimaan diri diperkirakan dapat dijelaskan oleh citra tubuh (*body image*), atau dengan kata lain sekitar 22,2% penerimaan diri siswa putri dipengaruhi *body image*. Hasil tersebut juga berarti bahwa 77,8% penerimaan diri dipengaruhi oleh variabel lain, selain citra tubuh (*body image*).

Penjelasan diatas dapat digunakan untuk menjawab hipotesis yang diajukan dalam penelitian. Rumusan hipotesis tersebut adalah:

Hipotesis alternatif (H_a)

“Ada hubungan positif antara citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri pada remaja putri di SMP N 6 Yogyakarta”.

Hipotesis nihil (H_0),

“Tidak ada hubungan positif antara citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri pada remaja putri di SMP N 6 Yogyakarta”.

Kriteria penerimaan H_a apa bila $p(\text{sig}) > 0,05$ atau $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}} (= 0,05)$. Statistik uji yang digunakan adalah uji regresi sederhana pada level signifikansi 5% dengan $df = 92 - 2 = 90$. Harga $t_{\text{hitung}} = 5,071$, sedangkan $t_{\text{tabel}} (= 0,05) = 1,671$.

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan program *SPSS for windows release 16* menghasilkan $p(\text{sig}) = < 0,001 < 0,05$ dan $t_{\text{hitung}} = 5,071$, sedangkan $t_{\text{tabel}} (= 0,05)$ sebesar 1,671, yang berarti tidak dapat menerima H_0 , sehingga menerima H_a .

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pada level signifikansi 5% terdapat hubungan positif dan signifikan antara citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri pada siswi/remaja putri di SMP N 6 Yogyakarta.

D. Pembahasan

Pada usia remaja terjadi percepatan kematangan seksual, pertumbuhan fisik dan perkembangan sosial. Kematangan seksual dan pertumbuhan fisik yang dialami berimplikasi pada perkembangan psikososial. Dapat dilihat

ketika remaja mulai lebih dekat dengan teman sebaya dibandingkan dengan orang tua atau keluarganya. Walaupun minat terhadap sosial kian meningkat hal ini merupakan tugas perkembangan remaja yang tersulit (Hurlock, 1980: 213). Dalam penyesuaian sosial, remaja dituntut untuk tampil sesuai dengan *trend* atau gaya yang sedang digemari oleh teman sebayanya, karena dengan begitu dirinya akan mudah diterima.

Para remaja yang mulai paham bahwa penampilan adalah kunci dalam menjalin sosial, kini minat terhadap penampilan mulai meningkat. Selain itu, kematangan seksualnya yang berdampak pada rasa ingin tahunya kepada lawan jenis bahkan jatuh cinta, juga memberikan kontribusi dalam memperhatikan penampilan. Faktor lain yang tidak kalah penting adalah media massa, baik itu televisi, film, majalah, koran dan sebagainya. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Nemeroff (dalam Bell dan Rushforth, 2008: 3) bahwa “faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh adalah media massa seperti majalah *fashion*, iklan televisi, dan pertunjukkan yang saat ini banyak menghadirkan perempuan kurus sebagai sosok yang ideal”. Jadi, media massa yang menampilkan sosok bintang-bintang yang sempurna dan ideal membuat remaja memiliki harapan yang tinggi untuk menyerupai idolanya.

Kita sering menemui bahwasanya apa pun yang dipakai oleh idola kerap kali menjadi *trend*. Salah satunya adalah pakaian, karena pada masa ini remaja sangat memperhatikan penampilan. Diungkapkan oleh Hurlock (1998: 216) bahwasanya “remaja sangat memperhatikan pakaiannya”. Pakaian juga

merupakan alat yang digunakan remaja untuk mengekspresikan dirinya. Diungkapkan oleh Burn (1993: 229) bahwa “pakaian digunakan remaja sebagai ukuran ekspresi diri, pencarian perhatian dan untuk mendapatkan perasaan harga diri”. Minat dan perhatian yang terlalu besar terhadap penampilan termasuk bentuk tubuh membuat remaja mencemaskan bentuk tubuhnya.

Kecemasan remaja terhadap bentuk tubuh akhirnya dapat berdampak pada tingkat kepuasan citra tubuh yang dimiliki remaja. Citra tubuh (*body image*) adalah evaluasi individu mengenai penampilan (ukuran dan bentuk) tubuh secara keseluruhan, sikap yang ditunjukkan oleh perasaan (kecemasan dan kepuasan) individu mengenai penampilan dan karakteristik bagian tubuh, serta perilaku yang dapat dilihat dari usaha individu merubah penampilannya atau melakukan usaha untuk memperbaiki penampilan (orientasi penampilan).

Selain teman sebaya dan tingkat kecemasan diatas, citra tubuh juga dipengaruhi adanya pendapat atau pun standar ideal yang dimiliki masyarakat. Hal serupa juga diungkapkan oleh McCarthy (Bell dan Rushforth, 2008: 3), bahwa:

Budaya memberikan pengaruh yang besar dalam pembentukan citra tubuh. Hal ini bisa terjadi karena adanya standar ideal dari masyarakat, seperti kecantikan yang diukur oleh jenis warna kulit, kurus, mancung dll. Standar masyarakat inilah yang membuat individu yang tidak sesuai dengan harapan merasa rendah diri dan memiliki citra tubuh yang negatif.

Selain itu Hurlock (1980 :201), “mengungkapkan bahwa perilaku orang disekitar yang menunjukkan penolakan pada remaja juga dapat

membahayakan penerimaan diri remaja”. Oleh sebab itu, sering kita temui remaja yang merasa rendah diri karena tidak sesuai dengan standar masyarakat dan berupaya untuk merubah penampilan serta kondisi fisiknya. Hal itu bisa dilihat dari perilaku diet, *merebonding* rambut, memakai pemutih, *behel* gigi dan sebagainya. Bisa diartikan ini merupakan salah satu bentuk remaja menolak dan tidak bisa menerima dirinya sehingga melakukan perubahan dan perbaikan-perbaikan dalam penampilannya.

Kesadaran remaja terhadap penampilan yang akhirnya berdampak pada upaya remaja, untuk memperbaiki penampilan. Hal ini menunjukkan semakin tingginya kecemasan atau ketidakpuasan remaja terhadap citra tubuh. Padahal menurut Hurlock (1980: 201), bahwa “semakin tingginya kesadaran akan pentingnya penampilan dalam kehidupan sosial akan membuat keprihatinan semakin bertambah. Semakin kuatnya keprihatinan akan dukungan sosial terhadap dirinya maka ia akan semakin mengkhawatirkan penampilannya”.

Pada remaja putri/siswi kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta juga ditemukan memiliki citra tubuh yang negatif yaitu sebanyak 18 siswi (19,6%). Walaupun ditemukan sebagian siswi memiliki citra tubuh yang negatif, namun sebagian besar siswi kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta masih memiliki citra tubuh yang positif yaitu sebanyak 68 siswi (73,9%) dan sebagian kecil lainnya memiliki citra tubuh yang sangat positif sebanyak 6 siswi (6,5%). Deskripsi data telah disajikan di tabel 8.

Penilaian penampilan (citra tubuh) yang dimiliki remaja akan berpengaruh terhadap kebahagiaan yang dirasakannya. Remaja yang bahagia dan puas dengan dirinya maka dia akan mampu untuk menerima dirinya. Seperti yang diungkapkan oleh Hurlock (1980:201), bahwa “kebahagiaan bisa dicapai dengan penerimaan (*acceptance*) baik itu penerimaan diri (*self acceptance*) atau pun penerimaan sosial (*social acceptance*)”. Selain itu, menurut Mumpuniarti (Ary Dwi Noviyanti, 2012: 45), “ada tiga macam penerimaan untuk mencapai penyesuaian yang memuaskan yaitu, 1) penerimaan fisik, yang mengandung arti bahwa individu menyadari akan sifat kekurangan, tahu sebabnya, dan tahu kemungkinannya, 2) penerimaan secara sosial, artinya individu sadar tentang akibat-akibat yang dapat terjadi mengenai kekurangannya terhadap orang lain atau kaitannya dengan pekerjaan, 3) penerimaan secara psikologis, artinya individu tidak menunjukkan gejala emosionalnya karena kekurangannya.

Jika melihat pendapat kedua ahli diatas dapat dikatakan bahwa yang termasuk penerimaan diri adalah penerimaan secara fisik dan psikologis. Upaya untuk mencapai kebahagiaan itu sendiri diperlukan adanya penerimaan diri dan penerimaan sosial. Penerimaan diri (*self acceptance*) sendiri mengandung arti kemampuan seseorang untuk memiliki penilaian realistis terhadap kekurangan dan kelebihan, memiliki kemampuan dan keyakinan untuk hidup dengan segala karakteristik, memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri dan dapat bertanggung jawab atas perilakunya. Jadi, remaja yang memiliki penerimaan diri akan memiliki, 1) penilaian yang

realistis terhadap dirinya baik memandang kekurangannya maupun kelebihanannya, 2) penghargaan diri yang tinggi terhadap diri sendiri. Ditunjukkan dengan kemampuannya mencintai diri sendiri baik secara fisik dan kehidupannya yang dialami. Selain itu, tidak sibuk membandingkan diri sendiri dengan orang lain, 3) kemampuan untuk menghadapi kehidupan. Mampu melakukan sesuatu yang bermanfaat untuk orang lain dan optimis menghadapi hidup dengan segala karakteristik yang dimiliki, 4) tanggung jawab. Mampu mengatasi masalah akibat yang muncul dari perilaku dan keputusannya, serta tidak sibuk menyalahkan orang lain atas apa yang dihadapi.

Pada remaja kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta ditemukan ada 2 siswi (2,2%) yang memiliki penerimaan diri rendah, 70 siswi (76,1%) tinggi, dan 20 siswi (21,7%) sangat tinggi. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswi/remaja putri kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta memiliki penerimaan diri yang tinggi.

Terbentuknya penerimaan diri remaja banyak faktor yang dapat mempengaruhinya baik secara internal maupun eksternal. Diantaranya harapan yang dimiliki remaja. Remaja yang memiliki harapan realistis tentu akan mudah menerima dirinya. Contoh, remaja yang memiliki harapan untuk menyerupai idolanya, tentu ini adalah harapan yang terlalu tinggi dan susah dicapai. Remaja tentu akan mendapatkan kesulitan dalam mencapai keinginannya atau bahkan tidak akan pernah tercapai. Padahal, tingkat keberhasilan remaja dalam mencapai keinginannya akan menentukan tingkat

kepuasannya. Jadi, remaja yang tidak bisa tampil sesuai dengan harapannya, akan memiliki kepuasan yang rendah terhadap penampilannya. Oleh sebab itu, remaja yang tidak puas dengan tubuh, penampilan dan segala karakteristik yang dimiliki akan memiliki citra tubuh yang negatif.

Diatas diterangkan 3 macam penerimaan untuk mencapai penyesuaian yang memuaskan yaitu penerimaan diri (penerimaan fisik dan psikologis) dan penerimaan sosial. Hal ini berarti penilaian remaja terhadap penampilan (citra tubuh) dapat mempengaruhi remaja terhadap kemampuannya untuk menerima diri. Jika remaja merasa tidak puas atau khawatir terhadap penampilan maka dapat mengakibatkan kesulitan untuk menerima dirinya, sehingga akan timbul konflik, masalah dan ketidakbahagiaan. Seperti yang diungkapkan Hurlock (1980:201), "sulitlah bagi remaja (puber) untuk menerima dirinya sendiri, kalau dia merasa prihatin dan gelisah akan tubuhnya yang berubah dan mereka tidak puas dengan penampilan dirinya". Padahal sumber dari kebahagiaan itu sendiri adalah mampu untuk menerima segala karakteristik yang ada dalam diri kita. Jadi, gambaran yang dimiliki remaja mengenai bentuk tubuhnya (citra tubuh) memiliki hubungan terhadap penerimaan dirinya.

Terdapatnya hubungan antara citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri juga dibuktikan oleh peneliti. Berdasarkan uji hipotesis yang dilakukan dalam penelitian ini, diketahui bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri. Signifikansi korelasi citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri

menghasilkan nilai 0,471 yang berarti ada berhubungan positif dengan tingkat hubungan yang sedang. Hasil uji signifikansi 5% menunjukkan bahwa $t_{hitung}(5,071) > t_{tabel}(1,671)$, hal ini berarti menolak H_0 dengan prasyarat $p(\text{sig}) > 0,05$ atau $t_{hitung} > t_{tabel} (\alpha = 0,05)$, sehingga dapat dinyatakan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri pada siswi/remaja putri di SMP N 6 Yogyakarta. Sumbangan efektif yang diberikan oleh citra tubuh (*body image*) terhadap penerimaan diri remaja adalah sebesar 22,2%. Hal ini berarti 77,8% penerimaan diri dipengaruhi oleh faktor lain selain citra tubuh. Dengan demikian, penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Muhammad Rida (2012) yang menyatakan bahwa, terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan penerimaan diri pada mahasiswa Aceh yang tinggal di Asrama Yogyakarta. Selain itu, juga sejalan dengan pendapat Jourard dan Secord (Burn, 1993: 198) bahwa tingkat kepuasan mengenai gambaran tubuh sepadan dengan tingkat penerimaan diri remaja.

Tabel 12. Tabel Silang antara Citra Tubuh (*Body Image*) dengan Penerimaan Diri.

		Body_Image			Total	
		Negatif	Positif	Sangat Positif		
Penerimaan_Diri	Rendah	Count	1	1	0	2
		% of Total	1.1%	1.1%	.0%	2.2%
	Tinggi	Count	16	51	3	70
		% of Total	17.4%	55.4%	3.3%	76.1%
	Sangat Tinggi	Count	1	16	3	20
		% of Total	1.1%	17.4%	3.3%	21.7%
Total		Count	18	68	6	92

			Body_Image			Total
			Negatif	Positif	Sangat Positif	
Penerimaan_Diri	Rendah	Count	1	1	0	2
		% of Total	1.1%	1.1%	.0%	2.2%
	Tinggi	Count	16	51	3	70
		% of Total	17.4%	55.4%	3.3%	76.1%
	Sangat Tinggi	Count	1	16	3	20
		% of Total	1.1%	17.4%	3.3%	21.7%
Total		Count	18	68	6	92
		% of Total	19.6%	73.9%	6.5%	100.0%

Pada tabel 12. dapat memberikan gambaran bahwa penerimaan diri dapat dipengaruhi faktor lain selain citra tubuh (*body image*) yang tidak dibahas dalam penelitian. Dapat dilihat dari tabel diatas ditemukan keunikan yaitu, ada siswi yang memiliki citra tubuh (*body image*) negatif namun memiliki penerimaan diri yang tinggi yaitu sebanyak 16 siswi/remaja putri (17,4%) dan 1 siswi/remaja putri (1,1%) juga ditemui yang mana memiliki citra tubuh negatif namun memiliki penerimaan diri yang sangat tinggi. Selain itu, juga ditemui siswi yang memiliki citra tubuh dalam kategori positif namun memiliki penerimaan diri yang sangat positif yaitu sebanyak 16 siswi/remaja putri (17,4%) dan 1 siswi/remaja putri (1,1%) yang memiliki citra tubuh positif namun memiliki penerimaan diri yang rendah, serta yang memiliki citra tubuh sangat positif namun memiliki penerimaan diri yang tinggi yaitu sebanyak 3 siswi/remaja putri (3,3%). Hal ini membuktikan

bahwa selain citra tubuh penerimaan diri juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian.

Berdasarkan data penelitian dan uraian tersebut, maka dapat disimpulkan adanya hubungan positif dan signifikan antara citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri pada siswi/remaja putri di SMP N 6 Yogyakarta. Hal ini berarti semakin baik citra tubuh (*Body image*), maka penerimaan diri akan semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah citra tubuh (*body image*) maka penerimaan diri akan semakin rendah.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui citra tubuh yang dimiliki oleh 92 remaja putri kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta dalam kategori sangat positif sebanyak 6 siswi (6.5%), kategori positif sebanyak 68 siswi (73.9%), kategori negatif sebanyak 18 siswi (19.6%), dan tidak ditemukan dalam kategori sangat negatif (0.0%). Selain itu, juga diketahui penerimaan diri pada 92 remaja putri kelas VIII di SMP N 6 Yogyakarta dalam kategori sangat tinggi terdapat 20 siswi (21.7%), kategori tinggi sebanyak 70 siswi (76.1%), kategori rendah sebanyak 2 siswi (2.2%), dan tidak ditemukan remaja putri yang memiliki penerimaan diri sangat rendah (0.0%). Pada analisis korelasi juga ditemukan $r = 0.471$, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa “ada hubungan positif dan signifikan antara citra tubuh dengan penerimaan diri pada remaja putri di SMP N 6 Yogyakarta”. Sumbangan efektif citra tubuh yang diberikan terhadap penerimaan diri sebesar 22,2% yang ditunjukkan dengan nilai $r^2 = 0.222$. Hal ini juga mengartikan bahwa 77.8% penerimaan diri dipengaruhi oleh faktor lain selain citra tubuh (*body image*).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut ini:

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling.

Guru BK sebaiknya bisa membantu para remaja untuk mengetahui proses kematangan sehingga remaja tidak membayangkan bahwa ada sesuatu yang salah dengan dirinya, bilamana dirinya berbeda dengan temannya.

2. Bagi Orang Tua.

Keluarga sebaiknya memberikan stimulus-stimulus positif kepada remaja agar mampu meningkatkan citra tubuh yang positif, sehingga mampu memiliki penerimaan diri yang baik. Keluarga jangan mengajarkan bahwasannya kecantikan hanya dinilai secara fisik.

3. Bagi Siswa

Sebaiknya para siswa meningkatkan penerimaan dirinya dengan segala karakteristik yang dimiliki. Bisa lebih memahami tugas perkembangannya sehingga siap dalam menghadapi perubahan fisik. Remaja tidak perlu cemas dengan perubahan fisik karena itu adalah hal yang wajar harus terjadi. Bertambahnya usai dan kematangan reproduksi maka penampilan fisik akan semakin memuaskan.

4. Bagi Peneliti Lain.

Melihat masih ada 77,8% faktor lain yang dapat mempengaruhi penerimaan diri selain citra tubuh, maka pada peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian mengenai faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi penerimaan diri remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Supratiknya. (1995). *Tinjauan Psikologis: Komunikasi Antar Pribadi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Agoes Dariyo. (2004). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Arina Zulfa. (2009). Penerimaan Diri Pada Remaja Penyandang Tuna Netra (di Bina Cacat Netra “Budi Mulya”, Malang). *Abstrak Skripsi*. Malang.
- Ary Dwi Noviyanti. (2012). Penerimaan Diri Tuna Daksa yang Bertempat Tinggal di YAKKUM Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: UNY
- Bell, Lorraine dan Rushforth, Jenny. (2008). *Overcoming Body Image Disturbance: A Program for People with Eating Disorder*. New York: Routledge.
- Burn, R. B. (1993). Konsep Diri: *Teori Pengukuran, Perkembangan dan Perilaku*. (Ahli Bahasa: Eddy). Jakarta: Arcan.
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Chatharine. (2009). Gambaran Penerimaan Diri Pada Penyandang Cacat yang Bukan Bawaan. *Abstrak Tesis*. Jakarta: Atma Jaya.
- Cobb, Nancy. J. (2007). *Adolescence, Change, And Diversity*. New York: McGraw-Hill.
- Farid Aprilia, T. C. (2008). Hubungan Antara Penerimaan Diri Remaja Terhadap Penampilan Fisik Dengan Kemampuan Komunikasi Interpersonal. *Abstrak Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Farida Ayu Vebriana. (2012). Hubungan Penerimaan Body Image Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa kelas X dan XI SMK Negeri 4 Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: FIP UNY.
- Hjlle, L.A & Zielger, D. J. (1992). *Personality Theories, Basic Assumption, Research And Applications*. Japan: McGrawHill Inter Book Company.
- Heriana Eka Dewi. (2012). *Memahami Perkembangan Fisik Remaja*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Huebscher, Brenda. (2010). Relationship Between Body Image and Self Esteem Among Adolescence Girl. *A Research Paper*. Menomonie: University of Wisconsin-Stout.

- Hurlock, E. B. (1974). *Personality Development*. New Delhi: McGraw-Hill.
- _____. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jahja, Yudrik. (2011) *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana
- Johnson, David. W. (1993). *Reaching Out: Interpersonal Effectiveness And Self Actualization, Fifth Edition*. USA: Allyn and Bacon.
- Ken. (2005). Hanya Satu Persen Perempuan Indonesia yang Merasa Cantik. *Senior* (22-28 Juli 2005). hlm.11.
- Kinanti Indika. (2010). Gambaran Citra Tubuh Pada Remaja yang Obesitas. *Skripsi*. Sumatra Utara: Universitas Sumatra Utara.
- MacLachan, Malcolm & Gallagher, Pamela. (2004). *Enabling Technologies: Body Image and Body Function*. China: Elsevier Science.
- Muh. Farozin & Nur fathiyah. (2004). *Pemahaman Tingkah Laku: Buku Pegangan Kuliah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Muhammad Ridha. (2012). Hubungan Antara *Body Image* Dengan Penerimaan Diri Pada Mahasiswa Aceh di Yogyakarta. *Jurnal EMPATHY (Vol.I No.1 Desember 2012)*. Abstrak.
- Monk, F. J. & Knoers, A.M.P. *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagianya*. (Alih Bahasa: Siti Rahayu Haditono). Yogyakarta: UGM Press.
- Ogden, Jane. (2000). *Health Psychology: A Textbook (Second Edition)*. USA: Open University Press.
- Panut Panuju dan Ida Umami. (2005). *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: Tiara Wacana Yogya.
- Riduwan. (2007). *Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Rina Oktaviana. (2004). Hubungan antara Penerimaan Diri Terhadap Ciri-Ciri Perkembangan Sekunder dengan Konsep Diri pada Remaja Puteri SLTP N 10 Yogyakarta. *Jurnal PSYCHE* (Vol. 1 No. 2 tahun 2004). hlm. 5-6.
- Rita, E., dkk. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Santrock, J. W. (2010). *Adolescence (Edisi Ketiga)*. New York: McGraw-Hill.
- Sutrisno Hadi. (2002). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.

- _____. (2004). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto. (2002). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2005). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- _____. (2010). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfa Beta
- _____. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Smolak, Linda dan Thompson, J. P. (2009). *Body Image, Eating Disorders, and Obesity in Youth: Assesment, Prevention, and Treatment (Second Edition)*. Washington, DC: American Psychological Association (APA).

LAMPIRAN

Lampiran 1. Angket Citra Tubuh dan Penerimaan Diri Sebelum Uji Coba

PETUNJUK PENGISIAN ANGKET

Pada halaman berikut ini terdapat sejumlah pernyataan yang harus adik-adik tanggap. Untuk menanggapi pernyataan-pernyataan tersebut, adik-adik cukup memberikan tanda centang () pada kolom jawaban yang telah tersedia. Perlu adik-adik ketahui bahwa jawaban dari pernyataan tersebut tidak ada yang salah atau benar. Selain itu, juga tidak akan berpengaruh pada nilai mata pelajaran apa pun. Jadi, kakak mohon untuk diisi semua sesuai dengan kenyataan yang sebenarnya. Ada empat alternatif jawaban yang harus dipilih, yaitu:

- SS : Sangat Sesuai
- S : Sesuai
- TS : Tidak Sesuai
- STS : Sangat Tidak Sesuai

Contoh:

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Penampilan saya sangat menarik.				

Atas kerja sama adik-adik, kakak ucapkan terima kasih. Setiap jawaban yang diberikan merupakan bantuan yang tidak terhingga nilainya bagi kakak. Selamat mengerjakan dan semoga mendapat imbalan yang setimpal dari Tuhan Yang Maha Esa. Aamiin...

SKALA PENERIMAAN DIRI

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa bangga dengan diri saya sendiri.				
2.	Saya merasa bersyukur atas apa yang di berikan Tuhan kepada saya.				
3.	Saya lari dari masalah yang sedang saya hadapi.				
4.	Kekurangan yang saya miliki tidak menjadi hambatan saya untuk berprestasi.				
5.	Saya mampu mengatasi segala masalah yang saya hadapi.				
6.	Saya merasa kegagalan membuat saya terpuruk.				
7.	Saya tidak perlu rendah diri atasa kekurangan yang saya miliki.				
8.	Saya menyukai diri saya walau pun orang lain mungkin tidak menyukainya.				
9.	Saya ingin menjadi orang lain yang lebih beruntung.				
10.	Setiap manusia itu memiliki derajat yang sama termasuk diri saya sendiri.				
11.	Saya bahagia dengan keadaan saya sekarang.				
12.	Saya senang dengan tubuh yang saya miliki.				
13.	Saya senang membantu orang lain.				
14.	Saya dapat berprestasi dikelas dengan kemampuan yang saya miliki.				
15.	Saya menyalahkan orang lain saat menerima kegagalan.				

16.	Kegagalan yang saya alami karena banyak faktor termasuk orang-orang yang ada disekitar saya.				
17.	Saya merasa tidak sanggup mengatasi masalah yang ada dalam hidup saya.				
18.	Saya merasa rendah diri saat mengalami kegagalan.				
19.	Saya senang dengan keahlian yang saya miliki.				
20.	Kehidupan ini tidak adil bagi saya.				
21.	Saya yakin dapat meraih cita-cita saya.				
22.	Saya merasa belum bisa membuat orang lain bahagia.				
23.	Saya ingin merubah penampilan yang saya miliki.				
24.	Setiap manusia itu memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing.				
25.	Saya merasa iri dengan keadaan orang lain.				
26.	Saya tidak yakin dapat melakukan apa yang telah menjadi tanggung jawab saya.				
27.	Saya dapat mengambil pelajaran dari kegagalan yang saya alami.				
28.	Saya merasa kesulitan untuk meraih cita-cita saya.				
29.	Saya mengkambinghitamkan orang lain atas masalah yang saya hadapi.				
30.	Saya mengeluhkan kondisi saya saat ini.				

31.	Saya dapat melakukan hal yang bermanfaat untuk orang lain.				
32.	Saya tidak percaya diri dengan diri saya sendiri.				
33.	Saya merasa orang lain lebih hebat dari saya.				
34.	Saya yakin mampu melakukan apa yang saya inginkan.				
35.	Tidak ada yang bisa saya banggakan dari diri saya.				
36.	Saya merasa tidak seberuntung orang lain.				
37.	Saya merasa apa yang saya lakukan tidak berarti untuk orang lain.				
38.	Saya benci dengan diri saya sendiri.				
39.	Saya merasa ragu dengan apa yang saya kerjakan.				
40.	Orang disekitar saya membuat saya banyak masalah.				
41.	Saya tidak bisa menyelesaikan masalah saya sendiri.				
42.	Saya menerima kekurangan yang saya miliki.				
43.	Saya berpura-pura tidak mengetahui atas kesalahan yang saya lakukan.				
44.	Saya tidak memiliki kelebihan seperti yang dimiliki orang lain.				
45.	Saya terus belajar walaupun sering mendapatkan kegagalan.				
46.	Saya merasa ragu untuk dapat menyelesaikan rencana-rencana yang saya buat.				

47.	Saya mencintai apa yang ada dalam diri saya.				
48.	Walau pun saya memiliki kekurangan namun saya tidak ingin menjadi orang lain.				
49.	Saya menerima kegagalan saya tanpa menyalahkan orang lain.				
50.	Saya malu dengan kekurangan yang saya miliki.				
51.	Masalah yang saya hadapi bukan kesalahan orang lain.				
52.	Saya merasa tidak memiliki keahlian yang menonjol.				
53.	Saya yakin dapat mengerjakan rencana-rencana yang saya buat.				
54.	Saya merasa rendah diri dengan keadaan diri saya yang sebenarnya.				
55.	Saya sanggup bertanggung jawab atas kesalahan yang saya lakukan.				
56.	Saya melakukan apa yang saya inginkan walaupun mungkin orang lain tidak menyukainya.				
57.	Saya puas dengan segala potensi yang saya miliki.				
58.	Saya berani mengakui kesalahan yang saya lakukan.				
59.	Saya merasa diri saya juga seberuntung orang lain.				
60.	Menyalahkan orang lain atas masalah yang saya hadapi bukanlah perilaku yang bijaksana.				

61.	Saya merasa cepat putus asa jika yang saya inginkan tidak kunjung saya dapatkan.				
62.	Saya tidak percaya diri dengan diri saya sendiri.				
63.	Saya mampu menerima segala konsekuensi atas perbuatan yang saya lakukan.				
64.	Saya tidak menyalahkan orang lain atas masalah yang saya hadapi.				

SKALA CITRA TUBUH

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya menganggap penampilan saya menarik.				
2.	Tidak ada yang perlu diperbaiki dari penampilan saya.				
3.	Bentuk tubuh saya tidak kalah menarik dengan teman-teman saya.				
4.	Saya merasa cocok dengan pakaian yang saya pakai.				
5.	Saya ingin merubah bagian tertentu dari tubuh saya.				
6.	Saya melakukan olah raga untuk mendapatkan tubuh yang sehat.				
7.	Sya memperhatikan kadar lemak pada makanan sebelum memakannya.				
8.	Penilaian orang lain terhadap penampilan saya membuat saya resah.				

9	Saya merasa tidak cocok dengan pakaian yang saya pakai.				
10	Saya rela melakukan diet agar terlihat lebih menarik.				
11	Saya cemas jika makan terlalu banyak.				
12	Saya malu dengan berat badan saya.				
13.	Penampilan saya tidak <i>trendy</i> .				
14	Saya mengkonsumsi produk-produk yang dapat merubah berat badan saya agar lebih menarik.				
15	Saya tidak bisa pergi tanpa <i>make up</i>				
16	Segala cara akan saya lakukan agar memiliki penampilan yang menarik.				
17	Komentar orang lain mengenai penampilan saya, tidak merubah rasa nyaman saya.				
18	Saya ingin merubah berat badan saya.				
19	Saya tidak puas dengan penampilan saya.				
20.	Saya merasa nyaman dengan berat badan saya.				
21	Saya merasa risih ketika orang lain mengomentari penampilan saya.				
22	Saya membutuhkan waktu yang lama untuk berdandan agar terlihat cantik.				
23	Saya berupaya merubah penampilan jika menurut orang lain penampilan saya kurang menarik.				

24	Saya tidak ingin merubah bentuk tubuh saya.				
25	Saya sudah merasa cantik walau pun tidak merubah bentuk tubuh.				
26	Saya melakukan olah raga agar bentuk tubuh saya lebih seksi.				
27	Pendapat orang lain mengenai penampilan saya membuat saya kurang nyaman.				
28	Saya melakukan perawatan kecantikan yang teratur agar tampil lebih menarik.				
29	Semua bagian tubuh saya sangat memuaskan.				
30	Bagi saya tidak perlu merubah bentuk tubuh seperti orang lain.				
31	Saya tidak menggunakan waktu lama untuk tampil cantik sebelum keluar rumah.				
32	Saya tidak memiliki jadwal yang khusus untuk melakukan perawatan tubuh.				
33	Saya merasa senang dengan komentar orang lain mengenai berat badan saya.				
34	Berat badan tidak menjadi masalah buat saya.				
35	Saya puas dengan bentuk tubuh saya.				
36	Saya tidak perlu mempermasalahkan berat badan saya.				
37	Saya tidak akan diet untuk mendapatkan tubuh yang menarik.				
38	Saya rela melakukan segala cara agar terlihat cantik.				

39	Saya bebas memakan apa saja yang saya inginkan.				
40	Saya tidak perlu mengonsumsi produk-produk yang dapat merubah berat badan saya.				
41	Saya menyukai semua bagian tubuh saya.				
42	Saya merasa senang dengan kondisi tubuh saya sekarang.				
43	Saya merasa resah saat orang lain mengomentari kondisi berat badan saya.				
44	Saya tidak suka membandingkan tubuh saya dengan orang lain.				
45	Cara apa pun akan saya tempuh untuk mendapatkan tubuh yang seksi.				
46	Tanpa <i>make up</i> pun saya sudah cantik.				
47	Penampilan saya tidak ada yang perlu dirubah.				
48	Saya tidak suka dengan bagian tertentu dari tubuh saya.				
49	Saya tetap menyukai penampilan saya walau pun orang lain tidak suka.				
50.	Saya merasa tubuh orang lain lebih sempurna.				
51	Makan banyak tidak menjadi masalah bagi saya.				
52	Saya senang dengan penampila saya sekarang.				

53	Saya tetap bahagia walau pun orang lain bilang bentuk tubuh saya tidak menarik.				
54	Saya mengeluh dengan berat badan saya.				
55.	Ada bagian tubuh tertentu yang tidak saya sukai.				
56	Penampilan saya sesuai dengan kondisi <i>trend</i> sekarang.				
57	Saya tidak puas dengan bentuk tubuh saya.				
58.	Saya tidak memperdulikan pendapat orang lain walaupun mereka bilang penampilan saya kurang menarik.				
59.	Saya suka membandingkan tubuh saya dengan orang lain.				
60.	Menurut saya bentuk tubuh teman-teman lebih menarik dibandingkan saya.				
61.	Saya berupaya memiliki bentuk tubuh yang seindah bentuk tubuh orang yang saya kagumi.				
62.	Penampilan saya kurang menarik.				
63.	Setiap manusia memiliki keindahan tubuh masing-masing termasuk saya.				
64.	Bentuk tubuh saya tidak memuaskan.				

###Terimakasih atas Kerja Samanya.###

Scale: Penerimaan Diri

Correlations

Variables=tot_pd

	Pearson Correlation	Sig. (1-tailed)	Sum of Squares and Cross- products	Covariance	N
pd_1	.735**	.000	335.143	9.857	35
pd_2	.552**	.000	210.286	6.185	35
pd_3	.490**	.001	206.486	6.073	35
pd_4	.464**	.002	208.229	6.124	35
pd_5	.096	.293	42.714	1.256	35
pd_6	.097	.289	44.086	1.297	35
pd_7	.468**	.002	201.657	5.931	35
pd_8	.549**	.000	275.800	8.112	35
pd_9	.010	.477	6.771	.199	35
pd_10	.484**	.002	197.886	5.820	35
pd_11	.489**	.001	221.486	6.514	35
pd_12	.457**	.003	181.657	5.343	35
pd_13	.638**	.000	231.400	6.806	35
pd_14	.632**	.000	277.000	8.147	35
pd_15	.474**	.002	252.229	7.418	35
pd_16	.064	.358	30.286	.891	35
pd_17	.616**	.000	321.829	9.466	35
pd_18	.466**	.002	237.514	6.986	35
pd_19	.597**	.000	249.543	7.339	35
pd_20	.691**	.000	344.886	10.144	35

Correlations

Variables=tot_pd

	Pearson Correlation	Sig. (1-tailed)	Sum of Squares and Cross-products	Covariance	N
pd_21	.009	.478	3.629	.107	35
pd_22	-.071	.343	-26.571	-.782	35
pd_23	.090	.304	40.857	1.202	35
pd_24	.457**	.003	161.857	4.761	35
pd_25	.609***	.000	308.743	9.081	35
pd_26	.413**	.007	164.600	4.841	35
pd_27	.463**	.003	149.400	4.394	35
pd_28	.421**	.006	177.514	5.221	35
pd_29	.502**	.001	209.371	6.158	35
pd_30	.409**	.007	176.343	5.187	35
pd_31	.446**	.004	143.343	4.216	35
pd_32	.661***	.000	330.114	9.709	35
pd_33	.488**	.001	215.314	6.333	35
pd_34	.415**	.007	152.829	4.495	35
pd_35	.683***	.000	329.486	9.691	35
pd_36	.720***	.000	365.257	10.743	35
pd_37	.761***	.000	373.343	10.981	35
pd_38	.518**	.001	198.371	5.834	35
pd_39	.643***	.000	240.114	7.062	35
pd_40	.552**	.000	331.571	9.752	35
pd_41	.112	.261	45.686	1.344	35

Correlations

Variables=tot_pd

	Pearson Correlation	Sig. (1-tailed)	Sum of Squares and Cross- products	Covariance	N
pd_42	.547**	.000	204.314	6.009	35
pd_43	.449**	.003	183.314	5.392	35
pd_44	.783**	.000	455.771	13.405	35
pd_45	.520**	.001	182.486	5.367	35
pd_46	.464**	.002	176.714	5.197	35
pd_47	.706**	.000	243.629	7.166	35
pd_48	.478**	.002	253.714	7.462	35
pd_49	.422**	.006	181.657	5.343	35
pd_50	.653**	.000	306.000	9.000	35
pd_51	.424**	.006	238.086	7.003	35
pd_52	.481**	.002	228.200	6.712	35
pd_53	.595**	.000	240.029	7.060	35
pd_54	.520**	.001	273.686	8.050	35
pd_55	.583**	.000	288.829	8.495	35
pd_56	.425**	.005	235.800	6.935	35
pd_57	.520**	.001	217.257	6.390	35
pd_58	.531**	.001	256.086	7.532	35
pd_59	.426**	.005	212.686	6.255	35
pd_60	.063	.359	37.400	1.100	35
pd_61	.690**	.000	399.200	11.741	35
pd_62	.661**	.000	324.343	9.539	35

Correlations

Variables=tot_pd

	Pearson Correlation	Sig. (1-tailed)	Sum of Squares and Cross-products	Covariance	N
pd_63	.482**	.002	211.000	6.206	35
pd_64	.466**	.002	196.486	5.779	35
tot_pd	1		13714.743	403.375	35

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
pd_1	186.80	384.106	.720	.941
pd_2	186.51	391.316	.533	.942
pd_3	186.91	391.610	.466	.942
pd_4	186.83	391.558	.438	.942
pd_5	187.66	401.291	.063	.944
pd_6	188.11	401.222	.064	.944
pd_7	186.97	391.911	.443	.942
pd_8	186.69	387.692	.523	.942
pd_9	187.34	403.938	-.039	.946
pd_10	186.71	392.092	.461	.942
pd_11	186.91	390.787	.463	.942
pd_12	186.97	393.029	.433	.942
pd_13	186.89	390.045	.622	.942

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
pd_14	187.09	387.492	.612	.942
pd_15	186.83	389.146	.443	.942
pd_16	187.51	402.081	.029	.944
pd_17	187.03	385.029	.592	.942
pd_18	187.26	389.961	.436	.942
pd_19	186.60	389.071	.577	.942
pd_20	186.71	383.622	.671	.941
pd_21	188.63	403.476	-.018	.944
pd_22	187.23	405.240	-.098	.945
pd_23	187.37	401.417	.057	.944
pd_24	186.37	394.123	.436	.942
pd_25	187.00	385.765	.585	.942
pd_26	187.29	394.034	.388	.943
pd_27	186.89	394.810	.444	.942
pd_28	187.26	393.314	.395	.943
pd_29	186.54	391.432	.479	.942
pd_30	187.20	393.400	.383	.943
pd_31	187.20	395.165	.427	.943
pd_32	187.46	384.491	.640	.941
pd_33	187.86	391.126	.463	.942
pd_34	187.03	394.676	.392	.943
pd_35	186.91	384.492	.663	.941
pd_36	187.17	382.440	.702	.941

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
pd_37	187.20	381.929	.745	.941
pd_38	186.54	392.020	.497	.942
pd_39	187.46	389.550	.626	.942
pd_40	186.94	384.644	.521	.942
pd_41	187.31	401.045	.082	.944
pd_42	186.86	391.655	.528	.942
pd_43	186.86	392.950	.424	.942
pd_44	187.34	377.291	.766	.940
pd_45	186.91	392.904	.501	.942
pd_46	187.66	393.291	.442	.942
pd_47	186.63	389.299	.693	.941
pd_48	186.66	389.055	.447	.942
pd_49	186.97	393.087	.395	.943
pd_50	187.09	385.845	.633	.941
pd_51	187.11	390.045	.390	.943
pd_52	187.49	390.434	.454	.942
pd_53	187.43	389.605	.575	.942
pd_54	187.31	387.869	.492	.942
pd_55	187.03	386.911	.559	.942
pd_56	187.69	390.163	.391	.943
pd_57	187.17	390.970	.497	.942
pd_58	187.11	388.810	.505	.942
pd_59	187.31	391.398	.396	.943

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
pd_60	186.89	401.928	.020	.945
pd_61	187.49	380.610	.667	.941
pd_62	187.20	384.812	.640	.941
pd_63	187.09	391.375	.456	.942
pd_64	186.91	392.198	.441	.942

Reliability

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.943	64

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.956	55

Scale: Citra Tubuh (*Body Image*)

Correlations

Variables=tot_bi

	Pearson Correlation	Sig. (1-tailed)	Sum of Squares and Cross-products	Covariance	N
bi_1	.465**	.002	214.971	6.323	35
bi_2	.491**	.001	218.714	6.433	35
bi_3	.507**	.001	221.943	6.528	35
bi_4	.457**	.003	168.229	4.948	35
bi_5	.467**	.002	273.057	8.031	35
bi_6	.075	.334	35.771	1.052	35
bi_7	.031	.430	10.829	.318	35
bi_8	.607**	.000	299.829	8.818	35
bi_9	.493**	.001	200.629	5.901	35
bi_10	.448**	.004	250.057	7.355	35
bi_11	.458**	.003	261.600	7.694	35
bi_12	.529**	.001	227.857	6.702	35
bi_13	.094	.296	41.057	1.208	35
bi_14	.524**	.001	246.943	7.263	35
bi_15	.504**	.001	201.429	5.924	35
bi_16	.558**	.000	265.371	7.805	35
bi_17	.484**	.002	218.914	6.439	35
bi_18	.456**	.003	252.800	7.435	35
bi_19	.531**	.001	288.600	8.488	35
bi_20	.038	.414	21.029	.618	35

Correlations

Variables=tot_bi

	Pearson Correlation	Sig. (1-tailed)	Sum of Squares and Cross-products	Covariance	N
bi_21	.566**	.000	384.429	11.307	35
bi_22	.558**	.000	287.086	8.444	35
bi_23	.518**	.001	310.743	9.139	35
bi_24	.530**	.001	296.057	8.708	35
bi_25	.564**	.000	273.600	8.047	35
bi_26	.553**	.000	249.914	7.350	35
bi_27	.578**	.000	264.743	7.787	35
bi_28	.534**	.000	223.086	6.561	35
bi_29	.498**	.001	247.800	7.288	35
bi_30	.713**	.000	431.857	12.702	35
bi_31	.521**	.001	247.771	7.287	35
bi_32	.482**	.002	214.714	6.315	35
bi_33	.594**	.000	315.657	9.284	35
bi_34	.541**	.000	293.914	8.645	35
bi_35	.648**	.000	296.743	8.728	35
bi_36	.636**	.000	350.829	10.318	35
bi_37	.494**	.001	306.514	9.015	35
bi_38	.497**	.001	234.686	6.903	35
bi_39	.534**	.000	298.686	8.785	35
bi_40	.627**	.000	335.771	9.876	35
bi_41	.603**	.000	297.971	8.764	35

Correlations

Variables=tot_bi

	Pearson Correlation	Sig. (1-tailed)	Sum of Squares and Cross-products	Covariance	N
bi_42	.558**	.000	275.829	8.113	35
bi_43	.579**	.000	307.343	9.039	35
bi_44	.446**	.004	242.600	7.135	35
bi_45	.446**	.004	216.086	6.355	35
bi_46	.510**	.001	258.229	7.595	35
bi_47	.449**	.003	203.600	5.988	35
bi_48	.555**	.000	334.971	9.852	35
bi_49	.565**	.000	199.857	5.878	35
bi_50	.005	.487	2.486	.073	35
bi_51	.516**	.001	334.457	9.837	35
bi_52	.587**	.000	235.943	6.939	35
bi_53	.480**	.002	185.457	5.455	35
bi_54	.447**	.004	242.514	7.133	35
bi_55	.128	.232	67.886	1.997	35
bi_56	.478**	.002	236.029	6.942	35
bi_57	.518**	.001	202.829	5.966	35
bi_58	.051	.386	19.543	.575	35
bi_59	.513**	.001	266.457	7.837	35
bi_60	.489**	.001	260.114	7.650	35
bi_61	.436**	.004	199.743	5.875	35
bi_62	.520**	.001	234.914	6.909	35

Correlations

Variables=tot_bi

	Pearson Correlation	Sig. (1-tailed)	Sum of Squares and Cross-products	Covariance	N
bi_63	.511**	.001	189.714	5.580	35
bi_64	.502**	.001	295.371	8.687	35
tot_bi	1		15094.171	443.946	35

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
bi_1	175.60	431.718	.440	.944
bi_2	175.94	431.467	.468	.944
bi_3	175.97	431.264	.485	.944
bi_4	175.26	434.314	.438	.944
bi_5	175.49	428.551	.435	.944
bi_6	175.20	442.282	.044	.946
bi_7	175.46	443.550	.008	.946
bi_8	175.46	426.785	.586	.943
bi_9	175.06	432.467	.472	.944
bi_10	175.49	429.845	.417	.944
bi_11	175.43	429.193	.427	.944
bi_12	175.09	430.904	.508	.944
bi_13	175.49	441.904	.065	.946

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
bi_14	174.97	429.852	.501	.944
bi_15	174.66	432.408	.484	.944
bi_16	175.40	428.776	.536	.944
bi_17	175.34	431.467	.461	.944
bi_18	175.83	429.676	.426	.944
bi_19	175.43	427.546	.504	.944
bi_20	175.86	443.303	.002	.946
bi_21	175.66	422.232	.534	.944
bi_22	175.11	427.575	.534	.944
bi_23	175.57	426.370	.487	.944
bi_24	175.49	427.139	.502	.944
bi_25	175.43	428.311	.541	.944
bi_26	175.34	429.644	.531	.944
bi_27	175.57	428.782	.558	.944
bi_28	175.11	431.163	.514	.944
bi_29	175.83	429.852	.473	.944
bi_30	175.09	419.257	.693	.943
bi_31	175.20	429.812	.498	.944
bi_32	174.94	431.703	.459	.944
bi_33	175.69	425.928	.571	.944
bi_34	175.34	427.232	.515	.944
bi_35	175.57	426.899	.630	.943
bi_36	175.46	423.903	.613	.943

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
bi_37	175.54	426.667	.462	.944
bi_38	175.31	430.575	.473	.944
bi_39	175.31	426.987	.506	.944
bi_40	175.20	424.753	.605	.943
bi_41	175.60	426.894	.582	.944
bi_42	175.46	428.197	.535	.944
bi_43	175.77	426.417	.555	.944
bi_44	175.43	430.252	.416	.944
bi_45	175.11	431.692	.420	.944
bi_46	175.26	429.255	.485	.944
bi_47	175.43	432.370	.425	.944
bi_48	175.60	424.953	.526	.944
bi_49	175.09	432.434	.549	.944
bi_50	175.91	444.198	-.024	.946
bi_51	175.29	425.092	.483	.944
bi_52	175.97	430.382	.570	.944
bi_53	175.29	433.328	.460	.944
bi_54	175.54	430.255	.417	.944
bi_55	175.71	440.504	.093	.946
bi_56	175.86	430.538	.452	.944
bi_57	175.46	432.314	.498	.944
bi_58	176.17	443.087	.025	.946
bi_59	175.29	428.798	.487	.944

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
bi_60	175.74	429.197	.462	.944
bi_61	175.57	432.605	.411	.944
bi_62	175.34	430.526	.497	.944
bi_63	174.94	433.055	.492	.944
bi_64	175.40	427.247	.472	.944

Reliability

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.945	64

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.952	57

RINGKASAN HASIL UJI COBA INSTRUMEN

VALIDASI INSTRUMEN SCARA EMPIRIS

Scale: Penerimaan Diri

No	r_{ix}	$r_{i(x-i)}$	p	Ket	No	r_{ix}	$r_{i(x-i)}$	p	Ket
Item					Item				
1	0.735	0.720	0.000	valid	33	0.488	0.463	0.001	valid
2	0.552	0.533	0.000	valid	34	0.415	0.392	0.007	valid
3	0.490	0.466	0.001	valid	35	0.683	0.663	0.000	valid
4	0.464	0.438	0.002	valid	36	0.720	0.702	0.000	valid
5	0.096	0.063	0.293	tdk valid	37	0.761	0.745	0.000	valid
6	0.097	0.064	0.289	tdk valid	38	0.518	0.497	0.001	valid
7	0.468	0.443	0.002	valid	39	0.643	0.626	0.000	valid
8	0.549	0.523	0.000	valid	40	0.552	0.521	0.000	valid
9	0.010	-0.039	0.477	tdk valid	41	0.112	0.082	0.261	tdk valid
10	0.484	0.461	0.002	valid	42	0.547	0.528	0.000	valid
11	0.489	0.463	0.001	valid	43	0.449	0.424	0.003	valid
12	0.457	0.433	0.003	valid	44	0.783	0.766	0.000	valid
13	0.638	0.622	0.000	valid	45	0.520	0.501	0.001	valid
14	0.632	0.612	0.000	valid	46	0.464	0.442	0.002	valid
15	0.474	0.443	0.002	valid	47	0.706	0.693	0.000	valid
16	0.064	0.029	0.358	tdk valid	48	0.478	0.447	0.002	valid
17	0.616	0.592	0.000	valid	49	0.422	0.395	0.006	valid
18	0.466	0.436	0.002	valid	50	0.653	0.633	0.000	valid
19	0.597	0.577	0.000	valid	51	0.424	0.390	0.006	valid
20	0.691	0.671	0.000	valid	52	0.481	0.454	0.002	valid
21	0.009	-0.018	0.478	tdk valid	53	0.595	0.575	0.000	valid
22	-0.071	-0.098	0.343	tdk valid	54	0.520	0.492	0.001	valid
23	0.090	0.057	0.304	tdk valid	55	0.583	0.559	0.000	valid
24	0.457	0.436	0.003	valid	56	0.425	0.391	0.005	valid
25	0.609	0.585	0.000	valid	57	0.520	0.497	0.001	valid
26	0.413	0.388	0.007	valid	58	0.531	0.505	0.001	valid
27	0.463	0.444	0.003	valid	59	0.426	0.396	0.005	valid

28	0.421	0.395	0.006	valid	60	0.063	0.020	0.359	tdk valid
29	0.502	0.479	0.001	valid	61	0.690	0.667	0.000	valid
30	0.409	0.383	0.007	valid	62	0.661	0.640	0.000	valid
31	0.446	0.427	0.004	valid	63	0.482	0.456	0.002	valid
32	0.661	0.640	0.000	valid	64	0.466	0.441	0.002	valid

Keterangan: r_{ix} = Pearson Correlation, dan $r_{i(x-i)}$ = Corrected Item-Total Correlation

*) p -value < 0.05 atau $r_{ix} > r_{0.05(35)} = 0.334$, maka butir dinyatakan “valid”

Scale: Citra Tubuh (*Body Image*)

No Item	r_{ix}	$r_{i(x-i)}$	p	Ket	No Item	r_{ix}	$r_{i(x-i)}$	p	Ket
1	0.465	0.440	0.002	valid	33	0.594	0.571	0.000	valid
2	0.491	0.468	0.001	valid	34	0.541	0.515	0.000	valid
3	0.507	0.485	0.001	valid	35	0.648	0.630	0.000	valid
4	0.457	0.438	0.003	valid	36	0.636	0.613	0.000	valid
5	0.467	0.435	0.002	valid	37	0.494	0.462	0.001	valid
6	0.075	0.044	0.334	tdk valid	38	0.497	0.473	0.001	valid
7	0.031	0.008	0.430	tdk valid	39	0.534	0.506	0.000	valid
8	0.607	0.586	0.000	valid	40	0.627	0.605	0.000	valid
9	0.493	0.472	0.001	valid	41	0.603	0.582	0.000	valid
10	0.448	0.417	0.004	valid	42	0.558	0.535	0.000	valid
11	0.458	0.427	0.003	valid	43	0.579	0.555	0.000	valid
12	0.529	0.508	0.001	valid	44	0.446	0.416	0.004	valid
13	0.094	0.065	0.296	tdk valid	45	0.446	0.420	0.004	valid
14	0.524	0.501	0.001	valid	46	0.510	0.485	0.001	valid
15	0.504	0.484	0.001	valid	47	0.449	0.425	0.003	valid
16	0.558	0.536	0.000	valid	48	0.555	0.526	0.000	valid
17	0.484	0.461	0.002	valid	49	0.565	0.549	0.000	valid
18	0.456	0.426	0.003	valid	50	0.005	-0.024	0.487	tdk valid
19	0.531	0.504	0.001	valid	51	0.516	0.483	0.001	valid

20	0.038	0.002	0.414	tdk valid	52	0.587	0.570	0.000	valid
21	0.566	0.534	0.000	valid	53	0.480	0.460	0.002	valid
22	0.558	0.534	0.000	valid	54	0.447	0.417	0.004	valid
23	0.518	0.487	0.001	valid	55	0.128	0.093	0.232	tdk valid
24	0.530	0.502	0.001	valid	56	0.478	0.452	0.002	valid
25	0.564	0.541	0.000	valid	57	0.518	0.498	0.001	valid
26	0.553	0.531	0.000	valid	58	0.051	0.025	0.386	tdk valid
27	0.578	0.558	0.000	valid	59	0.513	0.487	0.001	valid
28	0.534	0.514	0.000	valid	60	0.489	0.462	0.001	valid
29	0.498	0.473	0.001	valid	61	0.436	0.411	0.004	valid
30	0.713	0.693	0.000	valid	62	0.520	0.497	0.001	valid
31	0.521	0.498	0.001	valid	63	0.511	0.492	0.001	valid
32	0.482	0.459	0.002	valid	64	0.502	0.472	0.001	valid

Keterangan: r_{ix} = *Pearson Correlation*, dan $r_{i(x-i)}$ = *Corrected Item-Total Correlation*

*) $p\text{-value} < 0.05$ atau $r_{ix} > r_{0.05}(35) = 0.334$, maka butir dinyatakan “valid”

ESTIMASI RELIABILITAS

Alat Ukur (Skala)	<u>Koefisien Alpha Cronbach</u>				Keterangan
	Jml Item		Jml Item		
1 Penerimaan Diri	64	0.943	55	0.956	reliabel
2 <i>Body Image</i>	64	0.945	57	0.952	reliabel

Lampiran 3. Angket Citra Tubuh dan Penerimaan Diri Setelah Uji Coba

PETUNJUK PENGISIAN ANGKET

Pada halaman berikut ini terdapat sejumlah pernyataan yang harus adik-adik tanggapi. Untuk menanggapi pernyataan-pernyataan tersebut, adik-adik cukup memberikan tanda centang () pada kolom jawaban yang telah tersedia. Perlu adik-adik ketahui bahwa jawaban dari pernyataan tersebut tidak ada yang salah atau benar. Selain itu, juga tidak akan berpengaruh pada nilai mata pelajaran apa pun. Jadi, kakak mohon untuk diisi semua sesuai dengan kenyataan yang sebenarnya. Ada empat alternatif jawaban yang harus dipilih, yaitu:

- SS : Sangat Sesuai
S : Sesuai
TS : Tidak Sesuai
STS : Sangat Tidak Sesuai

Contoh:

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Penampilan saya sangat menarik.				

Atas kerja sama adik-adik, kakak ucapkan terima kasih. Setiap jawaban yang diberikan merupakan bantuan yang tidak terhingga nilainya bagi kakak. Selamat mengerjakan dan semoga mendapat imbalan yang setimpal dari Tuhan Yang Maha Esa. Aamiin...

SKALA PENERIMAAN DIRI

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa bangga dengan diri saya sendiri.				
2.	Saya merasa bersyukur atas apa yang di berikan Tuhan kepada saya.				
3.	Saya lari dari masalah yang sedang saya hadapi.				
4.	Kekurangan yang saya miliki tidak menjadi hambatan saya untuk berprestasi.				
5.	Saya tidak menyalahkan orang lain atas masalah yang saya hadapi.				
6.	Saya mampu menerima segala konsekuensi atas perbuatan yang saya lakukan.				
7.	Saya tidak perlu rendah diri atasa kekurangan yang saya miliki.				
8.	Saya menyukai diri saya walau pun orang lain mungkin tidak menyukainya.				
9.	Saya tidak percaya diri dengan diri saya sendiri.				
10.	Setiap manusia itu memiliki derajat yang sama termasuk diri saya sendiri.				
11.	Saya bahagia dengan keadaan saya sekarang.				
12.	Saya senang dengan tubuh yang saya miliki.				
13.	Saya senang membantu orang lain.				
14.	Saya dapat berprestasi dikelas dengan kemampuan yang saya miliki.				
15.	Saya menyalahkan orang lain saat menerima kegagalan.				

16.	Saya merasa cepat putus asa jika yang saya inginkan tidak kunjung saya dapatkan.				
17.	Saya merasa tidak sanggup mengatasi masalah yang ada dalam hidup saya.				
18.	Saya merasa rendah diri saat mengalami kegagalan.				
19.	Saya senang dengan keahlian yang saya miliki.				
20.	Kehidupan ini tidak adil bagi saya.				
21.	Saya melakukan apa yang saya inginkan walaupun mungkin orang lain tidak menyukainya.				
22.	Saya puas dengan segala potensi yang saya miliki.				
23.	Saya merasa diri saya juga seberuntung orang lain.				
24.	Setiap manusia itu memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing.				
25.	Saya merasa iri dengan keadaan orang lain.				
26.	Saya tidak yakin dapat melakukan apa yang telah menjadi tanggung jawab saya.				
27.	Saya dapat mengambil pelajaran dari kegagalan yang saya alami.				
28.	Saya merasa kesulitan untuk meraih cita-cita saya.				
29.	Saya mengkambinghitamkan orang lain atas masalah yang saya hadapi.				
30.	Saya mengeluhkan kondisi saya saat ini.				

31.	Saya dapat melakukan hal yang bermanfaat untuk orang lain.				
32.	Saya tidak percaya diri dengan diri saya sendiri.				
33.	Saya merasa orang lain lebih hebat dari saya.				
34.	Saya yakin mampu melakukan apa yang saya inginkan.				
35.	Tidak ada yang bisa saya banggakan dari diri saya.				
36.	Saya merasa tidak seberuntung orang lain.				
37.	Saya merasa apa yang saya lakukan tidak berarti untuk orang lain.				
38.	Saya benci dengan diri saya sendiri.				
39.	Saya merasa ragu dengan apa yang saya kerjakan.				
40.	Orang disekitar saya membuat saya banyak masalah.				
41.	Saya sanggup bertanggung jawab atas kesalahan yang saya lakukan.				
42.	Saya menerima kekurangan yang saya miliki.				
43.	Saya berpura-pura tidak mengetahui atas kesalahan yang saya lakukan.				
44.	Saya tidak memiliki kelebihan seperti yang dimiliki orang lain.				
45.	Saya terus belajar walaupun sering mendapatkan kegagalan.				
46.	Saya merasa ragu untuk dapat menyelesaikan rencana-rencana yang saya buat.				

47.	Saya mencintai apa yang ada dalam diri saya.				
48.	Walau pun saya memiliki kekurangan namun saya tidak ingin menjadi orang lain.				
49.	Saya menerima kegagalan saya tanpa menyalahkan orang lain.				
50.	Saya malu dengan kekurangan yang saya miliki.				
51.	Masalah yang saya hadapi bukan kesalahan orang lain.				
52.	Saya merasa tidak memiliki keahlian yang menonjol.				
53.	Saya yakin dapat mengerjakan rencana-rencana yang saya buat.				
54.	Saya merasa rendah diri dengan keadaan diri saya yang sebenarnya.				
55.	Saya berani mengakui kesalahan yang saya lakukan.				

SKALA CITRA TUBUH

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya menganggap penampilan saya menarik.				
2.	Tidak ada yang perlu diperbaiki dari penampilan saya.				
3.	Bentuk tubuh saya tidak kalah menarik dengan teman-teman saya.				
4.	Saya merasa cocok dengan pakaian yang saya pakai.				
5.	Saya ingin merubah bagian tertentu dari tubuh saya.				

6.	Bentuk tubuh saya tidak memuaskan.				
7.	Setiap manusia memiliki keindahan tubuh masing-masing termasuk saya.				
8.	Penilaian orang lain terhadap penampilan saya membuat saya resah.				
9	Saya merasa tidak cocok dengan pakaian yang saya pakai.				
10	Saya rela melakukan diet agar terlihat lebih menarik.				
11	Saya cemas jika makan terlalu banyak.				
12	Saya malu dengan berat badan saya.				
13.	Penampilan saya kurang menarik.				
14	Saya mengonsumsi produk-produk yang dapat merubah berat badan saya agar lebih menarik.				
15	Saya tidak bisa pergi tanpa <i>make up</i>				
16	Segala cara akan saya lakukan agar memiliki penampilan yang menarik.				
17	Komentar orang lain mengenai penampilan saya, tidak merubah rasa nyaman saya.				
18	Saya ingin merubah berat badan saya.				
19	Saya tidak puas dengan penampilan saya.				
20.	Saya berupaya memiliki bentuk tubuh yang seindah bentuk tubuh orang yang saya kagumi.				

21	Saya merasa risih ketika orang lain mengomentari penampilan saya.				
22	Saya membutuhkan waktu yang lama untuk berdandan agar terlihat cantik.				
23	Saya berupaya merubah penampilan jika menurut orang lain penampilan saya kurang menarik.				
24	Saya tidak ingin merubah bentuk tubuh saya.				
25	Saya sudah merasa cantik walau pun tidak merubah bentuk tubuh.				
26	Saya melakukan olah raga agar bentuk tubuh saya lebih seksi.				
27	Pendapat orang lain mengenai penampilan saya membuat saya kurang nyaman.				
28	Saya melakukan perawatan kecantikan yang teratur agar tampil lebih menarik.				
29	Semua bagian tubuh saya sangat memuaskan.				
30	Bagi saya tidak perlu merubah bentuk tubuh seperti orang lain.				
31	Saya tidak menggunakan waktu lama untuk tampil cantik sebelum keluar rumah.				
32	Saya tidak memiliki jadwal yang khusus untuk melakukan perawatan tubuh.				
33	Saya merasa senang dengan komentar orang lain mengenai berat badan saya.				
34	Berat badan tidak menjadi masalah buat saya.				

35	Saya puas dengan bentuk tubuh saya.				
36	Saya tidak perlu mempermasalahkan berat badan saya.				
37	Saya tidak akan diet untuk mendapatkan tubuh yang menarik.				
38	Saya rela melakukan segala cara agar terlihat cantik.				
39	Saya bebas memakan apa saja yang saya inginkan.				
40	Saya tidak perlu mengonsumsi produk-produk yang dapat merubah berat badan saya.				
41	Saya menyukai semua bagian tubuh saya.				
42	Saya merasa senang dengan kondisi tubuh saya sekarang.				
43	Saya merasa resah saat orang lain mengomentari kondisi berat badan saya.				
44	Saya tidak suka membandingkan tubuh saya dengan orang lain.				
45	Cara apa pun akan saya tempuh untuk mendapatkan tubuh yang seksi.				
46	Tanpa <i>make up</i> pun saya sudah cantik.				
47	Penampilan saya tidak ada yang perlu dirubah.				
48	Saya tidak suka dengan bagian tertentu dari tubuh saya.				
49	Saya tetap menyukai penampilan saya walau pun orang lain tidak suka.				

50.	Menurut saya bentuk tubuh teman-teman lebih menarik dibandingkan saya.				
51	Makan banyak tidak menjadi masalah bagi saya.				
52	Saya senang dengan penampilan saya sekarang.				
53	Saya tetap bahagia walau pun orang lain bilang bentuk tubuh saya tidak menarik.				
54	Saya mengeluh dengan berat badan saya.				
55.	Saya suka membandingkan tubuh saya dengan orang lain.				
56	Penampilan saya sesuai dengan kondisi <i>trend</i> sekarang.				
57	Saya tidak puas dengan bentuk tubuh saya.				

###Terimakasih atas Kerja Samanya.###

KATEGORIS Penskoran	= 1 - 4	Mean Ideal (Mi)	= $1/2(\text{Max I} + \text{Min I})$	Kategori	Kode	Setara	Rumus	Hitungan	Rentang Skor
SKOR Min Ideal	= 1		= $1/2(4 + 1) = 2,5$	1 Sangat Rendah	SR	Sangat Tidak Sesuai	$X < \text{Mi} - 1,5\text{Sdi}$	$X < 1,75$	1,00 - 1,74
(MEAN) Max Ideal	= 4	Std Deviasi Ideal (Sdi)	= $1/6(\text{Max I} - \text{Min I})$	2 Rendah	R	Tidak Sesuai	$\text{Mi} - 1,5\text{Sdi} \leq X < \text{Mi}$	$1,75 \leq X < 2,5$	1,75 - 2,49
			= $1/6(4 - 1) = 0,5$	3 Tinggi	T	Sesuai	$\text{Mi} \leq X < \text{Mi} + 1,5\text{Sdi}$	$2,5 \leq X < 3,25$	2,50 - 3,24
		1,5 Sdi	= 0,75	4 Sangat Tinggi	ST	Sangat Sesuai	$\text{Mi} + 1,5\text{Sdi} \leq X$	$3,25 \leq X$	3,25 - 4,00
KATEGORIS Penskoran	= 1 - 4			Kategori	Kode	Setara	Rentang Persen		
PERSEN Min Persen	= $1/4 \times 100\%$	= 25%		1 Sangat Rendah	SR	Sangat Tidak Sesuai	25,0 - 43,7%		
(PERSEN) Max Persen	= $4/4 \times 100\%$	= 100%		2 Rendah	R	Tidak Sesuai	43,8 - 62,4%		
Range Persen	= $100 - 25\%$	= 75%		3 Tinggi	T	Sesuai	62,5 - 81,2%		
Lebar Range 4	= $75\%/4$	= 18,8%		4 Sangat Tinggi	ST	Sangat Sesuai	81,3 - 100%		

KATEGORIF Penskoran	= 1 - 4	Mean Ideal (Mi)	= $\frac{1}{2}(\text{Max } i + \text{Min } i)$	Kategori	Kode	Setara	Rumus	Hitungan	Rentang Skor
SKOR Min Ideal	= 1		= $\frac{1}{2}(4 + 1) = 2,5$	1 Sangat Negatif	SK	Sangat Tidak Sesuai	$X < \text{Mi} - 1,5\text{Sdi}$	$X < 1,75$	1,00 - 1,74
(MEAN) Max Ideal	= 4	Std Deviasi Ideal (Sdi)	= $\frac{1}{6}(\text{Max } i - \text{Min } i)$	2 Negatif	K	Tidak Sesuai	$\text{Mi} - 1,5\text{Sd} \leq X < \text{Mi}$	$1,75 \leq X < 2,5$	1,75 - 2,49
			= $\frac{1}{6}(4 - 1) = 0,5$	3 Positif	B	Sesuai	$\text{Mi} \leq X < \text{Mi} + 1,5\text{Sdi}$	$2,5 \leq X < 3,25$	2,50 - 3,24
		1,5 Sdi	= 0,75	4 Sangat Positif	SB	Sangat Sesuai	$\text{Mi} + 1,5\text{Sd} \leq X$	$3,25 \leq X$	3,25 - 4,00
KATEGORIF Penskoran	= 1 - 4			Kategori	Kode	Setara	Rentang Persen		
PERSEN Min Persen	= $\frac{1}{4} \times 100\%$		= 25%	1 Sangat Negatif	SK	Sangat Tidak Sesuai	25,0 - 43,7%		
(PERSEN) Max Persen	= $\frac{4}{4} \times 100\%$		= 100%	2 Negatif	K	Tidak Sesuai	43,8 - 62,4%		
Range Persen	= 100 - 25%		= 75%	3 Positif	B	Sesuai	62,5 - 81,2%		
Lebar Range	= $\frac{75\%}{4}$		= 18,8%	4 Sangat Positif	SB	Sangat Sesuai	81,3 - 100%		

Tabel 1. Distribusi Data

Case Summaries^a

	Kelas	Penerimaan_Diri	Body_Image	Penerimaan_Diri	Body_Image
1	VIII A	162	134	Tinggi	Negatif
2	VIII A	178	174	Tinggi	Positif
3	VIII A	157	164	Tinggi	Positif
4	VIII A	168	165	Tinggi	Positif
5	VIII A	161	151	Tinggi	Positif
6	VIII A	156	156	Tinggi	Positif
7	VIII A	176	184	Tinggi	Positif
8	VIII A	168	168	Tinggi	Positif
9	VIII A	139	133	Tinggi	Negatif
10	VIII A	154	166	Tinggi	Positif
11	VIII A	145	150	Tinggi	Positif
12	VIII A	168	143	Tinggi	Positif
13	VIII A	173	164	Tinggi	Positif
14	VIII B	150	147	Tinggi	Positif
15	VIII B	183	145	Sangat Tinggi	Positif
16	VIII B	165	166	Tinggi	Positif
17	VIII B	140	155	Tinggi	Positif
18	VIII B	164	126	Tinggi	Negatif
19	VIII B	161	192	Tinggi	Sangat Positif
20	VIII B	170	139	Tinggi	Negatif
21	VIII B	183	162	Sangat Tinggi	Positif
22	VIII B	191	147	Sangat Tinggi	Positif
23	VIII B	150	140	Tinggi	Negatif
24	VIII B	191	203	Sangat Tinggi	Sangat Positif

Case Summaries^a

	Kelas	Penerimaan_Diri	Body_Image	Penerimaan_Diri	Body_Image
25	VIII B	175	206	Tinggi	Sangat Positif
26	VIII B	144	150	Tinggi	Positif
27	VIII C	183	195	Sangat Tinggi	Sangat Positif
28	VIII C	167	148	Tinggi	Positif
29	VIII C	176	179	Tinggi	Positif
30	VIII C	162	161	Tinggi	Positif
31	VIII C	165	160	Tinggi	Positif
32	VIII C	166	151	Tinggi	Positif
33	VIII C	172	152	Tinggi	Positif
34	VIII C	184	176	Sangat Tinggi	Positif
35	VIII C	164	167	Tinggi	Positif
36	VIII C	172	174	Tinggi	Positif
37	VIII C	190	144	Sangat Tinggi	Positif
38	VIII C	159	131	Tinggi	Negatif
39	VIII D	180	148	Sangat Tinggi	Positif
40	VIII D	137	144	Rendah	Positif
41	VIII D	199	156	Sangat Tinggi	Positif
42	VIII D	168	163	Tinggi	Positif
43	VIII D	180	163	Sangat Tinggi	Positif
44	VIII D	150	119	Tinggi	Negatif
45	VIII D	171	159	Tinggi	Positif
46	VIII D	155	149	Tinggi	Positif
47	VIII D	178	158	Tinggi	Positif
48	VIII D	143	132	Tinggi	Negatif
49	VIII D	167	175	Tinggi	Positif
50	VIII D	172	189	Tinggi	Sangat Positif

Case Summaries^a

	Kelas	Penerimaan_Diri	Body_Image	Penerimaan_Diri	Body_Image
51	VIII D	175	156	Tinggi	Positif
52	VIII E	192	184	Sangat Tinggi	Positif
53	VIII E	159	156	Tinggi	Positif
54	VIII E	180	165	Sangat Tinggi	Positif
55	VIII E	170	127	Tinggi	Negatif
56	VIII E	179	118	Sangat Tinggi	Negatif
57	VIII E	149	170	Tinggi	Positif
58	VIII E	184	170	Sangat Tinggi	Positif
59	VIII E	188	188	Sangat Tinggi	Sangat Positif
60	VIII E	156	143	Tinggi	Positif
61	VIII E	187	175	Sangat Tinggi	Positif
62	VIII E	151	168	Tinggi	Positif
63	VIII E	147	161	Tinggi	Positif
64	VIII E	179	156	Sangat Tinggi	Positif
65	VIII F	190	170	Sangat Tinggi	Positif
66	VIII F	168	160	Tinggi	Positif
67	VIII F	168	183	Tinggi	Positif
68	VIII F	160	138	Tinggi	Negatif
69	VIII F	152	146	Tinggi	Positif
70	VIII F	173	136	Tinggi	Negatif
71	VIII F	166	169	Tinggi	Positif
72	VIII F	169	154	Tinggi	Positif
73	VIII F	185	171	Sangat Tinggi	Positif
74	VIII F	174	139	Tinggi	Negatif
75	VIII F	174	172	Tinggi	Positif
76	VIII F	174	153	Tinggi	Positif

Case Summaries^a

	Kelas	Penerimaan_Diri	Body_Image	Penerimaan_Diri	Body_Image
77	VIII F	170	166	Tinggi	Positif
78	VIII F	173	159	Tinggi	Positif
79	VIII F	196	185	Sangat Tinggi	Positif
80	VIII G	141	126	Tinggi	Negatif
81	VIII G	142	120	Tinggi	Negatif
82	VIII G	155	156	Tinggi	Positif
83	VIII G	144	154	Tinggi	Positif
84	VIII G	148	110	Tinggi	Negatif
85	VIII G	174	165	Tinggi	Positif
86	VIII G	171	138	Tinggi	Negatif
87	VIII G	129	126	Rendah	Negatif
88	VIII G	148	149	Tinggi	Positif
89	VIII G	157	152	Tinggi	Positif
90	VIII G	170	175	Tinggi	Positif
91	VIII G	164	165	Tinggi	Positif
92	VIII G	159	181	Tinggi	Positif
Total	N	92	92	92	92

Tabel 2. Diskripsi Penerimaan Diri

Descriptive: Penerimaan_Diri

Statistics

Penerimaan_Diri

N	Valid	92
	Missing	0
Mean		166.54
Median		168.00
Mode		168
Std. Deviation		14.952
Variance		223.570
Skewness		-.177
Std. Error of Skewness		.251
Kurtosis		-.445
Std. Error of Kurtosis		.498
Range		70
Minimum		129
Maximum		199

Penerimaan_Diri

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 129	1	1.1	1.1	1.1
137	1	1.1	1.1	2.2
139	1	1.1	1.1	3.3
140	1	1.1	1.1	4.3
141	1	1.1	1.1	5.4
142	1	1.1	1.1	6.5
143	1	1.1	1.1	7.6
144	2	2.2	2.2	9.8
145	1	1.1	1.1	10.9
147	1	1.1	1.1	12.0
148	2	2.2	2.2	14.1
149	1	1.1	1.1	15.2
150	3	3.3	3.3	18.5
151	1	1.1	1.1	19.6
152	1	1.1	1.1	20.7
154	1	1.1	1.1	21.7
155	2	2.2	2.2	23.9
156	2	2.2	2.2	26.1
157	2	2.2	2.2	28.3
159	3	3.3	3.3	31.5
160	1	1.1	1.1	32.6
161	2	2.2	2.2	34.8
162	2	2.2	2.2	37.0
164	3	3.3	3.3	40.2

Penerimaan_Diri

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
165	2	2.2	2.2	42.4
166	2	2.2	2.2	44.6
167	2	2.2	2.2	46.7
168	6	6.5	6.5	53.3
169	1	1.1	1.1	54.3
170	4	4.3	4.3	58.7
171	2	2.2	2.2	60.9
172	3	3.3	3.3	64.1
173	3	3.3	3.3	67.4
174	4	4.3	4.3	71.7
175	2	2.2	2.2	73.9
176	2	2.2	2.2	76.1
178	2	2.2	2.2	78.3
179	2	2.2	2.2	80.4
180	3	3.3	3.3	83.7
183	3	3.3	3.3	87.0
184	2	2.2	2.2	89.1
185	1	1.1	1.1	90.2
187	1	1.1	1.1	91.3
188	1	1.1	1.1	92.4
190	2	2.2	2.2	94.6
191	2	2.2	2.2	96.7
192	1	1.1	1.1	97.8
196	1	1.1	1.1	98.9

Penerimaan_Diri

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
199	1	1.1	1.1	100.0
Total	92	100.0	100.0	

Tabel 3. Diskripsi Citra Tubuh

Descriptive: Body_Image

Statistics

Body_Image

N	Valid	92
	Missing	0
Mean		157.37
Median		157.00
Mode		156
Std. Deviation		19.271
Variance		371.378
Skewness		-.006
Std. Error of Skewness		.251
Kurtosis		.007
Std. Error of Kurtosis		.498
Range		96
Minimum		110
Maximum		206

Body_Image

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	110	1	1.1	1.1	1.1
	118	1	1.1	1.1	2.2
	119	1	1.1	1.1	3.3
	120	1	1.1	1.1	4.3
	126	3	3.3	3.3	7.6
	127	1	1.1	1.1	8.7
	131	1	1.1	1.1	9.8
	132	1	1.1	1.1	10.9
	133	1	1.1	1.1	12.0
	134	1	1.1	1.1	13.0
	136	1	1.1	1.1	14.1
	138	2	2.2	2.2	16.3
	139	2	2.2	2.2	18.5
	140	1	1.1	1.1	19.6
	143	2	2.2	2.2	21.7
	144	2	2.2	2.2	23.9
	145	1	1.1	1.1	25.0
	146	1	1.1	1.1	26.1
	147	2	2.2	2.2	28.3
	148	2	2.2	2.2	30.4
	149	2	2.2	2.2	32.6
	150	2	2.2	2.2	34.8
	151	2	2.2	2.2	37.0
	152	2	2.2	2.2	39.1

Body_Image

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
153	1	1.1	1.1	40.2
154	2	2.2	2.2	42.4
155	1	1.1	1.1	43.5
156	6	6.5	6.5	50.0
158	1	1.1	1.1	51.1
159	2	2.2	2.2	53.3
160	2	2.2	2.2	55.4
161	2	2.2	2.2	57.6
162	1	1.1	1.1	58.7
163	2	2.2	2.2	60.9
164	2	2.2	2.2	63.0
165	4	4.3	4.3	67.4
166	3	3.3	3.3	70.7
167	1	1.1	1.1	71.7
168	2	2.2	2.2	73.9
169	1	1.1	1.1	75.0
170	3	3.3	3.3	78.3
171	1	1.1	1.1	79.3
172	1	1.1	1.1	80.4
174	2	2.2	2.2	82.6
175	3	3.3	3.3	85.9
176	1	1.1	1.1	87.0
179	1	1.1	1.1	88.0
181	1	1.1	1.1	89.1

Body Image

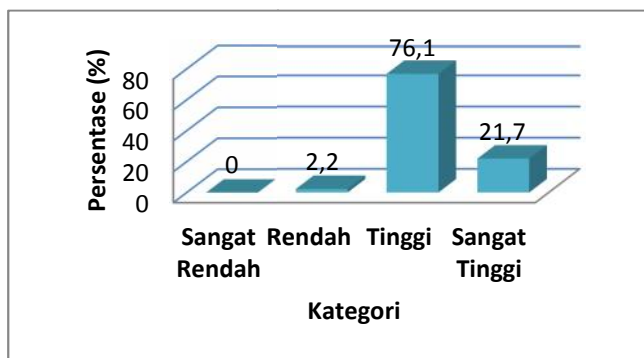
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
183	1	1.1	1.1	90.2
184	2	2.2	2.2	92.4
185	1	1.1	1.1	93.5
188	1	1.1	1.1	94.6
189	1	1.1	1.1	95.7
192	1	1.1	1.1	96.7
195	1	1.1	1.1	97.8
203	1	1.1	1.1	98.9
206	1	1.1	1.1	100.0
Total	92	100.0	100.0	

Tabel 4. Penghitungan Panduan Kategorisasi Penerimaan Diri

Kategori	Rumus*	Hitungan	Rentang Skor
Sangat Rendah	$X < Mi - 1.5S_{di}$	$X < 096,25$	055,00 - 096,24
Rendah	$Mi - 1.5S_{di} < X < Mi$	096,25 $X < 137,50$	096,25 - 137,49
Tinggi	$Mi < X < Mi + 1.5S_{di}$	137,50 $X < 178,75$	137,50 - 178,74
Sangat Tinggi	$Mi + 1.5S_{di} < X$	178,75 X	178,75 - 220,00

Tabel 5. Kategori Penerimaan Diri

No	Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
1	Sangat Rendah	055,00 - 096,24	0	0,0
2	Rendah	096,25 - 137,49	2	2,2
3	Tinggi	137,50 - 178,74	70	76,1
4	Sangat Tinggi	178,75 - 220,00	20	21,7
	Jumlah	--	92	100



Gambar 1. Diagram Balok Distribusi Frekuensi Relatif Penerimaan Diri

Tabel 6. Statistik Deskriptif Data Penerimaan Diri

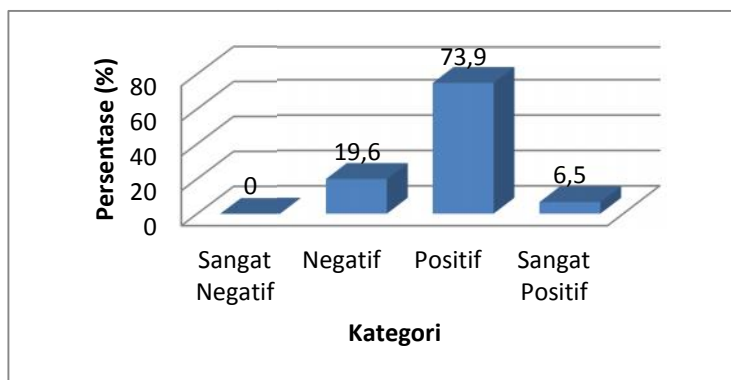
n	Rerata (\bar{Y})	SD (s_y)	Varian (s^2_y)	Modus (Y_{mod})	Median (Y_{med})	Maksimal (Y_{maks})	Minimal (Y_{min})
87	166,54	14,95	223,57	168	168	199	129

Tabel 7. Penghitungan Panduan Kategorisasi Citra Tubuh (*Body Image*)

Kategori	Rumus*	Hitungan	Rentang Skor
Sangat Negatif	$X < Mi - 1.5S_{di}$	$X < 099,75$	057,00 - 099,74
Negatif	$Mi - 1.5S_{di} < X < Mi$	099,75 $X < 142,50$	099,75 - 142,49
Positif	$Mi < X < Mi + 1.5S_{di}$	142,50 $X < 185,25$	142,50 - 185,24
Sangat Positif	$Mi + 1.5S_{di} < X$	185,25 X	185,25 - 228,00

Tabel 8. Kategori Citra Tubuh (*Body Image*)

No	Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase (%)
1	Sangat Negatif	057,00 - 099,74	0	0,0
2	Negatif	099,75 - 142,49	18	19,6
3	Positif	142,50 - 185,24	68	73,9
4	Sangat Positif	185,25 - 228,00	6	6,5
	Jumlah	--	92	100



Gambar 2. Diagram Balok Distribusi Frekuensi Relatif Citra Tubuh (*Body Image*)

Tabel 9. Statistik Deskriptif Data Citra Tubuh (*Body Image*)

<i>n</i>	Rerata (\bar{X})	SD (s_x)	Varian (s^2_x)	Modus (X_{mod})	Median (X_{med})	Maksimal (X_{maks})	Minimal (X_{min})
87	157,37	19,27	371,38	156	157	206	110

Tabel 10. Uji Normalitas

Tests of Normality

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Penerimaan_Diri	Body_Image
N		92	92
Normal Parameters ^a	Mean	166.54	157.37
	Std. Deviation	14.952	19.271
Most Extreme Differences	Absolute	.071	.039
	Positive	.051	.039
	Negative	-.071	-.037
Kolmogorov-Smirnov Z		.685	.372
Asymp. Sig. (2-tailed)		.736	.999

a. Test distribution is Normal.

Tabel 11. Uji Linearitas

Tests for Linearity

Report

Penerimaan_Diri

Body_Image	Mean	N	Std. Deviation
110	148.00	1	.
118	179.00	1	.
119	150.00	1	.
120	142.00	1	.
126	144.67	3	17.786
127	170.00	1	.
131	159.00	1	.
132	143.00	1	.
133	139.00	1	.
134	162.00	1	.
136	173.00	1	.
138	165.50	2	7.778
139	172.00	2	2.828
140	150.00	1	.
143	162.00	2	8.485
144	163.50	2	37.477
145	183.00	1	.
146	152.00	1	.
147	170.50	2	28.991
148	173.50	2	9.192
149	151.50	2	4.950
150	144.50	2	.707
151	163.50	2	3.536

Report

Penerimaan_Diri

Body_Image	Mean	N	Std. Deviation
152	164.50	2	10.607
153	174.00	1	.
154	156.50	2	17.678
155	140.00	1	.
156	170.50	6	17.248
158	178.00	1	.
159	172.00	2	1.414
160	166.50	2	2.121
161	154.50	2	10.607
162	183.00	1	.
163	174.00	2	8.485
164	165.00	2	11.314
165	171.50	4	7.000
166	163.00	3	8.185
167	164.00	1	.
168	159.50	2	12.021
169	166.00	1	.
170	174.33	3	22.143
171	185.00	1	.
172	174.00	1	.
174	175.00	2	4.243
175	174.67	3	10.786
176	184.00	1	.
179	176.00	1	.
181	159.00	1	.

Report

Penerimaan_Diri

Body_Image	Mean	N	Std. Deviation
183	168.00	1	.
184	184.00	2	11.314
185	196.00	1	.
188	188.00	1	.
189	172.00	1	.
192	161.00	1	.
195	183.00	1	.
203	191.00	1	.
206	175.00	1	.
Total	166.54	92	14.952

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Penerimaan_Diri * Body_Image	Between Groups (Combined)	13188.326	56	235.506	1.152	.332
	Linearity	4520.803	1	4520.803	22.110	.000
	Deviation from Linearity	8667.523	55	157.591	.771	.810
	Within Groups	7156.500	35	204.471		
	Total	20344.826	91			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Penerimaan_Diri * Body_Image	.471	.222	.805	.648

Tabel 12. Uji Hubungan

Correlations

Correlations

		Penerimaan_Diri	Body_Image
Penerimaan_Diri	Pearson Correlation	1	.471**
	Sig. (1-tailed)		.000
	N	92	92
Body_Image	Pearson Correlation	.471**	1
	Sig. (1-tailed)	.000	
	N	92	92

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Regression

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Penerimaan_Diri	166.54	14.952	92
Body_Image	157.37	19.271	92

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.471 ^a	.222	.214	13.260

a. Predictors: (Constant), Body_Image

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4520.803	1	4520.803	25.712	.000 ^a
	Residual	15824.023	90	175.822		
	Total	20344.826	91			

a. Predictors: (Constant), Body_Image

b. Dependent Variable: Penerimaan_Diri

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	108.986	11.435		9.531	.000
	Body_Image	.366	.072	.471	5.071	.000

a. Dependent Variable: Penerimaan_Diri

Tabel 13. Tabel silang antara citra tubuh (*body image*) dengan penerimaan diri.

Penerimaan_Diri * Body_Image Crosstabulation

			Body_Image			Total
			Negatif	Positif	Sangat Positif	
Penerimaan_Diri	Rendah	Count	1	1	0	2
		% of Total	1.1%	1.1%	.0%	2.2%
	Tinggi	Count	16	51	3	70
		% of Total	17.4%	55.4%	3.3%	76.1%
	Sangat Tinggi	Count	1	16	3	20
		% of Total	1.1%	17.4%	3.3%	21.7%
Total	Count	18	68	6	92	
	% of Total	19.6%	73.9%	6.5%	100.0%	



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

Alamat : Karangmalang, Yogyakarta 55281
Telp.(0274) 586168 Hunting, Fax.(0274) 540611; Dekan Telp. (0274) 520094
Telp.(0274) 586168 Psw. (221, 223, 224, 295,344, 345, 366, 368,369, 401, 402, 403, 417)



Certificate No. QSC 00687

No. : 2583 /UN34.11/PL/2013
Lamp. : 1 (satu) Bendel Proposal
Hal : Permohonan izin Penelitian

23 April 2013

Yth. Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
Cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan
Setda Provinsi DIY
Kepatihan Danurejan
Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa untuk memenuhi sebagian persyaratan akademik yang ditetapkan oleh Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, mahasiswa berikut ini diwajibkan melaksanakan penelitian:

Nama : Catur Baimi Setyaningsih
NIM : 09104241002
Prodi/Jurusan : Bimbingan dan Konseling/PPB
Alamat : Jl.Iromejan GK III / 667, Klitren , Yogyakarta

Sehubungan dengan hal itu, perkenankanlah kami memintakan izin mahasiswa tersebut melaksanakan kegiatan penelitian dengan ketentuan sebagai berikut:

Tujuan : Memperoleh data penelitian tugas akhir skripsi
Lokasi : SMP N 6 Yogyakarta
Subyek : Remaja Putri di SMP N 6 Yogyakarta
Obyek : Citra Tubuh (Body Image) dan Penerimaan Diri
Waktu : April-Juni 2013
Judul : Hubungan antara Citra Tubuh (Body Image) dengan Penerimaan Diri pada Remaja Putri di SMP N 6 Yogyakarta

Atas perhatian dan kerjasama yang baik kami mengucapkan terima kasih.

Dekan,



Dr. Haryanto, M.Pd.

NIP 19600902 198702 1 001,

Tembusan Yth:

- 1.Rektor (sebagai laporan)
- 2.Wakil Dekan I FIP
- 3.Ketua Jurusan PPB FIP
- 4.Kabag TU
- 5.Kasubbag Pendidikan FIP
- 6.Mahasiswa yang bersangkutan
Universitas Negeri Yogyakarta



**PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIAT DAERAH**

Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)
YOGYAKARTA 55213

SURAT KETERANGAN / IJIN

070/3543/V/4/2013

Membaca Surat : Dekan Fak. Ilmu Pendidikan UNY Nomor : 2583/UN34.11/PL/2013
Tanggal : 23 April 2013 Perihal : Ijin Penelitian

- Mengingat :
1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006, tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
 2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 33 Tahun 2007, tentang Pedoman penyelenggaraan Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Departemen Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
 3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 Tahun 2008, tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah.
 4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

DIIJINKAN untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:

Nama : CATUR BAIMI SETYANINGSIH NIP/NIM : 09104241002
Alamat : KARANGMALANG, YOGYAKARTA
Judul : HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH (BODY IMAGE) DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA PUTRI DI SMP N 6 YOGYAKARTA
Lokasi : YOGYAKARTA Kota/Kab. KOTA YOGYAKARTA
Waktu : 24 April 2013 s/d 24 Juli 2013

Dengan Ketentuan

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan *) dari Pemerintah Daerah DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan soft copy hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Setda DIY dalam compact disk (CD) maupun mengunggah (upload) melalui website adbang.jogjaprov.go.id dan menunjukkan cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuhi cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib mentaati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website adbang.jogjaprov.go.id;
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

Dikeluarkan di Yogyakarta

Pada tanggal 24 April 2013

A.n Sekretaris Daerah

Asisten Perekonomian dan Pembangunan

Ub.

Kepala Biro Administrasi Pembangunan



Tembusan :

1. Yth. Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta (sebagai laporan);
2. Walikota Yogyakarta cq. Dinas Perizinan
3. Ka. Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga DIY
4. Dekan Fak. Ilmu Pendidikan UNY
5. Yang Bersangkutan



SURAT IZIN

NOMOR : 070/1255
0110/34

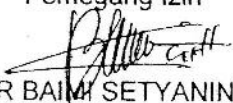
- Dasar : Surat izin / Rekomendasi dari Gubernur Kepala Daerah Istimewa Yogyakarta
Nomor : 070/3543/V/4/2013 Tanggal : 24/04/2013
- Mengingat : 1. Peraturan Daerah Kota Yogyakarta Nomor 10 Tahun 2008 tentang Pembentukan, Susunan, Kedudukan dan Tugas Pokok Dinas Daerah
2. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 85 Tahun 2008 tentang Fungsi, Rincian Tugas Dinas Perizinan Kota Yogyakarta;
3. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 29 Tahun 2007 tentang Pemberian Izin Penelitian, Praktek Kerja Lapangan dan Kuliah Kerja Nyata di Wilayah Kota Yogyakarta;
4. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2011 tentang Penyelenggaraan Perizinan pada Pemerintah Kota Yogyakarta;
5. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor: 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan Pengembangan, Pengkajian dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta;

Dijijinkan Kepada : Nama : CATUR BAIMI SETYANINGSIH NO MHS / NIM : 09104241002
Pekerjaan : Mahasiswa Fak. Ilmu Pendidikan - UNY
Alamat : Kampus Karangmalang, Yogyakarta
Penanggungjawab : Rosita Endang K., M.Si.
Keperluan : Melakukan Penelitian dengan Judul Proposal : HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH (BODY IMAGE) DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA PUTRI DI SMP N 6 YOGYAKARTA

20 April 2013

- Lokasi/Responden : Kota Yogyakarta
Waktu : 24/04/2013 Sampai 24/07/2013
Lampiran : Proposal dan Daftar Pertanyaan
Dengan Ketentuan : 1. Wajib Memberi Laporan hasil Penelitian berupa CD kepada Walikota Yogyakarta (Cq. Dinas Perizinan Kota Yogyakarta)
2. Wajib Menjaga Tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan yang berlaku setempat
3. Izin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Pemerintah dan hanya diperlukan untuk keperluan ilmiah
4. Surat izin ini sewaktu-waktu dapat dibatalkan apabila tidak dipenuhinya ketentuan -ketentuan tersebut diatas
Kemudian diharap para Pejabat Pemerintah setempat dapat memberi bantuan seperlunya

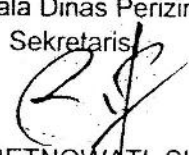
Tanda tangan
Pemegang Izin


CATUR BAIMI SETYANINGSIH

154

Dikeluarkan di : Yogyakarta
pada Tanggal : 24-4-2013

An. Kepala Dinas Perizinan
Sekretaris


ENY RETNOWATI, SH
NIP. 196103031988032004

Tembusan Kepada :

- Yth. 1. Walikota Yogyakarta (sebagai laporan)
2. Ka. Biro Administrasi Pembangunan Setda Prop. DIY
3. Ka. Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta
4. Kepala SMP Negeri 6 Yogyakarta
5. Yth



SURAT KETERANGAN

Nomor : 070 / 251

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : RETNA WURYANINGSIH, SPd
NIP : 19690726 199512 2 003
Pangkat/Gol : Pembina IV/a
Jabatan : Kepala Sekolah

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : CATUR BAIMI SETYANINGSIH
NIM : 09104241002
Jurusan : Fak Ilmu Pendidikan UNY

Telah melakukan penelitian dengan judul proposal : HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH (BODY IMAGE) DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 6 YOGYAKARTA PADA TANGGAL 27 APRIL – 2 MEI 2013.

Demikian keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan seperlunya.

Yogyakarta, 10 Juni 2013

Kepala sekolah



RETNA WURYANINGSIH, SPd

NIP. 19690726 199512 2 003

