

**HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
PENERIMAAN DIRI PADA PEREMPUAN PENGGEMAR *KOREAN  
WAVE* YANG MENGIKUTI *AUTO-BASE* STARFESS DI TWITTER**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang  
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam

Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)

Psikologi (S.Psi)



**DISUSUN OLEH :**

**Rachma Syaufina Hamid  
NIM 1907016069**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG**

**2023**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rachma Syaufina Hamid

Nim : 1907016069

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul :

**“Hubungan Citra Tubuh dan Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri pada Perempuan Penggemar *Korean Wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di Twitter”**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 29 September 2023



Rachma Syaufina Hamid

NIM. 19017016069

## PERSETUJUAN PEMBIMBING



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

### PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

*Assalamu 'alaikum, wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
PENERIMAAN DIRI PADA PEREMPUAN PENGGEMAR *KOREAN WAVE*  
YANG MENGIKUTI *AUTO-BASE* STARFESS DI TWITTER  
Nama : Rachma Syaufina Hamid  
NIM : 1907016069  
Jurusan : Psikologi

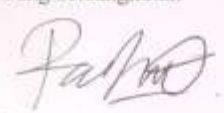
Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Murnaqosah.

*Wassalamu 'alaikum, wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing I,

  
Dra. Hj. Maria Ulfah, M.S.i  
NIP 196008071986122001

Semarang, 31 Agustus 2023  
Yang bersangkutan

  
Rachma Syaufina Hamid  
NIM 1907016069



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI  
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

### PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

*Assalamu'alaikum, wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
PENERIMAAN DIRI PADA PEREMPUAN PENGGEMAR *KOREAN WAVE*  
YANG MENGIKUTI *AUTO-BASE STARFESS* DI TWITTER

Nama : Rachma Syaufina Hamid  
NIM : 1907016069  
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu'alaikum, wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing II,

Nadya Ariyani Hasanah  
Nurriyatiningrum, M. Psi., Psikolog  
NIP 199201172019032019

Semarang, 9 Agustus 2023  
Yang bersangkutan

Rachma Syaufina Hamid  
NIM 1907016060

## HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

### PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini :

Judul : HUBUNGAN CITRA TUBUH DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN  
PENERIMAAN DIRI PADA PEREMPUAN PENGGEMAR *KOREAN*  
*WAVE* YANG MENGIKUTI *AUTO-BASE STARFESS* DI TWITTER

Nama : Rachma Syaufina Hamid

NIM : 1907016069

Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang munaqosah oleh dosen penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam Ilmu Psikologi.

Semarang, 25 September 2023

### DEWAN PENGUJI

Penguji I

Dr. Widiasatuti M.Ag  
NIP. 197503192009012003

Penguji II

Nadya Ariyani Hasanah  
Nurriyatiningrum, M. Psi., Psikolog  
NIP. 199201172019032019

Penguji III

Hj. Siti Hikmah, S.Pd., M.Si  
NIP. 197502052006042003

Penguji IV

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si  
NIP. 197711022006042004

Pembimbing I

Dra. Hj. Maria Ulfah, M.S.i  
NIP. 196008071986122001

Pembimbing II

Nadya Ariyani Hasanah  
Nurriyatiningrum, M. Psi., Psikolog  
NIP. 199201172019032019

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, Yang Maha Pengasih dan Penyayang serta Maha Pemberi Petunjuk bagi para hamba-Nya. Alhamdulillah atas segala bantuan dan ridho yang diberikan oleh-Nya, penulis dapat menyelesaikan proses penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan Citra Tubuh dan Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri pada Perempuan Penggemar *Korean Wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di Twitter” sebagai salah satu syarat kelulusan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi dari Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.

Selama proses penyusunan skripsi ini, penulis sadar bahwa telah mendapatkan banyak arahan, dukungan, serta motivasi dari banyak pihak. Oleh sebab itu, penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah memberi dukungan baik itu secara langsung maupun tidak langsung kepada selama proses penyusunan skripsi ini. Secara khusus penulis ucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Imam Taufiq, M.Ag. selaku Rektor UIN Walisongo Semarang beserta jajaran.
2. Prof. Dr. Syamsul Ma'arif, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan beserta jajaran.
3. Ibu Wening Wihartati, S.Psi, M.Si, selaku Ketua Jurusan Psikologi.

4. Ibu Dra. Hj Maria Ulfah M.S.i selaku dosen wali dan pembimbing I yang telah memberikan banyak arahan dan bimbingan kepada penulis dalam proses pembuatan skripsi ini

5. Ibu Nadya Ariyani Hasanah Nurriyatiningrum, M. Psi., Psikolog selaku pembimbing II yang telah memberikan banyak arahan dan bimbingan kepada penulis dalam proses pembuatan skripsi ini

6. Bapak/Ibu dosen serta civitas akademik lainnya di Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang yang telah membagikan ilmu, pengetahuan, dan segala bantuan lainnya.

7. Semua pihak yang berkenan menjadi subjek penelitian ini, tanpa adanya bantuan dari mereka penulis tidak akan bisa menyelesaikan skripsi ini

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih ada banyak kekurangan serta jauh dari kata sempurna. Sehingga, penulis menerima segala saran, kritik, dan masukan yang membangun mengenai skripsi ini. Penulis juga berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca.

Semarang, 31 Agustus 2023



Rachma Syaufina Hamid

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orangtua penulis, Bapak Abdul Hamid dan Ibu Dwi Kurniawati yang telah memberikan segala bentuk doa, kasih sayang dan dukungan secara materi dan psikologis sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
2. Ketiga adik penulis, Dina Syauqina Hamid, Rizqa Zakiyuna Hamid, dan Daima Dzikrina Hamid yang selalu mendukung penulis dalam menyelesaikan skripsi ini
3. Keluarga penulis lainnya yang telah memberikan dukungan berupa doa selama penulis menyelesaikan skripsi ini
4. Teman-teman terdekat penulis selama di perkuliahan, Iva Azfa Nadzifa, Nurhaliza Masyitoh, Theras Citra, Nabila Jasmine, Kiki Rahmawati, Gita Alentina, Tanzila Yuniar Tami, Rindi Antika, dan Nurista Bela yang telah memberikan support kepada penulis selama ini
5. Semua pihak yang namanya tidak dapat disebutkan satu persatu oleh penulis

Semarang, 31 Agustus 2023



Rachma Syaufina Hamid



## **MOTTO**

Jangan pernah berhenti untuk mencoba.

Jangan pernah berhenti untuk percaya pada diri sendiri.

Jangan pernah menyerah.

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>i</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xv</b>
<b>INTISARI .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang Masalah.....</b>	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah .....</b>	<b>14</b>
<b>C. Tujuan Penelitian .....</b>	<b>14</b>
<b>D. Manfaat Penelitian .....</b>	<b>15</b>
<b>E. Kaeslian Penelitian .....</b>	<b>15</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>22</b>
<b>A. Penerimaan Diri .....</b>	<b>22</b>
1. Pengertian Penerimaan Diri.....	22
2. Aspek-Aspek Penerimaan Diri .....	24
3. Faktor yang Mempengaruhi Penerimaan Diri .....	27
4. Dampak Penerimaan Diri.....	30
5. Penerimaan Diri dalam Perspektif Islam .....	31
<b>B. Citra Tubuh.....</b>	<b>33</b>
1. Pengertian Citra Tubuh.....	33
2. Aspek-Aspek Citra Tubuh .....	35

3. Faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh .....	38
4. Citra Tubuh dalam Perspektif Islam .....	40
<b>C. Dukungan Sosial .....</b>	<b>42</b>
1. Pengertian Dukungan Sosial.....	42
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial .....	44
3. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial .....	47
4. Dukungan Sosial dalam Perspektif Islam .....	48
<b>D. Hubungan Citra Tubuh dan Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri .....</b>	<b>50</b>
<b>E. Hipotesis .....</b>	<b>54</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>56</b>
<b>A. Jenis dan Pendekatan Penelitian .....</b>	<b>56</b>
<b>B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....</b>	<b>57</b>
1. Variabel Penelitian .....	57
2. Definisi Operasional .....	58
<b>C. Tempat dan Waktu Penelitian .....</b>	<b>60</b>
<b>D. Populasi, Sampel, dan teknik sampling.....</b>	<b>60</b>
1. Populasi .....	60
2. Sampel .....	60
3. Teknik Sampling .....	62
<b>E. Teknik Pengumpulan Data .....</b>	<b>62</b>
<b>F. Validitas dan Reliabilitas .....</b>	<b>67</b>
1. Validitas.....	67
2. Reliabilitas .....	68
<b>G. Hasil Uji Coba Alat Ukur .....</b>	<b>69</b>
1. Uji Coba Validitas .....	69
2. Uji Coba Reliabilitas .....	73
<b>H. Analisis Data .....</b>	<b>75</b>
1. Uji Normalitas .....	75
2. Uji Linearitas .....	76

3. Uji Hipotesis .....	76
<b>BAB IV HASIL PEMBAHASAN .....</b>	<b>79</b>
<b>A. Hasil Penelitian .....</b>	<b>79</b>
1. Deskripsi Subjek.....	79
2. Kategorisasi Variabel Penelitian .....	80
<b>B. Hasil Uji Normalitas .....</b>	<b>84</b>
<b>C. Hasil Uji Linearitas .....</b>	<b>85</b>
<b>D. Hasil Uji Hipotesis .....</b>	<b>87</b>
<b>E. Pembahasan .....</b>	<b>91</b>
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>102</b>
<b>A. Kesimpulan .....</b>	<b>102</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>103</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>105</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>112</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jawaban Responden Wawancara Pra-riset.....	8
Tabel 2. Rumus penentuan jumlah sampel Issac dan Michael dari populasi tertentu dengan taraf kesalahan 1%, 5%, dan 10% .....	61
Tabel 3. Tabel penskoran jawaban.....	63
Tabel 4. <i>Blue-print</i> skala penerimaan diri.....	64
Tabel 5. <i>Blue-print</i> skala citra tubuh.....	65
Tabel 6. <i>Blue-print</i> skala dukungan sosial .....	66
Tabel 7. Hasil Uji Coba Skala Penerimaan Diri .....	70
Tabel 8. Hasil Uji Coba Skala Citra Tubuh .....	71
Tabel 9. Hasil Skala Uji Coba Dukungan Sosial .....	72
Tabel 10. Reliabilitas Penerimaan Diri .....	73
Tabel 11. Reliabilitas Citra Tubuh .....	74
Tabel 12. Reliabilitas Dukungan Sosial .....	74
Tabel 13. Koefisien Korelasi.....	78
Tabel 14. Hasil Uji Deskriptif .....	80
Tabel 15. Rentang Skor Penerimaan Diri .....	81
Tabel 16. Kategorisasi Tingkat Penerimaan Diri.....	81
Tabel 17. Rentang Skor Citra Tubuh .....	82
Tabel 18. Kategorisasi Tingkat Citra Tubuh.....	83
Tabel 19. Rentang Skor Dukungan Sosial .....	83
Tabel 20. Kategorisasi Tingkat Dukungan Sosial.....	84
Tabel 21. Hasil Uji Normalitas .....	85
Tabel 22. Hasil Uji Linearitas Penerimaan Diri dan Citra Tubuh.....	85
Tabel 23. Hasil Uji Linearitas Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial.....	86
Tabel 24. Hasil Uji Hipotesis Pertama .....	88
Tabel 25. Hasil Uji Hipotesis Kedua.....	89
Tabel 26. Hasil Uji Hipotesis Ketiga .....	90

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1. Hubungan Citra Tubuh dan Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri..	54
Gambar 2. Usia Subjek Penelitian .....	79

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Uji Coba.....	112
Lampiran 2. Validitas dan Reliabilitas.....	119
Lampiran 3. Skala Penelitian .....	124
Lampiran 4. Skor Responden.....	131
Lampiran 5. Hasil Statistik Deskriptif .....	137
Lampiran 6. Uji Normalitas .....	138
Lampiran 7. Uji Linearitas .....	139
Lampiran 8. Uji Hipotesis.....	140
Lampiran 9. Riwayat Hidup.....	141

## **ABSTRACT**

**Abstract:** *This study aimed to empirically examine the relationship between body image and social support and self-acceptance in female Korean wave fans who follow Starfess' auto-base on twitter. The method used in this study is quantitative research with a correlational approach. The sample in this study is female Korean-wave fans who follow auto-base Starfess on Twitter with an age range of 18-22 years and are members of a fan community (fandom) totaling 272 people. The sampling technique used is incidental sampling. The study's measurement tool used a self-acceptance scale, a body image scale, and a social support scale. The data analysis method used is a multiple correlation test. The results of this study showed a positive and significant relationship between body image and self-acceptance with a correlation coefficient of 0.501 and a signification value of  $0.000 < 0.05$ . Then there was a positive and significant relationship between social support and self-acceptance with a correlation coefficient of 0.298 and a signification value of  $0.000 < 0.05$ . Finally, there was a relationship between body image and social support and self-acceptance with a correlation coefficient of 0.544 and a signification value of  $0.000 < 0.05$ . So it can be concluded that body image and social support with self-acceptance have a positive and significant relationship.*

**Keywords :** *self-acceptance, body image, social support, Korean wave*



## INTISARI

**Intisari** : Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara citra tubuh dan dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Sampel dalam penelitian ini adalah perempuan penggemar korean-wave yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter dengan rentang usia 18-22 tahun dan tergabung dalam komunitas penggemar (*fandom*) berjumlah 272 orang. Teknik pengambilan sampel yang dipakai adalah insidental *sampling*. Alat ukur penelitian ini menggunakan skala penerimaan diri, skala citra tubuh, dan skala dukungan sosial. Metode analisis data yang dipakai adalah uji korelasi berganda. Hasil dari penelitian ini terdapat hubungan positif dan signifikan antara citra tubuh dengan penerimaan diri dengan koefisien korelasi sebesar 0,501 dan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Lalu terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri dengan koefisien korelasi sebesar 0,298 dan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Terakhir, terdapat hubungan antara citra tubuh dan dukungan sosial dengan penerimaan diri dengan koefisien korelasi sebesar 0,544 dan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Sehingga dapat ditarik kesimpulan citra tubuh dan dukungan sosial dengan penerimaan diri memiliki hubungan yang positif dan signifikan.

**Kata kunci** : penerimaan diri, citra tubuh, dukungan sosial, *Korean wave*

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Beberapa tahun belakangan ini, banyak orang yang menggemari budaya populer dari Korea Selatan yang dikenal dengan sebutan *Korean wave* atau *hallyu*. *Korean wave* merupakan sebuah istilah yang dipakai dalam menjelaskan penyebaran budaya dari Korea Selatan yang terdiri dari berbagai bidang. Penyebaran *Korean wave* ini bisa dikatakan berkaitan dengan arus globalisasi dan kemajuan teknologi yang dimanfaatkan oleh pemerintah Korea Selatan untuk menyebarkan produk kebudayaan negaranya (Eliani, dkk., 2018 : 60). Adapun produk kebudayaan yang dibawa dalam *Korean wave* terdiri dari berbagai macam, mulai dari serial televisi, film, musik pop Korea (*K-pop*), kuliner, bahasa Korea, *mode fashion*, teknologi, dan berbagai sub kebudayaan lainnya yang ada hubungannya dengan Korea Selatan (Mahardika, dkk., 2022 : 121).

Sebagian besar aktivitas sebagai penggemar *Korean wave* dihabiskan melalui media sosial. Media sosial sendiri ialah media yang disediakan untuk berkomunikasi antar manusia dari berbagai belahan dunia dengan bantuan internet yang bisa diakses melalui *gadget* (Putra, 2018 : 198). Salah satu platform media sosial yang banyak digunakan penggemar *Korean wave* adalah twitter. Pengguna twitter di Indonesia sendiri menurut Ahlgren (2023) per Juli 2022 ada sebanyak 21,2 juta pengguna. Adapun kelebihan twitter jika

dibandingkan media sosial lain menurut Putra (Solihin, dkk., 2021 : 52) adalah jangkauannya yang luas, bisa menjangkau tidak hanya teman, tetapi juga dapat menjangkau publik figur, mempunyai potensi periklanan di masa mendatang lebih besar, komunikasi terjadi dengan sangat cepat (*update*), dapat terhubung dengan banyak jaringan serta lebih terukur dari media sosial lainnya.

Bentuk komunikasi dalam twitter dapat menjangkau banyak orang tak terkecuali *public figure* termasuk yang berasal dari Korea Selatan, membuat banyak penggemar turut menggunakan media sosial twitter ini. Selain itu twitter juga memiliki banyak fitur, salah satunya adalah *automatic base*. Seperti yang diungkapkan oleh Chak (2022), *automatic base* atau sering disingkat sebagai *auto-base* merupakan gabungan dari kata “*automatic*” yang berarti otomatis dan “*fanbase*”, yang berarti tempat berkumpulnya para penggemar. Adapun pengertian *auto-base* dalam twitter sendiri adalah wadah yang diikuti orang dengan minat tertentu yang disediakan agar para pengikutnya dapat mengirimkan submisi berupa pertanyaan atau pernyataan melalui *direct message*, yang nantinya submisi tersebut akan terunggah otomatis ke publik secara anonim.

Salah satu *auto-base* yang terkenal di twitter dan memiliki banyak pengikut adalah Starfess dengan total pengikut sebanyak 818.686 orang. Starfess merupakan sebuah *auto-base* yang didedikasikan bagi para penggemar *public figure* dari seluruh dunia, termasuk dari Korea Selatan. Kebanyakan yang mengikuti autobase ini sendiri adalah penggemar *public figure* asal Korea Selatan, ini bisa dilihat berdasarkan rata rata submisi dalam

*auto-base* ini mengenai para bintang dari negara tersebut. Submisi yang terkirim dalam base ini ada bermacam macam, mulai dari membahas lagu, penampilan fisik, bakat, pencapaian, dan berbagai submisi lainnya.

Produk hiburan asal Korea Selatan identik dengan para artisnya yang terkenal cantik dan tampan, memiliki kulit yang putih mulus, lalu badan yang tinggi, langsing, kaki jenjang, dan lain sebagainya. Di Korea Selatan penampilan menjadi hal yang sangat penting. Operasi plastik merupakan hal lumrah di Korea Selatan, tidak sulit menemukan klinik untuk melakukan operasi plastik. Seperti yang diungkap oleh Namira (2020), tidak hanya perempuan saja di sana yang melakukan operasi plastik, namun juga para laki lakinya. Selain itu dalam artikel tersebut juga disampaikan bahwa di Korea Selatan banyak orangtua yang menghadiahkan operasi plastik sebagai kado kelulusan untuk anak anaknya. Hal ini semua terjadi karena banyak orang terutama anak muda di sana yang berbondong-bondong untuk memenuhi standar kecantikan yang ada di negaranya tersebut.

Standar kecantikan tersebut pada kenyataannya tidak hanya mempengaruhi anak muda di Korea Selatan saja, tetapi juga sudah mempengaruhi para anak muda Indonesia terlebih yang menggemari produk hiburan asal Korea Selatan. Sebab berdasarkan pengamatan yang dilakukan pada beberapa *auto-base* yang ada di twitter termasuk Starfess, apabila terdapat submisi mengenai siapakah gambaran *body goals* impian jawabannya sebagian besar adalah para artis asal Korea Selatan baik yang perempuan maupun laki laki.

Berikut ini adalah salah satu komentar yang ditulis oleh akun twitter @mi\*\*\*\*\*le saat ditanyai siapa *body goals* impiannya di *auto-base* Starfess pada 2 Januari 2023.

*“Karina lahhh. Semenjak lihat foto Karina yang pertama, gila sih body nya impian banget. Tapi aku nya masih suka makan seblak malem2”*

Lalu ada komentar lain yang ditulis oleh akun twitter @ch\*\*\*\*\*oo pada submisi yang sama.

*“Aku cewek tapi suka bodynya Han Jisung SKZ, kek body dia tuh bagus banget, pinggang ramping, kakinya jenjang & ramping banget gitu gemes. Aku pengen banget punya body kayak gitu, dia punya pipi gembil terus badannya kecil gitu malah mirip anime, gemes banget. Pengen punya perawakan kayak Han Jisung”*

Komentar lain dalam submisi yang sama dituliskan oleh akun twitter @fe\*\*\*\*\*99.

*“Body goals gue tuh Joy RV kelihatan healthy gak kekurusan kayak ideal banget, dan ter new lagi suka liat Yujin IVE body nya jg healthy banget menurut pendapat gua yah tentunya wkwk tp klo goals dah pasti mbak Joy”*

Melihat komentar-komentar di atas saat ditanya mengenai *body goals* impian, dapat diketahui bahwa penampilan fisik memang tidak akan pernah lepas dari berbagai tahapan perkembangan individu terutama bagi perempuan termasuk pada tahapan perkembangan masa dewasa awal. Masa dewasa awal sendiri dimulai pada usia 18 tahun hingga sekitar 40 tahun (Hurlock, 2004 : 246). Saat sudah memasuki dewasa awal, individu memang sudah hampir tidak mengalami pertumbuhan dalam fisiknya lagi seperti saat dirinya puber dan remaja, namun bukan berarti aspek fisik atau penampilan sudah bukan hal yang penting lagi diperhatikan khususnya perempuan. Perempuan akan

menyadari bahwa penampilan fisik yang menarik merupakan sebuah keuntungan, terutama dalam bidang bisnis dan percintaan (pernikahan) (Hurlock, 2004 : 255). Pernyataan tersebut kemudian dikuatkan dengan penjelasan dari Mathes dan Kahn (dalam Hurlock, 2004 : 255) yang mengatakan bahwasannya penampilan fisik yang menarik dalam interaksi sosial itu merupakan sebuah potensi yang menguntungkan, individu dengan fisik yang menarik akan lebih mudah diterima dalam pergaulan.

Pernyataan dari Hurlock (2004 : 255) serta Mathes dan Kahn (dalam Hurlock, 2004 : 255) mengenai keuntungan memiliki penampilan fisik yang menarik membuat banyak individu terutama perempuan berlomba lomba untuk menutupi kekurangannya, seperti dengan menggunakan *skincare* dan *makeup*. Hal ini terlihat dari laporan *Statista*, yang menyatakan pendapatan di bidang kecantikan dan perawatan diri di Indonesia pada tahun 2022 mencapai Rp 111,83 triliun, meningkat dari tahun 2021 yang pendapatan dari bidang tersebut sekitar Rp 94.694.240.000, dan diperkirakan akan terus meningkat setiap tahunnya sebesar 5,81% (Mutia, 2022).

Para individu terutama perempuan menggunakan *skincare*, *makeup*, dan melakukan berbagai upaya untuk menutupi dan memperbaiki kekurangannya karena menganggap kekurangan yang ada dalam dirinya itu akan membuat daya tarik yang ada dalam dirinya berkurang, meskipun kekurangannya itu hanya sedikit saja mereka akan berusaha untuk menutupinya.

Pemikiran individu terkait kekurangan yang dimiliki dapat mengurangi daya tariknya ditakutkan dapat membuat individu sulit untuk menerima dirinya, termasuk menerima kelebihan serta kelemahan yang dimiliki. Penerimaan diri sendiri ialah sikap di mana individu merasa puas dengan dirinya, puas dengan kualitas dan bakatnya sendiri, serta pengakuan terhadap keterbatasan yang dia miliki (Chaplin, 2006 : 451). Lalu pengertian lain mengenai penerimaan diri juga disampaikan oleh Bernard (2013 : 180), menurutnya penerimaan diri ialah ketika seorang individu itu sadar akan semua kekuatan (kepribadian, keluarga, budaya) serta kualitas diri jika tidak ada orang yang sempurna di dunia ini. Oleh sebab itu, individu dikatakan menerima dirinya apabila sudah merasa puas dan sadar dengan karakteristik yang dia miliki dan mau mengakui (dan menerima) kekurangannya.

Penerimaan diri dapat dikatakan sebagai bentuk identitas yang didapat seseorang ketika masa remaja. Lalu hingga memasuki masa dewasa awal, penerimaan diri sifatnya akan menetap, sehingga idealnya pada masa tersebut penerimaan diri sudah sampai dalam tahap stabil (Hall & Lindzey, 2005 : 141). Namun pada kenyataannya, masih banyak individu saat masa dewasa awal yang belum dapat menerima dirinya dengan baik. Hal ini sesuai dengan pra riset pada penggemar *korean wave* berjenis kelamin dengan rentang usia 18-22 tahun yang dilakukan peneliti pada 19-22 Januari 2023 menggunakan google form dengan link sebagai berikut <https://forms.gle/eeYTxBQ9XdNmMoYqT9>. Pra riset ini dilakukan peneliti dengan cara mengirim *tweet* serta *direct message* melalui media sosial twitter,

yang mana pada pra riset ini peneliti memperoleh responden sebanyak 56 orang. Pernyataan dalam pra riset tersebut dibuat berdasarkan aspek penerimaan diri yang disampaikan oleh Sheerer (dalam Padillah & Nurchayati, 2022 : 140) yang terdiri dari perasaan sederajat, percaya pada kemampuan yang dimiliki, bertanggung jawab, berorientasi keluar, berpendirian, menyadari keterbatasan diri, dan menerima sifat-sifat kemanusiaan.

Dari pra riset tersebut, diperoleh data yang menyatakan bahwa 16% responden merasa tidak memiliki perasaan sederajat dengan orang lain,. Lalu terdapat sekitar 56% responden yang kurang mempercayai kemampuan yang dimilikinya. Selain itu ada sekitar 35% responden yang kurang dapat bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya. Lalu terdapat sekitar 75% responden yang kurang mampu berorientasi keluar dirinya. Setelah itu ada sekitar 52% responden yang kurang berpendirian dan mudah terpengaruh oleh orang lain. Selanjutnya terdapat 54% responden yang malu dengan keterbatasan atau kekurangan yang dimilikinya. Dan yang terakhir, terdapat sekitar 86% responden yang belum bisa menerima sifat-sifat kemanusiaan secara keseluruhan.

Berdasarkan pra riset tersebut, peneliti mengambil 5 orang responden dengan jawaban yang hampir semuanya bertolak belakang dan bahkan semuanya bertolak belakang dengan aspek penerimaan diri. 5 orang responden tersebut adalah TY, GA, FB, NB, dan AL. Yang mana ada 2 responden yang semua jawabannya itu bertolak belakang dengan ketujuh aspek penerimaan



diri yaitu TY dan NB sedangkan GA, FB, dan AL hanya ada 1 aspek yang sesuai dengan penerimaan diri dan 6 aspek lainnya tidak sesuai. Kelima responden yang terpilih tersebut akan diwawancarai lebih mendalam oleh peneliti melalui *direct message* twitter dan whatsapp.

Berikut adalah tabel yang berisikan ringkasan jawaban dari kelima responden tersebut.

**Tabel 1. Jawaban Responden Wawancara Pra-riset**

no	Aspek	Responden				
		TY	GA	FB	NB	AL
1	Perasaan sederajat	X Merasa tidak sekuat orang lain dalam meraih kesuksesan	X Insecure	X Iri lalu menjadi rendah diri	X Merasa tidak <i>worth it</i>	V Tidak rendah diri karena setiap orang punya <i>value</i>
2	Percaya pada kemampuan yang dimiliki	X Kurang percaya diri dengan kemampuan	X Kurang adanya dukungan	X Omongan jelek dari orang terdekat	X Takut keluar dari zona nyaman	X Ada sugesti negatif pada diri
3	Bertanggung jawab	X Perasaan sensitif apabila dikritik	X Tidak suka bila dikritik, walaupun itu benar	X Menjadi kepikiran saat dikritik	X Mempertanyakan apa orang yang mengkritik lebih baik	X Tidak suka dikritik karena orang lain hanya tau <i>covernya</i> saja
4	Berorientasi ke luar	X Sulit untuk menyukai orang lain)	X Tidak nyaman membuka diri	X Takut diperlakukan buruk orang lain	X Lebih suka sendirian	X Cemas saat berkomunikasi dengan orang
5	Berpendirian	X	X	V	X	X

		Mudah terbuju orang	Selalu bertanya opini orang lain saat membuat keputusan	Teguh dengan yang diyakini	Tidak percaya pada diri sendiri	Ragu dengan pilihan sendiri
6	Menyadari keterbatasan diri	X Malu dengan fisik	V Sadar akan kekurangan tapi tidak malu	X Malu dengan kondisi fisik	X Malu dengan public speaking yang kurang	X Kadang malu dengan beberapa kekurangan
7	Menerima sifat sifat kemanusiaan	X Tidak ingin menambah beban pikiran orang lain	X Tidak semua harus tahu apa yang dirasakan	X Tidak ingin dilihat rapuh	X Berpura-pura semuanya baik baik saja	X Selalu ingin terlihat ceria di depan orang lain

Dari jawaban yang diberikan responden, pada aspek pertama semua responden kecuali AL kurang memiliki perasaan sederajat karena mereka masih merasa rendah diri apabila melihat kesuksesan orang lain dan membandingkannya dengan dirinya. Lalu pada aspek yang kedua, semua responden kurang percaya pada kemampuan yang dimiliki terutama ketika sedang berhadapan dengan situasi yang sulit. Pada aspek ketiga yaitu mampu bertanggung jawab terhadap apa yang terjadi pada dirinya termasuk mampu untuk menerima kritikan dari orang lain, kelima responden kurang memiliki aspek tersebut. Alasannya dikarenakan mereka memiliki perasaan yang sensitif dan terkadang kritik tersebut malah dirasa menyinggung perasaannya.

Selanjutnya aspek keempat yaitu berorientasi keluar, semua responden kurang mampu berorientasi keluar diri, ditunjukkan dengan

kesesuaian mereka dengan pernyataan sulit merasa nyaman dan terbuka dengan orang lain. Lalu pada aspek kelima, semua responden kecuali FB kurang berpendirian dan mudah terpengaruh oleh orang lain. Pada aspek keenam yaitu menyadari keterbatasan diri, semua responden kecuali GA merasa malu dengan keterbatasan yang dimiliki, sementara GA memang sadar dirinya memiliki keterbatasan tetapi tidak malu dengan hal tersebut... Dan aspek yang terakhir yaitu menerima sifat-sifat kemanusiaan seperti rasa takut, sedih, marah yang mana semua responden kurang sesuai dengan aspek tersebut, sebab mereka masih suka berpura-pura menutupi perasaan yang sesungguhnya dirasakan.

Berdasarkan uraian terkait jawaban dari kelima responden di atas mengenai penerimaan diri mereka, terlihat bahwa kelima responden belum bisa menerima dirinya dengan baik, sebab mereka masih rendah diri apabila melihat kesuksesan orang lain, kurang dapat mempercayai kemampuan yang dimiliki, terkadang masih sulit untuk menerima kritik, sulit untuk mau terbuka dan nyaman dengan orang lain, masih merasa malu dengan keterbatasan yang dimiliki, serta belum dapat sepenuhnya menerima dan mengakui seluruh sifat-sifat kemanusiaan,

Penerimaan diri sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Hurlock (dalam Padillah & Nurchayati, 2022 : 140) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan diri itu ada keberhasilan, wawasan diri, aspirasi yang realistis, wawasan sosial, serta konsep diri yang stabil. Sedangkan menurut Jerslid, (dalam Melinda, 2013 : 9) ada 5 faktor yang dapat

mempengaruhi penerimaan diri, yaitu usia, tingkatan pendidikan, dukungan sosial, pola asuh orangtua dan yang terakhir adalah kondisi fisik.

Perihal kondisi fisik yang menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan diri individu menurut Jerslid (dalam Melinda, 2013 : 9), bisa menjadi penguat dari alasan ketakutan individu terutama perempuan mengenai kekurangan fisiknya yang dianggap dapat mengurangi daya tariknya. Apabila sudah seperti itu, individu dapat mengaggap dirinya tidak menarik secara fisik dan akan membuatnya kesulitan untuk menerima dirinya dengan segala kelebihan dan kekurangan yang ada. Kondisi fisik ini juga berkaitan dengan seperti apa citra tubuh yang dimiliki individu.

Pengertian dari citra tubuh sendiri menurut Arthur dan Emily (2010 : 75) adalah gambaran subjektif yang dimiliki oleh individu terkait tubuhnya, terlebih yang berkaitan dengan penilaian orang lain, juga seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi tersebut. Pengertian lain mengenai citra tubuh diungkapkan oleh Rombe (2014 : 79) yaitu sebuah sikap atau perasaan puas serta tidak puas yang dimiliki individu mengenai tubuhnya sehingga dapat menimbulkan suatu penilaian yang positif ataupun negatif pada dirinya sendiri.

Perempuan dapat dikatakan lebih cenderung memiliki permasalahan terkait citra tubuhnya jika dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini sejalan dengan penjelasan dari Bell dan Rushforth (2008 : 3-8) mengenai salah satu faktor yang mempengaruhi citra tubuh, yaitu jenis kelamin Perempuan

dikatakan lebih cenderung memiliki masalah terkait citra tubuhnya karena perempuan menganggap penampilan fisik yang menarik itu adalah suatu hal yang menguntungkan. Sehingga apabila perempuan tidak puas dengan kondisi tubuh yang dimiliki ia akan menganggap penampilannya tidak menarik dan membuatnya memiliki citra tubuh yang negatif.

Selain mengenai fisik yang masih dianggap penting ketika memasuki tahap perkembangan masa dewasa awal terutama bagi perempuan, ada juga hal lain yang penting dalam tahap perkembangan ini, yaitu kehidupan bersosial individu terutama dalam lingkup pertemanan. Ketika memasuki tahap masa dewasa awal, individu akan lebih selektif lagi mengenai lingkup pertemanannya, tidak seperti ketika anak-anak dan remaja yang tidak memilih-milih teman, sebab keinginan untuk mempunyai teman yang banyak seperti yang dirasakan ketika masa remaja itu akan memudar. Oleh karena itu, ketika dewasa teman yang dimiliki individu jumlahnya memang tidaklah banyak, tetapi hubungan yang mereka miliki akan lebih akrab (Hurlock, 2004 : 262). Hurlock juga menyampaikan bahwasannya pada tiap tahapan usia, individu memilih teman berdasarkan kecocokan, sama halnya saat masa dewasa awal.

Orang-orang di masa dewasa awal ini akan mencari teman yang memiliki kepentingan dan nilai yang sama dengan dirinya (Hurlock, 2004 : 262). Individu juga akan mencari teman yang memiliki minat yang sama dengan dirinya, seperti mencari teman yang memiliki kegemaran yang sama terhadap publik figur atau jenis hiburan tertentu. Salah satu contohnya

adalah dengan mencari teman yang sama-sama memiliki kegemaran terhadap produk hiburan asal Korea Selatan, sebab apabila memiliki minat yang sama seorang individu akan lebih nyaman dalam bertukar pendapat dengan orang lain.

Perihal ruang lingkup petemanan pada masa dewasa awal tersebut dapat berimbas pada dukungan sosial yang akan individu peroleh. Dukungan sosial ini juga merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan diri seseorang menurut Jerslid (dalam Melinda, 2013 : 9). Dukungan sosial sendiri dapat diartikan sebagai pemberian kenyamanan, merawat, serta menghargai orang lain (Sarafino & Smith 2011, hlm. 102). Selain itu, dukungan sosial juga dapat diartikan sebagai sebuah interaksi interpersonal dengan cara pemberian bantuan dari orang lain kepada individu, yang mana bantuan tersebut biasanya datang dari orang yang berarti bagi individu. Orang yang berarti bagi individu ini adalah orang-orang yang bisa dikatakan memiliki hubungan yang dekat dengan individu, seperti, keluarga, pasangan, dan tentunya teman. Bentuk dari dukungan sosial tersebut dapat berupa pemberian dukungan materi, bantuan tingkah laku, dan pemberian informasi (Sarason, dalam Smet, 2011:135).

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijabarkan, peneliti mengajukan penelitian yang berjudul “Hubungan Citra Tubuh dan Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri pada Perempuan Penggemar *Korean Wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di Twitter”.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Adakah hubungan antara citra tubuh dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter?
2. Adakah hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter?
3. Adakah hubungan antara citra tubuh dan dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter?

## **C. Tujuan**

1. Mengetahui hubungan antara citra tubuh dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter.
2. Mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter.
3. Mengetahui hubungan antara citra tubuh dan dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Terdapat beberapa manfaat yang dapat diperoleh dalam penelitian ini.

Manfaat yang didapat antara lain :

##### 1. Manfaat Teoritis

Peneliti berharap penelitian ini dapat menambah wawasan pengetahuan keilmuan yang baru dalam bidang psikologi, lebih khususnya mengenai penerimaan diri. Selain itu peneliti juga berharap agar penelitian ini nantinya bisa menjadi bahan informasi untuk penelitian selanjutnya.'

##### 2. Manfaat Praktis

Bagi penggemar *Korean wave* terutama yang berjenis kelamin perempuan, dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan penerimaan dirinya, terlebih melalui adanya citra tubuh yang baik dan dukungan sosial dari sesama penggemar *Korean wave*.

#### **E. Keaslian Penelitian**

Pembahasan dalam keaslian penelitian ini ditujukan guna menguraikan beberapa hasil penelitian sebelumnya yang relevan dengan penelitian ini guna memverifikasi persamaan dan perbedaan dengan penelitian sebelumnya, sehingga dapat diketahui signifikannya dengan jelas

Penelitian yang pertama dilakukan oleh Thawafa (2020) yang berjudul "Hubungan antara *Body Image* dengan Penerimaan Diri pada Mahasiswi". Dari



penelitian tersebut diperoleh hasil uji korelasi dengan nilai koefisien korelasi  $r_{xy}$  sebesar 0,495 dan taraf signifikansi  $p=0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang memiliki arti adanya hubungan positif yang signifikan antara *body image* dan penerimaan diri pada mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Berarti semakin tinggi citra tubuhnya, maka semakin tinggi pula penerimaan dirinya. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti adalah apabila penelitian tersebut hanya menggunakan 2 variabel yaitu citra tubuh (X) dan penerimaan diri (Y), maka penelitian yang akan diteliti terdapat tambahan variabel bebas lain yaitu dukungan sosial. Lalu terletak juga pada subjek penelitian, apabila dalam penelitian tersebut menggunakan mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dalam penelitian ini subjeknya ialah penggemar *korean wave* yang berjenis kelamin perempuan dan mengikuti *auto-base* starfess di Twitter. Selain itu, perbedaan juga ada pada teknik pengambilan sampelnya, penelitian tersebut menggunakan teknik *purposive sampling*, sedangkan penelitian ini menggunakan *insidental sampling*.

Penelitian kedua dilakukan oleh Khoiriyah dan Rosdiana (2019) dengan judul “Hubungan Ketidakpuasan Tubuh dengan Penerimaan Diri pada Perempuan Usia Dewasa Awal di Kota Malang”. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini ialah ketidakpuasan tubuh memiliki hubungan yang baik dengan penerimaan diri pada perempuan dewasa awal di Kota Malang dengan nilai koefisien korelasi sebesar  $0,226 > r$  tabel  $0,202$ . Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel bebasnya, yaitu apabila dalam

penelitian tersebut digunakan ketidakpuasan tubuh maka dalam penelitian yang akan dilakukan yang digunakan adalah citra tubuh, lalu dalam penelitian yang akan dilakukan juga terdapat variabel bebas tambahan yaitu dukungan sosial. perbedaan lainnya pada subjek penelitian, apabila dalam penelitian tersebut menggunakan para perempuan yang berusia dewasa awal yang ada di Kota Malang, maka dalam penelitian ini subjeknya ialah penggemar *korean wave* yang berjenis kelamin perempuan dan mengikuti *auto-base* starfess di Twitter.

Penelitian yang ketiga dilakukan oleh Oktaviani, dkk (2021) dengan judul “Pengaruh Citra Tubuh Terhadap Penerimaan Diri Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang”. Dari penelitian yang dilakukan ditemukan bahwa tidak adanya pengaruh dari citra tubuh terhadap penerimaan diri mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang sebab nilai signifikan yang diperoleh sebesar 0,000 kurang dari 0,05 ( $P < 0,05$ ). Adapun perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan ini adalah jika penelitian tersebut menggunakan 2 variabel saja yaitu citra tubuh (X) dan penerimaan diri (Y), maka penelitian yang akan diteliti terdapat tambahan variabel X yaitu dukungan sosial. perbedaan lainnya terletak pada subjek penelitian, apabila dalam penelitian tersebut menggunakan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang, maka dalam penelitian ini subjeknya ialah penggemar *Korean wave* yang berjenis kelamin perempuan dan mengikuti *auto-base* starfess di Twitter. Selain itu, teknik skala yang digunakan penelitian tersebut juga berbeda, apabila penelitian tersebut menggunakan skala penerimaan diri Hurlock, maka

penelitian ini menggunakan skala dari Sheerer. Perbedaan lainnya juga ada pada teknik analisis datanya, apabila penelitian tersebut menggunakan analisis regresi linear sederhana, maka penelitian ini menggunakan analisis korelasi *product moment*.

Penelitian keempat dilakukan oleh Wahyuningsih, dkk (2021) yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Penerimaan Diri Pada Santri Pondok Pesantren”. Dalam penelitian tersebut diperoleh hasil berupa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan penerimaan diri pada santri sebab nilai yang diperoleh dalam uji ialah  $r = 0,673$   $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ) yang artinya semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi juga penerimaan diri pada para santri pondok pesantren. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti dengan penelitian tersebut adalah penelitian tersebut hanya menggunakan 2 variabel yaitu dukungan sosial (X) dan penerimaan diri (Y), maka penelitian yang akan diteliti terdapat tambahan variabel bebas lain yaitu citra tubuh. Selain itu dukungan sosial dalam penelitian tersebut juga berfokus pada dukungan sosial keluarga, sementara dalam penelitian ini dukungan sosial berasal dari teman sesama penggemar korean wave. Perbedaan lainnya terletak pada subjek penelitian, apabila dalam penelitian tersebut menggunakan santri pondok pesantren di Tidore kepulauan, maka dalam penelitian ini subjeknya ialah penggemar *korean wave* yang berjenis kelamin perempuan dan mengikuti *auto-base* starfess di Twitter. Selain itu untuk pengambilan sampel dalam

penelitian tersebut menggunakan teknik *cluster random sampling*, sementara penelitian ini menggunakan teknik insidental *sampling*.

Penelitian kelima dilakukan oleh Abdullah, dkk (2021) yang berjudul “Harga Diri, Dukungan Sosial, dan Penerimaan Diri pada Orangtua yang Memiliki Anak Tunanetra”, yang dari penelitian tersebut diperoleh hasil berupa terdapat pengaruh positif dari harga diri dan dukungan sosial kepada penerimaan diri meskipun pengaruh dari dukungan sosial tidak signifikan, serta adanya pengaruh positif secara bersama-sama dari harga diri dan dukungan sosial terhadap penerimaan diri orangtua yang memiliki anak tunanetra. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti dengan penelitian tersebut adalah dalam penelitian tersebut X1 atau variabel bebas yang pertama yaitu harga diri berbeda dengan penelitian yang akan dilakukan ini adalah citra tubuh. Perbedaan lainnya terletak pada subjek penelitian, apabila dalam penelitian tersebut menggunakan orang tua yang memiliki anak tunanetra di SLB-A Pajajaran Bandung, maka dalam penelitian ini subjeknya ialah penggemar *korean wave* yang berjenis kelamin perempuan dan mengikuti *auto-base* starfess di Twitter. Lalu teknik pengambilan sampel yang dilakukan juga berbeda, apabila penelitian tersebut menggunakan teknik sensus, maka penelitian ini menggunakan teknik insidental *sampling*. Selain itu teknik analisis data yang dilakukan juga berbeda, penelitian tersebut menggunakan analisis regresi berganda, sedangkan penelitian ini menggunakan analisis korelasi *product moment*.

Penelitian keenam dilakukan oleh Maryam dan Ifdil (2019) dengan judul “*Relationship between body image and self-acceptance of female students*”. Dari penelitian tersebut diperoleh hasil berupa adanya hubungan yang signifikan antara body image dengan penerimaan diri mahasiswa putri BK FIP UNP, dengan koefisien sebesar -0,469, yang artinya semakin positif body image mahasiswa putri, maka semakin tinggi penerimaan diri yang dimiliki. Perbedaan antara penelitian yang akan dilakukan peneliti adalah apabila penelitian tersebut hanya menggunakan 2 variabel yaitu citra tubuh (X) dan penerimaan diri (Y), maka penelitian yang akan diteliti terdapat tambahan variabel bebas lain yaitu dukungan sosial. Lalu perbedaan terletak juga pada subjek penelitian, apabila dalam penelitian tersebut menggunakan mahasiswi BK Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, maka dalam penelitian ini subjeknya ialah penggemar *korean wave* yang berjenis kelamin perempuan dan mengikuti *auto-base starfess* di Twitter. Selain itu teknik pengambilan sampel yang digunakan juga berbeda, penelitian tersebut menggunakan teknik *stratified proportional random sampling*, maka penelitian ini menggunakan teknik insidental *sampling*.

Penelitian ketujuh dilakukan oleh Sukmawati dan Supradewi (2019) yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri pada Pasien Wanita Penderita Kanker Payudara Pasca Mastektomi di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang”. Hasil yang diperoleh dalam penelitian tersebut adalah terdapat skor korelasi  $r_{xy}$  sebesar 0,799 dengan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ), yang berarti terdapat hubungan positif yang

signifikan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada wanita pasien kanker payudara pasca mastektomi di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada variabel yang digunakan, apabila penelitian tersebut hanya menggunakan 2 variabel yaitu dukungan sosial (X) dan penerimaan diri (Y), maka penelitian yang akan diteliti terdapat tambahan variabel bebas lain yaitu citra tubuh. Perbedaan terletak juga pada subjek penelitian, apabila dalam penelitian tersebut menggunakan pasien kanker payudara berjenis kelamin perempuan yang mastektomi di RSI Sultan Agung Semarang, maka dalam penelitian ini subjeknya ialah penggemar *korean wave* yang berjenis kelamin perempuan dan mengikuti *auto-base starfess* di Twitter. Selain itu perbedaan juga terletak pada teknik pengambilan sampel, apabila penelitian tersebut menggunakan teknik *purposive sampling*, maka penelitian ini menggunakan teknik insidental sampling.

Berdasarkan uraian mengenai penelitian yang relevan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa belum ada yang melakukan penelitian mengenai citra tubuh dan dukungan sosial secara bersamaan dengan penerimaan diri dengan subjek yang sama dengan peneliti, yaitu penggemar *Korean wave* yang berjenis kelamin perempuan dan mengikuti *auto-base starfess* di Twitter.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Penerimaan Diri**

##### **1. Pengertian penerimaan diri**

*American Psychological Association* (APA) mendefinisikan penerimaan diri sebagai pengakuan yang relatif objektif mengenai kemampuan serta pencapaian individu, juga penerimaan dan pengakuan keterbatasan yang dimiliki individu tersebut. Penerimaan diri juga seringkali dianggap sebagai komponen utama dari kesehatan mental. Pengertian lain penerimaan diri diutarakan oleh Chaplin (2006 : 451), yaitu sikap dimana individu merasa puas dengan dirinya, puas dengan kualitas dan bakatnya sendiri, serta pengakuan terhadap keterbatasan yang ia miliki. Masih selaras dengan pengertian sebelumnya,

Penerimaan diri menurut Sheerer (dalam Paramita & Margaretha, 2013 : 93) merupakan penilaian secara objektif mengenai diri serta keadaan, juga menerima segala yang ada pada diri sendiri termasuk kelebihan dan kelemahan. Lalu menurut Melinda (2013 : 9) penerimaan diri itu adalah keadaan ketika seorang individu mempunyai penilaian yang positif terhadap dirinya, serta mengakui segala kelebihan ataupun kekurangan yang ada di dalam dirinya tanpa merasa malu maupun bersalah terhadap kodrat dirinya.

Hurlock (dalam Paramita & Margaretha, 2013 : 94) menyebutkan bahwa penerimaan diri adalah kesadaran individu terkait dengan karakteristik dirinya serta dorongan untuk hidup dengan keadaan yang dimilikinya. Ini dapat diartikan bahwasanya individu mempunyai kepastian terkait standar yang dimiliki, juga individu tersebut mempunyai penilaian yang realistis pada dirinya sendiri tanpa ada rasa mencela apapun yang ada pada dirinya saat ini. Hurlock juga menyebutkan kalau penerimaan diri itu merupakan salah satu faktor psikologis yang sangat mempengaruhi kondisi mental individu. Masih sejalan dengan pengertian sebelumnya, Bernard (2013 : 180) menyatakan bahwa penerimaan diri ialah ketika seorang individu itu sadar akan semua kekuatan (kepribadian, keluarga, budaya) serta kualitas diri jika tidak ada orang yang sempurna di dunia ini, dan ini juga berarti seorang individu sadar bahwa dirinya bisa mirip dan bisa pula berbeda dengan orang lain.

Selain itu, Supratiknya (2016 : 84), mengungkapkan bahwa penerimaan diri ketika individu mempunyai penghargaan tinggi pada dirinya dan tidak memiliki sifat sinis pada diri sendiri. Penerimaan diri ada kaitannya dengan kemauan mengungkapkan pikiran, membuka diri, mengutarakan perasaan serta reaksi untuk orang lain, kesehatan psikologis dirinya, juga penerimaan terhadap orang lain. Sejalan dengan pengertian tersebut, Marni dan Yuniarwati (2015 : 3) juga mengutarakan pengertiannya mengenai penerimaan diri, yaitu suatu bentuk penghargaan yang tinggi kepada dirinya atau tidak bersikap sinis dan dapat mampu mengutarakan pikiran serta



perasaan pada orang lain, mempunyai karakteristik dan juga keyakinan agar dapat hidup dengan keadaan serta kesadaran mengenai keterbatasan dan kekurangan yang ada di dalam diri individu.

Dari beberapa definisi mengenai penerimaan diri di atas, disimpulkan bahwa penerimaan diri itu adalah penilaian secara objektif mengenai diri sendiri juga kemauan untuk menerima semua karakteristik dan aspek yang ada dalam diri entah itu kelebihan maupun kelemahan tanpa dibarengi dengan perasaan sinis pada diri sendiri, serta bersedia menerima semua itu dalam kehidupannya.

## **2. Aspek aspek penerimaan diri**

Menurut Sheerer (dalam Padillah & Nurchayati, 2022 : 140), terdapat beberapa aspek penerimaan diri, yaitu :

### **a. Perasaan sederajat**

Individu yang mempunyai perasaan sederajat artinya ia merasa sama dengan manusia yang lain (Marni & Yuniarwati, 2015 : 3). Individu tidak akan menganggap dirinya istimewa namun juga tidak akan menganggap bahwa dirinya lebih buruk dari orang lain.

### **b. Percaya pada kemampuan yang dimiliki**

Dapat diartikan bahwa individu mampu dalam menghadapi segala hal yang terjadi dalam hidupnya. Ini disebabkan rasa percaya dan keyakinan yang ia miliki terhadap kemampuannya dalam menghadapi permasalahan (Paramita & Margaretha, 2013 : 95).

c. Bertanggung jawab

Individu mampu untuk mempertanggung jawabkan hal hal yang terjadi pada dirinya (Paramita & Margaretha, 2013 : 95), termasuk juga mampu dalam menerima kritik dan saran dari orang lain padanya.

d. Berorientasi ke luar

Individu tidak malu untuk bersosialisasi dengan individu lain dari lingkungan sekitarnya (Marni dan Yuniarwati, 2015 : 3), sebab individu lebih memiliki orientasi keluar daripada kedalam dirinya. Sifat yang dimiliki individu yang berorientasi keluar diri antara lain adalah menilai dan menghargai orang lain seperti kepada diri sendiri serta dapat merasa nyaman dan terbuka dengan orang lain.

e. Berpendirian

Menurut Marni dan Yuniarwati (2015 : 3) apabila individu menerima dirinya, maka ia akan lebih suka berpegang teguh terhadap pendiriannya dibanding harus mengikuti standar hidup orang lain.

f. Menyadari keterbatasan diri

Menurut Paramita & Margaretha (2013 : 95) individu yang sudah menerima dirinya sendiri akan menyadari kalau dirinya itu memiliki keterbatasan, namun tentunya diirinya tak akan malu untuk mengakui keterbatasan itu.

g. Menerima sifat-sifat kemanusiaan

Individu yang menerima dirinya akan dapat untuk mengenali dan menerima perasaan-perasaan manusia yang meliputi rasa takut, marah, cemas, sakit, dan sebagainya tanpa berpura-pura tidak pernah merasakannya (Tambunan & Prasetya, 2022 : 11).

Selain itu, Jersild (dalam Melinda, 2013 :9) juga menyebutkan ada beberapa aspek dari penerimaan diri, yaitu :

a. Persepsi mengenai diri dan penampilan

Ketika sudah menerima dirinya individu akan cenderung berpikir secara realistis mengenai penampilan dirinya dan mengenai penilaian orang lain (Hidayatullah & Hidayati, 2021 : 63). Namun ini tidak berarti penampilan individu tersebut harus sempurna.

b. Sikap pada kelebihan dan kelemahan diri dan orang

Individu apabila sudah menerima diri akan memandang kelebihan dan kekurangan yang ada dalam diri lebih baik dibandingkan dengan orang yang belum menerima dirinya (permatasari & Gamayanti, 2016 : 141).

c. Perasaan inferioritas sebagai gejala penerimaan diri

Sikap tidak menerima diri sendiri serta menunggu penilaian yang realistis mengenai dirinya (Hidayatullah & Hidayati, 2021 : 63).

d. Respon terhadap penolakan dan kritikan

Menurut Hidayatullah & Hidayati (2021 : 63) apabila sudah menerima dirinya individu akan mampu untuk menerima kritik dan mengambil hikmah dari kritik yang diberikan itu.

e. Keseimbangan antara “*real self*” dan “*ideal self*”

Apabila individu sudah menerima dirinya, ia akan bisa menyeimbangkan antara dirinya sesungguhnya dengan diri idealnya (Adhyartasari, 2018 : 24).

f. Penerimaan diri serta penerimaan orang lain

Jika seorang individu mampu untuk menyukai dirinya, maka ia juga mampu untuk menyukai orang lain (Noviana, 2017 : 516). Ini guna memberikan rasa percaya diri pada individu untuk terjun pada lingkungan sosial.

Berdasarkan penjelasan yang diungkapkan oleh Sheerer (dalam Padillah & Nurchayati, 2022 : 140) dan Jersild (dalam Melinda, 2013 :9) di atas, dapat disimpulkan bahwa ada sejumlah aspek dari penerimaan diri. Aspek-aspek tersebut adalah berpendirian, adanya perasaan sederajat, berorientasi keluar, percaya dengan kemampuan yang dimiliki, menerima sifat-sifat kemanusiaan, sadar dengan keterbatasan diri, persepsi mengenai diri dan penampilan, sikap mengenai kelebihan dan kekurangan, adanya perasaan inferioritas sebagai gejala penerimaan diri, respon mengenai penolakan dan kritik, adanya keseimbangan antara *real self* dan *ideal self*, dan penerimaan orang lain

### **3. Faktor yang mempengaruhi penerimaan diri**

Menurut Hurlock (dalam Padillah & Nurchayati, 2022 : 140) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi penerimaan diri, yaitu :

a. Harapan yang realistis

Individu bisa dikatakan dapat menerima dirinya apabila ia realistis tentang dirinya dan tidak memiliki tekad yang tidak mungkin tercapai (Permatasari & Gamayanti, 2016 : 141).

b. Keberhasilan

Jumlah keberhasilan membuat individu lebih mudah menerima dirinya (Tambunan & Prasetya, 2022 : 4). Oleh karenanya keberhasilan harus dikembangkan oleh individu agar potensinya dapat berkembang secara maksimal sehingga dia mampu menerima dirinya .

c. Wawasan diri

Menurut Tambunan dan Prasetya (2022 : 4) kemampuan dalam memahami dan menilai diri secara realistis dan menerima kelebihan dan kelemahan diri sendiri mampu meningkatkan penerimaan diri.

d. Sikap sosial yang positif

Menurut Permatasari dan Gamayanti (2016 : 141) seseorang yang mendapatkan sikap sosial yang positif, maka ia lebih mampu menerima dirinya. Agar mendapatkan sikap sosial positif bisa dengan tidak adanya prasangka pada orang lain, penghargaan pada kemampuan-kemampuan sosial, dan kesediaan untuk mengikuti tradisi kelompok sosial disekitarnya

e. Konsep diri yang stabil

Konsep diri yang stabil berpengaruh pada penerimaan diri sebab apabila konsep dirinya positif maka penerimaan dirinya positif, begitupula

sebaliknya, jika konsep dirinya negatif maka penerimaan dirinya pun negatif (Tambunan & Prasetya, 2022 : 4).

Jerslid (dalam Melinda, 2013 :9) juga menambahkan beberapa faktor yang mempengaruhi penerimaan diri, yaitu :

a. Usia individu

Usia individu dapat mempengaruhi penerimaan diri (Adhyartasari, 2018 : 24), sebab semakin matang usia individu, maka kemungkinan penerimaan diri akan semakin baik pula.

b. Tingkatan pendidikan

Tingkat pendidikan dapat berpengaruh pada penerimaan diri (Adhyartasari, 2018 : 24) sebab apabila semakin tinggi pendidikannya maka individu memiliki kesempatan yang semakin besar pula dalam mengembangkan kemampuan dan potensinya.

c. Dukungan sosial

Dukungan sosial yang diberikan oleh orang lain di sekeliling individu akan mempengaruhi penerimaan karakteristik diri orang tersebut (Melinda, 2013 : 9).

d. Pola asuh orang tua

Pola asuh yang diberikan orang tua akan dapat mempengaruhi penerimaan diri individu (Permatasari & Gamayanti, 2016 : 141). Pola asuh yang sifatnya demokratis akan lebih berpengaruh pada penerimaan diri yang baik bagi individu.

e. Kondisi fisik

Menurut Adhyartasari (2018 : 24) individu disebut menerima dirinya apabila ia menerima keadaan tubuhnya dan memandang dirinya melalui kualitas kehidupan yang ia miliki tanpa menjelekkan kondisi tubuh yang ada diluar kendali dirinya.

Berdasarkan penjabaran yang diungkap oleh Hurlock (dalam Padillah & Nurchayati, 2022 : 140) dan Jerslid (dalam Melinda, 2013 : 9) di atas mengenai faktor yang mempengaruhi penerimaan diri, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat 10 faktor yang mempengaruhi penerimaan diri seseorang. Faktor-faktor tersebut ialah adanya aspirasi yang realistis, keberhasilan, wawasan diri, Sikap sosial yang positif, konsep diri yang stabil, usia, tingkatan pendidikan, dukungan sosial, pola asuh orang tua, serta kondisi fisik.

#### **4. Dampak penerimaan diri**

Hurlock (dalam Ridha, 2012 : 113) menyebut ada dampak dari penerimaan diri, yaitu :

a. Dalam penyesuaian diri

Apabila individu sudah menerima dirinya dengan baik ia akan merasa senang dengan keadaan yang ia miliki. Individu juga akan lebih memiliki perasaan positif terhadap dirinya (Komarudin, dkk, 2022 : 271). Ia juga akan mau untuk mengakui kelebihan dan kekurangannya juga mau untuk menerima kritik dan saran dari orang lain sebagai bahan penilaian untuk

dirinya yang realistis. Individu juga akan memiliki harga diri dan kepercayaan diri yang baik. Individu pun akan menghargai kehidupannya karena ia percaya bisa menyelesaikan masalah yang ada dalam hidupnya.

b. Dalam penyesuaian sosial

Menurut Permatasari & Gamayanti (2016 : 141) individu dengan penerimaan terhadap dirinya akan memiliki ketertarikan untuk membantu dan menunjukkan rasa empatinya pada orang lain sehingga membuat dirinya menjadi semakin diterima oleh orang lain,

Melihat penjelasan di atas mengenai dampak penerimaan diri, dapat dikatakan bahwa penerimaan diri berdampak pada dua hal, yaitu penyesuaian diri dan juga penyesuaian sosial.

## 5. Penerimaan diri dalam perspektif Islam

Penerimaan diri dalam islam dapat dikatakan sejalan dengan konsep *qona'ah*, yang berarti adanya keridhaan dan perasaan cukup terhadap rizqi yang Allah SWT berikan. Hal ini sejalan dengan firman Allah SWT yang tertuang dalam Surah Az-Zukhruf ayat 32 yang berbunyi :

أَهُمْ يَفْسِمُونَ رَحْمَتَ رَبِّكَ ۗ نَحْنُ قَسَمْنَا بَيْنَهُمْ مَعِيشَتَهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا ۗ وَرَفَعْنَا بَعْضَهُمْ  
فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِيَتَّخِذَ بَعْضُهُمْ بَعْضًا سُخْرِيًّا ۗ وَرَحْمَتُ رَبِّكَ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ

Artinya: “Apakah mereka yang membagi-bagi rahmat Tuhanmu? Kami telah menentukan antara mereka penghidupan mereka dalam kehidupan dunia, dan Kami telah meninggikan sebahagian mereka atas sebagian yang lain beberapa derajat, agar sebagian mereka dapat mempergunakan sebagian yang lain. dan rahmat Tuhanmu lebih baik dari apa yang mereka kumpulkan”. (QS. Az-Zukhruf : 32)



Berdasarkan ayat tersebut diketahui bahwa Allah SWT sudah mengatur penghidupan bagi para hamba-Nya dalam kehidupan mereka di dunia ini. Sebagaimana yang disampaikan dalam tafsir Ibnu Katsir (Ibnu Katsir Online : 2015), bahwa Allah SWT sudah membeda-bedakan dalam membagikan rezeki, akal, jabatan, dan pemberian lainnya bagi para hamba-Nya. Sebab Allah maha mengetahui yang terbaik bagi para hamba-Nya. Sehingga tugas bagi para hamba-Nya adalah menerima semua penghidupan atau takdir yang sudah Allah SWT berikan kepadanya. Hal ini sejalan dengan penjelasan mengenai *qona'ah* dari Permatasari dan Gamayanti (2016 : 145), yaitu *qona'ah* juga dapat diartikan sebagai perasaan cukup dan ridha seseorang terhadap segala takdir dan ketentuan yang Allah SWT berikan kepada dirinya. Hal ini sejalan dengan sabda Rasulullah SAW dalam HR. Muslim no.34 yang berbunyi,

يَقُولُ ﷺ، أَنَّهُ سَمِعَ رَسُولَ اللَّهِ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ- عَنِ الْعَبَّاسِ بْنِ عَبْدِ الْمُطَّلِبِ  
ذَاقَ طَعْمَ الْإِيمَانِ مَنْ رَضِيَ بِاللَّهِ رَبًّا وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا وَبِمُحَمَّدٍ رَسُولًا

Artinya : “ Dari ‘Abbas bin ‘Abdil Muththalib RA, bahwa dia telah mendengar Rasulullah SAW bersabda: “Akan merasakan kelezatan/kemanisan iman, orang yang ridha kepada Allah SWT sebagai Rabbnya dan Islam sebagai agamanya serta (nabi) Muhammad sebagai rasul-Nya “ (HR. Muslim no. 34).

Berdasarkan hadits di atas, terlihat bahwa ridha memang dapat menentukan keimanan seseorang, karena yang akan merasakan kelezatan

akan keimanan itu adalah orang-orang yang ridha kepada Allah SWT. Ridha yang dimaksudkan dalam hadits termasuk juga ridha terhadap segala ketentuan dan takdir yang sudah Allah SWT tentukan. Ridha sendiri menurut kitab Syarh Shahih Muslim (dalam Taslim, 2014) ialah perasaan cukup dan puas dengan hal itu, serta tidak menginginkan yang selainnya. Perasaan cukup dan puas ini juga dapat dikatakan sejalan dengan pengertian penerimaan diri yaitu menerima seluruh keadaan yang ada dalam dirinya, baik itu kelebihan maupun kekurangannya, dan mau hidup dengan hal tersebut tanpa dibarengi dengan perasaan sinis pada dirinya sendiri.

## **B. Citra Tubuh**

### **1. Pengertian citra tubuh**

Citra tubuh adalah gambaran atau penilaian yang dilakukan individu terhadap dirinya sendiri dalam hal fisik. *American Psychological Association* (APA) mendefinisikan citra tubuh sebagai gambaran mental yang membentuk tubuh secara keseluruhan termasuk juga karakteristik fisiknya (persepsi tubuhnya) dan sikap individu terhadap karakteristik tersebut. Dapat disebut juga sebagai identitas tubuh. Lalu Slade (1994 : 497) juga menyatakan bahwa citra tubuh adalah gambaran yang ada dalam benak individu mengenai ukuran, bentuk, serta bentuk tubuh individu tersebut. Juga perasaan individu itu mengenai karakteristik dan komponen penyusun tubuhnya. Masih selaras dengan pengertian dari pengertian sebelumnya, Honigman dan Castle (dalam Januar, 2007 : 53) menyatakan bahwa citra

tubuh adalah gambaran mental individu mengenai bentuk dan ukuran tubuh, bagaimana individu memersepsikan serta menilai atas apa yang individu pikirkan juga rasakan terhadap ukuran dan bentuk tubuh, serta bagaimana kira-kira penilaian orang lain terhadap diri individu tersebut.

Arthur dan Emily (2010 : 75) mengartikan bahwasannya citra tubuh sebagai gambaran subyektif yang dimiliki oleh individu terkait tubuhnya, terlebih yang berkaitan dengan penilaian orang lain, juga seberapa baik tubuhnya harus disesuaikan dengan persepsi tersebut. Lalu Ramanda, dkk (2019 : 125) mengungkapkan bahwa citra tubuh merupakan gambaran tentang tubuh individu yang ia dapatkan melalui penilaiannya secara pribadi yang mana nantinya dapat menimbulkan perasaan puas atau tidak puas dengan keadaan tubuhnya. Masih sejalan dengan pengertian sebelumnya, Chaplin (2006 : 63) mengungkapkan bahwa citra tubuh merupakan ide individu berkenaan dengan penampilan tubuhnya dihadapan orang lain.

Cash (2012 : 334) mendefinisikan citra tubuh sebagai pengalaman manusia mengenai perwujudan diri mereka, terutama dalam penampilan fisiknya. Dalam arti yang lebih luas citra tubuh juga dapat mencakup pengalaman yang berkaitan dengan kompetensi fungsional dan integritas biologis individu (seperti kesehatan, kebugaran). Masih sejalan dengan pengertian itu, Melliana (2006 : 84) mengungkapkan citra tubuh ialah sebuah pengalaman psikologis yang fokusnya pada perasaan dan sikap individu pada keadaan tubuhnya dan citra tubuh ini tidaklah selalu sesuai

dengan yang nyata atau sebenarnya. Karena pada nyatanya yang dirasakan dan dipikirkan individu tentang keadaan tubuhnya belum tentu keadaan yang sebenarnya, tetapi lebih karena hasil penilaian secara subyektif pada diri sendiri

Smolak dan Thompson (2009 : 4) juga mengutarakan pengertian mengenai citra tubuh, yaitu gambaran mengenai kepuasan atau ketidapuasan individu terkait bentuk tubuhnya yang ia dapatkan dari pengalamannya secara subyektif . Sejalan dengan itu, Rombe (2014 : 79) mengartikan bahwa citra tubuh ialah sebuah sikap atau perasaan puas serta tidak puas yang dimiliki seorang individu mengenai tubuhnya sehingga dapat menimbulkan suatu penilaian yang positif ataupun negatif pada dirinya sendiri.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa citra tubuh itu ialah gambaran secara subjektif yang dilakukan individu terhadap dirinya sendiri mengenai kondisi tubuhnya secara keseluruhan, terlebih yang berkaitan dengan penilaian orang lain.

## **2. Aspek aspek citra tubuh**

Cash (2000: 3) mengemukakan dalam MBSRQAS (*Multidemental Body Self Relation Questionnaire Appearance Scale*) setidaknya ada lima aspek citra tubuh, yaitu:

### **a. Evaluasi Penampilan**

Menilai penampilan dari keseluruhan tubuh, menilai penampilan tubuhnya menarik atau tidak (Alia, 2021 : 16), juga menilai apakah

memuaskan ataukah tidak penampilan tubuhnya, contohnya seperti “secara keseluruhan saya memiliki tampilan tubuh yang menarik”.

b. Orientasi Penampilan

Perhatian individu mengenai seberapa penting perihal penampilan tubuhnya terhadap orang lain serta usaha yang ia lakukan guna meningkatkan dan memperbaiki penampilannya (Thawafa, 2020 : 24). Contoh dari usaha yang sering dilakukan untuk meningkatkan dan memperbaiki penampilan adalah perawatan tubuh, perawatan wajah, perawatan rambut, diet, serta operasi plastik.

c. Kepuasan terhadap area tubuh

Thawafa (2020 : 24) mengungkapkan bahwa maksud dari aspek ini ialah mengetahui seberapa puas individu pada bagian tubuhnya secara spesifik, seperti rambut, wajah, tubuh bagian atas (dada, bahu, lengan), tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pantat, paha, pinggul, kaki), dan penampilan lainnya secara keseluruhan.

d. Pemikiran terhadap kelebihan berat badan

Kecemasan individu mengenai kegemukan atau obesitas (Thawafa, 2020 : 24). Saat individu merasa berat badannya sudah berlebih, ia akan cenderung menjalankan diet dengan tujuan untuk menurunkan badannya agar mencapai standar yang ideal.

e. Pengkategorian ukuran tubuh

Persepsi individu dalam menilai berat badannya (Alia, 2021 : 17), dari sangat kurus sampai sangat gemuk.

Menurut Thompson dan Smolak (2009 : 28) citra tubuh memiliki beberapa aspek, yaitu:

a. Persepsi terhadap bagian tubuh dan penampilan secara keseluruhan.

Bentuk tubuh adalah sebuah simbol dari diri seorang individu, sebab dalam hal ini seorang individu akan dinilai oleh orang lain dan juga dirinya sendiri (Ridha, 2012 : 116). Lalu seperti apa bentuk tubuhnya, entah itu baik maupun buruk itu akan menimbulkan perasaan senang ataupun tidak mengenai bentuk tubuhnya sendiri.

b. Perbandingan dengan orang lain

Perbandingan disini adalah dengan menilai sesuatu yang lebih baik atau lebih buruk dari orang lain (Ridha, 2012 : 116), sehingga hal ini akan menimbulkan prasangka bagi individu untuk orang lain. Dalam hal ini perbandingannya adalah membandingkan penampilan fisiknya dengan orang lain.

c. Sosial budaya (reaksi terhadap orang lain)

Menurut Ridha (2012 : 116) individu dapat menilai reaksi terhadap orang lain apabila dinilai orang itu menarik secara fisik.

Berdasarkan penjelasan di atas yang diungkap oleh Cash (2000 : 3) dan Thompson dan Smolak (2009 : 28), terlihat bahwa citra tubuh memiliki sejumlah aspek. Aspek-aspek tersebut ialah evaluasi dan orientasi penampilan, kepuasan terhadap area tubuh, pemikiran terhadap kelebihan berat badan, persepsi mengenai berat badan, perbandingan dengan orang lain, serta sosial budaya.

### **3. Faktor yang mempengaruhi citra tubuh**

Bell dan Rushforth (2008 : 3) menyampaikan mengenai beberapa faktor yang mempengaruhi citra tubuh, yaitu :

a. Budaya

McCarthy (Bell dan Rushforth, 2008 : 3) menyatakan bahwa budaya dapat memberi pengaruh yang besar bagi pembentukan citra tubuh individu. Hal ini disebabkan karena dalam masyarakat itu terdapat standar ideal untuk kecantikan, seperti kecantikan itu diukur berdasarkan warna kulit, langsing, kurus, hidung mancung, tinggi, dll.

b. Media

Dalam media massa saat ini seperti majalah fashion, iklan yang ada di internet ataupun televisi, pertunjukan, banyak memunculkan perempuan kurus sebagai sosok yang ideal (Nemeroff, dalam Bell dan Rushforth, 2008 : 3). Karakter yang diperankan para model di media massa ini seolah mengilustrasikan kenyataan, padahal dalam dunia nyata pun tidak semua orang kurus.

c. Jenis kelamin

Perempuan biasanya lebih cenderung memiliki citra tubuh yang negatif dibandingkan dengan laki laki (Alia, 2021 : 19). Karena harga diri perempuan itu muncul dari perasaan seberapa menarik dirinya dimata orang lain. Dan kepuasan pada tubuh serta merasa menarik inilah yang akan memprediksikan tingkat harga dirinya.

d. Usia

Pada usia muda, biasanya perempuan sangat manaruh perhatian yang lebih pada dirinya dan penampilannya. Seperti yang diungkapkan Hurlock (2004 : 255) bahwa pada usia dewasa awal perempuan akan menganggap penampilan fisik yang menarik adalah suatu keuntungan.

e. Keluarga dan sosial

Harapan dan pendapat entah itu berbentuk verbal maupun non verbal yang terjadi dalam interaksi dengan keluarga, teman sebaya dan orang disekitar individu berkenaan dengan penampilan fisiknya dapat membentuk standar untuk membandingkan dirinya (Alia, 2021 : 20. Perhatian dari orang tua mengenai berat badan yang dimiliki anaknya juga dapat berhubungan dengan kepuasan tubuh anaknya.

f. Konsep diri

Konsep diri dapat mempengaruhi citra tubuh dikarenakan konsep diri merupakan gambaran individu pada dirinya termasuk penilaian terhadap penampilannya (Thawafa, 2020 : 29). Individu dengan konsep diri yang baik akan mampu untuk memberi penilaian secara positif pada tubuhnya dan dapat menghadapi kejadian yang mengancam citra tubuhnya.

f. Berat badan

Berat badan menjadi penentu terbesar dalam citra tubuh, individu yang memiliki citra tubuh negatif lebih banyak dialami oleh orang yang obesitas karena sebagian besar individu ingin memiliki berat badan ideal (Thawafa, 2020 : 28)



Berdasarkan penjelasan yang diungkap Bell dan Rushforth (2008 : 3), ada sejumlah faktor yang dapat mempengaruhi citra tubuh seseorang. Faktor-faktor tersebut adalah keluarga, media, budaya, usia, jenis kelamin, konsep diri, serta berat badan.

#### **4. Citra tubuh dalam perspektif Islam**

Setiap manusia diciptakan oleh Allah SWT dengan secara sempurna tanpa memandang agama apa yang dianutnya. Allah SWT menciptakan manusia sebagai makhluk-Nya yang paling sempurna dibandingkan dengan makhluk lainnya sebab manusia itu dilahirkan dengan otak yang dapat berfungsi sempurna, makhluk lain seperti hewan memang memiliki otak, tapi otak itu tidak dapat berfungsi sebaik otak manusia. Otak manusia sendiri Allah SWT rancang untuk dapat menjadi pusat segala pergerakan anggota tubuh yang lain dan tentunya sebagai media manusia untuk berfikir. Selain itu Allah SWT juga menciptakan manusia dengan bentuk yang sebaik-baiknya, ini sebagaimana firman Allah SWT dalam surah At- Tin ayat 4 yang berbunyi,

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ

Artinya : “ Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya ” (QS At-Tin : 4).

Dalam tafsir Al- Azhar (Hamka, 2015 : 618) disampaikan bahwa maksud dari ayat di atas adalah diantara sekian banyaknya makhluk yang Allah ciptakan di muka bumi ini, manusia adalah makhluk yang diciptakan dengan sebaik-baiknya bentuk. Mulai dari bentuk lahir dan batinnya serta

bentuk tubuh dan nyawanya. Bentuk tubuh manusia yang melebihi bentuk tubuh hewan serta wajah *basyar* yang berarti mengandung kebahagiaan yang sangat berbeda dengan bentuk wajah hewan. Selain itu manusia juga diberi akal oleh Allah SWT, berbeda dengan hewan yang tidak diberi akal. Oleh sebab itu, manusia dikatakan sebagai ciptaan Allah SWT yang paling sempurna dengan keseimbangan antara tubuh dan akal yang dimiliki.

Allah SWT memang telah menciptakan manusia dengan fisik yang sempurna tetapi masih ada saja manusia yang kurang puas dengan bentuk fisik yang Allah SWT berikan. Masih banyak manusia yang berbondong-bondong untuk mengubah fisiknya, seperti dengan suntik putih ketika merasa kulitnya gelap tidak sesuai dengan yang dia inginkan, mengubah bentuk hidung sebab merasa kurang mancung padahal hidungnya dapat menjalankan fungsinya dengan baik, mengubah struktur wajah karena merasa kurang puas dengan bentuk wajahnya, dan lain sebagainya. Oleh karenanya, diperlukan citra tubuh yang baik agar manusia itu dapat menerima bentuk fisik yang Allah SWT ciptakan untuknya.

Persoalan fisik ini juga bukan hal yang Allah SWT nilai nantinya ketika di akhirat, melainkan amal perbuatannya yang nantinya akan Allah SWT nilai. Sayangnya, saat ini banyak orang yang berbondong-bondong untuk merubah fisiknya tetapi lupa untuk memperbaiki sikap dan amal ibadahnya. Seperti yang terdapat dalam hadits riwayat Muslim berikut ini,

إِنَّ اللَّهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى « -صلى الله عليه وسلم- عَنِ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ  
رَوَاهُ مُسْلِمٌ. «صُورَكُمْ وَأَمْوَالَكُمْ وَلَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى قُلُوبِكُمْ وَأَعْمَالِكُمْ

Artinya : “ Dari Abu Hurairah berkata, Rasulullah saw. bersabda: “Sesungguhnya Allah tidak melihat fisik dan harta kalian tetapi Ia melihat hati dan amal kalian”. (HR. Muslim no. 2564).

Dari hadits tersebut, terlihat bahwa Allah tidak akan melihat dan menilai manusia berdasarkan fisik ataupun hartanya, melainkan dari seperti apa hati dan amal perbuatan mereka. Sehingga seharusnya manusia juga berfokus untuk memperbaiki sikap dan meningkatkan amalnya, karena kedua hal itulah yang akan Allah lihat dan akan menolong manusia ketika di akhirat nantinya. Sebab nanti yang akan selamat dari api neraka bukanlah orang dengan paras yang menarik dan bukan juga orang yang bergelimang harta, melainkan orang yang memiliki hati dan sikap yang baik serta memiliki bekal amal kebaikan yang cukup.

## **C. Dukungan Sosial**

### **1. Pengertian dukungan sosial**

Dukungan sosial adalah istilah yang merujuk pada pemberian kenyamanan, merawat, serta menghargai orang lain (Sarafino & Smith, 2011 : 102). Senada dengan itu dukungan sosial juga dapat diartikan sebagai sebuah interaksi interpersonal dengan cara pemberian bantuan kepada orang lain, yang mana bantuan tersebut biasanya datang dari orang yang berarti bagi individu tersebut. Bentuk dari dukungan sosial tersebut dapat berupa pemberian dukungan materi, bantuan tingkah laku, dan pemberian informasi

(Sarason, dalam Smet, 2011 : 135). Gottlieb (Smet, 2011 : 135) mengungkapkan bahwasannya dukungan sosial berbentuk nasehat atau informasi baik verbal maupun nonverbal, bantuan nyata, aksi yang diberikan berdasarkan keakraban sosial serta memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi individu yang menerima hal tersebut.

Pengertian lain mengenai dukungan sosial diungkapkan oleh Johnson dan Jhonson (dalam Utami & Widiasavitri, 2013 : 14), yaitu adanya orang lain yang mampu untuk diandalkan dalam memberi semangat, bantuan, serta perhatian dan yang mana hal tersebut diharapkan mampu untuk meningkatkan kesejahteraan hidup bagi individu yang bersangkutan. Chaplin (2006 : 3), mengungkapkan yang disebut dengan dukungan sosial adalah menyediakan atau mengadakan sesuatu yang ditujukan guna memenuhi kebutuhan dari orang lain, juga menyalurkan dorongan semangat dan nasehat untuk orang lain pada satu situasi dalam memperoleh keputusan.

Taylor (2009 : 187) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah pemberian informasi yang berasal dari orang lain kepada seorang individu bahwa dirinya dicintai, dihargai, dihormati, diperhatikan dan dianggap menjadi bagian dari sebuah kelompok. Saputri dan Sugiharto (2020 : 113) mengartikan dukungan sosial sebagai dukungan ataupun bantuan yang diperoleh dari orang lain yang mempunyai hubungan sosial yang akrab dengan individu yang menjadi penerima bantuan. Bentuk dukungan sosial ini bisa tingkah laku, informasi, atau materi yang dapat membuat individu yang menjadi penerima bantuan merasa diperhatikan, disayangi, dan bernilai.

Santrock (2003 : 338) menyatakan jika dukungan sosial ini mampu untuk meningkatkan kepercayaan diri seorang individu. Seorang individu dikatakan telah memperoleh dukungan sosial apabila dirinya merasa kompeten, bahagia, serta dapat melakukan sesuatu dengan baik di ruang lingkungan sosialnya. Dukungan sosial ini pula memiliki kaitan yang erat dengan kesehatan dan kesejahteraan. Sebagaimana yang disebutkan oleh Hasibuan, dkk (2018 : 104) bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang paling konsisten dalam memberikan pengaruh pada kesejahteraan subjektif individu. Lalu dukungan sosial juga berkaitan dengan kesehatan mental, sebab dukungan sosial bisa diasumsikan sebagai variabel lingkungan yang mempunyai hubungan positif dengan kesehatan mental individu (Bukhori, 2012 : 5). Efek yang diberikan dukungan sosial tersebut memberikan keuntungan bagi individu dalam hal psikologis, perilaku, dan sosial (Leddy, 2006 : 70)..

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa dukungan sosial ialah bantuan yang diterima individu dari orang lain yang bentuknya dapat berupa nasehat, informasi, materi, pemberian semangat, dan tingkah laku sehingga individu tersebut merasa bahwa dirinya dicintai dan dihargai.

## **2. Aspek aspek dukungan sosial**

Sarafino dan Smith (2011 : 82) menyatakan bahwa ada beberapa bentuk dari dukungan sosial, yaitu :

a. Dukungan emosional

Dukungan sosial ini berbentuk pemberian empati, perasaan peduli, perhatian, pengungkapan hal positif, serta dorongan ke arah individu (Hanapi & Agung, 2018 : 39). Hal tersebut ditujukan untuk individu agar merasa lebih percaya diri, nyaman, dicintai, dan diperhatikan ketika ia sedang stress.

b. Dukungan nyata atau instrumental

Menurut Hanapi & Agung (2018 : 39) dukungan sosial ini bentuknya berupa bantuan secara langsung, contohnya seperti saat individu meminjamkan atau memberikan uang ataupun membantu mengerjakan tugas orang yang sedang stress.

c. Dukungan informasi

Dukungan sosial ini berbentuk pemberian nasehat, arah, saran, ataupun umpan balik mengenai bagaimana orang tersebut melakukan sesuatu (Dianto, 2017 : 44). Contohnya adalah apabila individu sakit ia memperoleh informasi yang berasal dari dokter ataupun keluarganya mengenai cara mengobati penyakit. Atau pada saat individu dihadapkan dengan keputusan yang sulit dalam pekerjaannya, ia dapat memperoleh saran dari rekan kerjanya.

d. Dukungan penghargaan

Dukungan sosial ini berbentuk pemberian ungkapan penghargaan yang positif (Dianto, 2017 : 44), dorongan agar mau terus maju, persetujuan

pendapat dan perasaan individu yang terkait serta melakukan perbandingan positif antara individu tersebut dengan individu lainnya. Dukungan penghargaan ini akan membuat individu tersebut merasa lebih dapat menghargai dirinya, merasa dirinya bernilai, serta meningkatkan kepercayaan dirinya.

e. Dukungan jaringan sosial

Dukungan jaringan sosial ini disebut juga dengan dukungan persahabatan. Dukungan ini akan menciptakan rasa saling memiliki antar individu dalam kelompok yang mempunyai minat dan aktivitas sosial yang sama. Melalui dukungan persahabatan ini individu akan merasa bahwa dirinya merupakan bagian dari kelompok tersebut (Hanapi & Agung, 2018 : 40).

Berdasarkan penjabaran di atas yang diungkapkan oleh Sarafino dan Smith (2011 : 82), terdapat beberapa aspek dari dukungan sosial. Aspek-aspek dukungan sosial tersebut ialah dukungan emosional yang di dalamnya meliputi perasaan peduli, empati, perhatian kepada individu lain. Lalu ada aspek dukungan nyata yang berbentuk bantuan secara langsung. Setelah itu ada dukungan informasi yang berarti memberikan informasi pada individu lain. Selanjutnya ada aspek dukungan penghargaan yang berarti memberikan ungkapan penghargaan positif pada individu yang lain. Dan yang terakhir ada dukungan jaaringan sosial yang akan membuat individu merasa dirinya merupakan bagian dari kelompok

### **3. Faktor yang mempengaruhi dukungan sosial**

Myers (2012 : 12) mengungkapkan ada tiga faktor yang dapat menjadi pendorong bagi individu untuk memberikan dukungan sosial :

a. Rasa empati

Kemampuan dan kecenderungan berempati pada orang lain (Pratiwi, 2019 : 4). Ketika ikut merasakan kesulitan individu lain yang tujuannya untuk mengantisipasi emosi serta motivasi tingkah laku guna mengurangi kesulitan dari individu lain tersebut dan meningkatkan kesejahteraan individu tersebut.

b. Norma dan nilai sosial

Saat masa pertumbuhan dan perkembangan, individu memperoleh norma-norma dan nilai-nilai sosial dari lingkungannya, lalu dengan adanya norma dan nilai-nilai sosial tersebut membuat individu memberikan dukungan sosialnya kepada individu lain (Pratiwi, 2019 : 4).

c. Pertukaran sosial

Menurut Pratiwi (2019 : 5) pertukaran sosial ini merupakan hubungan timbal balik perilaku sosial, seperti pelayanan, informasi, dan juga cinta. Hubungan interpersonal yang memuaskan dapat dicapai melalui keseimbangan dalam pertukaran ini.



Berdasarkan penjelasan di atas ada beberapa faktor yang mendorong seseorang untuk memberi dukungan, yaitu rasa empati, norma dan nilai sosial, serta pertukaran sosial.

#### 4. Dukungan sosial dalam perspektif Islam

Dukungan sosial di dalam Islam dikenal sebagai *ta'awun* atau saling tolong menolong. Dalam islam diajarkan bagi para umatnya untuk saling tolong menolong sesama manusia, tanpa memandang fisik, warna kulit, jenis kelamin, status sosial, agama, dan berbagai aspek lainnya. Salah satu ayat Al-Quran yang menyampaikan mengenai saling tolong menolong terdapat dalam Surah Al-Maidah ayat 2 yang berbunyi,

وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدْيَ وَلَا الْقَلَائِدَ وَلَا اللَّهَ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَحْلُوا شَعَائِرَ  
آمِينَ الْبَيْتِ الْحَرَامِ يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِنْ رَبِّهِمْ وَرِضْوَانًا وَإِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ  
شَنَاةُ قَوْمٍ أَنْ صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَنْ تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا  
شَدِيدُ الْعِقَابِ لِلَّهِ ۖ إِنَّ اللَّهَ تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ۖ وَاتَّقُوا

Artinya : “ Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu melanggar syi'ar-syi'ar Allah, dan jangan melanggar kehormatan bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) binatang-binatang had-ya, dan binatang-binatang qalaa-id, dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi Baitullah sedang mereka mencari kurnia dan keridhaan dari Tuhannya dan apabila kamu telah menyelesaikan ibadah haji, maka bolehlah berburu. Dan janganlah sekali-kali kebencian(mu) kepada sesuatu kaum karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat aniaya (kepada mereka). Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah, sesungguhnya Allah amat berat siksa-Nya. ”. (QS Al Maidah : 2).

Ayat di atas mengandung makna yang sangat penting dalam kehidupan manusia, sebab banyak perintah yang Allah SWT perintahkan kepada manusia dalam ayat tersebut. Salah satunya adalah mengenai tolong menolong. Sebagaimana yang disampaikan dalam tafsir Al-Azhar (Hamka, 2015 : 591). yang menjelaskan bahwa maksud tolong menolong dalam ayat ini adalah tolong menolong dalam kebaikan. Hal tersebut ditunjukkan dengan *al-birru* yang artinya segala sesuatu yang baik dan berfaedah. juga perintah untuk menegakkan *taqwa* yang bertujuan untuk memperat hubungan dengan Allah SWT. Dan manusia juga dilarang untuk tolong menolong dalam berbuat dosa serta manusia dilarang pula untuk melakukan kezaliman[ dan permusuhan antara satu sama lain (Al-Jazairi, 2014 : 585).

Sikap saling tolong menolong yang disampaikan pada ayat tersebut sesuai dengan definisi dari dukungan sosial, yaitu bantuan atau pertolongan yang diterima dari orang lain, yang dapat berupa nasihat, informasi, materi, pemberian semangat, dan tingkah laku. Bantuan atau pertolongan yang diterima dalam dukungan sosial ini tentunya merupakan bantuan yang baik, bukan bantuan dalam hal keburukan. Dengan adanya bantuan ini juga dapat membuat individu yang dibantu merasa disayangi dan dihargai oleh orang lain.

#### **D. Hubungan antara Citra Tubuh dan Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri**

Penerimaan diri dapat dikatakan sebagai keadaan ketika individu sudah mau menyadari, mengakui, serta menghargai seluruh karakteristik yang ada didalam dirinya, baik itu kelebihan maupun kekurangannya dan mau menjalani hidup dengan seluruh karakteristik yang ia miliki tersebut. Penerimaan diri ini bisa dikatakan sebagai bentuk identitas yang diperoleh individu saat masa remaja, lalu saat masa dewasa awal penerimaan diri itu akan bersifat menetap, sehingga idealnya di masa dewasa awal ini penerimaan diri individu sudah mencapai tahap yang stabil (Hall & Lindzey, 2005 : 141).

Meski dikatakan idealnya penerimaan diri individu itu sudah mencapai tahap stabil ketika masa dewasa awal, namun tidak sedikit individu ketika masa dewasa awal penerimaan dirinya belum stabil, karena dia belum bisa menerima karakteristik yang ada dalam dirinya secara menyeluruh, bukan hanya sebagian saja. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya faktor kondisi fisik dari individu tersebut.

Kondisi fisik ini merupakan suatu hal yang sangat dianggap penting oleh sebagian individu, sehingga saat memiliki kekurangan dalam segi fisik, masih banyak individu yang malu akan hal tersebut. Padahal salah satu aspek yang dapat membuat seseorang dikatakan sudah menerima dirinya (Shereer dalam Padillah & Nurchayati, 2022 : 140) adalah menyadari

keterbatasan diri, yaitu individu menyadari keterbatasan serta kelemahan dirinya, namun tidak perlu malu dengan kekurangannya itu. Kekurangan individu yang tidak perlu malu akan kekurangannya itu termasuk juga dalam kondisi fisik.

Perihal kondisi fisik tersebut juga sangat berkaitan dengan seperti apa gambaran yang individu miliki terkait keadaan tubuhnya secara keseluruhan. Gambaran mengenai keadaan tubuhnya itu juga dapat disebut dengan citra tubuh. Dalam aspek citra tubuh yang disebutkan oleh Cash (2000 : 3) ada terkait evaluasi penampilan, yaitu menilai penampilan dari keseluruhan tubuh, apakah dinilai menarik ataukah tidak. Juga ada aspek lainnya yaitu terkait seberapa kepuasan individu terkait tubuhnya. Aspek aspek terkait citra tubuh ini bisa dikatakan ada hubungannya juga dengan aspek penerimaan diri yang tadi, yaitu menyadari keterbatasan diri. Sebab apabila individu menilai tubuhnya dengan positif dan puas dengan kondisi tubuh yang ia miliki, maka ia mau menyadari kekurangannya dalam segi fisik dan tidak malu dengan kekurangannya tersebut.

Hubungan antara citra tubuh dan penerimaan diri juga ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Pertiwi (2021:49), dalam penelitiannya tersebut diperoleh hasil berupa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara citra tubuh dengan penerimaan diri pada mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Lalu ada juga penelitian yang dilakukan oleh Febriani dan Rahmasari (2022:66) yang mendapatkan hasil

berupa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara citra tubuh dan penerimaan diri pada remaja perempuan pengguna tiktok.

Selain kondisi fisik, ada faktor lain yang menyebabkan penerimaan diri individu belum stabil saat masa dewasa awal, yaitu faktor dukungan sosial. Dukungan sosial sendiri adalah bantuan atau dukungan yang diberikan untuk individu agar ia merasa dicintai dan dihargai. Dukungan ini biasanya diberikan oleh orang lain yang memiliki kedekatan dengan individu. Dukungan sosial ini meliputi oleh beberapa aspek, seperti aspek dukungan emosional, dukungan nyata, dukungan informasi (Sarafino & Smith, 2011 : 82). Berdasarkan beberapa aspek tersebut, diketahui bahwa dukungan sosial itu terdiri dari berbagai bentuk. Seperti dukungan emosional yang bisa berbentuk kepedulian dan perhatian, lalu dukungan nyata yang bentuknya berupa bantuan secara nyata contohnya seperti meminjamkan uang pada individu, dan dukungan informasi seperti pemberian nasehat dan saran kepada individu.

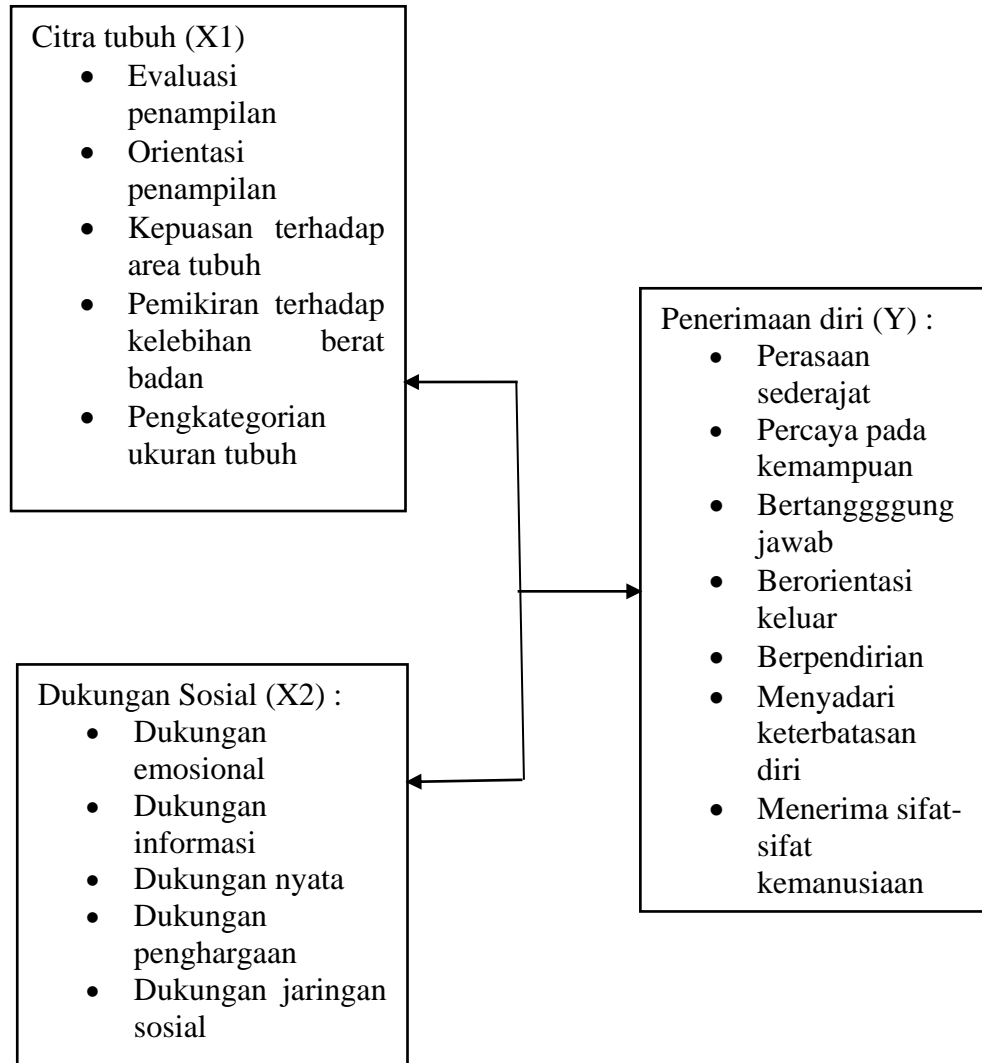
Beberapa bentuk dukungan sosial yang sudah disebutkan tadi dapat dikatakan ada kaitannya dengan penerimaan diri seseorang. Ini dapat dilihat berdasarkan aspek penerimaan diri oleh Shereer (dalam Padillah & Nurchayati, 2022 : 140), yaitu percaya pada kemampuan yang dimiliki. Dukungan sosial dapat dikatakan berkaitan dengan aspek tersebut karena apabila individu tidak menerima dukungan yang baik dari orang-orang disekitarnya individu tidak mampu untuk percaya dengan kemampuan yang dimiliki. Contohnya adalah saat individu ingin melakukan sesuatu, tetapi

orang di sekitarnya malah meremehkan bukannya memberinya semangat, itu dapat membuat individu kehilangan kepercayaan pada kemampuannya sendiri bahwa ia dapat melakukan hal itu. Apabila tidak mendapat dukungan sosial seperti itu juga ditakutkan bisa membuat individu menjadi rendah diri dan tidak memiliki perasaan sederajat. Padahal perasaan sederajat juga salah satu aspek penerimaan diri yang disampaikan Sheerer (dalam Padillah & Nurchayati, 2022 : 140).

Hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri juga ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Ratnasari dan Pribadi (2019:13), dalam penelitiannya diperoleh hasil terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Tarakan. Selain itu ada juga penelitian oleh Sinaga dan Bakara (2019:92) yang diperoleh hasil berupa terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pasien penyakit ginjal kronis.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat diketahui bahwa citra tubuh dan dukungan sosial memiliki hubungan dengan citra tubuh. Hal tersebut dapat diketahui dari adanya hubungan antara aspek citra tubuh dan penerimaan diri. Serta adanya hubungan antara aspek dari dukungan sosial dan penerimaan diri.

**Gambar 1. Hubungan Citra Tubuh dan Dukungan Sosial dengan Penerimaan Diri**



### **E. Hipotesis**

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan, serta tinjauan pustaka yang sudah disampaikan, maka hipotesis yang akan diajukan dalam penelitian ini adalah :

H1 : Terdapat hubungan antara citra tubuh dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter

H2 : Terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter.

H3 : Terdapat hubungan antara citra tubuh dan dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan pendekatan penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Menurut Azwar (2010 : 5) penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang berfokus pada data numerik yang dikumpulkan melalui berbagai prosedur pengukuran dan kemudian diolah dengan metode statistika. Pada dasarnya penelitian kuantitatif ini dilakukan untuk menguji hipotesis. Jenis penelitian ini juga dikenal sebagai penelitian dengan sampel yang besar, sebab subjek penelitiannya jumlahnya banyak apabila dibandingkan dengan penelitian kualitatif. Penelitian ini pula tidak mempermasalahkan mengenai hubungan antara peneliti dengan subjek penelitian, sebab dalam penelitian ini hasil penelitian lebih banyak bergantung dengan instrument dan variabel yang digunakan, dibandingkan keintiman dan keterlibatan emosi antara peneliti dan subjek penelitian (Hardani dkk, 2020 : 255).

Adapun pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan korelasional. Penelitian korelasional ini menurut Azwar (2017 : 7) adalah sebuah pendekatan penelitian yang digunakan dalam mencari tahu mengenai seberapa jauh variabel berkaitan dengan variabel lainnya. Dengan kata lain, pendekatan ini juga dilakukan guna mengetahui kekuatan hubungan serta arah hubungan atau korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat. Dalam penelitian ini, korelasi yang peneliti cari mengenai hubungan citra

tubuh dan dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter.

## **B. Variabel penelitian dan definisi operasional**

### **1. Variabel penelitian**

Variabel penelitian dapat diartikan sebagai sifat atau karakter dari orang, objek, maupun kegiatan dengan variasi tertentu yang peneliti tetapkan untuk dapat dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2018 : 67). Lalu menurut Ulfa (2021 : 344) variabel ialah atribut dari orang ataupun subjek yang memiliki variasi antara satu dengan yang lainnya, variasi yang dimaksud berarti variabel itu memiliki nilai, skor, serta ukuran yang berbeda. Variabel sendiri memiliki beberapa jenis, diantaranya ada variabel bebas dan variabel terikat.

#### **a. Variabel terikat**

Variabel terikat adalah variabel yang diukur guna mencari tahu besarnya efek ataupun pengaruh yang diberikan variabel lain. Variabel terikat ini juga akan menjadi persoalan pokok yang diteliti dan akan menjadi objek penelitian (Hardani, dkk, 2020 : 306). Variabel terikat ini biasanya dilambangkan dengan huruf Y. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah penerimaan diri.

#### **b. Variabel bebas**

Variabel bebas dapat didefinisikan sebagai variabel yang memiliki peran untuk mempengaruhi variabel lain yang ingin dicari tahu oleh peneliti.

Peneliti memilih serta sengaja memanipulasi variabel bebas ini guna mengetahui efeknya pada variabel lain yang akan diukur (Azwar, 2010 : 62). Variabel bebas ini biasanya dilambangkan dengan huruf X (Hardani, dkk, 2020 : 305). Adapun variabel bebas dalam penelitian ini adalah citra tubuh (x1) dan dukungan sosial (x2).

## **2. Definisi Operasional**

### **a. Penerimaan diri**

Penerimaan diri adalah penilaian secara objektif mengenai diri sendiri juga kemauan untuk menerima semua karakteristik dan aspek yang ada dalam diri entah itu kelebihan maupun kelemahan tanpa dibarengi dengan perasaan sinis pada diri sendiri, serta bersedia menerima semua itu dalam kehidupannya. Variabel penerimaan diri dalam penelitian ini akan diukur menggunakan skala penerimaan diri yang terdiri dari tujuh aspek yang diungkapkan oleh Sheerer (dalam Padillah & Nurchayati, 2022 : 140), yaitu perasaan sederajat, percaya pada kemampuan yang dimiliki, berpendirian, berorientasi keluar, meyakini keterbatasan diri, bertanggung jawab, dan menerima sifat-sifat kemanusiaan. Semakin tinggi skor penerimaan diri yang didapatkan responden, maka semakin tinggi kemampuan penerimaan dirinya, sebaliknya jika semakin rendah skor yang didapat maka kemampuan penerimaan dirinya semakin rendah.

### **b. Citra tubuh**

Citra tubuh adalah gambaran secara subjektif yang dilakukan individu terhadap dirinya sendiri mengenai kondisi tubuhnya secara

keseluruhan, terlebih yang berkaitan dengan penilaian orang lain. Variabel citra tubuh dalam penelitian ini akan diukur dengan skala citra tubuh berdasarkan kelima aspek dari Cash (2000 : 3), yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap area tubuh, pemikiran terhadap kelebihan berat badan, dan penilaian diri terhadap berat badan. Semakin tinggi skor citra tubuh yang didapatkan responden, maka citra tubuhnya semakin positif, begitupula sebaliknya semakin rendah skor citra tubuh yang didapatkan responden maka citra tubuhnya semakin negatif.

c. Dukungan sosial

Dukungan sosial ialah bantuan yang diterima individu dari orang lain yang bentuknya dapat berupa nasehat, informasi, materi, pemberian semangat, dan tingkah laku sehingga individu tersebut merasa bahwa dirinya dicintai dan dihargai. Variabel dukungan sosial dalam penelitian ini adalah dukungan sosial yang berasal dari teman satu *fandom*. Yang mana akan diukur menggunakan skala dukungan sosial oleh Sarafino dan Smith (2011 : 82) yang terdiri dari empat aspek, yaitu dukungan emosional, dukungan nyata, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial. Semakin tinggi skor dukungan sosial yang didapatkan responden, maka semakin tinggi pula dukungan sosial yang diterima, begitupula sebaliknya semakin rendah skor dukungan sosialnya, maka semakin rendah dukungan sosial yang diterima.

### **C. Tempat dan waktu penelitian**

Penelitian ini akan dilaksanakan di media sosial twitter dengan cara menyebarkan skala penelitian secara *online* menggunakan *google formulir*. Waktu pelaksanaan penelitian ini akan dilakukan pada bulan Juni 2023.

### **D. Populasi, sampel, dan teknik sampling**

#### **1. Populasi**

Populasi penelitian adalah sekelompok individu yang dapat digunakan dalam memperkirakan hasil penelitian (Azwar, 2010 : 77). Lalu Latipun (2002 : 29) mendefinisikan populasi sebagai jumlah total individu yang telah dipelajari dan mempunyai sejumlah karakteristik yang sama. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah para perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter berusia 18-22 tahun dan merupakan anggota dari sebuah klub atau komunitas penggemar (*fandom*) *Korean wave* dengan total populasi yang tidak diketahui jumlah pastinya.

#### **2. Sampel**

Latipun (2002 : 30) mendefinisikan sampel sebagai bagian dari populasi yang memiliki jumlah serta karakteristik yang sama. Sampel ini juga merupakan bagian representatif atau bagian yang bisa mewakili keseluruhan populasi. Azwar (2010 : 79) menyatakan bahwa sampel dapat dikatakan representatif yang baik untuk populasinya tergantung dengan sejauhmana karakteristik yang dimiliki sampel itu sama dengan karakteristik populasinya. Lalu untuk mengetahui jumlah sampel dalam penelitian ini

karena jumlah populasinya tak terhingga atau tidak diketahui pasti berapa jumlah populasinya, maka dalam menentukan jumlah sampel menggunakan bantuan tabel rumus dari Issac dan Michael. Sampel dalam penelitian ini nantinya akan diperoleh melalui perhitungan sampel dari suatu populasi berdasarkan perhitungan tabel rumus dari Issac dan Michael dari populasi tertentu dengan taraf kesalahan 10%.

N (Jumlah populasi) = ∞ (tak terhingga)

s (Taraf kesalahan) = 10%, maka jumlah sampel adalah 272 orang

**Tabel 2. Rumus penentuan jumlah sampel Issac dan Michael dari populasi tertentu dengan taraf kesalahan 1%, 5%, dan 10%**

N	s			N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	155	138	2800	537	310	247
15	13	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
75	67	62	59	550	301	213	182	30000	649	344	268
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	663	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1100	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1200	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1300	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1400	450	279	227	550000	663	348	270
190	148	123	112	1500	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1600	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1700	477	289	234	700000	663	348	270
220	165	135	122	1800	485	292	235	750000	663	348	270
230	171	139	125	1900	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	2000	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2200	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2400	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	663	348	271
								∞	664	349	272

### **3. Teknik *sampling***

Teknik *sampling* adalah sebuah cara yang dilakukan untuk memperoleh sampel yang akan dijadikan sumber data penelitian. Teknik pengambilan sampel ini sangatlah penting dalam penelitian. Teknik *sampling* yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *non probability sampling* dengan jenis insidental *sampling*. *Non probability sampling* adalah teknik *sampling* dimana tidak semua anggota populasi memiliki kesempatan untuk menjadi sampel penelitian (Fauzi, 2008 : 192). Sedangkan insidental *sampling* sendiri merupakan salah satu bentuk *non probability sampling* yang mana sampelnya itu dipilih berdasarkan kebetulan. Maksudnya, sampel dipilih secara kebetulan oleh peneliti, yakni apabila peneliti memandang orang tersebut cocok untuk menjadi sumber data penelitian (Sugiyono, 2018 : 85). Adapun dalam penelitian ini, sampel yang akan dipilih dengan teknik insidental *sampling* adalah para perempuan penggemar *Korean wave* yang berusia 18-22 tahun, mengikuti auto-base Starfess di twitter, dan merupakan anggota dari klub atau komunitas penggemar (*fandom*) *korean wave*.

### **E. Teknik pengumpulan data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode skala sikap model likert. Menurut Azwar (2017 : 137), skala model likert ini dibuat untuk mengungkap setuju atau tidak setuju, sikap pro atau kontra, serta positif atau negatif mengenai suatu objek sosial atau objek sikap. Skala sikap model likert ini berisikan pernyataan-pernyataan sikap.

Pernyataan sikap ini terbagi menjadi dua jenis, yaitu pernyataan yang *favorable* (mendukung objek sikap) dan *unfavorable* (tidak mendukung objek sikap). Pernyataan-pernyataan tersebut sudah dipilih berdasarkan kualitas isi serta hasil analisis mengenai kemampuan pernyataan tersebut saat mengungkap sikap individu.

Penelitian ini akan menggunakan 3 skala yang berbeda, yaitu skala penerimaan diri, skala citra tubuh, dan skala dukungan sosial yang akan disajikan dalam dua jenis pernyataan, yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Pernyataan disajikan dengan 4 pilihan jawaban, yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Adapun setiap pilihan jawaban akan diberi skor yang berbeda, dengan tabel penskoran seperti berikut ini :

**Tabel 3. Tabel penskoran jawaban**

Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak sesuai	2	3
Sangat tidak sesuai	1	4

#### 1. Skala penerimaan diri

Skala penerimaan diri dalam penelitian ini mengacu pada aspek-aspek penerimaan diri yang diungkapkan oleh Sheerer (dalam Padillah & Nurchayati, 2022 : 140), yaitu perasaan sederajat, percaya pada kemampuan yang dimiliki, berpendirian, berorientasi keluar, menyadari keterbatasan diri, bertanggung jawab, dan menerima sifat-sifat kemanusiaan.



**Tabel 4. Blue-print skala penerimaan diri**

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Perasaan sederhana	Menganggap diri setara dengan orang lain	1,15	29,43	8
		Menganggap diri berharga sama seperti orang lain	2,16	30,44	
2	Percaya pada kemampuan yang dimiliki	Percaya dapat menghadapi permasalahan dalam kehidupan	3,17	31,45	8
		Percaya memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri	4,18	32,46	
3	Bertanggung jawab	Keberanian menghadapi konsekuensi	5,19	33,47	8
		Mau menerima kritik secara objektif	6,20	34,48	
4	Berorientasi keluar	Mau bersosialisasi dengan orang lain	7,21	35,49	8
		Mampu untuk terbuka dan nyaman dengan orang lain	8,22	36,50	
5	Berpendirian	Tidak bergantung pada orang lain	9,23	37,51	8
		Keinginan untuk menjadi diri sendiri	10,24	38,52	
6	Menyadari keterbatasan diri	Memiliki penilaian yang realistis terkait kelemahan	11,25	39,53	8
		Memiliki penilaian yang realistis terkait kelebihan	12,26	40,54	
7	Menerima sifat-sifat kemanusiaan	Mampu menerima semua perasaan	13,27	41,55	8
		Mampu menunjukkan semua perasaan	14,28	42,56	
Total					56

## 2. Skala citra tubuh

Skala citra tubuh yang akan digunakan dalam penelitian ini dibuat berdasarkan aspek-aspek citra tubuh yang diungkapkan oleh Cash (2000 : 3), yang terdiri dari evaluasi penampilan, orientasi penampilan, kepuasan terhadap area tubuh, pemikiran terhadap kelebihan berat badan, dan pengkategorian ukuran tubuh.

**Tabel 5. *Blue-print* skala citra tubuh**

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Evaluasi penampilan	Kepuasan terhadap keseluruhan tubuh	1,11	21,31	8
		Penilaian mengenai gaya berpakaian	2,12	22,32	
2	Orientasi penampilan	Perhatian mengenai penampilan fisik	3,13	23,33	8
		Usaha dalam memperbaiki dan meningkatkan penampilan fisik	4,14	24,34	
3	Kepuasan terhadap area tubuh	Kepuasan terhadap wajah dan tubuh bagian atas	5,15	25,35	8
		Kepuasan terhadap tubuh bagian tengah dan bawah	6,16	26,36	
4	Pemikiran terhadap kelebihan berat badan	Kewaspadaan terhadap kenaikan berat badan	7,17	27,37	8
		Kecenderungan untuk mengatur pola makan	8,18	28,38	
5	Pengkategorian ukuran tubuh	Penilaian berdasarkan berat badan	9,19	29,39	8

		Penilaian berdasarkan tinggi badan	10,20	30,40	
Total					40

### 3. Skala dukungan sosial

Skala dukungan sosial dalam penelitian ini dibuat berdasarkan teori dari Sarafino dan Smith mengenai aspek-aspek dukungan sosial. Terdapat 5 aspek dukungan sosial menurut Sarafino dan Smith (2011 : 82) yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan nyata, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial.

**Tabel 6. *Blue-print* skala dukungan sosial**

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Dukungan emosional	Pemberian rasa empati, perlindungan, kepercayaan pada individu	1,11	21,31	8
		Mendapatkan ketentraman, kenyamanan, dicintai	2,12	22,32	
2	Dukungan penghargaan	Mendapatkan perasaan dihargai	3,13	23,33	8
		Mendapatkan motivasi untuk terus maju	4,14	24,34	
3	Dukungan nyata	Mendapatkan bantuan berupa jasa	5,15	25,35	8
		Mendapatkan bantuan berupa materi	6,16	26,36	
4	Dukungan informasi	Mendapatkan saran mengenai penyelesaian masalah	7,17	27,37	8
		Mendapatkan penjelasan terkait	8,18	28,38	

		hal yang ingin diketahui			
5	Dukungan jaringan sosial	Memiliki kesempatan untuk berbagi hobi dan minat	9,19	29,39	8
		Perasaan menjadi bagian dari kelompok	10,20	30,40	
Total					40

## F. Validitas dan reliabilitas data

### 1. Validitas

Menurut Azwar (2003 : 7) validitas secara umum dapat diartikan sebagai kecermatan atau ketetapan skala saat menjalankan fungsinya sebagai alat ukur. Artinya validitas dimaksudkan untuk melihat sejauhmana skala dapat mengukur atribut yang dirancang. Apabila skala hanya dapat menunjukkan sebagian dari atribut atau bahkan malah mengukur atribut yang lain, maka skala tersebut dikatakan tidak valid. Validitas ini berkaitan dengan tujuan penelitian. Validitas juga merupakan suatu karakteristik utama yang perlu dimiliki setiap skala. Tingkat validitas suatu skala sangat berpengaruh untuk mengungkapkan apakah skala tersebut berguna ataukah tidak dalam penelitian. Oleh sebab itu usaha-usaha dalam rangka menegakkan validitas harus selalu dilakukan, mulai dari tahap awal perencanaan sampai tahap administrasi serta pemberian skor skala.

Validitas sendiri terdiri dari beberapa jenis, salah satunya adalah validitas isi. Menurut Azwar (2017 : 176), validitas isi dilakukan untuk mengetahui apakah isi instrumen selaras dengan tujuan yang ingin dicapai

dalam penelitian. Untuk mengetahui hal tersebut, dibutuhkan proses validasi yang menguji apakah setiap butir item dalam skala sesuai dengan tujuan penelitian. Penentuan kesesuaian tersebut didapatkan melalui prosedur *judgement* serta pemberian rating oleh ahli dalam bidang yang terkait.

Sugiyono (2018 : 129) menyatakan bahwa untuk mengetahui validitas tiap butir *item*, selain dari *judgment* oleh para ahli, ada prosedur selanjutnya yaitu dengan diujicobakan dan dianalisis menggunakan analisis *item* atau uji beda. Analisis *item* dilakukan dengan cara menghitung korelasi antara skor tiap item dengan skor total dari jumlah tiap *item*. Apabila *item* memiliki korelasi positif dengan skor total, maka *item* tersebut memiliki validitas yang tinggi. Syarat minimum untuk memenuhi hal tersebut adalah jika koefisien korelasi atau  $r = 0,3$ . Jadi, saat koefisien korelasi sama dengan atau lebih dari 0,3 maka *item* dapat dinyatakan valid. Sebaliknya, jika  $r < 0,3$  atau koefisien korelasi kurang dari 0,3 maka *item* dinyatakan tidak valid (Sugiyono, 2018 : 134). Lalu untuk menentukan validitas dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan bantuan aplikasi SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) dengan rumus *Corrected Item-Total Correlations*.

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas dapat diartikan sebagai keterpercayaan atau konsistensi dari hasil pengukuran, reliabilitas ini dapat berarti kecermatan penelitian. Apabila suatu pengukuran tidak reliabel maka skor yang diperoleh dari

hasil penelitiannya tidak dapat dipercaya, sebab perbedaan skor yang terjadi di antara individu lebih dikarenakan oleh adanya faktor eror dibandingkan faktor perbedaan yang sesungguhnya (Azwar, 2003 : 83).

Dalam pelaksanaannya, reliabilitas ini dinyatakan dengan koefisien reliabilitas ( $r_{xy}$ ) yang angkanya terdapat dalam rentang dari 0 hingga 1,00. Jika koefisien reliabilitasnya semakin mendekati angka 1,00 maka semakin tinggi tingkat reliabilitasnya. Begitupula sebaliknya, jika koefisien semakin rendah mendekati angka 0, maka semakin rendah pula tingkat reliabilitasnya (Azwar, 2003 : 83). Reliabilitas dalam penelitian ini akan diuji dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* yang dibantu dengan aplikasi SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*).

## **G. Hasil Uji Coba Alat Ukur**

Skala yang diujikan terdiri dari skala penerimaan diri, skala citra tubuh, dan skala dukungan sosial. Total keseluruhan item dalam skala uji coba ini sebanyak 136 *item*. Responden dalam uji coba ini sejumlah 30 responden yang diambil dari para penggemar *Korean wave* di twitter. Berikut adalah hasil uji coba dari masing-masing skala.

### 1. Uji coba validitas

#### a. Skala penerimaan diri

Skala penerimaan diri yang digunakan dalam uji coba ini berjumlah 56 *item* yang terdiri dari 28 *item* yang *favorable* dan 28 *item* yang *unfavorable*. Berdasarkan nilai *corrected item-total correlation* dengan

menggunakan SPSS 25.0 *for windows* hasil yang didapatkan setelah uji coba ialah terdapat 51 *item* yang valid dan 5 *item* yang tidak valid. *Item* yang gugur dalam skala ini ialah 1,9,11,44, dan 52. Berikut adalah hasil uji coba skala penerimaan diri beserta *blue-printnya*.

**Tabel 7. Hasil Uji Coba Skala Penerimaan Diri**

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Perasaan sederajat	Menganggap diri setara dengan orang lain	1*,15	29,43	8
		Menganggap diri berharga sama seperti orang lain	2,16	30,44*	
2	Percaya pada kemampuan yang dimiliki	Percaya dapat menghadapi permasalahan dalam kehidupan	3,17	31,45	8
		Percaya memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri	4,18	32,46	
3	Bertanggung jawab	Keberanian menghadapi konsekuensi	5,19	33,47	8
		Mau menerima kritik secara objektif	6,20	34,48	
4	Berorientasi keluar	Mau bersosialisasi dengan orang lain	7,21	35,49	8
		Mampu untuk terbuka dan nyaman dengan orang lain	8,22	36,50	
5	Berpendirian	Tidak bergantung pada orang lain	9*,23	37,51	8
		Keinginan untuk menjadi diri sendiri	10,24	38,52*	
6	Menyadari keterbatasan diri	Memiliki penilaian yang realistis terkait kelemahan	11*,25	39,53	8
		Memiliki penilaian yang	12,26	40,54	

		realistis terkait kelebihan			
7	Menerima sifat-sifat kemanusiaan	Mampu menerima semua perasaan	13,27	41,55	8
		Mampu menunjukkan semua perasaan	14,28	42,56	
Total					56

Keterangan : \* (*item yang gugur*)

b. Skala citra tubuh

Skala citra tubuh yang digunakan dalam uji coba ini berjumlah 40 *item* yang terdiri dari 20 *item* yang *favorable* dan 20 *item* yang *unfavorable*. Berdasarkan nilai *corrected item-total correlation* dengan menggunakan SPSS 25.0 *for windows* hasil yang didapatkan setelah uji coba ialah terdapat 37 *item* yang valid dan 3 *item* yang tidak valid. *Item* yang gugur dalam skala ini ialah 3, 14, dan 27. Berikut adalah hasil uji coba skala citra tubuh beserta *blue-printnya*.

**Tabel 8. Hasil Uji Coba Skala Citra Tubuh**

no	Aspek	Indikator	Item		Total
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Evaluasi penampilan	Kepuasan terhadap keseluruhan tubuh	1,11	21,31	8
		Penilaian mengenai gaya berpakaian	2,12	22,32	
2	Orientasi penampilan	Perhatian mengenai penampilan fisik	3*,13	23,33	8
		Usaha dalam memperbaiki dan meningkatkan penampilan fisik	4,14*	24,34	
3	Kepuasan terhadap area	Kepuasan terhadap wajah	5,15	25,35	8



	tubuh	dan tubuh bagian atas			
		Kepuasan terhadap tubuh bagian tengah dan bawah	6,16	26,36	
4	Pemikiran terhadap kelebihan berat badan	Kewaspadaan terhadap kenaikan berat badan	7,17	27*,37	8
		Kecenderungan untuk mengatur pola makan	8,18	28,38	
5	Pengkategorian ukuran tubuh	Penilaian berdasarkan berat badan	9,19	29,39	8
		Penilaian berdasarkan tinggi badan	10,20	30,40	
Total					40

Keterangan : \* (*item yang gugur*)

### c. Skala dukungan sosial

Skala dukungan sosial yang digunakan dalam uji coba ini berjumlah 40 *item* yang terdiri dari 20 *item* yang *favorable* dan 20 *item* yang *unfavorable*. Berdasarkan nilai *corrected item-total correlation* dengan menggunakan SPSS 25.0 *for windows* hasil yang didapatkan setelah uji coba ialah terdapat 36 *item* yang valid dan 4 *item* yang tidak valid. *Item* yang gugur dalam skala ini ialah 6,8,14 dan 19. Berikut adalah hasil uji coba skala dukungan sosial beserta *blue-printnya*.

**Tabel 9. Hasil Skala Uji Coba Dukungan Sosial**

No	Aspek	Indikator	Item		Total
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Dukungan emosional	Pemberian rasa empati, perlindungan, kepercayaan pada individu	1,11	21,31	8

		Mendapatkan ketenangan, kenyamanan, dicintai	2,12	22,32	
2	Dukungan penghargaan	Mendapatkan perasaan dihargai	3,13	23,33	8
		Mendapatkan motivasi untuk terus maju	4,14*	24,34	
3	Dukungan nyata	Mendapatkan bantuan berupa jasa	5,15	25,35	8
		Mendapatkan bantuan berupa materi	6*,16	26,36	
4	Dukungan informasi	Mendapatkan saran mengenai penyelesaian masalah	7,17	27,37	8
		Mendapatkan penjelasan terkait hal yang ingin diketahui	8*,18	28,38	
5	Dukungan jaringan sosial	Memiliki kesempatan untuk berbagi hobi dan minat	9,19*	29,39	8
		Perasaan menjadi bagian dari kelompok	10,20	30,40	
Total					40

Keterangan : \* (item yang gugur)

## 2. Hasil uji reliabilitas

### a. Reliabilitas penerimaan diri

**Tabel 10. Reliabilitas Penerimaan Diri**

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.936	51

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh hasil *cronbach's alpha* sebesar 0,936 untuk skala penerimaan diri. Artinya skala penerimaan diri reliabel, karena skor koefisien *cronbach's alpha* > 0,6 dan tingkat reliabilitasnya tinggi karena semakin mendekati angka 1,00 (Azwar, 2003 : 83).

b. Reliabilitas citra tubuh

**Tabel 11. Reliabilitas Citra Tubuh**

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.961	37

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh hasil *cronbach's alpha* sebesar 0,961 untuk skala citra tubuh. Artinya skala citra tubuh reliabel, karena skor koefisien *cronbach's alpha* > 0,6 dan tingkat reliabilitasnya tinggi karena semakin mendekati angka 1,00 (Azwar, 2003 : 8).

c. Reliabilitas dukungan sosial

**Tabel 12. Reliabilitas Dukungan Sosial**

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.953	36

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh hasil *cronbach's alpha* sebesar 0,953 untuk skala dukungan sosial. Artinya skala dukungan sosial reliabel,

karena skor koefisien *cronbach's alpha* > 0,6 dan tingkat reliabilitasnya tinggi karena semakin mendekati angka 1,00 (Azwar, 2003 : 83).

## **H. Analisis data**

Analisis data merupakan suatu teknik yang digunakan dalam penelitian yang bertujuan untuk memecahkan masalah penelitian, mencari tahu ada atau tidaknya hubungan antara variabel penelitian, memberikan jawaban mengenai hipotesis yang diajukan, serta untuk memperoleh kesimpulan dan saran dari penelitian yang dilakukan untuk kebijakan penelitian selanjutnya (Fauzi, 2008 : 199). Berikut ini adalah analisis data yang digunakan dalam penelitian ini

### **1. Uji normalitas**

Uji normalitas adalah suatu uji yang digunakan untuk mengukur data yang diperoleh dalam penelitian berdistribusi normal ataukah tidak normal (Riyanto & Hatmawan, 2020 : 81). Metode uji normalitas yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan uji *one sample kolmogorov-smirnov* (Abdullah, 2015: 322). Menurut Siregar (2014: 245), Uji *one sample kolmogorov-smirnov* ini dipakai guna mengetahui normalitas suatu distribusi data. Data dikatakan berdistribusi normal saat nilai signifikasinya lebih dari 0,05 dan dikatakan tidak berdistribusi normal saat nilai signifikansinya kurang dari 0,05.

## 2. Uji linearitas

Uji linearitas merupakan suatu uji yang digunakan untuk mencari tahu hubungan antara variabel bebas dan terikat itu linear (berada dalam suatu garis lurus) ataukah tidak. Konsep linearitas ini mengacu pada pengertian yang menyatakan apakah variabel bebas bisa dipakai dalam memprediksi variabel terikat dalam sebuah hubungan tertentu (Widana & Muliani, 2020 : 47). Uji linearitas dalam penelitian ini akan menggunakan bantuan aplikasi SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) dengan uji linearitas *test for linearity*. Variabel bebas dan terikat dapat dikatakan memiliki hubungan yang linear apabila nilai signifikansi *linearity*  $< 0,05$  dan nilai signifikansi *deviation from linearity* lebih dari 0,05. Sebaliknya, jika nilai signifikansi *deviation from linearity* yang diperoleh kurang dari 0,05 maka variabel bebas dan terikat dikatakan tidak memiliki hubungan yang linear (Widana & Muliani, 2020 : 53).

## 3. Uji hipotesis

Uji hipotesis merupakan suatu uji yang digunakan untuk mencari tahu diterima atau ditolaknya hipotesis yang diajukan dalam penelitian. Uji hipotesis yang akan digunakan terlebih dahulu dalam penelitian ini adalah dengan analisis korelasi sederhana kemudian dilanjutkan dengan analisis korelasi ganda. Analisis korelasi sederhana dilakukan dengan menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* dari Pearson. Analisis korelasi sederhana ini dilakukan guna mengetahui ada atau

tidaknya hubungan antara satu variabel bebas dengan variabel terikat (Sugiyono, 2018: 241).

Analisis korelasi sederhana yang dilakukan untuk menguji satu variabel bebas dan satu variabel terikat dilakukan pada hipotesis pertama dan kedua, yaitu :

- 1) Hipotesis pertama : variabel citra tubuh (X1) dan variabel penerimaan diri (Y)
- 2) Hipotesis kedua : variabel dukungan sosial (X2) dan variabel penerimaan diri (Y)

Perhitungan untuk analisis tersebut menggunakan teknik korelasi *product moment*, dengan nilai koefisien korelasi antara -1 dan 1. Nilai koefien korelasi ini digunakan untuk menentukan jenis hubungan serta kekuatan antar variabel. Lalu menurut Siregar (2014: 409), saat menyatakan arah hubungan antar variabel ditulis dengan tanda positif (+) dan negatif (-) dengan ketentuan sebagai berikut :

- 1) Saat  $r$  bernilai -0 sampai -1 maka korelasinya bersifat negatif, yaitu terdapat hubungan yang berlawanan antara variabel X dan Y, apabila variabel X tinggi maka variabel Y rendah begitupun sebaliknya.
- 2) Saat  $r$  bernilai 0 sampai 1 maka korelasinya bersifat positif, yaitu terdapat hubungan yang arahnya sama antara variabel X dan Y, sehingga ketika variabel X tinggi maka variabel Y juga tinggi.

Selanjutnya untuk hipotesis ketiga, uji yang akan dilakukan adalah dengan menggunakan analisis korelasi ganda. Analisis korelasi ganda ini dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya serta lemah atau kuatnya hubungan antara dua atau lebih variabel bebas dengan satu variabel terikat. Dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel bebas yaitu citra tubuh (X1) dan dukungan sosial (X2) dengan satu variabel terikat yaitu penerimaan diri (Y). Analisis korelasi ganda ini akan dihitung dengan korelasi *product moment*. Lalu untuk menunjukkan hasil seberapa kuat hubungan antar variabel dinyatakan dengan koefisien korelasi berbentuk angka. Berikut ini adalah acuan untuk koefisien korelasi (r) yang dinyatakan Sugiyono (2015 : 231) :

**Tabel 13. Koefisien Korelasi**

<b>Rentang Koefisien</b>	<b>Tingkat Hubungan</b>
0,0 - 0,19	Sangat lemah
0,2 - 0,39	Lemah
0,4 - 0,59	Sedang
0,6 - 0,79	Kuat
0,8 - 1,0	Sangat kuat

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil penelitian

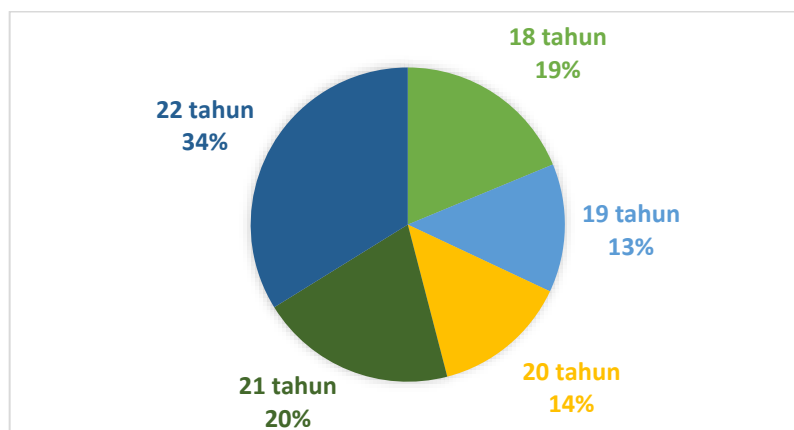
##### 1. Deskripsi subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah para penggemar *Korean wave* berjenis kelamin perempuan yang mengikuti *auto-base* Starfess di Twitter dan tergabung dalam komunitas penggemar (*fandom*) yang berjumlah 272 orang.

##### a. Sebaran subjek berdasarkan usia

Berdasarkan usia, sebaran subjek dalam penelitian ini adalah :

**Gambar 2. Usia Subjek Penelitian**



Usia subjek dalam penelitian ini berada pada permulaan dewasa awal, yaitu 18-22 tahun. Lebih rincinya, berdasarkan diagram usia subjek di atas diketahui bahwa subjek yang berusia 18 tahun memiliki presentase 19% dengan jumlah 51 orang, lalu yang berusia 19 tahun memiliki presentase sebanyak 13% dengan jumlah 36 orang, lalu yang berusia 20 tahun memiliki presentase 14% yang berjumlah 38 orang, selanjutnya yang berusia 21 tahun



dengan presentase 20% berjumlah 55 orang, dan yang terakhir berusia 22 tahun memiliki presentase paling banyak, yaitu 34% dengan jumlah 92 orang.

b. Sebaran subjek berdasarkan *fandom* (komunitas penggemar)

Starfess merupakan sebuah akun *auto-base* di twitter yang diikuti oleh orang-orang berbagai macam *fandom*. Oleh sebab itu, *fandom* dari subjek penelitian ini juga beraneka ragam, seperti Nctzen, Fearnot, Army, Exo-L, Stay, Carat, Blink, Wayzenni, Reveluv, Moa, Engene, Sone, Once, Treasure Maker, The B, Atiny, Midzy, MY, dan lain lain.

## 2. Kategorisasi variabel penelitian

Setiap variabel penelitian ini akan terbagi ke dalam tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Dalam setiap kategorisasi variabel akan menggunakan rata-rata skor dan standar deviasi pada tabel berikut.

**Tabel 14. Hasil Uji Deskriptif**

<b>Descriptive Statistics</b>					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PENERIMAAN DIRI	272	100	204	<b>144.44</b>	<b>16.543</b>
CITRA TUBUH	272	49	136	<b>95.58</b>	<b>16.183</b>
DUKUNGAN SOSIAL	272	39	144	<b>114.67</b>	<b>18.871</b>
Valid N (listwise)	272				

Berdasarkan tabel tersebut, dapat terlihat bahwa, pada variabel penerimaan diri (Y) memiliki skor data minimum sebesar 100 dan skor data maksimum sebesar 204 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 144,44, serta standar deviasi sebesar 16,543. Lalu pada variabel citra tubuh (X1) memiliki skor data minimum sebesar 49 dan skor data maksimum sebesar 136 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 95,58 dan standar deviasi sebesar

166,183. Sedangkan pada variabel dukungan sosial (X2) memiliki skor data minimum sebesar 39 dan skor data maksimum sebesar 144 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 114,67 dan standar deviasi sebesar 18,871. Dari hasil tersebut, maka kategorisasi variabel adalah sebagai berikut

- a. Kategori variabel penerimaan diri

**Tabel 15. Rentang Skor Penerimaan Diri**

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	$X < 127,89$	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$127,89 \leq X < 160,98$	Sedang
$(\text{Mean} + 1\text{SD}) \leq X$	$160,98 \leq X$	Tinggi

Kategori hasil dapat diketahui berdasarkan skor dari skala penerimaan diri yang diperoleh para subjek penelitian, yang mana apabila memperoleh skor penerimaan diri lebih dari 160,98 maka dinyatakan memiliki skor penerimaan diri dengan kategori tinggi. Lalu jika memperoleh skor 127,89 – 160,98 maka skor penerimaan dirinya masuk dalam kategori sedang, dan apabila subjek memperoleh skor dibawah 127,89 maka skor penerimaan dirinya termasuk dalam kategori rendah.

**Tabel 16. Kategorisasi Tingkat Penerimaan Diri**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TINGGI	41	15.1	15.1	15.1
	SEDANG	197	72.4	72.4	87.5
	RENDAH	34	12.5	12.5	100.0
	Total	272	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel tingkat penerimaan diri diatas, dapat diketahui bahwa ada sebanyak 41 subjek penelitian (15,1%) yang memiliki tingkat penerimaan diri tinggi, 197 subjek penelitian (72,4%) yang memiliki tingkat penerimaan diri sedang, dan 34 subjek penelitian (12,5%) yang memiliki tingkat penerimaan diri rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* di twitter memiliki tingkat penerimaan diri sedang, yaitu sebanyak 197 orang (72,4%).

b. Kategori variabel citra tubuh

**Tabel 17. Rentang Skor Citra Tubuh**

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	$X < 79,39$	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$79,39 \leq X < 111,76$	Sedang
$(\text{Mean} + 1\text{SD}) \leq X$	$111,76 \leq X$	Tinggi

Kategori hasil dapat diketahui berdasarkan skor dari skala citra tubuh yang diperoleh para subjek penelitian, yang mana apabila memperoleh skor citra tubuh lebih dari 111,76 maka dinyatakan memiliki skor citra tubuh dengan kategori tinggi. Lalu jika memperoleh skor 79,39 – 111,76 maka skor citra tubuhnya masuk dalam kategori sedang, dan apabila subjek memperoleh skor dibawah 79,39 maka skor citra tubuhnya termasuk dalam kategori rendah.

**Tabel 18. Kategorisasi Tingkat Citra Tubuh**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TINGGI	41	15.1	15.1	15.1
	SEDANG	190	69.9	69.9	84.9
	RENDAH	41	15.1	15.1	100.0
	Total	272	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel tingkat citra tubuh diatas, dapat diketahui bahwa ada sebanyak 41 subjek penelitian (15,1%) yang memiliki tingkat citra tubuh tinggi, 190 subjek penelitian (69,9%) yang memiliki tingkat citra tubuh sedang, dan 41 subjek penelitian (15,1%) yang memiliki tingkat citra tubuh rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* di twitter memiliki tingkat citra tubuh sedang, yaitu sebanyak 190 orang (69,9%).

c. Kategori variabel dukungan sosial

**Tabel 19. Rentang Skor Dukungan Sosial**

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategorisasi
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	$X < 95,79$	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD})$	$95,79 \leq X < 133,54$	Sedang
$(\text{Mean} + 1\text{SD}) \leq X$	$133,54 \leq X$	Tinggi

Kategori hasil dapat diketahui berdasarkan skor dari skala dukungan sosial yang diperoleh para subjek penelitian, yang mana apabila memperoleh skor dukungan sosial lebih dari 133,54 maka dinyatakan memiliki skor dukungan sosial dengan kategori tinggi. Lalu jika memperoleh skor 95,79 – 133,54 maka skor dukungan sosialnya masuk

dalam kategori sedang, dan apabila subjek memperoleh skor dibawah 95,79 maka skor dukungan sosialnya termasuk dalam kategori rendah.

**Tabel 20. Kategorisasi Tingkat Dukungan Sosial**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TINNGI	54	19.9	19.9	19.9
	SEDANG	182	66.9	66.9	86.8
	RENDAH	36	13.2	13.2	100.0
	Total	272	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel tingkat dukungan sosial diatas, dapat diketahui bahwa ada sebanyak 54 subjek penelitian (19,9%) yang memiliki tingkat dukungan sosial tinggi, 182 subjek penelitian (66,9%) yang memiliki tingkat dukungan sosial sedang, dan 36 subjek penelitian (13,2%) yang memiliki tingkat dukungan sosial rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* di twitter memiliki tingkat dukungan sosial sedang, yaitu sebanyak 182 orang (66,9%).

## **B. Hasil uji normalitas**

Uji normalitas adalah suatu uji yang digunakan untuk mengukur data yang diperoleh dalam penelitian berdistribusi normal ataukah tidak normal. Data dikatakan berdistribusi normal saat nilai signifikasinya lebih dari 0,05 dan dikatakan tidak berdistribusi normal saat nilai signifikansinya kurang dari 0,05.

**Tabel 21. Hasil Uji Normalitas**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		272
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	13.88487574
Most Extreme Differences	Absolute	.042
	Positive	.039
	Negative	-.042
Test Statistic		.042
<b>Asymp. Sig. (2-tailed)</b>		<b>.200<sup>c,d</sup></b>

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel pada uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov* diatas didapatkan nilai signifikansi (Asymp. Sig) sebesar 0,200. Berdasarkan tabel tersebut diketahui bahwa nilai signifikansi diatas 0,05 sehingga data dalam penelitian ini dapat dikatakan berdistribusi normal.

**C. Hasil uji linearitas**

Uji linearitas merupakan suatu uji yang digunakan untuk mencari tahu hubungan antara variabel bebas dan terikat itu linear (berada dalam suatu garis lurus) ataukah tidak.

- a. Uji linearitas penerimaan diri dan citra tubuh

**Tabel 22. Hasil Uji Linearitas Penerimaan Diri dan Citra Tubuh**

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PENERIMA AN DIRI * CITRA TUBUH	Between Groups	(Combined)	35851.876	71	504.956	2.636	.000
		<b>Linearity</b>	18589.206	1	18589.206	97.028	<b>.000</b>
		<b>Deviation from Linearity</b>	17262.670	70	246.610	1.287	<b>.090</b>
Within Groups			38317.183	200	191.586		
Total			74169.059	271			

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat dalam kolom *linearity* variabel penerimaan diri dan citra tubuh diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000, yang mana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) dan diperoleh pula nilai signifikansi *deviation of linearity* sebesar 0,090 yang mana nilai tersebut lebih besar dari 0,05 ( $0,90 > 0,05$ ). Sehingga dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang linear antara penerimaan diri dan citra tubuh.

b. Uji linearitas penerimaan diri dan dukungan sosial

**Tabel 23. Hasil Uji Linearitas Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial**

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PENERIMAAN DIRI * DUKUNGAN SOSIAL	Between Groups	(Combined)	25581.956	66	387.605	1.635	.005
		<b>Linearity</b>	6607.469	1	6607.469	27.878	<b>.000</b>
		<b>Deviation from Linearity</b>	18974.487	65	291.915	1.232	<b>.139</b>
	Within Groups		48587.102	205	237.010		
Total			74169.059	271			

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat dalam kolom *linearity* variabel penerimaan diri dan dukungan sosial diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000, yang mana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ) dan diperoleh pula nilai signifikansi *deviation of linearity* sebesar 0,139 yang mana nilai tersebut lebih besar dari 0,05 ( $0,139 > 0,05$ ). Sehingga dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang linear antara penerimaan diri dan dukungan sosial.

#### **D. Hasil uji hipotesis**

Tahap selanjutnya apabila telah melakukan uji asumsi adalah melakukan uji hipotesis yang bertujuan untuk mengetahui apakah hipotesis yang diajukan diterima atau ditolak. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan korelasi *pearson product moment* dengan bantuan aplikasi SPSS 25 (*Statistical Product and Service Solutions*) for windows. Uji hipotesis dengan korelasi korelasi *pearson product moment* ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya. Dalam penelitian ini digunakan 3 variabel, yaitu penerimaan diri (Y), citra tubuh (X1), dan dukungan sosial (X2), maka untuk uji hipotesisnya terbagi menjadi 3 tahap :

a. Uji hipotesis pertama

Hipotesis pertama yang diajukan oleh peneliti adalah terdapat hubungan antara citra tubuh dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter. Berikut adalah tabel yang menunjukkan hasil uji korelasi antara citra tubuh dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter.



**Tabel 24. Hasil Uji Hipotesis Pertama**

**Correlations**

		PENERIMAAN DIRI	CITRA TUBUH
PENERIMAAN DIRI	Pearson Correlation	1	<b>.501**</b>
	Sig. (2-tailed)		<b>.000</b>
	N	272	272
CITRA TUBUH	Pearson Correlation	.501**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	272	272

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel uji hipotesis di atas dengan menggunakan menggunakan korelasi *pearson product moment*, diperoleh nilai koefisien korelasi 0,501 yang termasuk dalam kategori korelasi positif dengan tingkat korelasi sedang. Korelasi yang positif menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang searah antara penerimaan diri dan citra tubuh, yang artinya apabila penerimaan dirinya tinggi maka citra tubuhnya juga tinggi. Selain itu nilai sig. (2-tailed) antara penerimaan diri dan citra tubuh diperoleh sebesar 0,000. Korelasi dapat dikatakan signifikan jika  $p < 0,05$ . Sehingga dapat dikatakan bahwa kedua variabel tersebut memiliki korelasi positif yang signifikan.

Berdasarkan hasil pengujian korelasi antara citra tubuh dengan penerimaan diri diatas yang dilihat dari nilai koefisien korelasi dan nilai signifikansi, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sedang antara citra tubuh dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter.

b. Uji hipotesis kedua

Hipotesis kedua yang diajukan oleh peneliti adalah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter. Berikut adalah tabel yang menunjukkan hasil uji korelasi antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter.

**Tabel 25. Hasil Uji Hipotesis Kedua**

		<b>Correlations</b>	
		PENERI MAAN DIRI	DUKUN GAN SOSIAL
PENERIMAAN DIRI	<b>Pearson Correlation</b>	1	<b>.298**</b>
	<b>Sig. (2-tailed)</b>		<b>.000</b>
	N	272	272
DUKUNGAN SOSIAL	Pearson Correlation	.298**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	272	272

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel uji hipotesis di atas dengan menggunakan menggunakan korelasi *pearson product moment*, diperoleh nilai koefisien korelasi 0,298 yang termasuk dalam kategori korelasi positif dengan tingkat korelasi lemah. Korelasi yang positif menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang searah antara penerimaan diri dan dukungan sosial, yang artinya apabila penerimaan dirinya tinggi maka dukungannya juga tinggi. Selain itu nilai sig. (2-tailed) antara penerimaan diri dan dukungan sosial diperoleh sebesar 0,000. Korelasi dapat dikatakan signifikan jika

$p < 0,05$ . Sehingga dapat dikatakan bahwa kedua variabel tersebut memiliki korelasi positif yang signifikan.

Berdasarkan hasil pengujian korelasi antara dukungan sosial dengan penerimaan diri di atas yang dilihat dari nilai koefisien korelasi dan nilai signifikansi, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang lemah antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter.

c. Uji hipotesis ketiga

Hipotesis ketiga yang diajukan oleh peneliti adalah terdapat hubungan antara citra tubuh dan dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter. Berikut adalah tabel yang menunjukkan hasil uji korelasi antara citra tubuh dan dukungan sosial secara bersamaan dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter. Pada uji hipotesis ketiga ini, peneliti menggunakan analisis korelasi berganda.

**Tabel 26. Hasil Uji Hipotesis Ketiga**

Model Summary <sup>b</sup>								
R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics			Sig. F Change	
				R Square Change	F Change	df1		df2
.544 <sup>a</sup>	.296	.290	13.936	.296	56.438	2	269	.000

a. Predictors: (Constant), DUKUNGAN SOSIAL, CITRA TUBUH

b. Dependent Variable: PENERIMAAN DIRI

Berdasarkan tabel *model summary* diatas, dapat diketahui bahwa hubungan antara citra tubuh dan dukungan sosial dengan penerimaan diri yang dihitung dengan koefisien korelasi ialah 0,544. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dengan tingkatan korelasi sedang antara variabel-variabel tersebut. Korelasi yang positif menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang searah antara penerimaan diri dengan citra tubuh dan dukungan sosial, yang artinya apabila penerimaan dirinya tinggi maka citra tubuh dan dukungannya juga tinggi.

Tingkat signifikansi koefisien korelasi berganda dapat ditinjau dari nilai probabilitas (sig. F change) yaitu 0,000. Dikarenakan nilai signifikansi F change  $0,000 < 0,05$ , sehingga korelasi antara citra tubuh dan dukungan sosial dengan penerimaan diri dapat dikatakan signifikan.

Berdasarkan hasil pengujian korelasi antara citra tubuh dan dukungan sosial secara bersamaan dengan penerimaan diri diatas yang dilihat dari nilai koefisien korelasi dan nilai signifikansi, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sedang antara citra tubuh dan dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter.

## **E. Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan guna mengetahui hubungan antara citra tubuh dan dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter.

Penelitian ini memiliki tiga inti pembahasan, yaitu hubungan citra tubuh dengan penerimaan diri perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter, hubungan dukungan sosial dengan penerimaan diri perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter, serta hubungan antara citra tubuh dan dukungan sosial dengan penerimaan diri perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter.

Berdasarkan **pengujian hipotesis pertama** yang menguji hubungan antara citra tubuh dengan penerimaan diri, diperoleh nilai koefisien korelasi 0,501 yang termasuk dalam kategori korelasi positif dengan tingkat korelasi sedang. Lalu diperoleh pula nilai sig. (2-tailed) 0,000 sehingga korelasi antara variabel citra tubuh dan penerimaan diri dikatakan signifikan. Dari hasil analisis data tersebut diketahui bahwa terdapat hubungan yang searah antara citra tubuh dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter.

Hasil penelitian ini didukung oleh hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Pertiwi (2021:49) mengenai hubungan antara penerimaan diri dengan citra tubuh pada mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara penerimaan diri dengan citra tubuh pada mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

Selain itu ada juga penelitian yang dilakukan oleh Lestari, dkk (2022:20) mengenai hubungan antara *body image* dengan penerimaan diri pada peserta didik kelas XI MIPA DI SMA N 1 Belik kabupaten Pematang. Hasil dari penelitian tersebut menyatakan bahwa ada hubungan signifikan antara *body image* dengan penerimaan diri peserta didik kelas XI MIPA DI SMA N 1 Belik kabupaten Pematang.

Hasil penelitian serupa juga ditunjukkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Febriani dan Rahmasari (2022:66) tentang hubungan antara *body image* dengan penerimaan diri pada remaja perempuan pengguna tiktok. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian tersebut diterima, ditunjukkan dengan adanya hubungan signifikan antara *body image* dan penerimaan diri pada remaja perempuan pengguna tiktok.

Citra tubuh berkaitan erat dengan penampilan fisik, yang mana penampilan fisik ini tidak lepas dari berbagai tahapan perkembangan individu terutama bagi perempuan, termasuk pada tahap perkembangan masa dewasa awal. Pada masa dewasa awal ini perempuan memang sudah tidak mengalami pertumbuhan dalam fisiknya lagi, namun bukan berarti persoalan fisik bukan lagi hal yang perlu diperhatikan. Pada masa ini, perempuan akan menyadari bahwa penampilan fisik yang menarik merupakan sebuah keuntungan, terutama dalam bidang pekerjaan dan percintaan (Hurlock, 2004 : 255).

Pandangan individu mengenai penampilan fisiknya ini bisa disebabkan oleh berbagai hal, salah satunya budaya (Bell & Rushforth,

2008 : 3-8). Salah satu budaya yang memiliki pengaruh mengenai persoalan fisik adalah budaya dari Korea Selatan yang terkenal dengan pandangan bahwa penampilan fisik itu dianggap sebagai sesuatu yang sangat penting. Saking dianggap pentingnya, Korea Selatan terkenal dengan operasi plastiknya, sehingga tidak sulit untuk menemukan klinik operasi plastik di sana (Namira, 2020). Oleh sebab itu, dapat dikatakan bahwa skor citra tubuh yang diperoleh subjek dalam penelitian ini yang kebanyakan mendapat skor citra tubuh sedang (69,9% atau 190 orang) disebabkan oleh pengaruh budaya dari Korea Selatan tersebut.

Adapun keterkaitan antara citra tubuh ini dengan penerimaan diri ialah apabila individu memiliki pandangan positif terkait fisiknya, maka dia akan lebih mudah menerima dirinya. Hal tersebut dikarenakan penerimaan diri itu sendiri adalah menerima segala hal yang ada pada diri sendiri, termasuk kelebihan maupun kelemahan (Sheerer dalam Padillah & Nurchayati, 2022 : 140). Sehingga apabila citra tubuh yang individu miliki baik, maka individu tersebut akan memiliki penerimaan diri yang baik pula.

Selanjutnya dalam **pengujian hipotesis kedua** yang menguji mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,298 yang termasuk dalam kategori korelasi positif dengan tingkat korelasi lemah. Lalu diperoleh pula nilai sig. (2-tailed) 0,000 sehingga korelasi antara variabel dukungan sosial dan penerimaan diri dikatakan signifikan. Dari hasil analisis data

tersebut diketahui bahwa terdapat hubungan searah antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti auto-base Starfess di twitter.

Hasil penelitian yang diperoleh dalam penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Widowati (2018:22) mengenai hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan penerimaan diri remaja panti asuhan di Kabupaten Banjar. Hasil dari penelitian ini menyatakan adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penerimaan diri remaja panti asuhan di Kabupaten Banjar.

Selanjutnya ada penelitian yang dilakukan oleh Ratnasari dan Pribadi (2019:13) mengenai hubungan dukungan sosial terhadap penerimaan diri siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Tarakan. Hasil penelitian ini menunjukkan hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Tarakan.

Penelitian lain yang dapat digunakan untuk mendukung hasil penelitian ini dilakukan oleh Sinaga dan Bakara (2019:92) mengenai hubungan antara dukungan sosial dan penerimaan diri pada pasien dengan penyakit ginjal kronis. Dalam penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pasien penyakit ginjal kronis.

Dukungan sosial sendiri adalah bantuan yang diterima individu dari orang lain yang dapat membuat individu merasa dirinya berguna, berharga, dipercaya, dan dicintai (Shaleh, dkk, 2020 : 78). Dalam



penelitian ini, dukungan sosial yang digunakan adalah dukungan sosial dari teman sesama anggota *fandom* (komunitas penggemar) *Korean-wave*, hal ini dikarenakan menurut Hurlock (2004 : 262) individu di masa dewasa awal ini akan mencari teman yang memiliki kepentingan dan nilai yang sama dengan dirinya.

Pendapat Hurlock (2004 : 262) diatas mengenai individu pada masa dewasa awal akan mencari teman yang memiliki kepentingan yang sama dengan dirinya juga bisa diartikan individu pada masa dewasa awal akan mencari teman yang memiliki minat yang sama dengannya seperti sama-sama memiliki kegemaran terhadap *korean wave*. Sehingga dalam hasil pengujian yang sudah dilakukan yang menyatakan bahwa kebanyakan subjek memiliki dukungan sosial yang sedang (66,9% atau 182 orang) itu dikarenakan penggemar *Korean wave* dikenal memiliki tingkat solidaritas yang dapat dikatakan tinggi. Setiap *fandom* sering mengadakan pertemuan antar sesama anggota, entah itu dalam perayaan ulang tahun *public figure* yang diidolakan, perayaan ulang tahun *boy group/girl group* yang disukai sampai mengadakan aksi kemanusiaan yang mengatasnamakan *fandom* tersebut.

Namun ternyata pada hasil analisis data yang didapatkan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri memiliki tingkat hubungan yang lemah menurut tabel koefisien korelasi oleh Sugiyono (2015 : 231) yaitu sebesar 0,298. Hal ini dikarenakan ada hal lain yang lebih memiliki hubungan dengan

penerimaan diri dibanding dengan dukungan sosial dari teman satu *fandom*. Meski begitu, hubungan yang dimiliki dukungan sosial dan penerimaan diri dalam penelitian ini adalah hubungan yang positif (searah) dan signifikan.

Dukungan sosial dapat berkaitan dengan penerimaan diri yang individu itu miliki dikarenakan apabila individu tidak mendapatkan dukungan yang baik maka dia juga akan kesulitan untuk menerima dirinya. Contohnya apabila orang yang individu anggap dekat dengannya meremehkan kemampuan yang dimilikinya, individu tersebut akan meragukan kemampuan yang dia miliki, padahal percaya pada kemampuan yang dimiliki merupakan salah satu aspek dari penerimaan diri yang dikemukakan oleh Sheerer (dalam Padillah & Nurchayati, 2022 : 140). Contoh tersebut juga bisa menjadi alasan tingkat hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri yang diperoleh itu lemah, karena dukungan yang diberikan teman satu *fandom* kepada individu tidak terlalu berkaitan dengan penerimaan dirinya, sebab dukungan sosial dari orangtua, pasangan, atau teman sebayanya yang lebih memberikan hubungan dengan penerimaan diri.

Terakhir, dalam **pengujian hipotesis ketiga** yang menguji mengenai hubungan antara citra tubuh dan dukungan sosial secara bersamaan dengan penerimaan diri diperoleh nilai koefisien dengan kategori sedang, yaitu sebesar 0,544. Dan diperoleh pula nilai sig. (2-tailed) 0,000, yang artinya terdapat korelasi yang signifikan antara

variabel-variabel tersebut. Dari hasil analisis data di atas, diketahui bahwa terdapat hubungan searah antara citra tubuh dan dukungan sosial secara bersamaan dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter.

Hasil penelitian yang diperoleh ini sesuai dengan data yang sudah didapatkan oleh peneliti sebelumnya, yaitu oleh Febriani dan Rahmasari (2022 : 66) mengenai adanya hubungan yang signifikan antara *body image* dan penerimaan diri pada remaja perempuan pengguna tiktok. Penelitian lain yang dapat mendukung penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Ratnasari dan Pribadi (2019 : 13) dengan hasil penelitian berupa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial terhadap penerimaan diri pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Tarakan. Selain itu ada juga penelitian yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan dukungan sosial, penelitian tersebut dilakukan oleh Puspita, dkk (2019 : 65) pada pasien kanker payudara *post op* mastektomi.

Saat masa dewasa awal, penerimaan diri individu seharusnya sudah bersifat menetap, sehingga idealnya pada masa dewasa awal penerimaan diri individu sudah mencapai tahap yang stabil (Hall & Lindzey, 2005 : 141). Namun berdasarkan data yang sudah diperoleh dalam penelitian ini, menunjukkan masih adanya individu pada dewasa awal yang penerimaan dirinya belum stabil. Sebab, rata-rata subjek penelitian (72,4% atau 197 orang) memperoleh skor penerimaan diri

yang masuk dalam tingkatan sedang. Dan masih ada juga subjek penelitian yang skor penerimaan dirinya masuk dalam kategori rendah (12,5% atau 34 orang).

Penerimaan diri yang belum stabil ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk citra tubuh dan dukungan sosial. Individu yang memiliki citra tubuh positif akan memiliki penerimaan diri yang baik, sebaliknya jika individu memiliki citra tubuh yang negatif, maka dia akan memiliki penerimaan diri yang buruk. Hal ini dikarenakan dalam aspek citra tubuh yang disebutkan oleh Cash (2000 : 3) ada terkait evaluasi penampilan, yaitu menilai penampilan dari keseluruhan tubuh, apakah dinilai menarik ataukah tidak. Juga ada aspek lainnya yaitu terkait seberapa kepuasan individu terkait tubuhnya. Aspek aspek citra tubuh ini bisa dikatakan memiliki hubungan dengan salah satu aspek penerimaan diri (dalam Padillah & Nurchayati, 2022 : 140), yaitu menyadari keterbatasan diri. Sebab apabila individu menilai tubuhnya dengan positif dan puas dengan kondisi tubuh yang ia miliki, maka ia mau menyadari kekurangannya dalam segi fisik dan tidak malu dengan kekurangannya tersebut.

Selanjutnya, dukungan sosial yang diterima individu juga berhubungan dengan penerimaan diri individu tersebut. Hal ini dikarenakan dalam salah satu aspek penerimaan diri oleh Shereer (dalam Padillah & Nurchayati, 2022 : 140) itu ada percaya pada kemampuan yang dimiliki. Dukungan sosial dapat dikatakan berkaitan dengan aspek

tersebut sebab apabila individu tidak menerima dukungan yang baik dari orang-orang yang ia anggap memiliki kedekatan dengannya, maka individu tidak mampu untuk percaya dengan kemampuan yang dimilikinya. Apabila tidak mendapat dukungan sosial yang baik juga ditakutkan bisa membuat individu menjadi rendah diri dan tidak memiliki perasaan sederajat. Padahal perasaan sederajat juga salah satu aspek penerimaan diri yang disampaikan Sheerer (dalam Padillah & Nurchayati, 2022 : 140).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat diketahui bahwa semua hipotesis yang diajukan diterima dan tujuan dari penelitian ini sudah tercapai, yaitu mengetahui adanya hubungan antara citra tubuh dan dukungan sosial terhadap penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter.

Penelitian ini memiliki kelebihan yang membedakan dengan penelitian-penelitian sebelumnya, yaitu belum ada penelitian yang meneliti mengenai citra tubuh, dukungan sosial, dan penerimaan diri sekaligus secara khusus pada penggemar *Korean-wave*. Kebanyakan penelitian dengan variabel-variabel tersebut dilakukan pada mahasiswa secara umum, remaja secara umum, ataupun pasien penderita penyakit tertentu.

Selain itu penelitian ini juga tidak terlepas dari keterbatasan, seperti penyebaran skala penelitian ini yang dilakukan secara *online* menggunakan *google formulir*, peneliti tidak bisa memperhatikan dan

mengontrol faktor apa saja yang mempengaruhi subjek ketika mengisi skala penelitian tersebut, seperti kondisi fisik, psikologis, serta lingkungan sekitarnya. Sehingga bisa jadi subjek penelitian mengisi skala dalam keadaan yang kurang baik, sehingga hasil yang diperoleh kurang maksimal dan kurang sesuai dengan dirinya. Keterbatasan lain dalam penelitian ini adalah tidak diketahui berapa lama frekuensi subjek penelitian mengikuti auto-base Starfess di twitter. Sehingga bisa jadi subjek penelitian baru beberapa hari mengikuti auto-base Starfess di Twitter.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan deskripsi data dan analisis data dalam penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan yaitu :

1. Terdapat hubungan positif yang signifikan dengan tingkat hubungan sedang antara citra tubuh dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter. Sehingga apabila citra tubuh yang diperoleh tinggi, maka penerimaan dirinya juga tinggi. Sebaliknya, apabila citra tubuhnya rendah maka rendah pula penerimaan dirinya.
2. Terdapat hubungan positif yang signifikan dengan tingkat hubungan lemah antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter. Sehingga apabila dukungan sosial yang diperoleh tinggi, maka penerimaan dirinya juga tinggi. Sebaliknya, apabila dukungan sosialnya rendah maka rendah pula penerimaan dirinya.
3. Terdapat hubungan positif yang signifikan dengan tingkat hubungan sedang antara citra tubuh dan dukungan sosial dengan penerimaan diri pada perempuan penggemar *Korean wave* yang mengikuti *auto-base* Starfess di twitter. Sehingga apabila citra tubuh dan dukungan sosial yang diperoleh tinggi, maka penerimaan dirinya juga tinggi. Sebaliknya, apabila

citra tubuh dan dukungan sosialnya rendah maka rendah pula penerimaan dirinya.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

### 1. Bagi penggemar *Korean wave*

Berdasarkan penelitian ini para penggemar *Korean wave* khususnya yang berjenis kelamin perempuan yang mengikuti *auto-base Starfess* di twitter diharapkan dapat lebih meningkatkan penerimaan dirinya. Para penggemar *Korean wave* diharapkan bisa lebih menerima dirinya secara keseluruhan termasuk menerima segala kelebihan dan kekurangan yang ada dalam dirinya. Penggemar *Korean wave* juga diharapkan meningkatkan citra tubuhnya agar kekurangan fisik yang dimiliki tidak membuat dirinya berkecil hati dan membuat dirinya kesulitan menerima dirinya. Selain itu diharapkan para penggemar *Korean wave* mendapatkan dukungan sosial yang baik, supaya ia dapat lebih menerima dirinya sendiri dengan baik.

### 2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan bisa memperluas topik penelitian, seperti dengan menambah variabel dengan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi penerimaan diri seperti pola asuh orang tua, tingkatan pendidikan, keberhasilan, wawasan diri, dan lain-lain. Selain itu apabila peneliti selanjutnya ingin meneliti dengan topik yang sama



bisa dengan memperluas populasi penelitian dan juga mengganti lokasi penelitian. Dan yang terakhir diharapkan peneliti selanjutnya dapat melaksanakan penelitian secara langsung dengan subjek untuk menghindari permasalahan atau kendala yang dapat terjadi dan tidak bisa dikontrol oleh peneliti apabila penelitian dilaksanakan secara *online*.

## Daftar Pustaka

- Abdullah, P. M. (2015). *Metode penelitian kuantitatif*. Aswaja Pressindo.
- Abdullah, A. F., Herlina, H., & Baihaqi, M. I. F. (2021). Harga diri, dukungan sosial, dan penerimaan diri pada orang tua yang memiliki anak tunanetra. *Jurnal Psikologi*, *14*(1), 102-112 doi: <https://doi.org/10.35760/psi.2021.v14i1.3672>.
- Adhyartasari, V. P. (2018). *Hubungan antara gejala climacteric dengan penerimaan diri perempuan dewasa pertengahan*. (Doctoral dissertation. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta)
- Ahlgren, M. (2023, 9 Januari). 55+ Statistik twitter, fakta, dan tren untuk 2023. Websiterating. <https://www.websiterating.com/id/research/twitter-statistics/>.
- Alia, C. M. A. (2021). *Hubungan antara citra tubuh dengan penerimaan diri pada mahasiswa UIN Ar-Raniry Banda Aceh* (Doctoral dissertation, UIN Ar-raniry).
- Al-Jazairi, A. B. J. (2014). *Tafsir Al-Quran Al-Aisar*. Darus Sunnah Press.
- Arthur, S. R & Emily S. R. (2010) *Kamus psikologi*. Pustaka Pelajar,
- Azwar, S. (2003). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2010). *Metode penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Bell, L., & Rushforth, J. (2008). *Overcoming body image distrubance: A program for people with eating disorder*. Routledge.
- Bernard, M. E. (2013). *The strength of self acceptance theory, practice and research*. Springer.
- Bukhori, B. (2012). Hubungan kebermaknaan hidup dan dukungan sosial keluarga dengan kesehatan mental narapidana. *Jurnal ad-din*, *4*(1), 1-19.
- Cash, T. F. (2000). *The Multidimensional Body-Self Relation Questionnaire : MBSRQ User's Manual (3rd Revision)*. Old Dominion University Norfolk.
- Cash, T. F. (2012). *Cognitive-behavioral perspectives on body image*. Elsevier Academic Press.
- Chak, R. A. (2022, 18 Juli). *Ramai akun autobase twitter, apa itu?*. Liputan6.com. <https://jateng.liputan6.com/read/5016451/ramai-akun-autobase-twitter-apa-itu>.
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus lengkap psikologi*. PT. Raja Grafindo Persada.

- Dianto, M. (2017). Profil dukungan sosial orangtua siswa di SMP Negeri Kecamatan Batang Kapas Pesisir Selatan. *Jurnal Counseling Care*, 1 (1), 42-51.
- Eliani, J., Yuniardi, M., & Masturah, A. (2018). Fanatisme dan perilaku agresif verbal di media sosial pada penggemar idola K-Pop. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 59-72. <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v3i1.2442>.
- Fauzi, M. (2008). *Metode penelitian kuantitatif : Sebuah pengantar*. Walisongo Press.
- Febriani, R. A., & Rahmasari, D. (2022). Hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada remaja perempuan pengguna tiktok. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(4), 55-68.
- Hall, C. S., & Lindzey, G. (2005). *Psikologi kepribadian I teori-teori psikodinamika*. Penerbit Kanisius.
- Hamka. (2015). *Tafsir Al-Azhar : Jilid 9*. Gema Insani.
- Hamka. (2015). *Tafsir Al-Azhar : Jilid 2*. Gema Insani.
- Hanapi, I., & Agung, I. M. (2018). Dukungan sosial teman sebaya dengan self efficacy dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 9 (1), 37-45.
- Hardani., Andriani, H., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Istiqomah, R. R., Fardani, R. A., Sukmana, D. J., Auliya, N. H. (2020). *Metode penelitian kualitatif dan kuantitatif*. CV Pustaka Ilmu.
- Hasibuan, M., Anindhita, N., Maulida, N., & Nashori, H. (2018). Hubungan antara amanah dan dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa perantau. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 101-116. <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v3i1.2214>.
- Hidayatullah, A. S., & Hidayati, E. Penerimaan diri orangtua pada anak yang mengalami retardasi mental. *Empathy: Jurnal Fakultas Psikologi*, 4 (1), 60-71. <http://dx.doi.org/10.12928/empathy.v4i1.20914>.
- Hurlock, E B. (2004). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Penerbit Erlangga.
- Ibnu Katsir Online. (2015, 14 Oktober). *Tafsir surat Az-Zukhruf, ayat 26-35*. [ibnukatsironline.com](http://www.ibnukatsironline.com). <http://www.ibnukatsironline.com/2015/10/tafsir-surat-az-zukhruf-ayat-26-35.html>.
- Januar, V., & Putri, D. E. (2011). Citra tubuh pada remaja putri menikah dan memiliki anak. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 52-62.
- Kasimar, M. (2010). *Metodologi penelitian kuantitatif-kualitatif*. Sukses Offset

- Khoiriyah, A. L., & Rosdiana, A. M. (2019). Hubungan ketidakpuasan tubuh dengan penerimaan diri pada perempuan usia dewasa awal di Kota Malang. *Egalita : Jurnal Kesetaraan dan Keadilan Gender*, 14 (2), 42-53.
- Komarudin, K., Bukhori, B., Karim, A., Haqqi, M., & Yulikhah, S. (2022). Examining social support, spirituality, gratitude, and their associations with happiness through self-acceptance. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 263-278. doi:<https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i2.13371>
- Latipun. (2002). *Psikologi eksperimen*. UMM Press.
- Leddy, S. K. (2006). *Health promotion : Mobilizing strengths to enhance health, wellness, and wellBeing*. F.A. Davis Company.
- Lestari, D., Retnaningdyastuti, M. T. S., & DM, M. P. (2022). Hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada peserta didik kelas XI MIPA DI SMA N 1 Belik kabupaten Pemasang. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(01),17-21. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v7i01.4363>
- Mahardika, M., Maryani, E., & Rizal, E (2022). Budaya korean wave sebagai komoditas industri media Indonesia. *Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi Communique*, 5(1), 121-133. <https://doi.org/10.31289/jikq.v5i1.132>
- Marni, A., & Yuniawati, R. (2015). Hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta. *EMPATHY Jurnal Fakultas Psikologi*, 3 (1), 1-7.
- Maryam, S., & Ifdil. (2019). Hubungan Body Image Dengan Penerimaan Diri Mahasiswa Putri Relationship Between Body Image And Self-Acceptance Of Female Students. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia* 3 (3), 129-136. <https://doi.org/10.24036/4.13148>.
- Maslihah, S. (2011). Studi tentang hubungan dukungan sosial, penyesuaian sosial di lingkungan sekolah dan prestasi akademik siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*, 10 (2), 103-114.
- Megasari, I., & Kristiana, I. F. (2017). Hubungan antara dukungan sosial suami dengan penerimaan diri pada ibu yang memiliki anak *down-syndrome* di Semarang. *Jurnal Empati*, 5 (4), 653-659. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15426>.
- Melinda, E. (2013). Hubungan antara penerimaan diri dan konformitas terhadap intensi merokok pada remaja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 6-13. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i1.3273>.
- Melliana, A. (2006). *Menjelajah tubuh perempuan dan mitos kecantikan*. Penerbit LkiS Group.
- Mutia, Annisa (2022, 5 Desember). *Makin Meroket, Pendapatan Produk Kecantikan dan Perawatan Diri di RI Capai Rp111,83 Triliun pada 2022*.

<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/12/05/makin-meroket-pendapatan-produk-kecantikan-dan-perawatan-diri-di-ri-capai-rp11183-triliun-pada-2022>.

- Myers G. D. (2012). *Psikologi sosial edisi 10*. Salemba Humanik.
- Namira, I (2020, 21 Desember). *7 fakta operasi plastik di Korea Selatan, memesona dengan risiko besar*. Popbela.com. <https://www.popbela.com/beauty/make-up/izza-namira-1/fakta-operasi-plastik-di-korea-selatan>.
- Noviana, I. I. (2017). Penerimaan diri remaja pelaku kenakalan di Panti Sosial Marsudi Putra Antasena Magelang. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 3(9), 515-526.
- Nurviana, E. V. 2006. Penerimaan diri pada penderita epilepsi. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 5 (1), 1-13.
- Oktaviani, F. S., Uthomah, L., & Ayu, R. G. (2021). Pengaruh citra tubuh terhadap penerimaan diri mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 1(1), 10-17.
- Padillah, D. F., & Nurchayati, N. (2023). Penerimaan diri pada korban kekerasan seksual sekaligus pelaku pembunuhan. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 13(2), 136-153. DOI: 10.24036/rapun.v13i2.118037
- Paramita, R., & Margaretha. (2013). *Pengaruh penerimaan diri terhadap penyesuaian diri penderita lupus*. *Jurnal Psikologi*, 12 (1), 92-99. <https://doi.org/10.14710/jpu.12.1.1-8>.
- Periantalo, J. (2019). *Penelitian kuantitatif untuk psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Permatasari, V., & Gamayanti, W. (2016). Gambaran penerimaan diri (self acceptance) pada orang yang mengalami skizofrenia. *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikologi* 3 (1), 139-152. <https://doi.org/10.15575/psy.v3i1.1100>.
- Pertiwi, F. H. D. (2021). *Hubungan antara penerimaan diri dengan citra tubuh pada mahasiswa*. (Doctoral dissertation, Universitas Katholik Soegijapranata Semarang).
- Puspita, R. T., Huda, N., & Safri, S. (2019). Hubungan dukungan sosial dengan citra tubuh pasien kanker payudara post OP mastektomi. *Jurnal Ners Indonesia*, 8(1), 56–68. <https://doi.org/10.31258/jni.8.1.56-68>
- Putra, J. (2018). Peran syukur sebagai moderator pengaruh perbandingan sosial terhadap self-esteem pada remaja pengguna media sosial. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 197-210. <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v3i2.2650>.

- Putri, I. P., Liany, F. D. P., & Nuraeni, R. (2019). K-Drama dan penyebaran korean wave di Indonesia. *ProTVF*, 3(1), 68-80.
- Putri, K. A., Amirudin, A., & Purnomo, M. H. (2019). Korean wave dalam fanatisme dan konstruksi gaya hidup generasi Z. *Nusa: Jurnal Ilmu Bahasa dan Sastra*, 14(1), 125-135. <https://doi.org/10.14710/nusa.14.1.125-135>.
- Ramanda, R., Akbar, Z., & Wirasti, R. M. K. (2019). Studi kepustakaan mengenai landasan teori body image bagi perkembangan remaja. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), 121-135.
- Ridha, M. (2012). Hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada mahasiswa aceh di yogyakarta. *Jurnal empathy*, 1(1), 111-121.
- Ratnasari, D., & Pribadi, H. (2019). Hubungan antara dukungan sosial terhadap penerimaan diri siswa kelas viii smp negeri 3 tarakan. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Borneo*, 1(2). <https://doi.org/10.35334/jbkb.v1i2.1159>.
- Riyanto, S., & Hatmawan, A. A. (2020). *Metode riset penelitian kuantitatif penelitian di bidang manajemen, teknik, pendidikan, dan eksperimen*. Deepublish.
- Rombe, S. (2014). Hubungan body image dan kepercayaan diri siswa dengan perilaku konsumtif pada remaja putri di SMA Negeri 5 Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(4), 228-236.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence. edisi keenam. Alih Bahasa : Drs. Shinto B. Adelar dan Sherly Saragih*. Erlangga.
- Saputri, K. A., & Sugiharto, D. (2020). Hubungan antara self efficacy dan social support dengan tingkat stres pada mahasiswa akhir penyusun skripsi di FIP UNNES tahun 2019. *KONSELING EDUKASI journal of Guidance and Counseling*, 4(1), 101-122.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: biopsychosocial and interaction seventh edition*. John Wiley & Sons
- Sari, D. J. (2013). Hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada remaja penderita HIV di Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 1(3), 1-7.
- Shaleh, A., Rahayu, A., Zubeir, A., & Istiqlal, A. (2020). Gratitude and social support as predictors for fishermen's subjective well-being. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(1), 75-88. [doi:http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v5i1.4859](http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v5i1.4859)
- Sinaga, R., & Bakara, A. Y. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dan penerimaan diri pada pasien dengan penyakit ginjal kronis. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 5(1), 85 - 94. <https://doi.org/10.35974/jsk.v5i1.776>

- Siregar, S. (2014). *Statistik parametrik untuk penelitian kuantitatif: Dilengkapi perbandingan perhitungan manual dan aplikasi SPSS versi 17*. PT Bumi Aksara.
- Slade, P. D. (1994). What is body image?. *Behaviour research and therapy*, 32 (5), 497-502.
- Smet, B. (2011). *Psikologi kesehatan*. PT. Grasindo.
- Smolak, L., & Thompson, J. K. (2009). *Body image, eating disorder, and obesity in youth 2nd edition*. American Psychological Association.
- Solihin, F., Awaliyah, S., Muid, A., Shofa, A. (2021). Pemanfaatan twitter sebagai media penyebaran informasi oleh dinas komunikasi dan informatika. *Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (JPIPS) 1*(13), 52–58.
- Solistiawati, Ayu., & Novendawati. (2015). Hubungan antara citra tubuh dengan harga diri remaja akhir putri (studi pada mahasiswi reguler Universitas Esa Unggul). *Jurnal Psikologi 13* (1), 13-20.
- Sugiyono. (2015). *Statistika untuk penelitian*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian dan pengembangan pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sukmawati, A., & Supradewi, R. (2020). Hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri pada pasien wanita penderita kanker payudara pasca mastektomi di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 14(1), 32-42. <http://dx.doi.org/10.30659/jp.14.1.32-42>
- Supratiknya, A. (2016). *Komunikasi antar pribadi*. Kanisius.
- Susanto, H. (2016, 12 Oktober). Citra tubuh dan harga diri pada remaja (studi pemahaman tubuh pada santri putra Pondok Modern Darussalam Gontor Ponorogo).<http://eprints.umpo.ac.id/2375/1/ARTIKEL%20ILMIAH%20CITRA%20TUBUH>.
- Tambunan, B., Prasetya, B. E. A. (2022). Mindfulness dan penerimaan diri pada anggota komunitas Jogja Mindfulness Weekend. *Jurnal IMelatiiah Psyche*, 16 (01), 01-12.
- Taslim, A. (2014, 22 September). Keutamaan ridho kepada Allah, Rasul dan agama Islam. Muslim.or.id. <https://muslim.or.id/3002-keutamaan-ridho-kepada-allah-rasul-dan-agama-islam.html>.
- Taylor, E. S. (2009). *Health psychology*. McGRAW-HILL International Edition.
- Thawafa, M. (2021). *Hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).

- Tracy, B. (2013, 30 November). *The keys to self acceptance*. Scribd. <https://id.scribd.com/document/133674737/Brian-Tracy-the-Keys-to-Self-Acceptance>.
- Ulfa, R. (2021). Variabel penelitian dalam penelitian pendidikan. *Al-Fathonah : Jurnal Pendidikan dan Keislaman*, 1(1), 342-351.
- Utami, N. M. S. N., & Wideasavitri, P. N. (2013). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan penerimaan diri individu yang mengalami asma. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 12-21
- Wahyuningsih, Z., Mujidin, M., & Yuzarion, Y. (2021). Hubungan dukungan sosial keluarga terhadap penerimaan diri pada santri pondok pesantren. *Psyche 165 Journal*, 14(2), 186-191.
- Widana, I. W., & Muliani, N. P. L. (2020). *Uji persyaratan analisis*. Klik Media.
- Widowati, F. S. (2018). *Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan penerimaan diri remaja panti asuhan* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).



## LAMPIRAN

### Lampiran 1. Skala Uji Coba

#### Skala Penerimaan Diri

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya menganggap semua orang memiliki kedudukan setara				
2	Saya adalah orang yang berharga				
3	Saya percaya diri dapat menyelesaikan semua masalah dalam hidup				
4	Saya percaya dapat berubah menjadi lebih baik dengan kemampuan yang saya miliki				
5	Saya siap menghadapi konsekuensi dari kesalahan yang saya buat				
6	Saat menerima kritik dari orang lain, saya akan membuatnya menjadi acuan agar saya lebih baik				
7	Saya suka mengikuti kegiatan yang berhubungan dengan banyak orang				
8	Saya mampu menceritakan permasalahan yang saya hadapi pada orang lain				
9	Saya lebih suka membuat keputusan sendiri daripada harus mengikuti orang lain				
10	Saya enggan mengikuti tren yang kurang sesuai dengan diri saya				
11	Saya mengakui kekurangan yang saya miliki				
12	Saya meyakini bahwa saya memiliki kelebihan dalam diri saya				
13	Saya menyadari bahwa hidup tidak selamanya berjalan mulus sehingga saya harus mampu menerima apabila ada kekecewaan didalamnya				
14	Saya menangis saat saya sedang sedih				
15	Saya percaya diri dapat sukses seperti orang lain				
16	Saya merasa pantas diperlakukan dengan baik oleh orang lain				
17	Saya percaya dapat mencapai kesuksesan dengan kemampuan yang saya miliki				
18	Saya percaya dapat mengembangkan diri dengan kemampuan yang saya				

	miliki				
19	Saya siap menerima konsekuensi atas semua hal yang saya pilih dalam hidup				
20	Saya mau menerima kritik dari siapapun				
21	Saya mudah bergaul dengan semua orang				
22	Saya senang saat orang lain perhatian dengan kondisi saya				
23	Saya benci saat dianggap terlalu bergantung pada orang lain				
24	Saya benci saat harus bergaul dengan orang lain yang menghalangi saya untuk menjadi diri sendiri				
25	Saya sadar semua orang memiliki kekurangan, jadi saya tidak perlu merasa malu dengan kekurangan saya				
26	Saya sadar semua orang memiliki kelebihan dalam dirinya, jadi saya tidak boleh merasa terlalu berbangga diri dengan kelebihan saya				
27	Saat merasa takut, saya menganggap itu hal yang wajar sebab takut merupakan sifat manusia				
28	Saya tidak berpura-pura untuk menutupi perasaan yang sesungguhnya saya rasakan				
29	Saya merasa rendah diri apabila bertemu dengan teman-teman yang lebih hebat				
30	Saya tidak cukup berharga apabila dibandingkan dengan orang lain				
31	Saya tidak yakin bisa menyelesaikan semua masalah dalam hidup				
32	Saya ragu dapat berubah menjadi lebih baik dengan kemampuan yang saya miliki				
33	Sulit bagi saya untuk meminta maaf pada orang lain ketika saya berbuat salah				
34	Saya tersinggung saat menerima kritik dari orang lain				
35	Saya lebih suka menyendiri dibanding bersosialisasi dengan orang lain				
36	Saya kesulitan saat harus menceritakan permasalahan yang saya hadapi pada orang lain				
37	Saya sulit membuat keputusan sendiri				

38	Saya suka ikut-ikutan tren karena takut tertinggal dari orang lain				
39	Saya menyangkal beberapa keterbatasan diri saya				
40	Kelebihan yang saya miliki tidak sebanyak orang lain				
41	Saya beranggapan saat sudah tumbuh dewasa, saya tidak boleh sedih				
42	Saya kesulitan untuk menunjukkan perasaan yang sesungguhnya sedang dirasakan				
43	Saya minder saat melihat kesuksesan orang lain				
44	Saya merasa pantas diperlakukan tidak baik oleh orang lain				
45	Kemampuan saya tidak cukup baik untuk mencapai kesuksesan				
46	Saya tidak yakin dapat mengembangkan diri dengan kemampuan yang saya miliki				
47	Saya takut menerima konsekuensi dari kesalahan yang saya perbuat				
48	Menurut saya kritikan dari orang lain tidak baik untuk diterima				
49	Saya hanya mampu bergaul dengan orang-orang tertentu saja				
50	Saya tidak suka saat orang lain mengetahui permasalahan saya				
51	Saya akan melepaskan pilihan saya saat melihat kebanyakan orang menghindari pilihan tersebut				
52	Saya bersedia menuruti keinginan orang lain yang menyuruh saya untuk berperilaku berbeda dari diri saya biasanya				
53	Saya malu dengan sejumlah kekurangan yang saya miliki				
54	Saya merasa bingung saat ditanya kelebihan yang saya miliki				
55	Saya menyalahkan diri sendiri karena merasa takut				
56	Saya suka berpura-pura terlihat baik-baik saja untuk menutupi perasaan yang sesungguhnya saya rasakan				

### Skala Citra Tubuh

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya puas dengan tampilan fisik saya secara keseluruhan				
2	Saya pandai memadupadankan pakaian				
3	Saya selalu mengecek penampilan saat melihat cermin atau kaca				
4	Saya berdandan saat hendak berpergian				
5	Saya suka dengan bentuk dada saya				
6	Saya senang saat perut saya terlihat rata				
7	Saya rajin berolahraga agar berat badan saya stabil				
8	Saya berusaha untuk mengatur jam makan				
9	Saya puas dengan berat badan saya saat ini				
10	Saya puas dengan tinggi badan saya saat ini				
11	Saya merasa puas dengan tubuh saya sehingga semua model pakaian cocok dikenakan				
12	Saya memiliki selera berpenampilan yang bagus				
13	Saya memilih menggunakan model pakaian yang cocok dengan bentuk tubuh saya				
14	Saya memakai produk <i>skincare</i> agar memiliki kulit yang lebih sehat				
15	Saya suka dengan bentuk wajah saya				
16	Saya suka dengan kaki saya yang jenjang				
17	Saya memperhatikan berat badan ideal saya				
18	Saya berusaha untuk mengonsumsi makanan yang bergizi				
19	Saya memiliki tubuh yang ideal				
20	Saya merasa tinggi badan saya akan memudahkan saya saat mencari pekerjaan				
21	Saya kurang puas dengan tubuh saya yang hanya cocok mengenakan pakaian dengan model tertentu saja				
22	Saya tidak bisa memadupadankan pakaian dengan baik				
23	Saya tidak peduli pakaian yang saya kenakan cocok atau tidak				
24	Saya tidak peduli rambut saya rontok				

25	Saya kurang puas dengan ukuran lengan saya karena tidak ideal				
26	Saya tidak suka dengan ukuran perut saya				
27	Saya cuek saat menimbang berat badan				
28	Saya mengonsumsi makanan yang kurang jelas kandungan gizinya				
29	Saya tidak puas dengan berat badan saya				
30	Saya tidak senang dengan tinggi badan saya saat ini				
31	Saya kurang puas dengan tubuh saya yang hanya cocok mengenakan pakaian dengan model tertentu saja				
32	Saya memiliki selera berpenampilan yang buruk				
33	Saya tidak masalah apabila keluar dengan pakaian yang belum disetrika				
34	Menurut saya menggunakan <i>skincare</i> itu tidak penting				
35	Saya tidak suka dengan hidung saya				
36	Saya kurang puas dengan ukuran paha saya yang tidak ideal				
37	Saya malas berolahraga meski berat badan saya naik				
38	Saya memiliki jam makan yang berantakan				
39	Saya merasa tubuh saya tidak ideal karena kegemukan/kekurusan				
40	Saya tidak senang dengan tinggi badan saya saat ini karena membuat saya terlihat lebih gemuk/kurus				

### Skala Dukungan Sosial Teman Satu Fandom

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Teman-teman saya selalu terbuka untuk mendengar curhatan saya				
2	Teman teman saya mendengarkan pendapat saya				
3	Teman-teman memuji saya saat saya berhasil mencapai tujuan yang saya inginkan				
4	Ketika saya gagal dalam suatu hal, teman-teman saya memberi dorongan bahwa saya nanti dapat melakukan yang lebih baik lagi				
5	Saat saya memerlukan bantuan terkait				

	tugas sekolah/kuliah, teman-teman saya akan langsung membantu saya				
6	Saat saya belum makan karena kekurangan uang atau sedang sakit, teman saya mengirimkan makanan lewat ojek <i>online</i>				
7	Saat saya melakukan kesalahan, teman-teman saya akan memberikan saran untuk memperbaiki kesalahan tersebut				
8	Ketika saya kebingungan terkait suatu hal, teman-teman saya berkenan untuk menjelaskannya pada saya sampai saya paham				
9	Teman-teman mengajak saya untuk mendukung kegiatan idola kami				
10	Teman-teman saya meluangkan waktu mereka untuk melakukan kegiatan bersama				
11	Saat saya berhadapan dengan suatu masalah, teman-teman saya percaya kalau saya dapat menghadapinya				
12	Teman-teman saya memperhatikan saya				
13	Teman-teman saya ikut bersuka cita merayakan keberhasilan saya mencapai sesuatu				
14	Saat saya ingin menyerah, teman-teman saya datang untuk memotivasi saya agar tidak menyerah				
15	Saat saya tidak membawa kendaraan, teman saya bersedia memberikan tumpangan kepada saya				
16	Teman-teman saya meminjamkan uang ketika saya kekurangan uang				
17	Teman-teman saya memberikan nasihat terkait permasalahan yang sedang saya hadapi				
18	Ketika saya ketinggalan sebuah informasi penting, teman-teman saya bersedia untuk menjelaskan ulang kepada saya				
19	Teman-teman mengajak saya mengikuti kegiatan yang mengatasnamakan idola kami				
20	Saya dan teman-teman saya saling membutuhkan satu sama lain				
21	Teman-teman meremehkan kemampuan saya saat menghadapi suatu permasalahan				

22	Teman-teman diam-diam membicarakan saya di belakang				
23	Teman-teman saya meremehkan pencapaian yang berhasil saya capai				
24	Teman-teman saya membuat saya pesimis untuk dapat bangkit dari kegagalan				
25	Teman-teman saya menolak membantu saya ketika saya kesulitan dalam tugas sekolah/kuliah				
26	Teman-teman saya tidak mau meminjamkan barang mereka kepada saya				
27	Teman-teman saya enggan memberikan saran saat saya sedang menghadapi permasalahan				
28	Teman-teman saya tidak peduli jika saya sedang kebingungan dalam memahami suatu hal				
29	Teman-teman saya tidak mengajak saya untuk mendukung kegiatan idola kami				
30	Teman-teman saya enggan meluangkan waktu mereka untuk melakukan kegiatan bersama				
31	Teman-teman tidak bertanya saya sakit apa saat saya sedang sakit				
32	Saya mendapatkan tatapan sinis dari teman-teman saat saya menyampaikan sesuatu				
33	Teman-teman saya tidak mau ikut merayakan keberhasilan yang saya capai				
34	Teman-teman saya mengacuhkan saya saat saya ingin menyerah				
35	Teman-teman menghindar saat saya memerlukan bantuan mereka				
36	Teman-teman saya enggan meminjamkan uang mereka saat saya kekurangan uang				
37	Teman-teman saya tidak menasehati saya ketika saya melakukan kesalahan				
38	Teman-teman saya enggan membagikan informasi yang mereka ketahui kepada saya				
39	Teman-teman saya ikut kegiatan yang mengatasnamakan idola kami secara diam-diam tanpa mengajak saya				
40	Teman-teman saya tidak menganggap saya ada dalam pertemanan				

## Lampiran 2. Validitas dan Reliabilitas

### a. Penerimaan Diri

#### 1. Validitas

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

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

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	159.9333	419.926	.035	.934
X02	160.8667	394.257	.603	.930
X03	160.3333	409.609	.380	.932
X04	160.0333	410.861	.434	.932
X05	159.9667	411.137	.415	.932
X06	160.1667	411.661	.384	.932
X07	160.5667	402.116	.462	.931
X08	160.4333	404.185	.439	.932
X09	160.3667	419.689	.028	.934
X10	159.8333	413.040	.385	.932
X11	160.0667	413.857	.249	.933
X12	160.1667	406.006	.627	.931
X13	160.3333	409.609	.380	.932
X14	159.9000	410.645	.437	.932
X15	160.2333	410.116	.478	.932
X16	159.9667	411.137	.471	.932
X17	160.1000	412.162	.446	.932
X18	159.9667	412.930	.383	.932
X19	160.4000	410.662	.368	.932
X20	159.9667	411.137	.471	.932
X21	160.6000	400.386	.634	.930
X22	160.3000	413.045	.332	.932
X23	160.2333	410.116	.478	.932



X24	160.5333	401.154	.637	.930
X25	160.1667	408.764	.508	.931
X26	160.0333	410.792	.393	.932
X27	160.4333	404.185	.439	.932
X28	160.6333	408.240	.354	.932
X29	161.3333	408.161	.324	.932
X30	160.7333	401.444	.438	.932
X31	160.9000	400.990	.473	.931
X32	160.7333	410.685	.378	.932
X33	160.3667	404.999	.418	.932
X34	160.5333	404.671	.519	.931
X35	161.0333	399.689	.490	.931
X36	161.1000	398.300	.495	.931
X37	160.7667	402.116	.513	.931
X38	160.5667	410.392	.321	.932
X39	160.6333	407.964	.408	.932
X40	161.2000	402.441	.520	.931
X41	160.4333	409.426	.397	.932
X42	161.0667	405.030	.374	.932
X43	161.1667	405.247	.349	.932
X44	160.4333	414.047	.177	.933
X45	160.6000	399.352	.667	.930
X46	160.5333	401.154	.637	.930
X47	160.5333	399.292	.699	.930
X48	160.2333	407.771	.350	.932
X49	160.8667	394.257	.603	.930
X50	161.0000	402.414	.455	.931
X51	160.7333	404.064	.546	.931
X52	160.4333	412.668	.243	.933
X53	160.7333	399.237	.668	.930
X54	161.2333	399.840	.551	.931
X55	161.1000	401.541	.485	.931
X56	161.3000	405.114	.383	.932

## 2. Reliabilitas

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.936	51

## b. Citra Tubuh

### 1. Validitas

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

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

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	104.8333	503.040	.637	.958
X02	104.9667	504.102	.696	.957
X03	104.1000	524.438	.198	.959
X04	104.9667	497.964	.754	.957
X05	105.0333	503.206	.627	.958
X06	104.3000	504.286	.616	.958
X07	105.0667	508.685	.518	.958
X08	104.7000	517.528	.328	.959
X09	105.2333	504.668	.547	.958
X10	104.8000	503.338	.511	.958
X11	105.0000	490.759	.809	.957
X12	104.8333	498.144	.792	.957
X13	104.2333	518.668	.398	.959
X14	104.1333	522.533	.270	.959
X15	104.3000	510.976	.399	.959

X16	104.8000	499.821	.791	.957
X17	104.7000	501.803	.763	.957
X18	104.3667	519.413	.323	.959
X19	105.2667	498.271	.700	.957
X20	104.8333	505.316	.581	.958
X21	105.1000	496.024	.779	.957
X22	105.0000	495.862	.775	.957
X23	104.5667	503.771	.518	.958
X24	104.3000	504.286	.616	.958
X25	104.7333	499.306	.688	.957
X26	105.0000	496.897	.675	.957
X27	104.5000	518.672	.270	.960
X28	104.9000	502.438	.675	.957
X29	105.0667	501.444	.622	.958
X30	104.8333	502.006	.570	.958
X31	104.9000	496.093	.802	.957
X32	104.6000	503.766	.706	.957
X33	104.2333	512.668	.416	.959
X34	104.9333	505.789	.688	.957
X35	104.6667	510.092	.487	.958
X36	104.8667	501.844	.572	.958
X37	104.9000	502.507	.673	.957
X38	105.2333	510.047	.410	.959
X39	105.2333	492.047	.758	.957
X40	105.1667	497.040	.709	.957

## 2. Reliabilitas

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.961	37

### c. Dukungan Sosial

#### 1. Validitas

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

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

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	124.9333	361.237	.461	.958
X02	124.8333	366.420	.328	.959
X03	124.7667	366.668	.342	.959
X04	124.8667	366.947	.312	.959
X05	124.9000	366.438	.345	.959
X06	125.5000	365.155	.222	.960
X07	124.7000	365.183	.403	.958
X08	124.7000	368.010	.272	.959
X09	124.8667	365.223	.300	.959
X10	124.7667	365.978	.375	.959
X11	124.8667	362.878	.560	.958
X12	125.0667	365.582	.338	.959
X13	124.9000	347.541	.774	.956
X14	124.9000	373.472	.021	.960
X15	124.9000	362.576	.402	.959
X16	124.6667	364.437	.494	.958
X17	124.8667	361.637	.623	.958
X18	124.7000	366.148	.358	.959
X19	125.1667	373.592	.000	.961
X20	124.6667	360.851	.603	.958
X21	125.0667	349.513	.705	.957
X22	125.1667	350.282	.731	.957
X23	124.9667	352.171	.768	.957
X24	125.2000	346.855	.824	.956

X25	125.0000	349.448	.788	.956
X26	124.9667	347.551	.837	.956
X27	124.9000	346.645	.841	.956
X28	125.0667	347.995	.787	.956
X29	124.9333	347.030	.734	.957
X30	125.1000	341.266	.866	.956
X31	124.9333	353.857	.618	.957
X32	124.8667	346.326	.841	.956
X33	125.0000	348.690	.677	.957
X34	125.0000	344.069	.843	.956
X35	124.9000	349.679	.782	.956
X36	124.9333	344.961	.795	.956
X37	124.9000	346.438	.774	.956
X38	124.9000	345.472	.771	.956
X39	125.0333	343.344	.843	.956
X40	124.8333	348.695	.757	.957

## 2. Reliabilitas

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.953	36

## Lampiran 3. Skala Penelitian

### Skala Penerimaan Diri

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya adalah orang yang berharga				
2	Saya percaya diri dapat menyelesaikan semua masalah dalam hidup				
3	Saya percaya dapat berubah menjadi lebih baik dengan kemampuan yang saya miliki				
4	Saya siap menghadapi konsekuensi dari kesalahan yang saya buat				
5	Saat menerima kritik dari orang lain,				

	saya akan membuatnya menjadi acuan agar saya lebih baik				
6	Saya suka mengikuti kegiatan yang berhubungan dengan banyak orang				
7	Saya mampu menceritakan permasalahan yang saya hadapi pada orang lain				
8	Saya enggan mengikuti tren yang kurang sesuai dengan diri saya				
9	Saya meyakini bahwa saya memiliki kelebihan dalam diri saya				
10	Saya menyadari bahwa hidup tidak selamanya berjalan mulus sehingga saya harus mampu menerima apabila ada kekecewaan didalamnya				
11	Saya menangis saat saya sedang sedih				
12	Saya percaya diri dapat sukses seperti orang lain				
13	Saya merasa pantas diperlakukan dengan baik oleh orang lain				
14	Saya percaya dapat mencapai kesuksesan dengan kemampuan yang saya miliki				
15	Saya percaya dapat mengembangkan diri dengan kemampuan yang saya miliki				
16	Saya siap menerima konsekuensi atas semua hal yang saya pilih dalam hidup				
17	Saya mau menerima kritik dari siapapun				
18	Saya mudah bergaul dengan semua orang				
19	Saya senang saat orang lain perhatian dengan kondisi saya				
20	Saya benci saat dianggap terlalu bergantung pada orang lain				
21	Saya benci saat harus bergaul dengan orang lain yang menghalangi saya untuk menjadi diri sendiri				
22	Saya sadar semua orang memiliki kekurangan, jadi saya tidak perlu merasa malu dengan kekurangan saya				
23	Saya sadar semua orang memiliki kelebihan dalam dirinya, jadi saya tidak boleh merasa terlalu berbangga diri dengan kelebihan saya				
24	Saat merasa takut, saya menganggap itu hal yang wajar sebab takut merupakan sifat manusia				
25	Saya tidak berpura-pura untuk menutupi				

	perasaan yang sesungguhnya saya rasakan				
26	Saya merasa rendah diri apabila bertemu dengan teman-teman yang lebih hebat				
27	Saya tidak cukup berharga apabila dibandingkan dengan orang lain				
28	Saya tidak yakin bisa menyelesaikan semua masalah dalam hidup				
29	Saya ragu dapat berubah menjadi lebih baik dengan kemampuan yang saya miliki				
30	Sulit bagi saya untuk meminta maaf pada orang lain ketika saya berbuat salah				
31	Saya tersinggung saat menerima kritik dari orang lain				
32	Saya lebih suka menyendiri dibanding bersosialisasi dengan orang lain				
33	Saya kesulitan saat harus menceritakan permasalahan yang saya hadapi pada orang lain				
34	Saya sulit membuat keputusan sendiri				
35	Saya suka ikut-ikutan tren karena takut tertinggal dari orang lain				
36	Saya menyangkal beberapa keterbatasan diri saya				
37	Kelebihan yang saya miliki tidak sebanyak orang lain				
38	Saya beranggapan saat sudah tumbuh dewasa, saya tidak boleh sedih				
39	Saya kesulitan untuk menunjukkan perasaan yang sesungguhnya sedang dirasakan				
40	Saya minder saat melihat kesuksesan orang lain				
41	Kemampuan saya tidak cukup baik untuk mencapai kesuksesan				
42	Saya tidak yakin dapat mengembangkan diri dengan kemampuan yang saya miliki				
43	Saya takut menerima konsekuensi dari kesalahan yang saya perbuat				
44	Menurut saya kritikan dari orang lain tidak baik untuk diterima				
45	Saya hanya mampu bergaul dengan orang-orang tertentu saja				

46	Saya tidak suka saat orang lain mengetahui permasalahan saya				
47	Saya akan melepaskan pilihan saya saat melihat kebanyakan orang menghindari pilihan tersebut				
48	Saya malu dengan sejumlah kekurangan yang saya miliki				
49	Saya merasa bingung saat ditanya kelebihan yang saya miliki				
50	Saya menyalahkan diri sendiri karena merasa takut				
51	Saya suka berpura-pura terlihat baik-baik saja untuk menutupi perasaan yang sesungguhnya saya rasakan				

### Skala Citra Tubuh

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya puas dengan tampilan fisik saya secara keseluruhan				
2	Saya pandai memadupadankan pakaian				
3	Saya berdandan saat hendak berpergian				
4	Saya suka dengan bentuk dada saya				
5	Saya senang saat perut saya terlihat rata				
6	Saya rajin berolahraga agar berat badan saya stabil				
7	Saya berusaha untuk mengatur jam makan				
8	Saya puas dengan berat badan saya saat ini				
9	Saya puas dengan tinggi badan saya saat ini				
10	Saya merasa puas dengan tubuh saya sehingga semua model pakaian cocok dikenakan				
11	Saya memiliki selera berpenampilan yang bagus				
12	Saya memilih menggunakan model pakaian yang cocok dengan bentuk tubuh saya				
13	Saya suka dengan bentuk wajah saya				
14	Saya suka dengan kaki saya yang jenjang				
15	Saya memperhatikan berat badan ideal saya				
16	Saya berusaha untuk mengonsumsi makanan yang bergizi				
17	Saya memiliki tubuh yang ideal				



18	Saya merasa tinggi badan saya akan memudahkan saya saat mencari pekerjaan				
19	Saya kurang puas dengan tubuh saya yang hanya cocok mengenakan pakaian dengan model tertentu saja				
20	Saya tidak bisa memadupadankan pakaian dengan baik				
21	Saya tidak peduli pakaian yang saya kenakan cocok atau tidak				
22	Saya tidak peduli rambut saya rontok				
23	Saya kurang puas dengan ukuran lengan saya karena tidak ideal				
24	Saya tidak suka dengan ukuran perut saya				
25	Saya mengonsumsi makanan yang kurang jelas kandungannya				
26	Saya tidak puas dengan berat badan saya				
27	Saya tidak senang dengan tinggi badan saya saat ini				
28	Saya kurang puas dengan tubuh saya yang hanya cocok mengenakan pakaian dengan model tertentu saja				
29	Saya memiliki selera berpenampilan yang buruk				
30	Saya tidak masalah apabila keluar dengan pakaian yang belum disetrika				
31	Menurut saya menggunakan <i>skincare</i> itu tidak penting				
32	Saya tidak suka dengan hidung saya				
33	Saya kurang puas dengan ukuran paha saya yang tidak ideal				
34	Saya malas berolahraga meski berat badan saya naik				
35	Saya memiliki jam makan yang berantakan				
36	Saya merasa tubuh saya tidak ideal karena kegemukan/kekurusan				
37	Saya tidak senang dengan tinggi badan saya saat ini karena membuat saya terlihat lebih gemuk/kurus				

### Skala Dukungan Sosial Teman Satu Fandom

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Teman-teman saya selalu terbuka untuk mendengar curhatan saya				
2	Teman teman saya mendengarkan pendapat saya				
3	Teman-teman memuji saya saat saya berhasil mencapai tujuan yang saya inginkan				
4	Ketika saya gagal dalam suatu hal, teman-teman saya memberi dorongan bahwa saya nanti dapat melakukan yang lebih baik lagi				
5	Saat saya memerlukan bantuan terkait tugas sekolah/kuliah, teman-teman saya akan langsung membantu saya				
6	Saat saya melakukan kesalahan, teman-teman saya akan memberikan saran untuk memperbaiki kesalahan tersebut				
7	Teman-teman mengajak saya untuk mendukung kegiatan idola kami				
8	Teman-teman saya meluangkan waktu mereka untuk melakukan kegiatan bersama				
9	Saat saya berhadapan dengan suatu masalah, teman-teman saya percaya kalau saya dapat menghadapinya				
10	Teman-teman saya memperhatikan saya				
11	Teman-teman saya ikut bersuka cita merayakan keberhasilan saya mencapai sesuatu				
12	Saat saya tidak membawa kendaraan, teman saya bersedia memberikan tumpangan kepada saya				
13	Teman-teman saya meminjamkan uang ketika saya kekurangan uang				
14	Teman-teman saya memberikan nasihat terkait permasalahan yang sedang saya hadapi				
15	Ketika saya ketinggalan sebuah informasi penting, teman-teman saya bersedia untuk menjelaskan ulang kepada saya				
16	Saya dan teman-teman saya saling membutuhkan satu sama lain				
17	Teman-teman meremehkan				

	kemampuan saya saat menghadapi suatu permasalahan				
18	Teman-teman diam-diam membicarakan saya di belakang				
19	Teman-teman saya meremehkan pencapaian yang berhasil saya capai				
20	Teman-teman saya membuat saya pesimis untuk dapat bangkit dari kegagalan				
21	Teman-teman saya menolak membantu saya ketika saya kesulitan dalam tugas sekolah/kuliah				
22	Teman-teman saya tidak mau meminjamkan barang mereka kepada saya				
23	Teman-teman saya enggan memberikan saran saat saya sedang menghadapi permasalahan				
24	Teman-teman saya tidak peduli jika saya sedang kebingungan dalam memahami suatu hal				
25	Teman-teman saya tidak mengajak saya untuk mendukung kegiatan idola kami				
26	Teman-teman saya enggan meluangkan waktu mereka untuk melakukan kegiatan bersama				
27	Teman-teman tidak bertanya saya sakit apa saat saya sedang sakit				
28	Saya mendapatkan tatapan sinis dari teman-teman saat saya menyampaikan sesuatu				
29	Teman-teman saya tidak mau ikut merayakan keberhasilan yang saya capai				
30	Teman-teman saya mengacuhkan saya saat saya ingin menyerah				
31	Teman-teman menghindar saat saya memerlukan bantuan mereka				
32	Teman-teman saya enggan meminjamkan uang mereka saat saya kekurangan uang				
33	Teman-teman saya tidak menasehati saya ketika saya melakukan kesalahan				
34	Teman-teman saya enggan membagikan informasi yang mereka ketahui kepada saya				
35	Teman-teman saya ikut kegiatan yang mengatasmakan idola kami secara diam-diam tanpa mengajak saya				

36	Teman-teman saya tidak menganggap saya ada dalam pertemanan				
----	---	--	--	--	--

#### Lampiran 4. Skor responden

No	Penerimaan Diri (Y)	Citra Tubuh (X1)	Dukungan Sosial (X2)
1	159	106	108
2	161	111	119
3	158	119	124
4	144	89	92
5	131	93	109
6	160	110	135
7	198	105	136
8	145	123	116
9	123	75	106
10	164	86	124
11	148	103	85
12	143	96	103
13	154	107	138
14	170	116	140
15	146	102	121
16	115	119	104
17	136	90	109
18	133	84	136
19	161	100	117
20	136	87	122
21	150	105	143
22	143	96	119
23	155	107	118
24	124	95	111
25	138	72	104
26	136	97	112
27	169	63	126
28	134	103	104
29	131	120	118
30	146	89	133
31	181	108	78
32	154	108	138
33	109	62	130
34	150	87	118

35	135	93	93
36	159	129	134
37	147	78	126
38	106	75	139
39	138	94	106
40	149	97	136
41	182	114	107
42	148	75	92
43	152	91	143
44	130	95	114
45	129	70	117
46	153	121	103
47	137	94	88
48	156	97	108
49	141	93	87
50	154	103	115
51	104	75	107
52	150	67	138
53	169	124	136
54	127	49	143
55	139	109	108
56	137	80	75
57	145	97	102
58	147	96	92
59	136	97	128
60	204	133	144
61	137	93	107
62	147	96	139
63	159	95	132
64	158	89	122
65	119	93	107
66	128	100	118
67	131	97	140
68	137	89	129
69	146	102	108
70	157	116	139
71	168	109	105
72	104	52	95
73	136	89	126
74	144	94	113
75	110	111	121

76	134	96	116
77	145	98	99
78	128	100	136
79	154	98	99
80	135	82	141
81	156	87	144
82	166	127	129
83	145	113	128
84	147	99	112
85	105	55	64
86	119	58	39
87	129	89	105
88	162	82	121
89	142	82	125
90	163	106	142
91	142	105	110
92	153	95	127
93	158	82	138
94	152	96	108
95	148	91	79
96	143	94	123
97	168	112	143
98	167	76	121
99	146	63	126
100	130	77	133
101	155	120	105
102	159	69	141
103	143	116	114
104	161	94	143
105	136	89	124
106	151	115	108
107	144	89	109
108	144	88	74
109	133	104	128
110	158	127	126
111	150	102	138
112	132	85	102
113	141	94	116
114	159	103	113
115	136	82	106
116	115	57	83

117	123	85	114
118	117	71	121
119	132	97	100
120	150	112	111
121	157	99	140
122	130	83	98
123	128	92	106
124	138	114	63
125	153	97	75
126	135	108	115
127	138	98	110
128	166	107	108
129	165	103	136
130	142	104	109
131	162	106	143
132	151	92	90
133	119	83	101
134	159	128	135
135	136	90	101
136	171	99	88
137	151	73	108
138	180	126	131
139	132	69	126
140	150	79	140
141	129	80	107
142	177	96	144
143	151	96	109
144	105	58	121
145	131	89	108
146	136	99	109
147	127	90	82
148	150	111	110
149	154	122	124
150	150	90	109
151	120	96	110
152	144	110	110
153	121	89	102
154	137	100	142
155	159	111	103
156	135	77	130
157	138	119	94

158	135	71	135
159	149	79	121
160	120	85	106
161	105	96	101
162	157	102	115
163	152	102	118
164	129	87	109
165	138	83	125
166	146	98	130
167	143	110	119
168	132	99	106
169	144	91	102
170	132	97	135
171	163	133	132
172	157	80	106
173	168	106	109
174	111	70	114
175	152	100	108
176	169	116	118
177	143	76	118
178	147	98	109
179	162	111	112
180	143	89	103
181	122	94	92
182	158	120	139
183	133	107	107
184	131	81	99
185	137	98	107
186	131	104	103
187	167	105	109
188	153	95	90
189	174	131	129
190	137	95	107
191	114	101	139
192	132	75	108
193	124	60	134
194	147	114	122
195	134	90	108
196	120	66	129
197	145	103	125
198	149	79	108



199	157	108	142
200	134	95	106
201	100	52	135
202	127	79	120
203	157	119	94
204	167	110	141
205	126	84	117
206	139	100	120
207	133	69	103
208	142	101	98
209	127	105	111
210	124	84	82
211	161	117	113
212	135	84	66
213	130	79	111
214	155	66	122
215	130	70	123
216	135	100	108
217	154	107	114
218	129	105	138
219	155	94	125
220	135	99	62
221	139	92	129
222	124	103	91
223	162	96	140
224	133	102	108
225	151	90	110
226	141	102	122
227	139	100	93
228	155	87	107
229	141	113	110
230	142	84	104
231	144	89	85
232	157	83	128
233	160	89	139
234	174	109	143
235	141	101	125
236	165	109	119
237	140	98	106
238	134	136	144
239	161	114	128

240	168	102	119
241	144	79	79
242	153	92	126
243	141	101	112
244	145	75	40
245	145	96	78
246	186	113	138
247	139	82	107
248	145	95	108
249	137	89	107
250	136	98	101
251	148	117	121
252	139	102	120
253	144	89	111
254	158	91	136
255	156	91	143
256	178	88	140
257	151	109	131
258	142	108	107
259	166	112	138
260	160	89	139
261	151	84	98
262	124	84	102
263	152	132	130
264	174	119	143
265	150	114	106
266	152	101	125
267	147	82	114
268	164	128	127
269	131	84	94
270	145	90	99
271	146	95	85
272	148	98	79

## Lampiran 5. Hasil statistik deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PENERIMAAN DIRI	272	100	204	<b>144.44</b>	<b>16.543</b>
CITRA TUBUH	272	49	136	<b>95.58</b>	<b>16.183</b>
DUKUNGAN SOSIAL	272	39	144	<b>114.67</b>	<b>18.871</b>
Valid N (listwise)	272				

### TINGKAT PENERIMAAN DIRI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TINGGI	<b>41</b>	<b>15.1</b>	15.1	15.1
	SEDANG	<b>197</b>	<b>72.4</b>	72.4	87.5
	RENDAH	<b>34</b>	<b>12.5</b>	12.5	100.0
	Total	272	100.0	100.0	

### TINGKAT CITRA TUBUH

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TINGGI	<b>41</b>	<b>15.1</b>	15.1	15.1
	SEDANG	<b>190</b>	<b>69.9</b>	69.9	84.9
	RENDAH	<b>41</b>	<b>15.1</b>	15.1	100.0
	Total	272	100.0	100.0	

### TINGKAT DUKUNGAN SOSIAL

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TINNGI	<b>54</b>	<b>19.9</b>	19.9	19.9
	SEDANG	<b>182</b>	<b>66.9</b>	66.9	86.8
	RENDAH	<b>36</b>	<b>13.2</b>	13.2	100.0
	Total	272	100.0	100.0	

## Lampiran 6. Uji Normalitas

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		272
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	13.88487574
Most Extreme Differences	Absolute	.042
	Positive	.039
	Negative	-.042
Test Statistic		.042
<b>Asymp. Sig. (2-tailed)</b>		<b>.200<sup>c,d</sup></b>

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

## Lampiran 7. Uji Linearitas

### 1. Uji Linearitas Penerimaan Diri dan Citra Tubuh

#### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PENERIMAAN DIRI * CITRA TUBUH	Between Groups	(Combined)	35851.876	71	504.956	2.636	.000
		<b>Linearity</b>	18589.206	1	18589.206	97.028	<b>.000</b>
		<b>Deviation from Linearity</b>	17262.670	70	246.610	1.287	<b>.090</b>
	Within Groups		38317.183	200	191.586		
Total			74169.059	271			

### 2. Uji Linearitas Penerimaan Diri dan Dukungan Sosial

#### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PENERIMAAN DIRI * DUKUNGAN	Between Groups	(Combined)	25581.956	66	387.605	1.635	.005
		<b>Linearity</b>	6607.469	1	6607.469	27.878	<b>.000</b>

SOSIAL	<b>Deviation from Linearity</b>	18974.487	65	291.915	1.232	<b>.139</b>
	Within Groups	48587.102	205	237.010		
	Total	74169.059	271			

## Lampiran 8. Uji Hipotesis

### Correlations

		PENERIMAAN DIRI		CITRA TUBUH
PENERIMAAN DIRI	<b>Pearson Correlation</b>	1		<b>.501**</b>
	<b>Sig. (2-tailed)</b>			<b>.000</b>
	N	272		272
CITRA TUBUH	Pearson Correlation	.501**		1
	Sig. (2-tailed)	.000		
	N	272		272

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### Correlations

		PENERIMAAN DIRI	DUKUNGAN SOSIAL
PENERIMAAN DIRI	<b>Pearson Correlation</b>	1	<b>.298**</b>
	<b>Sig. (2-tailed)</b>		<b>.000</b>
	N	272	272
DUKUNGAN SOSIAL	Pearson Correlation	.298**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	272	272

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### Model Summary<sup>b</sup>

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	Change Statistics			Sig. F Change
					F Change	df1	df2	
<b>.544<sup>a</sup></b>	.296	.290	13.936	.296	56.438	2	269	<b>.000</b>

a. Predictors: (Constant), DUKUNGAN SOSIAL, CITRA TUBUH b. Dependent Variable: PENERIMAAN DIRI

## Lampiran 9

### DAFTAR RIWAYAT HIDUP

#### A. Identitas Diri

1. Nama : Rachma Syaufina Hamid
2. Tempat, Tanggal Lahir : Magetan, 20 Maret 2001
3. Alamat Rumah : Villa Ciomas Indah blok N.6 no.6, Ciomas, Bogor
4. No Handphone : 081213647234
5. Email : [rachmash20@gmail.com](mailto:rachmash20@gmail.com)

#### B Riwayat Pendidikan

##### A. Pendidikan Formal

1. SDIT Insantama Bogor
2. SMPIT Insantama Bogor
3. SMAIT Insantama Bogor
4. UIN Walisongo Semarang

Semarang, 31 Agustus 2023



Rachma Syaufina Hamid