

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-ESTEEM* DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
KECENDERUNGAN *BODY DISSATISFACTION* PADA MAHASISWA PSIKOLOGI
UIN SUNAN AMPEL SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1) Psikologi
(S.Psi)



Disusun Oleh:

Nani Priastuti Sukma Dewi (J71218055)

Dosen Pembimbing:

Dr.dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag

NIP. 197209271996032002

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

2022

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Hubungan Antara *Self-esteem* dan Dukungan Sosial dengan Kecenderungan *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, Agustus 2022



Nani Priastuti Sukma Dewi

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Hubungan Antara *Self-esteem* dan Dukungan Sosial dengan Kecenderungan *Body Dissatisfaction*
Pada Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya

Oleh:

Nani Priastuti Sukma Dewi

NIM. J71218055

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, Agustus 2022

Dosen Pembimbing



Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag

NIP.197209271996032002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-ESTEEM* DAN DUKUNGAN SOSIAL
DENGAN KECENDERUNGAN *BODY DISSATISFACTION* PADA
MAHASISWA PSIKOLOGI UIN SUNAN AMPEL SURABAYA**

Disusun oleh:

Nani Priastuti Sukma Dewi
J71218055

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji pada Tanggal 12 Agustus 2022
Mengetahui,



Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si
NIP. 197502032003121002

Susunan Tim Penguji
Penguji I

Dr. dr. Siti Nur Asiyah, M.Ag
NIP. 197209271996032002

Penguji II

Dr. S. Khorriyatul Khotimah, M. Psi, Psikolog
NIP. 197711162008012018

Penguji III

Estri Kusumawati, M.Kes
NIP. 198708042014032003

Penguji IV

Ria Qadariah Arief, M.Kes
NIP. 198703142014032001



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nani Priastuti Sukma Dewi
NIM : J71218055
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi
E-mail address : nanipriastuti@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Hubungan Antara *Self-esteem* dan Dukungan Sosial dengan Kecenderungan *Body Dissatisfaction*
Pada Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 29 September 2022

Penulis

(Nani Priastuti Sukma Dewi)

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dan dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pada mahasiswa psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *likert*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 119 dari total populasi 546 mahasiswa dengan teknik *cluster sampling*. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linier berganda dengan bantuan IBM SPSS Statistic 24. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan secara parsial bahwa terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dissatisfaction* dengan nilai $0,002 < 0,05$, lalu terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction* dengan nilai $0,025 < 0,05$. Nilai dalam pengujian simulasi sebesar 5,668 dengan nilai signifikansinya sebesar $0,004 < 0,05$. Hasil penelitian ini didapatkan sebanyak 8,9% subjek mengalami kecenderungan *body dissatisfaction* dikarenakan faktor kurangnya tingkat *self-esteem* dan dukungan sosial. Dengan demikian hipotesis penelitian ini diartikan semakin tinggi *self-esteem* dan dukungan sosial maka semakin rendah kecenderungan *body dissatisfaction*.

Kata Kunci : *Self-esteem, Dukungan Sosial, Kecenderungan Body Dissatisfaction*

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-esteem and social support with a tendency to body dissatisfaction in psychology students at UIN Sunan Ampel Surabaya. This research is a type of correlational quantitative research. The data collection tool in this study used a Likert scale. Subjects in this study found 119 of the total population of 546 students with cluster sampling technique. Hypothesis testing in this study using multiple linear regression analysis with the help of IBM SPSS Statistic 24. The results in this study partially show that there is a relationship between self-esteem and a tendency to body dissatisfaction with a value of $0.002 < 0.05$, then there is a relationship between social support and a tendency body dissatisfaction with a value of $0.025 < 0.05$. The value in the simulation test is 5.668 with a significance value of $0.004 < 0.05$. The results of this study found that 8.9% of subjects experienced a tendency to body dissatisfaction due to lack of self-esteem and social support. Thus, the hypothesis of this research is that the higher the self-esteem and social support, the lower the tendency for body dissatisfaction.

Keywords: Self-esteem, Social Support, Tendency of Body Dissatisfaction

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	vi
INTISARI	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Keaslian Penelitian	9
D. Tujuan Penelitian	11
E. Manfaat Penelitian	12
F. Sistematika Pembahasan	13
BAB II KAJIAN PUSTAKA	15
A. Kecenderungan <i>Body Dissatisfaction</i>	15
1. Pengertian <i>Body Dissatisfaction</i>	15
2. Aspek-aspek <i>Body Dissatisfaction</i>	16
3. Faktor-faktor <i>Body Dissatisfaction</i>	18
B. <i>Self-esteem</i>	19
1. Pengertian <i>Self-Esteem</i>	19
2. Aspek-aspek <i>Self-Esteem</i>	20
3. Faktor-faktor <i>Self-Esteem</i>	22
C. Dukungan Sosial	24
1. Pengertian Dukungan Sosial	24
2. Aspek-aspek Dukungan Sosial	25
3. Faktor-faktor Dukungan Sosial	27
D. Hubungan Antara <i>Self-esteem</i> dan Dukungan Sosial dengan Kecenderungan <i>Body Dissatisfaction</i>	28
E. Kerangka Teoritik	30
F. Hipotesis	34
BAB III METODE PENELITIAN	35

A. Rancangan Penelitian.....	35
B. Identifikasi Variabel.....	35
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	36
D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	37
1. Populasi	37
2. Sampel.....	38
3. Teknik Sampling	39
E. Instrumen Penelitian	39
1. Instrument Penelitian Variabel <i>Self-esteem</i> (X1).....	40
2. Instrument Penelitian Variabel Dukungan Sosial (X2).....	44
3. Instrument Penelitian Variabel Kecenderungan <i>Body Dissatisfaction</i>	49
F. Analisis Data.....	52
4. Uji Prasyarat.....	53
a. Uji Normalitas	53
b. Uji Linieritas	54
c. Uji Multikolinieritas	56
d. Uji Heteroskedastisitas	57
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	59
A. Hasil Penelitian	59
1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	59
2. Deskripsi Hasil Penelitian	60
a. Deskripsi Subjek.....	60
b. Deskripsi Statistik Data Responden	63
B. Pengujian Hipotesis	68
1. Hubungan antara <i>self-esteem</i> dan dukungan sosial dengan kecenderungan <i>body dissatisfaction</i>	68
2. Hubungan kedua variabel X secara bersama-sama dengan variabel Y.....	70
C. Pembahasan.....	71
BAB V PENUTUP	77
A. Kesimpulan	77
B. Saran	79
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN.....	86

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Populasi Penelitian.....	37
Tabel 2 Sampel Penelitian	38
Tabel 3 Blue Print Self-esteem	41
Tabel 4 Uji Validitas Skala <i>Self-esteem</i>	42
Tabel 5 Blueprint Skala Self-esteem Setelah Uji Validitas	43
Tabel 6 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Self-esteem</i>	44
Tabel 7 Blue Print Skala Dukungan Sosial	45
Tabel 8 Hasil Uji Validitas Dukungan Sosial	47
Tabel 9 Blueprint Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Validitas	48
Tabel 10 Hasil Uji Reliabilitas Dukungan Sosial	48
Tabel 11 Blue Print Skala Kecenderungan <i>Body Dissatisfaction</i>	50
Tabel 12 Uji Validitas Skala Kecenderungan <i>Body Dissatisfaction</i>	51
Tabel 13 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecenderungan <i>Body Dissatisfaction</i>	52
Tabel 14 Uji Normalitas Variabel.....	53
Tabel 15 Hasil Uji Linieritas <i>Self-esteem</i> dengan Kecenderungan <i>Body Dissatisfaction</i>	55
Tabel 16 Hasil Uji Linieritas Dukungan Sosial dengan Kecenderungan <i>Body Dissatisfaction</i>	55
Tabel 17 Hasil Uji Multikolinieritas	56
Tabel 18 Deskriptif Subjek Berdasarkan Usia	60
Tabel 19 Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin	61
Tabel 20 Deskripsi subjek berdasarkan angkatan	62
Tabel 21 Deskripsi Data.....	63
Tabel 22 Hasil Mean Hipotetik.....	64
Tabel 23 Deskripsi Statistik Data Responden.....	65
Tabel 24 Rumus Kategorisasi Nilai	66
Tabel 25 Kategorisasi Variabel X1, X2, Y	66
Tabel 26 Hasil Uji T	69
Tabel 27 Hasil Uji F.....	70
Tabel 28 Model Summary	71

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Hasil Survey Sementara.....	7
Gambar 2 Output Grafis <i>Scatterplots</i>	58



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hal pertama yang dinilai oleh orang lain adalah penampilan fisik seseorang, penilaian tersebut akan mempengaruhi individu ketika menilai dirinya sendiri. Tidak hanya wanita, pria juga akan memperhatikan penampilan fisiknya. Mendapatkan bentuk tubuh ideal adalah idaman setiap individu, terutama wanita. Wanita memiliki perhatian lebih besar terhadap penampilannya, sebagian wanita mempercantik dan memperindah diri dengan berbagai cara. Hal tersebut dipicu oleh beberapa faktor seperti budaya *first impression*, media sosial, iklan produk kecantikan, model atau artis serta standar kecantikan di masyarakat. Sebagian wanita menyebutkan tidak senang dengan bentuk tubuh yang dimilikinya atau disebut dengan *body dissatisfaction* karena adanya pandangan negatif terhadap bentuk tubuhnya.

Salah satu permasalahan kesehatan mental yang cukup serius adalah *body dissatisfaction*, beberapa bukti menjelaskan bahwa di banyak negara wanita mengalami *body dissatisfaction*. Ketidakpuasan terhadap tubuh atau citra tubuh merupakan cara evaluasi negatif terhadap ukuran, bentuk, otot dan berat badan yang dirasa berbeda dengan tubuh ideal yang diharapkan (Arshuha, 2019). Standar kecantikan perempuan ideal di masyarakat yaitu perempuan yang memiliki tubuh langsing, hal tersebut menyebabkan tidak

sedikit perempuan merasa tidak puas dengan berat badan dan bentuk tubuhnya yang menjadi pemicu mereka untuk melakukan segala usaha agar mendapatkan standar ideal tersebut (Mumford & Coundry, 2000).

Salah satu dampak dari *body dissatisfaction* yang dialami oleh individu dengan berat badan berlebih akan membuat dirinya menghindari aktivitas sosial ketika mengalami penambahan berat badan dari sebelumnya, sehingga mengalami kecemasan serta depresi ketika orang lain berkomentar negatif tentang berat badannya. (Grogan, 1998). Hurlock (2002) menjelaskan perempuan yang berada di usia dewasa awal seringkali membandingkan dirinya dengan perempuan lain. Pada perempuan usia dewasa awal, penampilan fisik yang lebih menarik merupakan salah satu tugas perkembangan untuk memperoleh status sosial yang lebih tinggi.

Tidak sedikit mahasiswa yang merasa bentuk tubuh atau berat badannya tidak sesuai dengan standart ideal yang diinginkannya. Banyak mahasiswa khususnya mahasiswi perempuan merasa tidak percaya diri atau minder terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya, tidak sedikit mahasiswi yang membandingkan bentuk tubuh atau berat badannya dengan mahasiswi lain yang dianggap mempunyai bentuk tubuh ideal. Hal tersebut dibuktikan oleh Herawati yang melakukan penelitian di Jakarta pada tahun 2003 (dalam Kartikasari, 2013) yang menjelaskan sebanyak 40% perempuan berusia 18-25 tahun mengalami *body dissatisfaction* dalam kategori sedang. Sedangkan pada tahun 2010 survei yang dilakukan oleh majalah *Gadiz* menunjukkan hasil dari

4000 remaja perempuan, hanya 19% yang merasa puas dengan tubuhnya namun 81% sisanya merasa tidak puas (Ellen & Sari, 2013).

Selain perempuan, laki-laki juga dapat merasakan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya. Gambaran tubuh ideal yang dimunculkan dalam iklan seperti penampilan fisik yang berotot dengan citra atraktif dan maskulin menjadipendukung terjadinya *body dissatisfaction* pada laki-laki dikarenakan banyak remaja laki-laki yang merasa bentuk tubuhnya tidak sesuai dengan ekspektasi tubuh ideal dalam perspektif budaya iklan yang dipercaya oleh masyarakat (Kurnia, 2004). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ricciardelli (dalam Lawler, 2011) menjelaskan bahwa *body dissatisfaction* atau ketidakbahagiaan subjektif dengan beberapa aspek penilaian seseorang menjadi perhatian umum pada 30% anak laki-laki dan 60% pada anak perempuan yang mengatakan bahwa adanya keinginan untuk mengubah bentuk atau ukuran badan mereka.

Seseorang dengan *body dissatisfaction* memiliki kepuasan hidup yang rendah serta harga diri yang rendah. Sejalan dengan pendapat Secord dan Jourard (dalam Grogan, 2008) yang mengatakan bahwa kepuasan individu terhadap tubuhnya sangat berhubungan dengan harga diri. *Self-esteem* (harga diri) sangat dipengaruhi oleh persepsi negatif dari individu yang berhubungan dengan berat badan dan bentuk tubuh (Daley dkk, 2008). Dalam pengembangan citra tubuh yang positif, *self-esteem* memiliki peran yang

penting karena tubuh menurut pandangan individu lain merupakan hal pertama yang dinilai dalam kontak sosial.

Self-esteem merupakan salah satu sifat dan norma moral yang dibawa oleh Islam yang dikenal dengan akhlak. Kesadaran akan *self-esteem* tampak dalam sikap menuntut kebaikan dan menjauhi kejahatan, bebas dari pengaruh hawa nafsu dan tidak terbelenggu oleh syahwat-syahwat duniawi. Sifat-sifat seperti itulah yang mengangkat manusia ke tingkat yang layak sebagai makhluk Allah SWT yang termulia, sedangkan sifat-sifat dan tingkah laku yang bertentangan dengan sifat tersebut akan menurunkan derajat manusia dari tingkatnya yang termulia ke tingkat makhluk Allah SWT yang rendah (Hanum, et.al., 2014). Allah SWT berfirman :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya : “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang beriman.” (Q.S. Ali Imran (3): 139)

Maksud dari ayat tersebut adalah manusia yang paling tinggi derajatnya di mata Allah SWT adalah orang-orang yang beriman.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Oden (dalam Nindita, 2018) faktor sosial merupakan salah satu faktor terbentuknya *body dissatisfaction*. Orang tua, teman, keluarga merupakan lingkungan sosial. Peran keluarga dan orang tua tentu saja sangat penting dalam perkembangan

dan penyesuaian diri. Peran serta dukungan dari keluarga tentu saja berpengaruh bagi pandangan seorang individu atau mahasiswa dalam memandang dirinya sendiri. Tidak hanya keluarga dan orang tua, teman juga dapat mempengaruhi seseorang berpikir mengenai bentuk tubuh idealnya. Dukungan yang diterima individu dari teman sebaya akan memberikan respon positif pada seseorang yang mengalami *body dissatisfaction*. Dukungan tersebut dapat berupa nasehat atau penilaian positif yang dapat membantu individu untuk tidak berpikiran negatif tentang bentuk tubuhnya. Sehingga dukungan sosial sangatlah penting karena dapat mengarahkan individu berpikir atau menilai positif.

Dukungan yang diberikan kepada individu termasuk kegiatan tolong menolong, tolong menolong tidak harus mendermakan harta benda dan tenaga saja, namun memberikan dukungan kepada yang memerlukan dukungan termasuk perbuatan menolong. Sebagaimana yang tercantum dalam surat Al-Maidah Ayat 2 sebagai berikut:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ ۗ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۗ إِنَّ اللَّهَ

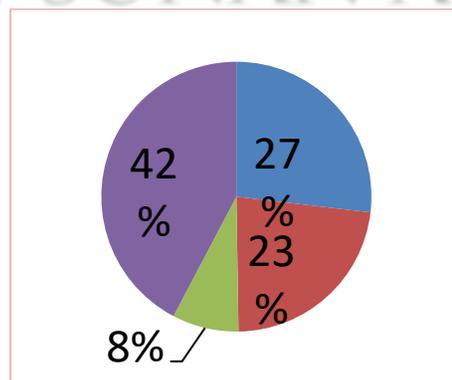
شَدِيدُ الْعِقَابِ ﴿٢﴾

Artinya : *“Dan tolong menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebaikan dan takwa, dan jangan tolong menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah, sesungguhnya Allah amat berat siksa-Nya”*.

Dampak *body dissatisfaction* sangat luas dan berbahaya, sejumlah penelitian mengatakan sebagian besar dampak *body dissatisfaction* sangat dipengaruhi oleh teori feminis yang menunjukkan bahwa *body dissatisfaction* dikaitkan dengan kecemasan sosial, rasa malu akan tubuhnya, berkurangnya keintiman seksual, depresi dan perasaan yang merusak kepercayaan diri, mengurangi harga diri dan mengurangi kualitas hidup (Forbes, 2012). Variasi ketidakpuasan tubuh juga terkait dengan status berat badan menurut kelompok etnis juga telah diteliti oleh sebagian ahli. Pengaruh etnisitas pada *body dissatisfaction* sangat kompleks dan berhubungan dengan faktor lain seperti pengaruh sosial, media dan teman sebayanya (Pallan, 2011). Penelitian ini menjadi penting karena *body dissatisfaction* yang tidak teratasi bisa menjadi masalah serius bagi mahasiswa. Karena semakin mahasiswa merasakan adanya kecenderungan *body dissatisfaction* dalam dirinya maka ia akan merasakan kecemasan sosial dan tidak ingin berinteraksi dengan lingkungan sosialnya karena rasa malu akan tubuhnya.

Dari beberapa penelitian dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* merupakan salah satu faktor terjadinya *body dissatisfaction*. Semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki oleh seseorang maka semakin rendah *body dissatisfaction* yang dimilikinya begitu sebaliknya. Selain itu, dukungan sosial juga berhubungan dengan *body dissatisfaction* karena semakin rendah dukungan sosial yang dimiliki maka semakin tinggi kecenderungan *body dissatisfaction* yang di alami pada mahasiswa.

Peneliti melakukan survei pada 37 orang mahasiswa/i UIN Sunan Ampel Surabaya dari berbagai fakultas yang berusia 19-23 tahun, pada fakultas Psikologi dan Kesehatan memiliki responden sebanyak 75,6%. Dari survei tersebut peneliti mendapatkan hasil bahwa sebanyak 59,5% responden merasa tidak puas dengan ukuran tubuhnya. Sebanyak 62,2% responden membandingkan dirinya dengan orang lain yang memiliki penampilan lebih menarik. Sebanyak 54,1% responden merasa tidak puas dengan kondisi tubuhnya sekarang. Sebanyak 67,6% responden merasa bahwa dirinya tidak sepiantar orang lain. Sebanyak 75,7% responden merasa kurang puas dengan berat badannya. Responden yang merasa khawatir akan penilaian orang lain tentang dirinya yaitu sebanyak 64,9% . 56,8% responden merasa bahwa dirinya kurang menarik. Dan sebanyak 67,6% responden membandingkan dirinya dengan orang lain yang berpenampilan lebih menarik. Dapat disimpulkan bahwa dari 37 responden merasa adanya kecenderungan *body dissatisfaction* pada dirinya.



Gambar 1 Hasil Survey Sementara

Dari 37 responden sebanyak 29 orang berasal dari prodi psikologi, hasil dari survey tersebut pada mahasiswa psikologi yaitu sebanyak 27% mahasiswa merasa puas dengan tubuhnya, sebanyak 23% membandingkan bentuk tubuhnya dan merasa dirinya kurang menarik, lalu sebanyak 8% merasa khawatir akan pandangan orang lain tentang dirinya dan sebanyak 42% merasa tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimilikinya. Dapat disimpulkan bahwa dari 29 mahasiswa psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya sebanyak 42% merasa adanya kecenderungan *body dissatisfaction*.

Berdasarkan permasalahan yang ada serta mengkaji beberapa fenomena tentang kecenderungan *body dissatisfaction*, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian serta pembahasan lebih dalam mengenai “Hubungan *Self-Esteem* dan Dukungan Sosial dengan Kecenderungan *Body Dissatisfaction* Pada mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya”.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *Body Dissatisfaction* pada mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya?
2. Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan *Body Dissatisfaction* pada mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya?

3. Apakah terdapat hubungan antara *Self-esteem* dan Dukungan Sosial dengan kecenderungan *Body Dissatisfaction* pada mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya?

C. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini berdasarkan pada beberapa kajian riset terdahulu yang telah mengkaji kecenderungan *body dissatisfaction* dengan pemilihan variabel yang berbeda-beda antara satu peneliti dengan peneliti lain. Berikut adalah acuan kajian riset terdahulu yang membahas *body dissatisfaction*:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Nursyaifuddin (2016), memiliki hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ada pengaruh bersama-sama dari perbandingan sosial, *self-esteem*, dan *thin ideal internalization* terhadap *body dissatisfaction* pada ibu di Jakarta Selatan sebesar 47,4% serta hasil hipotesis yang menunjukkan pengaruh yang signifikan.
2. Nindita (2018) melakukan penelitian yang menunjukkan hasil terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan *body dissatisfaction* pada remaja awal putri, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah *body dissatisfaction* yang dimiliki.
3. Penelitian oleh Hastuti (2018), memiliki hasil bahwa *social comparison* dan *self esteem* secara bersama-sama mempengaruhi

body dissatisfaction sebesar 0,016 dengan nilai signifikan 0,007 ($p < 0,05$).

4. Penelitian oleh Juanita (2016), menunjukkan hasil terdapat hubungan yang signifikan antara *locus of control* internal dan dukungan sosial dengan ketidakpuasan bentuk tubuh pada wanita dewasa awal anggota pusat kebugaran RPM *Body Fitness* Surakarta dengan nilai F hitung = 4,421 dan nilai $p = 0,019$ ($p < 0,05$).
5. Prameswari (2020) melakukan penelitian yang memiliki hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif perbandingan sosial mengenai penampilan fisik terhadap ketidakpuasan tubuh pada remaja akhir dengan nilai korelasi (R) sebesar 0,561 dan koefisien determinasi (*R Square*) = 0,315 serta nilai signifikan = 0,000 ($p < 0,05$). Dapat diartikan semakin tinggi perbandingan sosial maka semakin tinggi ketidakpuasan bentuk tubuh begitu sebaliknya.
6. Penelitian yang dilakukan oleh Sunartio dkk (2012) menunjukkan hasil adanya hubungan positif yang signifikan antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* pada wanita dewasa awal ($r = 0,636$, $p < 0,05$). Sehingga semakin sering wanita dewasa awal membandingkan bentuk tubuhnya dengan wanita lain, maka semakin tinggi *body dissatisfaction* yang dialaminya.

7. Penelitian yang diteliti oleh Abdolazimi & Niknam (2019) yang memiliki hasil penelitian menunjukkan bahwa ACT meningkatkan persepsi dukungan sosial dan komponennya, termasuk dukungan keluarga, dukungan dari teman dan orang penting pada lansia.
8. Pratiwi & Sawitri (2020), memiliki hasil penelitian yang menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan terhadap ketidapuasan pada tubuh dengan harga diri, sebagian besar subjek penelitian memiliki ketidakpuasaan tubuh yang rendah dan harga diri yang tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa anggota Pusat Kebugaran Moethya memiliki harga diri yang tinggi dan ketidapuasan pada tubuh rendah.

Pada beberapa penelitian sebelumnya terdapat kesamaan variabel dan subjek yang digunakan. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terdapat pada variabel kecenderungan *body dissatisfaction* yang digunakan sebagai variabel y (variabel terikat) dan subjek penelitian yang digunakan yaitu mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018-2021 Uin Sunan Ampel Surabaya.

D. Tujuan Penelitian

1. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pada mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

2. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pada mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.
3. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dan dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pada mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki dua manfaat penelitian yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis yang dijelaskan seperti berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a) Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membantu untuk mencegah timbulnya *body dissatisfaction* pada mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.
- b) Penelitian ini bisa digunakan sebagai bahan untuk menambah informasi bagi penelitian selanjutnya tentang kecenderungan *body dissatisfaction*.
- c) Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap penelitian lain yang berhubungan dengan *self-esteem*, dukungan sosial, dan kecenderungan *body dissatisfaction*.

2. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa memberikan penjelasan atau gambaran mengenai apa saja penyebab dari terjadinya *body dissatisfaction*

atau terbentuknya *body dissatisfaction* pada mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

F. Sistematika Pembahasan

Dalam penelitian ini, peneliti membagi pembahasan menjadi lima bab yang masing-masing dibagi ke dalam anak bab secara keseluruhan yang membahas tentang “Hubungan Antara *Self-esteem* dan Dukungan Sosial dengan Kecenderungan *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya”.

Pada bab 1 membahas tentang latar belakang permasalahan yang diangkat berkaitan dengan kecenderungan *body dissatisfaction*, *self-esteem* dan dukungan sosial. Kemudian dilanjutkan dengan rumusan masalah, keaslian penelitian, tujuan dan manfaat penelitian serta sistematika pembahasan dalam penelitian ini.

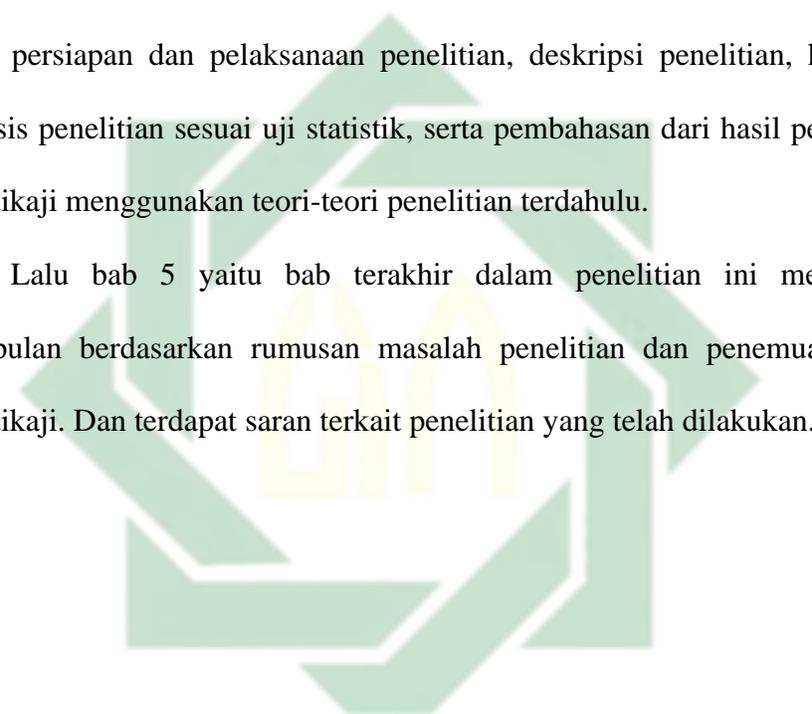
Lalu bab 2 dalam penelitian ini menjelaskan teori-teori dari berbagai sumber referensi yang digunakan sebagai kajian pustaka. Teori yang diuraikan dalam bab ini yaitu mengenai *self-esteem*, dukungan sosial dan kecenderungan *body dissatisfaction*. Dalam teori tersebut meliputi definisi, aspek-aspek, dan faktor-faktor yang mempengaruhi. Sehingga tersusun kerangka teoritik penelitian dan menghasilkan hipotesis penelitian.

Pada bab 3 membahas tentang metode penelitian yang terdiri dari rancangan penelitian, definis operasional, variabel yang diteliti, populasi,

sampel dan teknik sampling yang digunakan. Lalu terdapat instrumen penelitian serta uji prasyarat dan analisis data dari hasil penelitian.

Bab 4 menjelaskan hasil yang diperoleh selama penelitian dilakukan dan hasil uji hipotesis serta pembahasannya. Pada bab ini juga dijelaskan terkait persiapan dan pelaksanaan penelitian, deskripsi penelitian, hasil uji hipotesis penelitian sesuai uji statistik, serta pembahasan dari hasil penelitian yang dikaji menggunakan teori-teori penelitian terdahulu.

Lalu bab 5 yaitu bab terakhir dalam penelitian ini membahas kesimpulan berdasarkan rumusan masalah penelitian dan penemuan yang telah dikaji. Dan terdapat saran terkait penelitian yang telah dilakukan.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kecenderungan *Body Dissatisfaction*

1. Pengertian *Body Dissatisfaction*

Individu yang mulai merasa mengalami ketidakpuasan tubuh dikarenakan pengalaman tidak puas terhadap citra tubuhnya yang merasa adanya ketidaksesuaian atau kesenjangan antara bentuk tubuh yang dimilikinya dengan bentuk tubuh idealnya (Arshuha & Amalia, 2019). Sumali, dkk (2008) menjelaskan *body dissatisfaction* merupakan pandangan subjektif terhadap tubuhnya yang berkaitan dengan pendapat orang lain serta hingga berapa baik bentuk badannya disesuaikan dengan persepsi –persepsi tersebut.

Asih & Setiasih (2004) berpendapat *body dissatisfaction* adalah pikiran individu pada penilaian negatif dan perasaan malu terhadap penampilan fisik ketika berada dilingkungan sosial. Adlard (2006) juga menjelaskan bahwa *body dissatisfaction* adalah persepsi yang berbeda antar individu tentang ukuran tubuh ideal dengan ukuran tubuh yang dimiliki, yang dapat berupa perasaan ketidakpuasan dengan ukuran bentuk tubuhnya.

Shroff *et al.* (2009), menjelaskan bahwa ketidakpuasan tubuh (*body dissatisfaction*) merupakan ketidakpuasan seseorang terhadap

aspek-aspek pada tubuhnya, seperti aspek kognitif, aspek afektif dan aspek perilaku.

Dari beberapa pendapat diatas bisa disimpulkan bahwa *body dissatisfaction* adalah persepsi negatif dan perasaan malu individu terhadap bentuk tubuh yang dimiliki dibandingkan dengan bentuk tubuh idealnya.

2. Aspek-aspek Body Dissatisfaction

Rosen & Reiter (1995), menjelaskan ada beberapa aspek *body dissatisfaction* diantaranya :

1) Penilaian negatif terhadap bentuk tubuh

Ketika individu mulai mengalami *body dissatisfaction* maka ia akan menilai bentuk tubuhnya secara negatif, baik bagian-bagian tertentu tubuhnya maupun secara keseluruhan. Individu yang merasa tidak nyaman dengan bentuk tubuhnya akan membandingkan bentuk tubuhnya dengan orang lain yang bentuk tubuhnya ideal.

2) Perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada dilingkungan sosial

Individu akan merasa malu terhadap bentuk tubuhnya ketika bertemu dan berada di lingkungan sosial yang disebabkan oleh perasaan bahwa orang lain selalu memperhatikan penampilannya.

3) *Body Checking*

Memeriksa kondisi fisik atau pengecekan yang dilakukan individu ketika mengalami *body dissatisfaction* seperti menimbang berat badan dan melihat tampilan bentuk tubuh di depan cermin.

4) Kamufase tubuh

Kamufase yang dilakukan seperti menyamarkan bentuk tubuh dari keadaan yang sesungguhnya, hal tersebut dilakukan untuk menenangkan hati.

5) Penghindaran aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain

Individu akan sering merasa malas untuk mengikuti aktivitas sosial yang berhubungan dengan orang lain karena tidak percaya diri dengan bentuk tubuhnya dan menarik diri dari aktivitas sosial.

Menurut Shroff *et al.*, (2009), *body dissatisfaction* dalam pengukurannya dapat diasosiasikan dengan 3 kategori yaitu:

- a) Komponen afektif, yaitu perasaan dan emosi individu terhadap penampilan dan bentuk fisiknya. Individu yang mengalami *body dissatisfaction* akan mengalami perasaan negatif terhadap bentuk tubuhnya atau dapat dikatakan tidak menyukai bentuk tubuhnya.
- b) Komponen kognitif, persepsi dan pemikiran individu tentang penampilan tubuhnya. Pada komponen ini, informasi dan pengetahuan yang berkaitan dengan citra tubuh disimpan dan diproses. Informasi tersebut berupa pengetahuan mengenai bentuk

dan ukuran tubuh yang dimilikinya dengan bentuk tubuh yang dianggap negatif atau positif lingkungan sosial.

- c) Komponen perilaku, komponen yang muncul berdasarkan pengaruh dari komponen kognitif dan afektif. Komponen ini menitikberatkan penghindaran situasi yang menyebabkan individu mengalami ketidaknyamanan tentang penampilan fisik.

3. Faktor-faktor Body Dissatisfaction

Menurut Wertheim dan Paxton (dalam Cash & Smolak, 2011) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *body dissatisfaction* yaitu:

- a. Faktor biologis dan fisik, ketidakpuasan pada tubuh berkembang karena pikiran individu ketika bentuk atau karakteristik tubuh tidak sesuai dengan pandangan masyarakat.
- b. Pengaruh sosial dan sosiokultural, pengaruh sosiokultural seperti media, orang tua dan teman sebaya menjadi faktor terbentuknya ketidakpuasan tubuh. Dukungan sosial seperti peran teman dan orang tua sangat mempengaruhi pola pikir individu. Individu yang mendapatkan dukungan baik dari teman atau orang tua akan memandang positif tubuh yang dimiliki.

Brehm (dalam Kartikasari, 2013) menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi *body dissatisfaction* adalah:

- a. Rasa tidak puas yang mendalam terhadap kehidupan dan diri sendiri

Tingkat kepuasan terhadap bentuk tubuh diasosiasikan dengan tingkat *self-esteem* yang tinggi, ahli citra tubuh menjelaskan bahwa ketidakpuasan terhadap tubuh terutama jika diikuti dengan adanya perasaan benci terhadap tubuhnya merupakan salah satu ekspresi dari *self-esteem* yang rendah.

- b. Rasa percaya diri yang kurang

Wanita dengan rasa percaya diri yang rendah akan mengalami ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh.

- c. *First impression culture*

Lingkungan seringkali menilai individu berdasarkan pakaian, cara berjalan, cara berbicara, dan tampilan fisik.

B. *Self-esteem*

1. Pengertian *Self-Esteem*

Rosenberg (dalam Amalia, 2014) berpendapat bahwa *self-esteem* adalah totalitas perasaan dan pikiran individu mengenai dirinya sebagai objek. Coopersmith (dalam Wardani, 2009) menyatakan bahwa *self-esteem* adalah evaluasi yang dimiliki individu terkait penerimaan diri, dari evaluasi tersebut dapat dilihat bagaimana penilaian individu terhadap diri sendiri, pengakuan bahwa dirinya mempunyai kemampuan atau tidak, dan sebagainya.

Paul J. Centi (dalam Rohmah, 2014) mendefinisikan *self-esteem* (harga diri) sebagai perasaan suka atau tidak suka terhadap dirinya sendiri serta bagaimana individu merasadirinya berharga atau tidak berharga. Individu yang merasa duka dengan keadaan dirinya memiliki harga diri yang tinggi (*high self-esteem*), sedangkan individu yang tidak suka dengan keadaan dirinya memiliki harga diri yang rendah (*low self-esteem*) dan merasa bahwa dirinya tidak berguna, tidak berharga serta tidak layak dicintai.

Heartherton dan Polivy (dalam Nursyaifuddin, 2016) mendefinisikan *self-esteem* sebagai penilaian individu terhadap keberhargaan yang diekspresikan melalui tingkah laku yang ditunjukkan pada dirinya sendiri. Penilaian tersebut dapat berupa penerimaan atau penolakan terhadap dirinya yang mengindikasikan sejauh mana individu tersebut memiliki kepercayaan akan kemampuan, kesuksesan serta rasa berharga terhadap dirinya sendiri.

Berdasarkan beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* adalah penilaian atau persepsi individu tentang bagaimana menilai bahwa dirinya berharga atau tidak yang dapat membentuk sikap atau perilaku negatif atau positif terhadap dirinya sendiri.

2. Aspek-aspek *Self-Esteem*

Coopersmith (dalam Wardani, 2009) menjelaskan beberapa aspek *self-esteem* yang meliputi:

1) Kekuasaan (*Power*)

Kekuasaan yang dimaksud adalah kemampuan untuk mengatur dan mengontrol tingkahlaku orang lain. Yang ditandai oleh pengakuan dan rasa hormat yang diterima individu dari orang lain serta besarnya sumbangan dari pendapat dan kebenarannya.

2) Keberartian (*Significance*)

Kepedulian dan afeksi yang diterima individu dari orang lain, berupa penghargaan dan minat orang lain sebagai tanda penerimaan serta popularitasnya. Keadaan tersebut ditandai oleh perhatian, keikutsertaan, kehangatan, dan rasa suka orang lain terhadapnya.

3) Kebajikan (*Virtue*)

Merupakan ketaatan atau mengikuti standar moral dan etika. Ditandai oleh ketaatan agar menjauhi tingkah laku yang harus dihindari serta melakukan yang diharuskan oleh moral, etika dan agama.

4) Kemampuan (*Competence*)

Memiliki arti sukses dalam memenuhi tuntutan prestasi yang ditandai dengan keberhasilan individu dalam mengerjakan berbagai tugas atau pekerjaan dengan baik dari level tertinggi dan usia yang berbeda.

Menurut Heatherton dan Polivy (1991) dimensi *self-esteem* dapat dikelompokkan menjadi 3 komponen utama yaitu:

- a) *Performance self-esteem*, yaitu berupa kompetensi umum yang dimiliki individu meliputi kemampuan intelektual, performa hasil sekolah, kapasitas diri, rasa percaya diri, *self efficacy* serta *self agency*.
- b) *Social self-esteem*, yaitu bagaimana kepercayaan individu terhadap pandangan orang lain menurut mereka. Ketika oranglain atau *significant others* menghargai mereka maka akan memiliki *social self-esteem* yang tinggi. Individu yang memiliki *social self-esteem* rendah akan merasakan kecemasan ketika tampil atau berada dipublik dan merasa khawatir akan penampilan mereka serta merasakhawatir akan bagaimana cara orang lain memandang mereka.
- c) *Physycal appearance self-esteem*, yaitu bagaimana individu melihat tampilan fisik mereka, yang meliputi penampilan menarik, *skills*, *body image* serta stigma mengenai ras dan etnis.

3. Faktor-faktor *Self-Esteem*

Menurut Koentjoro (dalam Hastuti, 2018) faktor-faktor yang mempengaruhi *self-esteem* sebagai berikut:

a. Lingkungan Keluarga

Tempat sosialisasi pertama bagi anak adalah lingkungan keluarga. Anak yang memiliki harga diri (*self-esteem*) yang tinggi mendapatkan perlakuan yang adil dari keluarganya, diberikan kesempatan untuk aktif dan memiliki pendidikan yang demokratis.

b. Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial memiliki pengaruh terhadap pembentukan harga diri individu. Individu yang merasakan kehilangan kasih sayang, penghinaan dan dijauhi teman sebaya akan memiliki harga diri yang rendah. Sedangkan individu yang memiliki pengalaman, keberhasilan, persahabatan, dan kemasyuran memiliki harga diri yang tinggi.

c. Faktor Psikologis

Penerimaan diri akan mengarahkan individu agar mampu menentukan arah dirinya ketika mulai memasuki hidup bermasyarakat sebagai anggota masyarakat yang telah dewasa.

d. Jenis Kelamin

Perbedaan jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan mengakibatkan terjadinya perbedaan pola pikir, cara berpikir dan bertindak.

C. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Sarafino (2002) menyebutkan dukungan sosial adalah kenyamanan, perhatian, penghargaan, maupun bantuan yang diberikan oleh orang lain atau kelompok kepada individu. Menurut Baron & Bryne (2004) dukungan sosial diartikan sebagai pemberian perasaan nyaman baik secara fisik maupun psikologis atau keluarga kepada seseorang untuk menghadapi masalah. Ketika individu memiliki perasaan aman karena mendapatkan dukungan, akan lebih efektif dalam menghadapi masalah daripada individu yang mendapat penolakan dari orang lain.

Dukungan sosial dapat pula diartikan sebagai komunikasi verbal dan non verbal yang melibatkan penerima dan penyedia layanan yang mengurangi ketidakpastian tentang situasi, diri, pihak lain, atau hubungan serta berfungsi untuk meningkatkan persepsi kontrol pribadi dalam pengalaman hidup seseorang (Albrecht & Adelman, 1987)

Taylor (2009) mendefinisikan dukungan sosial sebagai informasi dari orang lain yang dicintai atau memberinya perhatian, berharga, dan merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan saling memiliki kewajiban. Hurlock (2004) menjelaskan bahwa dukungan sosial biasanya berhubungan dengan fungsi-fungsi yang diberikan kepada seseorang yang sedang mengalami masalah. Fungsi tersebut

bersumber dari orang-orang yang memiliki hubungan berarti dengan individu tersebut, seperti keluarga, teman, serta orang-orang disekitarnya.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas dapat diketahui bahwa dukungan sosial merupakan tindakan dan keberadaan orang lain dalam memberikan bantuan, dorongan, penerimaan, dan perhatian kepada individu yang mengalami masalah serta memahami proses kehidupan.

2. Aspek-aspek Dukungan Sosial

Menurut Sarafino (2002), terdapat 4 aspek dukungan sosial yaitu:

- 1) Dukungan emosional, merupakan bentuk dukungan yang melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap individu, sehingga individu tersebut merasakan kenyamanan, dicintai dan diperhatikan. Dukungan ini meliputi perilaku memberikan perhatian dan afeksi serta bersedia mendengarkan masalah orang lain.
- 2) Dukungan penghargaan, merupakan dukungan yang melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide dari perasaan, pendapat, dan keterampilan orang lain.

- 3) Dukungan instrumental, merupakan bentuk dukungan yang meliputi ketersediaan memberikan bantuan langsung atau material yang dibutuhkan individu.
- 4) Dukungan informasi, merupakan dukungan yang bersifat informatif, yang berupa saran, pengarahan, dan umpan balik sehingga individu mendapatkan petunjuk tentang sesuatu yang harus dilakukan.

Zimet, dkk (1998) menyebutkan penilaian persepsi dukungan sosial terbagi dalam tiga sumber spesifik, yaitu:

1. Dukungan Keluarga (*Family Support*)

Merupakan bantuan yang diberikan oleh keluarga kepada individu, berupa bantuan dalam mengambil keputusan atau kebutuhan secara emosional.

2. Dukungan Teman (*Friend Support*)

Merupakan bantuan yang dirasakan individu dari teman-temannya, seperti membantu dalam aktivitas sehari-hari dan bantuan dalam bentuk lainnya.

3. Dukungan Orang Terdekat (*Significant Other Support*)

Merupakan bantuan yang diberikan oleh seseorang yang memiliki arti dalam kehidupannya, dapat berupa perasaan nyaman dan merasa dihargai.

3. Faktor-faktor Dukungan Sosial

Myers (dalam Maslihah, 2011) menjelaskan terdapat tiga faktor utama seseorang untuk memberikan dukungan sosial yaitu sebagai berikut:

a. Empati

Ikut merasakan kesedihan dan kesusahan individu lain sebagai antisipasi emosi dan motivasi tingkah laku untuk mengurangi kesedihan dan meningkatkan kesejahteraan individu lain.

b. Norma-norma dan nilai sosial

Norma-norma dan nilai-nilai sosial yang diberikan kepada individu dari lingkungan sebagai bagian dari pengalaman sosial seseorang. Serta dapat mengarahkan individu dalam bertingkah laku dan menjelaskan kewajiban-kewajiban dalam kehidupan.

Dalam ruang lingkungan sosial individu diminta untuk memberikan pertolongan kepada orang lain agar dapat mengembangkan kehidupan sosialnya.

c. Pertukaran sosial

Hubungan timbal balik perilaku sosial dapat menjadi pengalaman yang dapat membuat individu lebih percaya bahwa orang lain akan menyediakan. Keseimbangan dalam pertukaran akan menghasilkan kondisi hubungan interpersonal yang memuaskan.

D. Hubungan Antara *Self-esteem* dan Dukungan Sosial dengan Kecenderungan *Body Dissatisfaction*

Bagi sebagian golongan dewasa awal baik wanita atau pria, citra tubuh tidak bisa dilepaskan dari harga diri (*self-esteem*), sehingga ketika individu merasa tidak bahagia dan tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimilikinya maka individu tersebut akan merasa tidak bahagia dan tidak puas terhadap dirinya. Faucher (dalam Rahmawati, 2007) menyatakan bahwa *body dissatisfaction* berasal dari perasaan tidak puas yang timbul dari citra tubuh yang dimiliki seseorang. Citra tubuh adalah gambaran mental seseorang terhadap bentuk serta ukuran tubuhnya dan perasaannya terhadap karakteristik tubuh yang dimilikinya. Menurut Gunawati (2006) tahap perkembangan mahasiswa digolongkan sebagai remaja akhir dan dewasa awal, yaitu usia 18-21 tahun dan 22-24 tahun. Anastasia (dalam Rahmawati, 2007) menambahkan bahwa pada masa dewasa banyak ditemukan individu memiliki perhatian yang besar pada hal-hal tentang daya tarik fisik.

Cross & Cross (dalam Milligan & Mary Pritchard, 2006) menjelaskan bahwa penampilan sangat penting bagi semua individu karena dukungan sosial, popularitas, pemilihan teman hidup dan karier dipengaruhi oleh penampilan serta daya tarik fisik seseorang. Individu yang menerima respon positif dari masyarakat secara fisik maka *self-esteem* yang dimilikinya akan meningkat, sebaliknya individu yang menerima respon

negatif dari masyarakat tentang dirinya akan merasa rendah diri dan tidak berguna saat berada di masyarakat. Individu yang memiliki *self-esteem* tinggi cenderung memiliki gairah hidup dan berpikiran positif, berbeda dengan individu yang memiliki *self-esteem* rendah cenderung akan mudah putus asa, menyalahkan keadaan dan selalu berpikiran negatif.

Self-esteem merupakan hasil dari bagaimana menilai dirinya secara keseluruhan, tinggi rendahnya *self-esteem* dapat dilihat dari sikap serta perilakunya. Menurut Harre (dalam Rohmah, 2014) *self-esteem* dinyatakan sebagai sikap menyetujui atau tidak setuju serta menunjukkan sejauh mana individu menganggap dirinya mampu, sukses dan berharga. *Self-esteem* dan ketidakpuasan tubuh (*body dissatisfaction*) memiliki hubungan yang bersifat negatif, artinya semakin tinggi variabel *body dissatisfaction* maka semakin rendah *self-esteem* yang dimiliki oleh individu.

Selain *self-esteem* salah satu faktor terbentuknya *body dissatisfaction* adalah dukungan sosial. Dukungan emosional (*emotional support*) merupakan aspek pertama dukungan sosial yang berarti adanya kekuatan jasmani serta keinginan untuk percaya pada orang lain sehingga seseorang menjadi yakin bahwa orang lain mampu memberikan cinta serta kasih sayang kepadanya. Dukungan emosional yang diberikan kepada individu dengan kecenderungan *body dissatisfaction* akan membuat individu tersebut merasa bahwa dirinya disayangi agar merasa bahwa dengan

kondisi fisik seperti apapun orang lain disekitarnya akan tetap ada dan mendukungnya. Centi (1995) menjelaskan bahwa lingkungan dan pengalaman hidup dapat mempengaruhi tingkat percaya diri individu. Lingkungan yang dimaksud adalah lingkungan keluarga dan masyarakat. Dukungan positif yang diterima dari lingkungan akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi. Jika individu dengan kecenderungan *body dissatisfaction* kurang mendapatkan dukungan emosional dari lingkungan sekitar, maka individu tersebut akan terus mengalami rasa ketidakpercayaan diri dengan tubuh yang dimilikinya.

E. Kerangka Teoritik

Body dissatisfaction merupakan persepsi negatif dan perasaan malu individu terhadap bentuk tubuh yang dimiliki dibandingkan dengan bentuk tubuh idealnya. Individu yang merasa malu serta tidak percaya diri terhadap bentuk tubuh yang dimilikinya dapat menimbulkan ketidakpuasan akan apa yang dimilikinya. Asih dan Setiasih (2004) berpendapat *body dissatisfaction* adalah keterpakuan pikiran akan penilaian negatif terhadap tampilan fisik serta adanya perasaan malu dengan keadaan fisik ketika berada di lingkungan sosial. Individu yang mengalami *body dissatisfaction* memiliki kepuasan hidup yang rendah dan harga diri yang rendah. *Body dissatisfaction* memiliki 5 aspek yaitu penilaian negatif terhadap bentuk tubuh, perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial, *body checking*, kamuflase tubuh dan penghindaran aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain.

Menurut Brehm (dalam Kartikasari, 2013) faktor yang mempengaruhi *body dissatisfaction* yaitu rasa tidak puas yang mendalam terhadap kehidupan dan diri sendiri, rasa tidak percaya diri dan *first impression culture*.

Semua orang baik laki-laki maupun perempuan pasti memiliki perhatian lebih besar terhadap penampilan tubuhnya. Bagi sebagian orang penampilan fisik merupakan aset penting yang harus terlihat ideal dan menarik dihadapan orang lain. Menurut Coopersmith (1967) *self-esteem* adalah evaluasi yang dimiliki individu terkait penerimaan diri, dari evaluasi tersebut dapat dilihat bagaimana penilaian individu terhadap diri sendiri, pengakuan bahwa dirinya mempunyai kemampuan atau tidak, dan sebagainya. Dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* (harga diri) adalah cara individu melihat dirinya sendiri berupa evaluasi positif atau negatif. Bagaimana cara individu menilai dirinya tentu memiliki pengaruh besar terhadap sikap serta perilakunya. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Hastuti (2018) menjelaskan bahwa semakin baik penilaian orang lain tentang penampilan dan dirinya maka semakin tinggi tingkat *self-esteem* yang dimiliki. Seseorang yang memiliki *self-esteem* tinggi akan menunjukkan tingkat kepuasan dalam dirinya yang tinggi sehingga akan menerima apapun yang ada dalam dirinya dan bagaiman kondisi fisik yang dimilikinya. Hal ini berarti semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki maka semakin rendah *body dissatisfaction* yang dimiliki seseorang. Sejalan dengan pendapat Second dan Jourand (dalam Sari, 2018) ketidakpuasan terhadap citra tubuh (*body dissatisfaction*) memiliki

hubungan negatif dengan *self-esteem*. Karena ketika individu memiliki *body dissatisfaction* yang tinggi maka *self-esteem* yang dimiliki rendah.

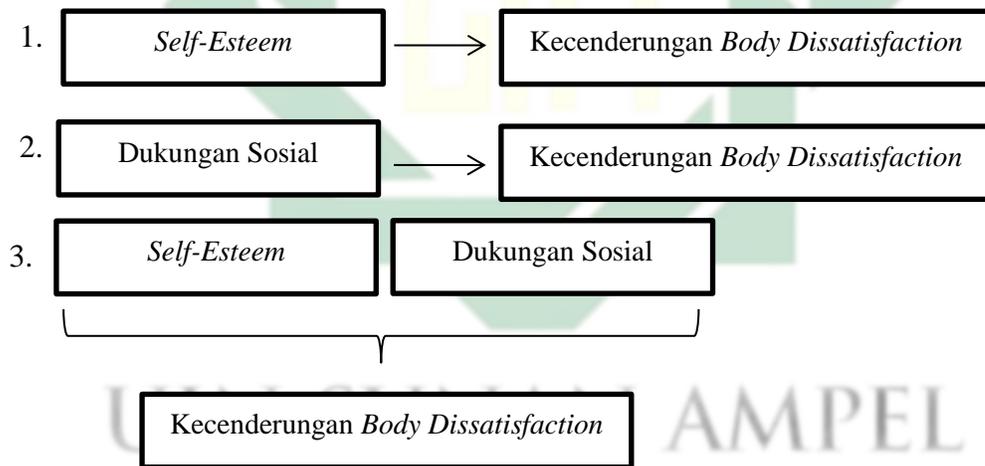
Dukungan sosial dapat berupa dukungan online atau offline. Menurut Baron dan Bryne (2004), dukungan sosial adalah pemberian perasaan nyaman baik secara fisik ataupun psikologis seperti dukungan yang diberikan oleh keluarga kepada seseorang untuk menghadapi masalah. Ketika individu memiliki perasaan aman sebab mendapatkan dukungan, akan lebih efektif ketika menghadapi masalah daripada individu yang menerima penolakan dari orang lain. Dukungan yang diberikan dapat berupa dukungan informasional, emosional dan instrumental. Dukungan yang diberikan oleh keluarga, teman sebaya dan orang terdekat sangat berpengaruh terhadap sikap individu dalam menghadapi masalah sosial yang dialaminya.

Centi (1995) berpendapat bahwa lingkungan dan pengalaman hidup akan mempengaruhi tingkat percaya diri individu, lingkungan yang dimaksud adalah lingkungan keluarga dan masyarakat. Dukungan baik yang diterima dari lingkungan keluarga seperti rasa nyaman, serta diterima dalam masyarakat akan memperlancar berkembangnya harga diri individu. Individu yang mengalami *body dissatisfaction* akan terus merasa ketidakpercayaan diri dengan tubuh yang dimilikinya karena kurangnya dukungan emosional dari lingkungan sekitar.

Berdasarkan pemaparan diatas, *self-esteem* dan dukungan sosial dapat mempengaruhi kecenderungan individu mengalami *body dissatisfaction*. Hal

ini diperkuat oleh pendapat Nursyaifuddin (2016) bahwa salah satu faktor internal yang mempengaruhi *body dissatisfaction* adalah *self-esteem*. Lalu Wertheim dan Paxton (dalam Cash, 2011) menyatakan bahwa pengaruh sosial menjadi faktor yang mempengaruhi perkembangan *body dissatisfaction*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dan dukungan sosial terhadap kecenderungan *body dissatisfaction* pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Maka bagan kerangka teoritik dari penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Dari bagan tersebut, peneliti menjelaskan bahwa *self-esteem* memberikan dampak pada kecenderungan *body dissatisfaction*. Yang berarti bahwasemakin tinggi *self-esteem* yang diterima oleh mahasiswa maka kecenderungan *body dissatisfaction* pada mahasiswa akan semakin rendah. Begitu sebaliknya, semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka

kecenderungan *body dissatisfaction* mahasiswa akan semakin rendah. Sehingga mahasiswa yang memiliki *self-esteem* dan mendapatkan dukungan sosial yang tinggi akan mengurangi kecenderungan *body dissatisfaction* secara signifikan.

F. Hipotesis

Berdasarkan teori yang telah dijabarkan di atas, maka didapati hipotesis yang mendasari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pada mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.
2. Terdapat hubungan antara dukungan sosial Psikologi UIN Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
3. Terdapat hubungan antara *self-esteem* dan dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pada mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Peneliti menggunakan metode kuantitatif korelasional sebagai metode penelitian yang akan dilaksanakan di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Pada penelitian ini skala pengukuran *self-esteem* menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Coopersmith (1967), skala dukungan sosial menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Sarafino (2002) dan kecenderungan *body dissatisfaction* menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Shroff (2006). Metode pengumpulan data pada penelitian ini yaitu melakukan penyebaran angket (kuesioner). Subyek yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Sebelum melaksanakan pengambilan data, pertama-tama yang dilakukan adalah tahap persiapan, kemudian tahap kedua adalah pengambilan data. Alat ukur yang telah dibuat akan dijadikan kuesioner dengan menggunakan *Google Form* dan angket yang telah dibuat peneliti. Tahap terakhir yaitu tahap pengelolaan data dengan bantuan program SPSS for Windows vers 24.0.

B. Identifikasi Variabel

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan melibatkan variabel penelitian sebagai berikut:

- Variabel Bebas (X1) : Self-Esteem
- Variabel Bebas (X2) : Dukungan Sosial
- Variabel Tergantung (Y) : Kecenderungan *body dissatisfaction*

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. *Self-Esteem*

Self-esteem merupakan penilaian atau persepsi individu tentang bagaimana menilai bahwa dirinya berharga atau tidak yang dapat membentuk sikap atau perilaku negatif atau positif terhadap dirinya sendiri. Skala yang digunakan untuk mengukur *self-esteem* dalam penelitian ini berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Coopersmith (dalam Wardhani, 2009) yaitu (a) Kekuatan (*Power*), (b) Kebajikan (*Virtue*), (c) Keberartian (*Significance*), (d) Kemampuan (*Competence*).

2. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan bentuk komunikasi dengan seseorang atau kelompok yang melibatkan perasaan nyaman dan empati serta merupakan kegiatan sosial tolong menolong. Skala yang digunakan untuk mengukur dukungan sosial dalam penelitian ini berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Sarafino (2002) yaitu (a) dukungan emosional. (b) dukungan penghargaan. (c) dukungan instrumental. (d) dukungan informasi.

3. Kecenderungan *Body Dissatisfaction*

Body dissatisfaction adalah persepsi negatif dan perasaan malu individu terhadap bentuk tubuh yang dimiliki dibandingkan dengan bentuk tubuh idealnya. Skala yang digunakan untuk mengukur kecenderungan *body dissatisfaction* dalam penelitian ini berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Shroff (2006) yang terdiri dari tiga aspek yaitu komponen afektif, komponen kognitif dan komponen perilaku.

D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari lalu ditarik kesimpulannya (Garaika & Darmanah, 2019). Sedangkan menurut Supardi (1993) populasi adalah suatu kesatuan individu atau subyek pada wilayah dan waktu dengan kualitas tertentu yang akan diteliti. Menurut Santrock (2011) rentang usia dewasa awal adalah dari usia 18 tahun hingga 25 tahun. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya angkatan 2018-2021.

Tabel 1 Populasi Penelitian

No.	Mahasiswa aktif prodi psikologi	Jumlah Mahasiswa
1.	Angkatan 2018	107
2.	Angkatan 2019	126

3.	Angkatan 2020	143
4.	Angkatan 2021	176
Jumlah		546

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya angkatan 2018-2021 berjumlah 546. Dari data tersebut peneliti mengambil beberapa subjek sesuai dengan kriteria sebagai berikut:

1. Mahasiswa aktif Prodi Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya
2. Berusia 18-25 tahun

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Garaika & Darmanah, 2019). Arikunto (2008) menjelaskan jika populasi memiliki jumlah kurang dari 100 maka sampel yang diambil adalah keseluruhan populasi, namun jika populasi memiliki jumlah lebih dari 100 maka sampel yang diambil antara 10%-15% atau 20%-25%. Peneliti mengambil 20% dari jumlah mahasiswa, maka perhitungan tiap sampel untuk tiap angkatan adalah sebagai berikut:

Tabel 2 Sampel Penelitian

No.	Mahasiswa aktif prodi psikologi	20% dari jumlah populasi	Jumlah Mahasiswa
-----	------------------------------------	--------------------------------	---------------------

1.	Angkatan 2018	107 (20%)	21
2.	Angkatan 2019	126 (20%)	25
3.	Angkatan 2020	143 (20%)	29
4.	Angkatan 2021	176 (20%)	34
Jumlah			109

Jumlah keseluruhan sampel adalah 109 atau 20% dari jumlah total populasi mahasiswa psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling adalah teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian (Garaika & Darmanah, 2019). Dalam pengambilan sampel terdapat banyak teknik yang digunakan. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *probability sampling* lebih tepatnya yaitu teknik *cluster sampling*. *Cluster sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana unit-unit sampel dalam populasi dibagi menjadi kelompok-kelompok (*cluster*), kemudian diseleksi atau dipilih sebagian *cluster* dan semua unit-unit dalam *cluster* terpilih diobservasi sebagai sampel (Sumargo, 2020).

E. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat yang dipakai untuk mengukur fenomena yang sedang diamati oleh seorang peneliti (Sugiyono, 2017). Penelitian ini menggunakan kuesioner atau angket, yang digunakan untuk mengukur variabel *self-esteem*, dukungan sosial dan kecenderungan *body dissatisfaction*.

Kuesioner pada penelitian ini menggunakan skala likert, yaitu variabel yang diukur dijabarkan menjadi indikator variabel kemudian menjadi dasar membuat item instrument berupa pernyataan atau pertanyaan. Skala likert menggunakan empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS).

1. Instrument Penelitian Variabel *Self-esteem* (X1)

a) Alat Ukur

Skala untuk mengukur *self-esteem* menggunakan skala yang diadaptasi dari Hastuti (2018) berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Coopersmith (dalam Wardhani, 2009) yaitu Kekuatan (*Power*), Kebajikan (*Virtue*), Keberartian (*Significance*), Kemampuan (*Competence*). Skala ini memiliki nilai reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0,846.

Dengan menggunakan skala likert peneliti menggunakan pernyataan dengan empat alternative jawaban untuk pernyataan favorable yaitu: Sangat Setuju (SS) dengan skor 4, Setuju (S) dengan skor 3, Tidak Setuju (TS) dengan skor 2 dan Sangat Tidak Setuju (STS) dengan skor 1. Sedangkan alternative jawaban pernyataan unfavorable untuk Sangat Setuju (SS) dengan skor 1, Setuju (S) dengan skor 2, Tidak Setuju (TS) dengan skor 3 dan Sangat Tidak Setuju (STS) dengan skor 4. Semakin tinggi skor skala *self-esteem* maka semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki begitu juga sebaliknya.

Tabel 3 Blue Print Self-esteem

No.	Aspek	Indikator	Item	Jumlah	
			F	UF	
1.	Kekuatan (<i>power</i>)	Mampu mengatur dan mengontrol tingkah laku	1,2,3	4	4
2.	Kebajikan (<i>virtue</i>)	Taat untuk mengikuti norma/standar moral yang harus dilakukan dan harus dihindari	5,6,8	7	4
3.	Keberartian (<i>significance</i>)	Memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri	9,10,11	12	4
4.	Kemampuan (<i>competence</i>)	Mampu mengerjakan tugas dengan baik dan memiliki tuntutan untuk berhasil	13,14,15,16		4
Jumlah			1 3	16	

b) Validitas Skala *Self-esteem*

Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur tersebut mengukur apa yang sedang diukur. Untuk mengetahui kuesioner yang sedang disusun mampu untuk mengukur apa yang ingin diukur maka diuji menggunakan uji validitas. Azwar (2016) berpendapat bahwa uji validitas digunakan mengukur keakuratan sebuah kuesioner untuk mengukur sebuah variabel. Hasil uji validitas item *self-esteem* pada penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4 Uji Validitas Skala *Self-esteem*

Item	<i>Corrected Item Total Corelation</i>	Keterangan
Item 3	,386	Valid
Item 5	,387	Valid
Item 6	,411	Valid
Item 8	,443	Valid
Item 9	,478	Valid
Item 10	,606	Valid
Item 11	,527	Valid
Item 13	,696	Valid
Item 14	,632	Valid
Item 15	,509	Valid
Item 16	,616	Valid

Berdasarkan hasil uji validitas diatas, item bisa diterima jika item memiliki nilai ≥ 220 sehingga item yang diterima adalah item 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 16. Sedangkan item dengan nilai ≤ 220 akan ditolak, item yang ditolak setelah uji validitas adalah item 1, 2, 4, 7, 12. Setelah dilakukan uji validitas maka nomor item yang ditolak dianggap gugur dan dikeluarkan dari skala yang ada. Perubahan skala *self-esteem* setelah uji validitas sebagai berikut:

Tabel 5 Blueprint Skala Self-esteem Setelah Uji Validitas

Dimensi	Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Kekuatan (<i>power</i>)	3		1
Kebajikan (<i>virtue</i>)	5, 6, 8		3
Keberartian (<i>significance</i>)	9, 10, 11		3
Kemampuan (<i>competence</i>)	13, 14, 15, 16		4
Jumlah	11		11

c) Reabilitas Skala *Self-esteem*

Reabilitas merupakan suatu indeks yang menunjukkan sejauh mana alat ukur bisa dipercaya atau diandalkan. Arikunto (2008) berpendapat bahwa metode yang digunakan untuk menguji reabilitas

yaitu dengan metode *Cronbach Alpha*. Skala dikatakan reliabel jika nilai *Cronbach Alpha* lebih besar dari 0,60. Berdasarkan hasil *Cronbach Alpha* skala *self-esteem* menggunakan *SPSS for Windows 24* sebagai berikut:

Tabel 6 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Self-esteem*

<i>Cronbach Alpha</i>	<i>N of Items</i>
,743	11

Pada skala *self-esteem* yang dijabarkan di atas diperoleh nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0,743 sehingga skala *self-esteem* dianggap sudah reliabel.

2. Instrument Penelitian Variabel Dukungan Sosial (X2)

a) Alat Ukur Dukungan Sosial

Skala untuk mengukur variabel dukungan sosial menggunakan skala yang diadaptasi dari penelitian Abdullah (2021) berdasarkan aspek-aspek yang disusun oleh Sarafino (2002) terdiri dari empat aspek yaitu, dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informasi. Skala ini memiliki nilai reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0,760.

Dengan menggunakan skala likert peneliti menggunakan pernyataan dengan empat alternative jawaban untuk pernyataan favorable yaitu: Sangat Setuju (SS) dengan skor 4, Setuju (S) dengan skor 3, Tidak Setuju

(TS) dengan skor 2 dan Sangat Tidak Setuju (STS) dengan skor 1. Sedangkan alternative jawaban pernyataan unfavorable untuk Sangat Setuju (SS) dengan skor 1, Setuju (S) dengan skor 2, Tidak Setuju (TS) dengan skor 3 dan Sangat Tidak Setuju (STS) dengan skor 4. Semakin tinggi skor skala dukungan sosial maka semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki begitu juga sebaliknya. Tabel *blueprint* dukungan sosial dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 7 Blue Print Skala Dukungan Sosial

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			F	UF	
1.	Dukungan emosional	Mendapat perhatian dari orang lain Mendapat kenyamanan dari orang lain	17,18,19	20	4
2.	Dukungan penghargaan	Menerima pujian terhadap kondisi yang ada Mendapat masukan atas penampilan yang dimiliki	21,23	22, 24	4
3.	Dukungan	Mendapat bantuan dari	25,27	26	3

	instrumental	teman dalam mengubah penampilan		
		Mendapat bantuan finansial dari orang tua		
4.	Dukungan informasi	Mendapat bantuan nasehat dari orang lain	28,29,30,31	4
		Mendapat bantuan rujukan untuk memperoleh informasi		
Jumlah			1 4	15

b) Validitas Skala Dukungan Sosial

Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur tersebut mengukur apa yang sedang diukur. Untuk mengetahui kuesioner yang sedang disusun mampu untuk mengukur apa yang ingin diukur maka diuji menggunakan uji validitas. Azwar (2016) berpendapat bahwa uji validitas digunakan mengukur keakuratan sebuah kuesioner untuk mengukur sebuah variabel. Hasil uji validitas item dukungan sosial pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 8 Hasil Uji Validitas Dukungan Sosial

Item	<i>Corrected Item Total Corelation</i>	Keterangan
Item 18	,475	Valid
Item 19	,436	Valid
Item 21	,424	Valid
Item 23	,720	Valid
Item 25	,722	Valid
Item 27	,400	Valid
Item 28	,435	Valid
Item 29	,581	Valid
Item 30	,575	Valid
Item 31	,672	Valid

Berdasarkan hasil uji validitas diatas, item bisa diterima jika item memiliki nilai ≥ 220 sehingga item yang diterima adalah item 18, 19, 21, 23, 25, 27, 28, 29, 30, 31. Sedangkan item dengan nilai ≤ 220 akan ditolak, item yang ditolak setelah uji validitas adalah item 17, 20, 22, 24, 26. Setelah dilakukan uji validitas maka nomor item yang ditolak dianggap gugur dan dikeluarkan dari skala yang ada. Perubahan skala dukungan sosial setelah uji validitas sebagai berikut:

Tabel 9 Blueprint Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Validitas

Dimensi	Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Dukungan Emosional	18, 19		2
Dukungan Penghargaan	21, 23		2
Dukungan Instrumental	25, 27, 28		3
Dukungan Informasi	29, 30, 31		3
Jumlah	10		10

c) Reabilitas Skala Dukungan Sosial

Reabilitas merupakan suatu indeks yang menunjukkan sejauh mana alat ukur bisa dipercaya atau diandalkan. Arikunto (2008) berpendapat bahwa metode yang digunakan untuk menguji reabilitas yaitu dengan metode *Cronbach Alpha*. Skala dikatakan reliabel jika nilai *Cronbach Alpha* lebih besar dari 0,60. Berdasarkan hasil *Cronbach Alpha* skala *self-esteem* menggunakan *SPSS for Windows 24* sebagai berikut:

Tabel 10 Hasil Uji Reliabilitas Dukungan Sosial

<i>Cronbach Alpha</i>	<i>N of Items</i>
-----------------------	-------------------

Pada skala dukungan sosial diperoleh hasil uji reliabilitas *Cronbach Alpha* sebesar 0,745 yang menunjukkan bahwa skala dukungan sosial dikatakan sudah reliabel.

3. Instrument Penelitian Variabel Kecenderungan *Body Dissatisfaction*

a) Alat Ukur Kecenderungan *Body Dissatisfaction*

Skala untuk mengukur *body dissatisfaction* menggunakan skala yang dikembangkan oleh Gonzalez-Marti *et al.* (2012) yaitu *The Body Image Rating Scale* (BIRS) berdasarkan aspek-aspek *body dissatisfaction* menurut Shroff (2006) terdiri dari 3 aspek, yaitu komponen afektif, komponen kognitif dan komponen perilaku. Skala ini memiliki nilai reliabilitas dengan *test-retest* setelah dua minggu ($r = 0.76-0.89$).

Pada variabel kecenderungan *body dissatisfaction* peneliti menggunakan skala likert, yang menyediakan empat alternative jawaban yaitu: Sangat Setuju (SS) dengan skor 4, Setuju (S) dengan skor 3, Tidak Setuju (TS) dengan skor 2 dan Sangat Tidak Setuju (STS) dengan skor 1. Semakin tinggi skor skala kecenderungan *body dissatisfaction* maka semakin tinggi kecenderungan *body dissatisfaction* yang dimiliki oleh mahasiswa. Namun, semakin rendah skor skala kecenderungan *body dissatisfaction* maka semakin rendah

kecenderungan *body dissatisfaction* yang dimiliki oleh mahasiswa tersebut. Berikut tabel *blueprint* skala kecenderungan *body dissatisfaction*:

Tabel 11 Blue Print Skala Kecenderungan *Body Dissatisfaction*

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			F	UF	
1.	Afektif	Merasa puas atau tidak puas terhadap penampilan dan bentuk tubuhnya.	33,34,36	32, 35	5
2.	Kognitif	Mempersepsikan cara memperoleh tubuh yang ideal	37,38,39,41	40	5
3.	Perilaku	Mengalami ketidaknyamanan yang berhubungan dengan penampilan dan bentuk tubuhnya	42,43,45,46	44	5
Jumlah			1	4	15

b) Validitas Skala Kecenderungan *Body Dissatisfaction*

Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur tersebut mengukur apa yang sedang diukur. Untuk mengetahui kuesioner yang sedang disusun mampu untuk mengukur apa yang

ingin diukur maka diuji menggunakan uji validitas. Azwar (2016) berpendapat bahwa uji validitas digunakan mengukur keakuratan sebuah kuesioner untuk mengukur sebuah variabel. Hasil uji validitas item kecenderungan *body dissatisfaction* pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 12 Uji Validitas Skala Kecenderungan *Body Dissatisfaction*

Item	<i>Corrected Item Total Corelation</i>	Keterangan
Item 32	,676	Valid
Item 33	,758	Valid
Item 34	,706	Valid
Item 35	,737	Valid
Item 36	,596	Valid
Item 39	,756	Valid
Item 40	,705	Valid
Item 41	,646	Valid
Item 43	,622	Valid
Item 45	,654	Valid

Berdasarkan hasil uji validitas pada skala kecenderungan *body dissatisfaction* di atas, item yang bisa dikatakan valid atau diterima jika nilai item ≥ 220 , sehingga dari hasil uji validitas di atas item yang diterima adalah item 32, 33, 34, 35, 36, 39, 40, 41, 43, 45.

c) **Reliabilitas Skala Kecenderungan *Body Dissatisfaction***

Reabilitas merupakan suatu indeks yang menunjukkan sejauh mana alat ukur bisa dipercaya atau diandalkan. Arikunto (2008) berpendapat bahwa metode yang digunakan untuk menguji reanilitas yaitu dengan metode *Cronbach Alpha*. Skala dikatakan reliabel jika nilai *Cronbach Alpha* lebih besar dari 0,60. Berdasarkan hasil *Cronbach Alpha* skala *self-esteem* menggunakan *SPSS for Windows 24* sebagai berikut:

Tabel 13 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecenderungan *Body Dissatisfaction*

<i>Cronbach Alpha</i>	<i>N of Items</i>
,768	10

Pada skala kecenderungan *body dissatisfaction* yang dipaparkan di atas nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0,768 yang menunjukkan bahwa skala kecenderungan *body dissatisfaction* dikatakan sudah reliabel.

F. Analisis Data

Pada penelitian metode yang digunakan adalah metode kuantitatif. Data yang didapat akan dikumpulkan lalu di analisis data. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis korelasional menggunakan bantuan *SPSS for Windows*. Dalam penelitian ini analisis data bertujuan untuk mengetahui

hubungan antar variabel X dan Y. Penelitian ini menggunakan teknik korelasi dengan metode analisis regresi linier berganda dan uji T berpasangan. Analisis regresi merupakan teknik yang digunakan untuk mengetahui korelasi atau hubungan antar tiap variabel, lalu uji T berpasangan digunakan untuk mengetahui tingkat kecenderungan tiap variabel pada mahasiswa yang digunakan sebagai subjek penelitian. Ada beberapa uji prasyarat untuk menggunakan metode analisis regresi linier berganda dan uji T berpasangan yaitu:

1. Uji Prasyarat

a) Uji Normalitas

Penggunaan analisis data statistik parametrik mengharuskan data dari setiap variabel yang ingin dianalisis harus berdistribusi normal (Muhid, 2019). Teknik Kolmogorov Smirnov yang digunakan peneliti memiliki kaidah signifikansi $>0,05$ maka dianggap distribusi data normal, sedangkan jika signifikansi $\leq 0,05$ akan dianggap distribusi data tidak normal. Hasil dari uji normalitas yang diteliti dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 14 Uji Normalitas Variabel

One Sample Kolmogorov Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		119
	Mean	,0000000
Normal Parameters ^{a,b}	Std. Deviation	6,47786129
Most Extreme Differences	Absolute	0,064

Positive	0,064
Negative	-0,045
Test Statistic	0,064
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,200 ^{c,d}

Dilihat dari hasil uji normalitas diatas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar $0,200 > 0,05$. Dapat disimpulkan data dalam penelitian berdistribusi normal.

b) Uji Linieritas

Uji linieritas merupakan uji yang digunakan untuk mengetahui model regresi yang akan digunakan, juga dapat mengetahui ada atau tidaknya hubungan yang linier secara signifikan antara variabel X (independen) dengan variabel Y (dependen) yang akan diuji. Uji linieritas memiliki tujuan lain yaitu untuk membuktikan bahwa regresi yang didapat berbentuk linier. Pedoman dasar dalam pengambilan keputusan uji linieritas dilakukan dengan dua cara, yaitu:

- 1) Jika nilai linearity sig. (kemiringan) $< 0,05$ maka variabel dianggap cocok dengan model regresi linier.
- 2) Jika nilai linearity sig. (kemiringan) $> 0,05$ maka variabel dianggap tidak cocok dengan model regresi linier.

Hasil dari uji linieritas yang telah di uji dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 15 Hasil Uji Linieritas *Self-esteem* dengan Kecenderungan

Body Dissatisfaction

		df	F	Sig
Between Groups	Combined	16	1,201	0,280
	Linieritas	1	3,728	0,056
	Deviasi Linieritas	15	1,033	0,429
Within Groups		102		
Total		118		

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa hasil uji linearity sig. memiliki hasil $0,429 < 0,05$ maka data tersebut miring atau terdapat hubungan yang linier secara signifikan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dissatisfaction*.

Tabel 16 Hasil Uji Linieritas Dukungan Sosial dengan

Kecenderungan *Body Dissatisfaction*

		df	F	Sig
Between Groups	Combined	15	1,214	0,273
	Linieritas	1	5,142	0,025
	Deviasi Linieritas	14	0,934	0,526
Within Groups		103		
Total		118		

Dari tabel di atas dipatai nilai linearity sig. (kemiringan) $0,526 < 0,05$ artinya data tersebut miring atau memiliki hubungan yang linier secara signifikan antara dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction*.

c) Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas merupakan uji yang digunakan untuk menguji suatu model regresi apakah antar variabel-variabel bebas (X1 dan X2) saling berhubungan, jika saling berhubungan maka terdapat masalah dalam multikolinieritas. Seharusnya untuk model regresi yang baik tidak terjadi korelasi antar variabel bebas. Dalam uji multikolinieritas harus memperhatikan nilai VIF (*variance inflation factor*) dan *tolerance*. Jika nilai VIF < 10 dan nilai *tolerance* $> 0,10$ maka data tersebut dikatakan tidak terjadi masalah multikolinieritas. Berikut akan dipaparkan tabel hasil uji multikolinieritas:

Tabel 17 Hasil Uji Multikolinieritas

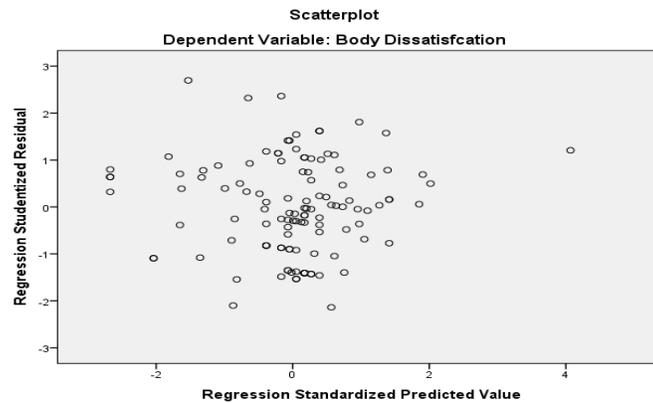
Model		Coefficients ^a				Collinearity Statistics	
		Unstandarized Coefficients		Std Error		Tolerance	VIF
		B	Std Error	t	Sig		
1	(Constant)	42,031	6,731	6,244	0,000		
	Self-esteem (X1)	-0,178	0,119	-0,896	0,372	0,737	1,358
	Dukungan Sosial (X2)	-0,323	0,216	-1,492	0,138	0,737	1,358

Dapat dilihat dari tabel tersebut bahwa nilai *tolerance* dari *self-esteem* dan dukungan sosial adalah $0,737 > 0,10$ sedangkan nilai VIF dari *self-esteem* dan dukungan sosial adalah $1,358 < 10$. Maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut tidak menunjukkan adanya masalah multikolinieritas.

d) Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas merupakan bagian dari asumsi klasik dalam analisis regresi. Uji ini memiliki tujuan untuk mengetahui apakah dalam model regresi tidak terjadi ketidaksamaan *variance* dari residual satu pengamatan ke pengamatan lain. Model regresi yang baik harus memiliki *variance* yang sama (homokedastisitas) atau nilai residual satu pengamatan ke pengamatan yang lain bersifat tetap. Cara untuk mendeteksi ada tidaknya gejala heteroskedastisitas dalam regresi yaitu dengan melakukan analisis pada grafik *scatterplots* antara nilai prediksi variabel terikat (ZPRED) dengan residualnya (SRESID). Berikut adalah hasil grafis *scatterplots*:

Gambar 2 Output Grafis *Scatterplots*



Berdasarkan output *scatterplots* tersebut dapat diketahui bahwa titik-titik penyebaran data berada di atas dan di bawah 0 atau di sekitar 0, dan titik-titik tidak mengumpul hanya di atas atau di bawah saja, kemudian penyebaran titik-titik data tidak membentuk pola bergelombang/melebar kemudian menyempit dan melebar kembali, serta penyebaran titik-titik data tidak berpola. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi masalah heteroskedastisitas.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Langkah pertama yang dilakukan oleh peneliti yaitu mencari fenomena yang sering terjadi saat ini dan mengumpulkan data terkait fenomena untuk menjadi ide pokok yang melatarbelakangi penelitian. Untuk mendukung permasalahan yang ingin diteliti, peneliti mengumpulkan referensi melalui artikel serta penelitian terdahulu tentang permasalahan yang ingin dibahas. Peneliti memfokuskan permasalahan fenomena psikologi di bidang psikologi sosial. Lalu peneliti melakukan survey awal pada subjek yang ingin diteliti. Peneliti melanjutkan menyusun proposal sesuai dengan panduan dan bimbingan dari dosen pembimbing.

Dari hasil survey awal yang dilakukan selama 5 hari menggunakan google form dan disebarluaskan kepada subjek, peneliti mendapatkan hasil adanya kecenderungan *body dissatisfaction* pada subjek yang diteliti.

Setelah menyelesaikan proposal, peneliti menyerahkan proposal kepada bagian Program Studi untuk kemudian dijadwalkan ujian seminar proposal. Peneliti berhasil lulus dalam ujian seminar proposal yang dilaksanakan secara luring pada 27 Juni 2022.

Kemudian setelah lulus ujian seminar proposal, peneliti melanjutkan untuk menyusun angket dan melakukan *expert judgment* kepada dua dosen bidang psikologi sosial. Setelah mendapatkan persetujuan dan perbaikan dari dosen peneliti menyebarkan kuesioner tersebut melalui *google form* dan disebar pada subjek penelitian yaitu pada angkatan 2018-2021 fakultas psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Peneliti mengumpulkan data memakan waktu cukup lama yaitu selama 1 minggu untuk mendapatkan responden sebanyak 119 mahasiswa. Kemudian peneliti melakukan olah data untuk skoring dan menganalisis data melalui berbagai uji prasyarat dan uji hipotesis untuk kemudian disusun dalam laporan penelitian.

2. Deskripsi Hasil Penelitian

a. Deskripsi Subjek

Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa prodi Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya. Mahasiswa yang menjadi subjek adalah mahasiswa angkatan 2018-2021 dengan total 119 mahasiswa.

1) Deskripsi subjek berdasarkan usia

Tabel 18 Deskriptif Subjek Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Presentase	Mean (X1)	Mean (X2)	Mean (Y)
19	24	20%	33.75	30.46	33.25

20	36	30%	34.67	30.69	31.61
21	26	22%	35.27	30.85	31.00
22	28	24%	35.50	30.50	28.68
23	4	3%	32.00	24.50	28.00
25	1	1%	38.00	29.00	24.00
Total	119	100%	209.19	176.00	176.54

Berdasarkan hasil analisis deskriptif di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa dengan usia 19 tahun sebanyak 24 mahasiswa (20%), usia 20 tahun sebanyak 36 mahasiswa (30%), usia 21 tahun sebanyak 26 mahasiswa (22%), usia 22 tahun sebanyak 28 mahasiswa (24%), usia 23 tahun sebanyak 4 mahasiswa (3%) dan usia 25 tahun sebanyak 1 mahasiswa (1%). Dilihat dari mean masing-masing variabel, usia 19 tahun memiliki tingkat kecenderungan *body dissatisfaction* paling tinggi yaitu sebesar 33,25.

2) Deskripsi subjek berdasarkan jenis kelamin

Tabel 19 Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase	Mean (X1)	Mean (X2)	Mean (Y)
Laki-laki	21	18%	35.38	31.52	32.19
Perempuan	98	82%	34.61	30.17	30.66
Total	119	100%	69.99	61.70	62.85

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa subjek total 119, sebanyak 21 diantaranya atau sekitar 18% adalah laki-laki.

Sedangkan 98 sisanya atau sebanyak 82% adalah perempuan. Kemudian jika dilihat dari mean, X1 laki-laki > X1 perempuan. Artinya laki-laki memiliki *self-esteem* yang lebih tinggi dari perempuan. Kemudian X2 laki-laki > X2 perempuan yang memiliki arti bahwa laki-laki memiliki dukungan sosial lebih tinggi dari perempuan. Pada variabel Y laki-laki > perempuan artinya laki-laki memiliki tingkat kecenderungan *body dissatisfaction* yang lebih tinggi dari perempuan.

3) Deskripsi subjek berdasarkan angkatan

Tabel 20 Deskripsi subjek berdasarkan angkatan

Angkatan	Jumlah	Presentase	Mean (X1)	Mean (X2)	Mean (Y)
2018	30	25%	35.50	29.30	25.70
2019	26	22%	34.50	30.73	32.35
2020	29	24%	34.86	30.69	31.97
2021	34	29%	34.18	30.91	33.59
Total	119	100%	139.04	121.63	123.60

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa pada angkatan 2018 sebanyak 30 mahasiswa (25%), angkatan 2019 sebanyak 26 mahasiswa (22%), angkatan 2020 sebanyak 29 mahasiswa (24%) dan angkatan 2021 sebanyak 34 mahasiswa (29%). Dapat dilihat dari hasil mean masing-masing variabel, pada angkatan 2021 memiliki nilai mean tertinggi sebesar 33,59 yang artinya angkatan

2021 memiliki tingkat kecenderungan *body dissatisfaction* paling tinggi.

b. Deskripsi Statistik Data Responden

Deskripsi data memiliki tujuan untuk menjabarkan atau menjelaskan jumlah responden (N), nilai maksimum (Xmax), nilai minimum (Xmin), *range*, mean (M) dan standar deviasi (SD). Hasil dari analisis deskripsi dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 21 Deskripsi Data

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Self-esteem	119	25	44	34,92	3,528
Dukungan Sosial	119	16	39	30,72	3,241
Kecenderungan Body Dissatisfaction	119	11	41	30,93	5,599
Valid N (listwise)	119				

Berdasarkan tabel di atas bisa dilihat bahwa jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 119 responden. Pada variabel *self-esteem* memiliki nilai minimum (Xmin) sebesar 25 dan nilai maksimum (Xmax) sebesar 44 dengan mean 34,92 dan std. deviation sebesar 3,528. Lalu pada variabel dukungan sosial memiliki nilai minimum (Xmin) sebesar 16 dan nilai maksimum (Xmax) sebesar 39 dengan mean 30,72 dan std. deviation sebesar 3,241. Untuk variabel

kecenderungan *body dissatisfaction* memiliki nilai minimum (X_{min}) sebesar 11 dan nilai maksimum (X_{max}) sebesar 41 dengan mean 25,90 dan std. deviation sebesar 6,643.

a) Deskripsi data berdasarkan tingkat kecenderungan rata-rata tiap variabel

Muhid (2009) menjelaskan bahwa analisis data berdasarkan pengelompokkan tingkat kecenderungan rata-rata tiap variabel menggunakan rumus *mean* hipotetik. Jika *mean* hipotetik lebih kecil dari *mean* empirik artinya tingkat kecenderungan rata-rata variabel tergolong tinggi. Sebaliknya, jika *mean* hipotetik lebih besar dari *mean* empirik artinya tingkat kecenderungan rata-rata tiap variabel tergolong rendah. Untuk menentukan nilai *mean* hipotetik yaitu dengan menghitung hasil perkalian dari jumlah skor jawaban dengan jumlah item lalu dibagi dua. Berikut tabel hasil dari *mean* hipotetik:

Tabel 22 Hasil Mean Hipotetik

Variabel	Jumlah Skor Jawaban	Jumlah Item	Mean Hipotetik
<i>Self-esteem</i>	4	16	32
Dukungan Sosial	4	15	30
Kecenderungan <i>Body</i>			
<i>Dissatisfaction</i>	4	15	30

Berdasarkan hasil *mean* hipotetik di atas, dapat diketahui bahwa *mean* hipotetik dari variabel *self-esteem* adalah 32 dan pada variabel dukungan sosial serta kecenderungan *body dissatisfaction* adalah 30. Selanjutnya adalah menentukan kecenderungan pada setiap variabel dengan hasil *mean* empirik. Adapun hasil dari *mean* empirik kecenderungan rata-rata tiap variabel adalah sebagai berikut:

Tabel 23 Deskripsi Statistik Data Responden

Variabel	N	Mean	Std. Dev	Keterangan
<i>Self-esteem</i>	119	34,92	3,528	Tinggi
Dukungan Sosial	119	30,72	3,241	Tinggi
Kecenderungan <i>Body Dissatisfaction</i>	119	30,93	5,599	Tinggi

Tabel di atas menyatakan variabel *self-esteem* dengan subjek 119, mean sebesar 34,92 dan standar deviasi sebesar 3,528 memiliki kecenderungan rata-rata yang tinggi karena nilai mean > 32. Variabel dukungan sosial dengan jumlah subjek 119, mean sebesar 30,72 dengan standar deviasi 3,241 memiliki kecenderungan rata-rata yang tinggi karena nilai mean > 30. Dan

variabel kecenderungan *body dissatisfaction* dengan jumlah subjek 119, mean sebesar 30,93 dan standar deviasi 5,599 memiliki kecenderungan rata-rata yang tinggi juga karena nilai mean > 30. Selanjutnya peneliti melakukan kategorisasi, pemaparan mengenai subjek akan lebih mudah jika variabel-variabel yang diteliti memiliki kategori frekuensi dengan skor tinggi, sedang, rendah dengan menggunakan rumus dari Azwar (2013) yaitu seperti tabel berikut:

Tabel 24 Rumus Kategorisasi Nilai

Kategori	Rumus
Rendah	$X < (mean - 1SD)$
Sedang	$(mean - 1SD) \leq X < (mean + 1SD)$
Tinggi	$X \geq (mean + 1SD)$

Selanjutnya dilakukan perhitungan menurut rumus untuk menentukan kategorisasi. Berikut hasil penormaan untuk ketiga variabel dapat dilihat pada tabel dibawah :

Tabel 25 Kategorisasi Variabel X1, X2, Y

Variabel	Kategori	Rentang Nilai	Jumlah	Presentase
<i>Self-esteem</i>	Rendah	$X < 31$	11	9,3
	Sedang	$31 \leq X < 39$	91	76,4
	Tinggi	$X \geq 39$	17	14,3
	Total		119	100

Dukungan Sosial	Rendah	$X < 28$	20	16,9
	Sedang	$28 \leq X < 34$	84	70,5
	Tinggi	$X \geq 34$	15	12,6
	Total		119	100
Kecenderungan Body Dissatisfaction	Rendah	$X < 25$	14	11,8
	Sedang	$25 \leq X < 37$	93	78,2
	Tinggi	$X \geq 37$	12	10,0
	Total		119	100

Berdasarkan tabel di atas ditemukan bahwa sebanyak 14 subjek atau sebesar 11,8% memiliki kecenderungan *body dissatisfaction* yang rendah. Selanjutnya sebanyak 93 subjek atau sebesar 78,2% memiliki kecenderungan *body dissatisfaction* sedang. Sementara sisanya sebanyak 12 subjek atau sebesar 10,0% memiliki kecenderungan *body dissatisfaction* dengan kategori tinggi.

Pada variabel *self-esteem* kategori sedang memiliki presentase tertinggi sebesar 76,4% artinya 91 mahasiswa memiliki nilai dengan kategori sedang pada variabel *self-esteem*. Sedangkan untuk kategori tinggi, variabel *self-esteem* memiliki presentase 14,3% yang artinya 17 mahasiswa memiliki nilai dengan kategori tinggi pada variabel *self-esteem*. Dan untuk kategori rendah pada *self-esteem* memiliki presentase terendah yaitu sebesar 9,3% artinya sebanyak 11 mahasiswa memiliki nilai dengan kategori rendah pada variabel *self-esteem*.

Untuk variabel dukungan sosial, presentase tertinggi juga dari nilai dengan kategori sedang sebesar 70,5% yang artinya sebanyak 84 mahasiswa memiliki nilai dengan kategori sedang pada variabel dukungan sosial. Sedangkan untuk nilai terendah memiliki presentase 16,9% yang artinya sebanyak 20 mahasiswa memiliki nilai dengan kategori rendah pada variabel dukungan sosial. Dan untuk nilai dengan presentase terendah dimiliki oleh kategori tinggi sebesar 12,6% yang artinya sebanyak 15 mahasiswa memiliki nilai dengan kategori tinggi pada variabel dukungan sosial.

B. Pengujian Hipotesis

Hasil dari uji hipotesis regresi linier berganda dilakukan dengan bantuan IBM *statistics* 24 yaitu sebagai berikut:

1. Hubungan antara *self-esteem* dan dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction*

Untuk mengetahui hubungan dari *self-esteem* dengan kecenderungan *body dissatisfaction* dan hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction* dapat dilakukan dengan uji hasil T pada analisis regresi berganda. Apabila nilai signifikansi $< 0,05$ atau T hitung $> T$ tabel maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara variabel X dan Y. Namun jika sebaliknya, maka dapat diartikan tidak ada

hubungan antara variabel X dan Y. Berikut hasil dari uji T pada tabel dibawah ini:

Tabel 26 Hasil Uji T

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	37,254	5,593		6,661	0,000
	Self-esteem	-0,488	0,153	-0,308	-3,183	0,002
	Dukungan Sosial	0,354	0,156	0,220	2,275	0,025

Pada tabel di atas dapat diketahui bahwa hasil dari analisis data koefisien antara variabel *self-esteem* dengan kecenderungan *body dissatisfaction* memiliki nilai t hitung sebesar -3,183 dengan nilai signifikansinya sebesar $0,002 < 0,05$ maka hipotesis diterima. Artinya terdapat hubungan *self-esteem* dengan kecenderungan *body dissatisfaction*. Dapat disimpulkan bahwa variabel *self-esteem* berhubungan negatif dengan kecenderungan *body dissatisfaction* artinya semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki oleh mahasiswa maka semakin rendah kecenderungan *body dissatisfaction*.

Berdasarkan tabel juga menunjukkan hasil dari data analisis koefisien antara variabel dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction*

yang menunjukkan nilai t hitung sebesar 2,275 dengan hasil signifikansinya sebesar $0,025 < 0,05$ maka hipotesis diterima. Artinya terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction*. Dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial memiliki hubungan yang positif dengan kecenderungan *body dissatisfaction*, artinya semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi kecenderungan *body dissatisfaction* yang dimilikinya.

2. Hubungan kedua variabel X secara bersama-sama dengan variabel Y

Tabel 27 Hasil Uji F

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	329,356	2	164,678	5,668	0,004 ^b
	Residual	3370,106	116	29,053		
	Total	3699,462	118			

Berdasarkan tabel di atas anova dihasilkan F hitung sebesar 5,668 dengan nilai signifikansi sebesar $0,004 < 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis ketiga diterima. Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *self-esteem*, dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction*.

Tabel 28 Model Summary

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,298 ^a	,089	,073	5,390

Tabel di atas menghasilkan R square sebesar 0,089. Hasil nilai tersebut sama dengan 8,9% artinya kecenderungan *body dissatisfaction* dipengaruhi oleh *self-esteem* dan dukungan sosial secara bersama-sama dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang diteliti dalam penelitian ini. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, dengan hipotesis terdapat hubungan antara *self-esteem* dan dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pada mahasiswa psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

C. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui adanya hubungan antara *self-esteem* dan dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pada mahasiswa psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel X dan Y dan teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis regresi linier berganda.

Dari hasil analisis data yang telah peneliti lakukan, dapat dilihat bahwa variabel *self-esteem* berhubungan negatif secara signifikan dengan

kecenderungan *body dissatisfaction*. Yang artinya semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki oleh mahasiswa maka semakin rendah kecenderungan *body dissatisfaction*-nya. Sejalan dengan pendapat Second dan Jourand (dalam Sari, 2018) ketidakpuasan terhadap citra tubuh (*body dissatisfaction*) memiliki hubungan negatif dengan *self-esteem*. Karena ketika individu memiliki *body dissatisfaction* yang tinggi maka *self-esteem* yang dimiliki rendah.

Mahasiswa dengan harga diri (*self-esteem*) tinggi akan menilai dirinya secara positif yang berarti dapat menerima apapun kondisi tubuhnya saat ini. Hasil pada penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wang, Wang dan Liu (2018) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara ketidakpuasan pada tubuh (*body dissatisfaction*) dengan harga diri (*self-esteem*) wanita dewasa awal serta memiliki hubungan antara ketidakpuasan pada tubuh pada wanita dewasa awal dengan tingkat harga diri.

Self-esteem (harga diri) sangat dipengaruhi oleh persepsi negatif dari individu yang berhubungan dengan berat badan dan bentuk tubuh (Daley dkk, 2008). Dalam pengembangan citra tubuh yang positif, *self-esteem* memiliki peran yang penting karena tubuh menurut pandangan individu lain merupakan hal pertama yang dinilai dalam kontak sosial. Menurut Restiana (2021) *self-esteem* yang rendah akan mempengaruhi kepercayaan diri seseorang pada bentuk tubuhnya, dikarenakan tidak adanya penerimaan diri pada individu tersebut. Hal tersebut akan mempengaruhi kognitif dan emosi individu terhadap bentuk tubuhnya serta memunculkan ketidakpuasan pada bentuk

tubuh (*body dissatisfaction*). Terdapat beberapa variabel-variabel lain yang mempengaruhi kecenderungan *body dissatisfaction* yang ditunjukkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Nindita (2018) bahwa dukungan sosial mempengaruhi *body dissatisfaction*.

Pada hipotesis yang kedua mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan signifikan dan berkorelasi positif antara dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction*. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi kecenderungan *body dissatisfaction* yang dimiliki oleh mahasiswa.

Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian (Fitriyani, et al., 2022) yang mengatakan bahwa terdapat penerimaan dukungan social online yang tinggi dan *body dissatisfaction* yang dirasakan juga tinggi. Individu yang memiliki dukungan sosial tinggi memiliki *self-esteem* yang tinggi dan *self-concept* yang baik, serta kecemasan yang dirasakan lebih rendah. Andini (2020) menjelaskan apabila kegiatan bermedia sosial yang dilakukan tinggi, maka tingkat *body dissatisfaction* juga akan tinggi, karena perbandingan sosial yang dilakukan pada unggahan di media sosial sehingga membuat suasana hati berubah.

Dalam penelitian Nindita (2018) memiliki hasil bahwa sebagian besar responden berada pada tingkat dukungan sosial dan *body dissatisfaction* yang tinggi. Namun, meskipun memiliki dukungan sosial yang tinggi, sebagian responden masih merasakan ketidakpuasan pada tubuhnya, yang disebabkan

oleh faktor lain. Kurangnya informasi mengenai *body mass index* yang normal menjadikan tingkat *body dissatisfaction* yang tinggi.

Pada hipotesis ketiga didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan signifikan antara *self-esteem* dan dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pada mahasiswa psikologi dengan nilai signifikansi $< 0,05$. Hal tersebut menunjukkan bahwa *self-esteem* dan dukungan sosial mempengaruhi kecenderungan *body dissatisfaction* pada mahasiswa psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Mahasiswa yang memiliki *self-esteem* dan dukungan sosial yang tinggi akan memiliki kecenderungan *body dissatisfaction* yang rendah. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hastuti (2018) menjelaskan bahwa semakin baik penilaian orang lain tentang penampilan dan dirinya maka semakin tinggi tingkat *self-esteem* yang dimiliki. Seseorang yang memiliki *self-esteem* tinggi akan menunjukkan tingkat kepuasan dalam dirinya yang tinggi sehingga akan menerima apapun yang ada dalam dirinya dan bagaiman kondisi fisik yang dimilikinya. Hal ini berarti semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki maka semakin rendah *body dissatisfaction* yang dimiliki seseorang.

Begitu pula dengan variabel dukungan sosial, bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa maka akan semakin rendah kecenderungan *body dissatisfaction* yang dimilikinya. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki dukungan sosial rendah akan memiliki kecenderungan *body*

dissatisfaction yang tinggi. Wertheim dan Paxton (dalam Cash, 2011) menyatakan bahwa pengaruh sosial menjadi faktor yang mempengaruhi perkembangan *body dissatisfaction*. Meskipun dukungan sosial memiliki korelasi hubungan negatif tetapi di dalam penelitian ini dukungan sosial memiliki korelasi positif. Individu yang memiliki dukungan sosial tinggi, kecenderungan *body dissatisfaction*nya juga tinggi. Dikarenakan faktor internal dari individu tentang konsep tubuhnya bukan karena *body dissatisfaction*nya.

Berdasarkan hasil pengujian koefisien determinasi *self-esteem* dan dukungan sosial di setiap variabel memperlihatkan bahwa hipotesis diterima. Pengaruh *self-esteem* dan dukungan sosial ditunjukkan dari nilai R square sebesar 8,9% mempengaruhi kecenderungan *body dissatisfaction*. Sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Faktor lain yang mempengaruhi *body dissatisfaction* menurut Brehm (dalam Kartikasari, 2013) adalah rasa percaya diri yang kurang dan *first impression culture*. Dengan demikian *self-esteem* dan dukungan sosial secara bersama-sama memiliki hubungan dengan kecenderungan *body dissatisfaction*.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif subjek berdasarkan usia, mahasiswa dengan usia 19 tahun memiliki tingkat kecenderungan *body dissatisfaction* paling tinggi. Sesuai dengan pendapat Hurlock (2002) bahwa ketika berada di usia dewasa awal seringkali individu membandingkan dirinya dengan individu lain, karena pada usia dewasa awal penampilan fisik yang

menarik merupakan salah satu tugas perkembangan untuk memperoleh status sosial yang lebih tinggi. Usia 19 tahun termasuk ke dalam usia dewasa awal, rentang usia dewasa awal adalah usia 18-25 tahun (Santrock, 2011).

Pada hasil analisis deskripsi subjek berdasarkan jenis kelamin, didapatkan hasil bahwa mahasiswa laki-laki memiliki tingkat kecenderungan *body dissatisfaction* lebih tinggi dari mahasiswi perempuan. Gambaran tubuh ideal yang dimunculkan dalam iklan seperti penampilan fisik yang berotot dengan citra atraktif dan maskulin menjadipendukung terjadinya *body dissatisfaction* pada laki-laki dikarenakan banyak remaja laki-laki yang merasa bentuk tubuhnya tidak sesuai dengan ekspektasi tubuh ideal dalam perspektif budaya iklan yang dipercaya oleh masyarakat (Kurnia, 2004).

Berdasarkan hasil analisis deskripsi berdasarkan angkatan, pada angkatan 2021 memiliki nilai mean tertinggi, artinya angkatan 2021 memiliki tingkat kecenderungan *body dissatisfaction* paling tinggi. Memasuki peran baru sebagai mahasiswa cenderung memperhatikan penampilan. Hal tersebut sejalan dengan Indrianti dan Apriliana (2018) mengemukakan bahwa mahasiswa saat memasuki dewasa awal lebih memperhatikan penampilan dan ingin terlihat sempurna.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara *self-esteem* dan dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pada mahasiswa psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya yang telah dilakukan, peneliti mendapatkan hasil bahwa yang pertama *self-esteem* memiliki hubungan dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pada mahasiswa psikologi. Kedua, pada variabel dukungan sosial memiliki hubungan dengan kecenderungan *body dissatisfaction*. Ketiga, adanya hubungan antara *self-esteem* dan dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction*. Penelitian ini menghasilkan sebanyak tiga hipotesis. Yang menyatakan bahwa *self-esteem* dan dukungan sosial memiliki hubungan dengan kecenderungan *body dissatisfaction* dibuktikan dengan uji hipotesis ketiga.

Hipotesis pertama yaitu dari hasil uji analisis yang dilakukan bahwa nilai signifikan kurang dari 0,05 yang berarti hipotesis pertama diterima, artinya ada hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pada Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya. *Self-esteem* yang tinggi akan membantu mahasiswa dalam mengurangi kecenderungan *body dissatisfaction* yang dirasakannya. Mahasiswa yang mampu memandang positif dirinya dan merasa bahwa dirinya berharga adalah mahasiswa yang memiliki *self-esteem* tinggi. Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *self-*

esteem mahasiswa maka akan semakin rendah kecenderungan *body dissatisfaction* yang dimiliki oleh mahasiswa.

Hipotesis kedua yaitu dari hasil uji analisis yang dilakukan ditemukan hasil nilai signifikansinya kurang dari 0,05 yang berarti hipotesis kedua diterima, artinya terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pada Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya. Dukungan sosial tinggi yang diterima mahasiswa akan menurunkan tingkat kecenderungan *body dissatisfaction*. Dengan memiliki dukungan sosial mahasiswa dapat menyadari bahwa dirinya memiliki banyak dukungan baik dari orang tua, keluarga, teman dan lingkungan sekitar sehingga dapat menerima apapun kondisi tubuhnya. Mahasiswa dengan dukungan sosial tinggi dapat mengatasi stresor yang mungkin menyebabkan terjadinya kecenderungan *body dissatisfaction* pada dirinya.

Hipotesis ketiga menghasilkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dan dukungan sosial dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pada Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya karena nilai signifikan hasil uji simultan kurang dari 0,05. Mahasiswa yang memiliki *self-esteem* dan dukungan sosial yang tinggi maka akan memiliki kecenderungan *body dissatisfaction* yang rendah sedangkan mahasiswa yang memiliki *self-esteem* dan dukungan sosial yang rendah akan memiliki kecenderungan *body dissatisfaction* yang tinggi. *Self-esteem* dan dukungan sosial yang tinggi ditandai dengan bagaimana cara individu menerima dan

menghargai dirinya sendiri ketika mengalami kecenderungan *body dissatisfaction*.

B. Saran

Fakultas atau universitas dapat melakukan upaya untuk mencegah terjadinya *body dissatisfaction* pada mahasiswa psikologi. Upaya tersebut dapat dilakukan dengan meningkatkan *self-esteem* mahasiswa dengan cara melatih rasa kepedulian dan menghargai diri sendiri dan orang lain. *Self-esteem* dan dukungan sosial mahasiswa dapat dibangun dengan cara memberikan support kepada mahasiswa untuk dapat menerima dan menghargai dirinya sendiri ketika merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya.

Penelitian ini hanya melihat hubungan antar variabel *self-esteem*, dukungan sosial dan kecenderungan *body dissatisfaction*. Selain itu, penelitian ini memiliki keterbatasan alat ukur yang digunakan pada ketiga variabel dan hanya menguji hubungan antara *self-esteem* dan dukungan sosial saja sedangkan faktor yang mempengaruhi *body dissatisfaction* masih banyak yang menarik untuk diteliti. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dapat mengetahui lebih lanjut berfokus pada dimensi dan aspek yang terdapat pada mahasiswa dewasa awal. Keterbatasan sampel yang hanya menggunakan satu fakultas serta kontribusi ketiga variabel hanya berasal dari populasi mahasiswa psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya sehingga untuk penelitian selanjutnya dapat memperluas populasi subjek penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdolazimi, M., & Niknam, M. (2019). The Effectiveness of Acceptance and Comitment Therapy on Social Support Perception and Body Dissatisfaction in The Early. *Journal Of Aging Psychology*, 5(1).
- Abdullah, A. W. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial, Academic Satisfaction, dengan Kecenderungan Drop Out Pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. *Skripsi*. Univeritas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Adlard, L. (2006). The Relationship Between Body Dissatisfaction Of Mothers And Body Dissatisfaction Of Their Adolescent Daughters. *Disertasi*, Universitas Pretoria.
- Albrecht, T., & Adelman. M. (1987). *Communicating Social Support*. Newbury Park: Sage.
- Amalia, L. (2014). Meningkatkan Self-Esteem Mahasiswa Stain Ponorogo Dengan Pelatihan Pengenalan Diri. *Jurnal Kodifikasi*, 8(1).
- Arikunto, S. (2008). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Psoposal*. Jakarta: PT.Rineka Karya.
- Arshuha, F., & Amalia, I. (2019). Pengaruh Perbandingan Sosial Dan Perfeksionisme Terhadap Body Dissatisfaction Mahasiswi Pengguna Instagram. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi*, 3(2).
- Asih, D., & Setiasih. (2004). Penerapan Metode Akupuntur pada Wanita Penyandang Obesitas. *Anima: Psychological Journa*, 19 (3).
- Baron, R. A., & Bryne, D. (2004). *Psikologi Sosial (edisi 10)*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention 2an Ed*. New York : The Guilford Press.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention 2nd Ed*. New York: The Guilford Press.

- Centi, P. J. (1995). *Mengapa rendah Diri*. Yogyakarta : Karnius.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self Esteem*. San University Of California. W.H Freeman & Company.
- Daley, K. A., Jumerson, D. C., Heatherton, T. F., Metzger, E. D., & Wolfe, B.E. (2008). State self-esteem ratings in women with bulimia nervosa and bulimia nervosa in remission. *Eat disord*, 55(2), 339-353.
- Ellen, P & Sari, EP. (2013). Hubungan Antara Body Dissatisfaction Dengan Kecenderungan Perilaku Diet Pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Integratif*, 1(1).
- Forbes, G. B., et al. (2012). Body dissatisfaction and disorder eating in three culture: Argentina, Brazil, and U.S. *Spinger US*.
- Garaika., & Darmanah. (2019). *Metodologi Penelitian*. Lampung: CV. Hira Tech.
- Gonzalez-Marti, I., Bustos, J. G. F., Jordan, O. R. C., & Mayville, S. B. (2012). Validation of Spanish Version of the Muscle Appearance Satisfaction Scale: Escala De Satisfaccion Muscular. *Body image*, 9, 517-523.
- Gunawati, R., Hartati, S., Listiara, A. (2006). Hubungan Antara Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Bimbingan Utama Skripsi Dengan Stres Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. 3(2).
- Grogan, S. (1998). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children (1nd ed.)*. English: Routledge.
- Grogan, S. (2008). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction In Men, Women And Children*. New York, NY: Roledge.

- Hanum, R., Nurhayati, E., Riani, S. N. (2014). Pengaruh Body Dissatisfaction dan Self-esteem dengan Perilaku Diet Mahasiswa Univeritas “X” Serta Tinjauan Dalam Islam. *Jurnal Psikogenis*, 2 (2).
- Hastuti, F. A. (2018). Pengaruh Social Comparison dan Self Esteem Terhadap Body Dissatisfaction Pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Heatherton, T.F., & Polivy, J. (1991). Development and Validation Of Scalefor Measuring State Self-Esteem. *Journal of personality and social psychology*, 60(6). 895-910.
- Hurlock, E. B. (2002). *Psikologi Perkembangan Anak: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Indriati, C. E. N., & Apriliana, E. (2018). Pengaruh Body Dysmorphix Disorder Pada Self Esteem Mahasiswa. *JIP*, 8 (1), 53-61
- Juanita. B., et al. (2016). Hubungan antara Locus of Control Internal dan Dukungan Sosial dengan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh pada Wanita Dewasa Awal Anggota Pusat Kebugaran RPM Body Fitness Surakarta. *Thesis*. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Kartikasari, N. Y. (2013). Body Dissatisfaction Terhadap Psychological Well Being Pada Karyawati. *Jurnal Ilmiah Psikologo Terapan*, 1(2).
- Khoiriyah, A. L., & Rosdiana, A. M. (2019). Hubungan Ketidakpuasan Tubuh Dengan Penerimaan Diri Pada Perempuan Usia Dewasa Awal (18-25 Tahun) di Kota Malang. *Jurnal Kesetaraan dan Keadilan Gender*, 14(2).
- Kurnia, N. (2004). Representasi Maskulinitas Dalam Iklan. *Jurnal Ilmu Sosial dan Politik*, 8(1). 17-36.

- Lawler, M., & Nixon, E. (2011). Body Dissatisfaction Among Adolescent Boys and Girls: The Effect Of Body Mass, Peer Appearance Culture And Internalization of Appearance Idea. *J Youth Adolescence*. 40:59-71.
- Maslihah, S. (2011). Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri diLingkungan Sekolah dan Prestasi Akademik Siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2).
- Milligan, B. & Pritchard, M. (2006). The Relationship between Gender, Type of Sport, Body Dissatisfaction, Self Esteem and Disordered Eating Behaviors in Division I Athletes. *The Online Journal of Sport Psychology*, Vol. 08, No. 01
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik 5 Langkah Praktis Analisis Statistik Dengan SPSS For Windows*. (2ed). Sidoarjo: Zifatama Jawa
- Mumford, D. B., & Coudry, I. Y. (2000). Body Dissatisfaction and Eating In Slimming And Fitness Gyms In London And Lahore:A Cross-Cultural Study. *European Eating Disorders Review*, 8(1). 217-224.
- Nindita, M. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Body Dissatisfaction Pada Remaja Awal Putri. *Skripsi*. Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Nursyaifuddin, M. (2016). Pengaruh Perbandingan Sosial, Self Esteem & Thin Ideal Internalization Terhadap Body Dissatisfaction Ibu Di Jakarta Selatan. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Pallan, M. et al. (2011). Body image, body dissatisfaction and weight status in south asian children: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 11(21).

- Paxton, et al. (2006). Body Dissatisfaction Prospectively Predicts Depressive Mood And Low Self-Esteem in Adolescent Girls And Boys. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 35(1). 539-549.
- Prameswari, R. T. (2020). Pengaruh Perbandingan Sosial Terhadap Ketidakpuasan Tubuh pada Remaja Akhir Perempuan (Studi Tentang *Physical Appearance*). *Cognicia*. 8(1).
- Pratiwi, M. V., & Sawitri. D. R. (2020). Hubungan Antara Ketidakpuasan pada Tubuh dengan Harga Diri pada Wanita Dewasa Awal Anggota Pusat Kebugaran Moethya. *Jurnal Empati*, 9(4).
- Rahmawati, E. (2007) Hubungan Antara Body Dissatisfaction dengan Self-Confidence Pada Mahasiswi Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya: IAIN Sunan Ampel (Skripsi Tidak Diterbitkan)
- Rohmah, K. (2014). Hubungan Antara Body Dissatisfaction Dengan Harga Diri Pada Pria Dan Wanita Dewasa Awal. (Undergraduate thesis, UIN Sunan Ampel Surabaya) <http://digilib.uinsby.ac.id/424/>
- Rosen, J., Orosan P., & Reiter, J. C. 1995. Cognitive Behavior Therapy for Negative Body Image. *Behavior Therapy*.
- Santrock, J.W. (2011). *Life Span Development, Edisi ke-13, Jilid 1*. Jakarta : Erlangga.
- Sarafino, E.P. (2002). *Health Psychology: Biopsychosocial, Fourth Edition*. New Jersey: HN Wiley.
- Sari. (2018). Hubungan Antara Social Comparison Dan Harga Diri Terhadap Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2). 265-277.
- Shroff, H., Calogero, R. M., & Thompson, J. K. (2009). Assessment of body image. *Handbook of assessment of methods for eating behaviors and weight-related problems*, 115-136.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT.Grasindo.

- Sumali, E., Sukamto, M. E., & Mulya, T. W (2008). Efektivitas Hipnoterapi Terhadap Penurunan Body Dissatisfaction Pada Remaja Akhir. *Humanis*, 1(5). 47-57.
- Sunartio, L., et al. (2012). Social Comparison dan Body Dissatisfaction pada Remaja Akhir. *Humanitas*, 5(1). 47-57.
- Supardi. (1993). Populasi dan Sampel Penelitian. *UNISIA*.
- Supratiknya, A. (1995). *Komunikasi Pribadi Tinjauan Psikologi*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & David, O. S. (2009). *Psikologi Sosial*. Alih bahasa: Tri Wibowo. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Wardhani. (2009). Hubungan Antara Konformitas Dan Harga Diri Dengan Perilaku Konsumtif pada Remaja Putri. *Thesis*. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Wulandari, N. E. (2020). Pengaruh Perbandingan Sosial Dan Rasa Syukur Terhadap Ketidapuasan Tubuh Pada Wanita Dewasa Awal Yang Obesitas Di Kota Bandung. *Thesis*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Zimet, G. D., et al. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assesment*, 52(1).

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A