

PENGARUH *SELF ESTEEM* DAN *SELF ACCEPTANCE* TERHADAP *BODY DISSATISFACTION* PADA MAHASISWI PRODI MANAJEMEN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS SEMARANG

SKRIPSI

Diajukan kepada

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Guna Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam

Menyelesaikan Program Strata Satu (S1) Psikologi (S.Psi)



Diajukan oleh:

Ifrochatul Qoriyati

NIM. 1807016158

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
TAHUN 2023**

PENGESAHAN



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

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76333379

PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini :

Judul : PENGARUH *SELF ESTEEM* DAN *SELF ACCEPTANCE* TERHADAP
BODY DISSATISFACTION PADA MAHASISWI PRODI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS SEMARANG
Nama : Ifiochatul Qoriyati
NIM : 1807016158
Jurusan : Psikologi

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

Semarang, 11 April 2023

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Dr. Widiastuti, M.A.
NIP : 19750319200901200

Penguji II

Dr. Nikmah Rochmawati, M. Si.
NIP : -

Penguji III

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

Penguji IV

Lainatul Mudzkiyyah, S.Psi., M.Psi.,
Psikolog
NIP : 198805032016012901

Pembimbing I

Dr. Nikmah Rochmawati, M. Si.
NIP : -

Pembimbing II

Dewi Khurun Aini, M.A.
NIP : 198605232018012002

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ifrochatul Qoriyati

NIM : 1807016158

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul :

“Pengaruh *Self Esteem* dan *Self Acceptance* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang”

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya sendiri, kecuali bagian tertentu yang di rujuk sumbernya.

Semarang, 22 Maret 2023

Pembuat Pernyataan,



Ifrochatul Qoriyati

NIM : 1807016158

SURAT 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 : PENGARUH *SELF ESTEEM* DAN *SELF ACCEPTANCE* TERHADAP *BODY DISSATISFACTION* PADA MAHASISWI PRODI MANAJEMEN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS SEMARANG

Nama : Ifrochatul Qoriyati
NIM : 1807016158
Jurusan : Psikologi

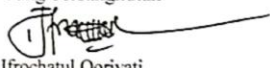
Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I.


Dr. Nisman Rochmahwati, M. Si
NIP.-

Semarang, 2023
Yang bersangkutan


Ifrochatul Qoriyati
NIM 180706158

SURAT PERSETUJUAN PEMBIMBING



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

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyam, 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 : PENGARUH *SELF ESTEEM* DAN *SELF ACCEPTANCE* TERHADAP *BODY DISSATISFACTION* PADA MAHASISWI PRODI MANAJEMEN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS SEMARANG

Nama : Ifrochatul Qoriyati
NIM : 1807016158
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,

Dewi Khurun Aini, S.Pd, M.A
NIP 198605232018012002

Semarang, 2023
Yang bersangkutan

Ifrochatul Qoriyati
NIM 1807016158

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Dengan menyebut nama Alla SWT saya ucapkan rasa syukur kepadaNya yang selalu melimpahkan rahmat dan karuniaNya kepada penulis sehingga karya ilmiah dengan judul “*Self Esteem dan Self Acceptance terhadap Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang” mampu terselesaikan. Sholawat serta salam tak lupa selalu terlimpah kepada baginda Nabi Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman kegelapan menuju zaman yang terang benderang.

Tugas akhir ini disusun sebagai sebuah syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) bagi mahasiswa Program Studi Psikologi di Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo. Penulisan karya ilmiah ini tak lepas dari bantuan berbagai pihak yang sangat berjasa. Untuk itu dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebanyak-banyaknya kepada :

1. Prof. Dr. Imam Taufik, M.Ag, selaku Rektor UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya
2. Prof. Dr. Syamsul Ma'arif, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya.
3. Ibu Hj. Wening Wihartati, S.Psi, M.Si selaku Ketua Jurusan Psikologi.
4. Ibu Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si selaku Sekretaris Jurusan Psikologi sekaligus pembimbing I yang telah bersabar memberikan banyak waktu dan tenaga yang sangat berharga demi mengarahkan penulis dalam penyusunan skripsi.
5. Ibu Dewi Khurun Aini, M.A., selaku pembimbing II sekaligus dosen wali, yang tidak pernah berhenti memberikan motivasi, dukungan, serta bimbingannya kepada penulis selama menempuh perkuliahan hingga akhir pendidikan UIN Walisongo Semarang

6. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi UIN Walisongo Semarang yang telah meluangkan waktu dan tenaga untuk memberikan ilmu serta pengetahuannya selama perkuliahan kepada penulis. Semoga ilmu yang telah Bapak dan Ibu berikan mendapatkan keberkahan dari Allah SWT.
7. Seluruh Staf Fakultas Psikologi dan Kesehatan serta Staf Program Studi Psikologi yang telah memberikan kemudahan dalam pembuatan surat-surat.
8. Seluruh Responden yang telah senantiasa meluangkan waktunya untuk membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian yaitu para Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang.
9. Kedua orang tua penulis, Bapak Suromo dan Ibu Kodarwati yang telah memberikan kasih sayang, dukungan, motivasi, serta doa yang tidak pernah henti supaya penulis segera menyelesaikan pendidikan di bangku perkuliahan ini.
10. Seluruh pihak yang penulis tidak dapat sebutkan namanya satu persatu yang telah membantu penulis dalam penyusunan skripsi hingga selesai.

Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat. Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna. Maka penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan dimasa yang akan datang.

Semarang, 22 Maret 2023



Ifrochatul Qoriyati

1807016158

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat, karunia, serta kemudahan dan kelancaran-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Kepada kedua orang tua penulis Bapak Suromo dan Ibu Kodarwati yang senantiasa mendukung dan mendoakan penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Kepada diri sendiri yang mampu berjuang dan bertahan untuk melewati semua hiruk pikuk dunia ini.
4. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu dan telah berkontribusi dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhir kata, penulis berharap bahwa skripsi ini dapat berguna bagi banyak orang.

Semarang, 22 Maret 2023



Ifrochatul Qoriyati

1807016158

MOTTO

وَلَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ إِصْلَاحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِّنَ الْمُحْسِنِينَ

“Dan janganlah kamu berbuat kerusakan di bumi setelah (diciptakan) dengan baik. Berdoalah kepada-Nya dengan rasa takut dan penuh harap. Sesungguhnya rahmat Allah sangat dekat kepada orang yang berbuat kebaikan. “

(Q.S. Al-A'raf : 56)

DAFTAR ISI

PENGESAHAN	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
SURAT PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
SURAT PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
MOTTO	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRACT	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Keaslian Penelitian	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	13
A. <i>Body Dissatisfaction</i>	13
B. <i>Self Esteem</i>	21
C. <i>Self Acceptance</i>	27
D. Peran <i>Self Esteem</i> dan <i>Self Acceptance</i> terhadap <i>Body</i> <i>Dissatisfaction</i>	33
E. Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	38
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	38

B.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	38
C.	Tempat dan Waktu Penelitian	40
D.	Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	40
E.	Teknik Pengumpulan Data	42
F.	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	46
G.	Analisis Data.....	48
H.	Hasil Uji Coba Skala	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		54
A.	Hasil Penelitian.....	54
B.	Hasil analisis data	60
C.	Pembahasan	66
BAB V PENUTUP.....		72
A.	KESIMPULAN	72
B.	SARAN.....	72
REFERENSI		74
LAMPIRAN.....		78

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor aitem favorable dan unfavorable skala <i>Body Dissatisfaction</i>	43
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	44
Tabel 3.3 Skor aitem favorable dan unfavorable skala <i>Self Esteem</i>	44
Tabel 3.4 <i>Blue print</i> Skala <i>Self Esteem</i>	45
Tabel 3.5 Skor aitem favorable dan unfavorable skala <i>Self Esteem</i>	46
Tabel 3.6 <i>Blue print</i> Skala <i>Self Acceptance</i>	46
Tabel 3.7 Interpretasi nilai (r) validitas dan reliabilitas instrument	48
Tabel 3.8 <i>Blue Print</i> Skala <i>Body Dissatisfaction</i> setelah di lakukan uji coba skala	51
Tabel 3.9 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Esteem</i> setelah di lakukan uji coba skala.....	51
Tabel 3.10 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Acceptance</i> setelah di lakukan uji coba skala...	52
Tabel 3.11 Reliabilitas Skala <i>Body Dissatisfaction</i>	53
Tabel 3.12 Reliabilitas Skala <i>Self Esteem</i>	53
Tabel 3.13 Reliabilitas Skala <i>Self Acceptance</i>	53
Tabel 4.1 Deskripsi Penelitian Berdasarkan Usia	54
Tabel 4.2 Deskripsi Penelitian Berdasarkan Angkatan.....	55
Tabel 4.3 Deskripsi Data Variabel Penelitian	56
Tabel 4.4 Tabel Rentang Skor <i>Body Dissatisfaction</i>	56
Tabel 4.5 Tabel Distribusi Frekuensi Variabel <i>Body Dissatisfaction</i>	57
Tabel 4.6 Tabel Rentang Skor <i>Self Esteem</i>	57
Tabel 4.7 Tabel Distribusi Frekuensi Variabel <i>Self Esteem</i>	58
Tabel 4.8 Tabel Rentang Skor <i>Self Acceptance</i>	58
Tabel 4.9 Tabel Distribusi Frekuensi Variabel <i>Self Acceptance</i>	59
Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	60
Tabel 4.11 Hasil Uji Linearitas <i>Self Esteem</i> Terhadap <i>Body Dissatisfaction</i>	61
Tabel 4. 12 Hasil Uji Linearitas <i>Self Acceptance</i> Terhadap <i>Body Dissatisfaction</i>	62
Tabel 4.13 Hasil Uji Multikolinearitas.....	63
Tabel 4.14 Hasil Uji Hipotesis Secara Parsial	63
Tabel 4.15 Hasil Uji Hipotesis Secara Simultan	65
Tabel 4.16 Hasil Uji Koefisien Determinasi (<i>Adjusted R Square</i>).....	66

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR 2.1 Kerangka Berfikir	36
------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 <i>Blue Print</i> Skala Penelitian	78
LAMPIRAN 2 Skala Penelitian Uji Coba	87
LAMPIRAN 3 Skala Penelitian Setelah Uji Coba.....	93
LAMPIRAN 4 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	98
LAMPIRAN 5 Hasil Uji Deskriptif	102
LAMPIRAN 6 Kategorisasi Data	102
LAMPIRAN 7 Hasil Asumsi dan Uji Hipotesis	103
LAMPIRAN 8 Skor Total Responden	106

**PENGARUH SELF ESTEEM DAN SELF ACCEPTANCE TERHADAP
BODY DISSATISFACTION PADA MAHASISWI PRODI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS SEMARANG**

ABSTRACT

***Abstract :** The purpose of this study is to empirically examine the effects of self-esteem and self-acceptance on body dissatisfaction and the concurrent effects of self-esteem and self-acceptance on body dissatisfaction. The sample of this study consisted of 238 respondents with a purposive sampling technique. The measurement instruments used in this study included three scales, namely the self-esteem scale, the self-acceptance scale, and the body dissatisfaction scale. The analysis methods used were multiple linear regression. The partial results of the study show that the significance value of the self-esteem variable is 0.372 ($p < 0.05$). This result shows that the first hypothesis is rejected, which means there is no effect between self-esteem and body dissatisfaction. And the significance value of self-acceptance variable is 0.000 ($p < 0.05$). This result shows that the second hypothesis is accepted, which means that there is an influence between self-acceptance and body dissatisfaction. At the same time, there is an influence between self-esteem and self-acceptance on body dissatisfaction among the students of Management course at the Faculty of Economics and Business, Semarang University, with a significance value of $0.000 < 0.05$ and a coefficient level of 0.192 or 19.2%, while the remaining 80.8% is determined by other factors such as. E.g., by beauty standards that are impossible to achieve, by living in a "first impression" culture, by the need for control because many things cannot be controlled, by the belief or conviction that self-control leads to a perfect body, by culture, social media, age, social class, interpersonal relationships, and pubertal development*

***Keywords :** self esteem, self acceptance, body dissatisfaction*

ABSTRAK

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh *self esteem* dan *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction* dan pengaruh secara simultan *self esteem* dan *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 238 responden dengan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini meliputi tiga skala yaitu skala *self esteem*, *self acceptance*, dan *body dissatisfaction*. Metode analisis yang digunakan yaitu regresi linier berganda. Hasil penelitian secara parsial menunjukkan bahwa nilai signifikansi variabel *self esteem* sebesar 0,372 ($p < 0,05$) hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis pertama ditolak yang berarti tidak terdapat pengaruh antara *self esteem* terhadap *body dissatisfaction*. Dan nilai signifikansi variabel *self acceptance* sebesar 0,000 ($p < 0,05$) hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis kedua diterima yang berarti terdapat pengaruh antara *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction*. Secara simultan terdapat pengaruh antara *self esteem* dan *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan taraf koefisien sebesar 0,192 atau 19,2% sedangkan sisanya 80,8% ditentukan oleh faktor lain seperti standar kecantikan yang tidak mungkin di capai, hidup dalam budaya “*first impressions*”, kebutuhan akan kontrol karena banyak hal yang tidak dapat di kontrol, kepercayaan atau keyakinan bahwa kontrol terhadap diri akan menghasilkan tubuh yang sempurna, budaya, media sosial, usia, kelas sosial, hubungan interpersonal, dan perkembangan pubertas.

Kata Kunci : *self esteem*, *self acceptance*, dan *body dissatisfaction*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tubuh merupakan aset penting bagi semua manusia. Karena tubuh adalah bagian utama dari setiap individu. Penampilan fisik selalu berkaitan dengan bentuk tubuh pada setiap individu. Salah satu faktor penilaian individu terhadap individu lain yaitu melalui penampilan fisik. Dalam menilai penampilannya, setiap individu memiliki caranya masing-masing. Dalam penilaian penampilan fisik ini meliputi cara seseorang melihat, merasakan, dan mempresepsikan keadaan fisiknya sendiri. Berpenampilan sempurna dimata orang lain sangatlah penting bagi setiap individu. Mengapa demikian karena individu harus menampilkan citra dirinya sebagai orang yang sempurna tanpa ada suatu kekurangan. Dalam tahap perkembangan masa dewasa awal ini dimulai saat individu menginjak usia 18-25 tahun (A. F. Putri, 2018). Dalam usia menginjak perkuliahan yaitu masa dewasa awal, berada di puncak dimana seseorang melakukan hal yang terbaik untuk menjaga bentuk tubuh yang ideal. Dalam masa dewasa awal bukan lagi berada dalam fase menerima keadaan fisik dan memanfaatkannya dengan baik. Karena dalam fase dewasa awal merupakan fase dimana harus sudah stabil dalam menerima keadaan fisik serta memanfaatkannya secara baik sebagaimana mestinya.

Ketidakpuasan bentuk tubuh biasanya disebut sebagai *body dissatisfaction* (Fitrianti et al., 2022: 10). Masalah bentuk tubuh sering diartikan dengan *body dissatisfaction*. *Body dissatisfaction* dapat terjadi di setiap orang. Namun, banyak peneliti yang menunjukkan bahwa tingkat *body dissatisfaction* cenderung lebih tinggi dialami oleh wanita. Sepertiga sampai seperempat *self esteem* individu berkaitan dengan perasaan terhadap bentuk tubuh yang dimiliki *Body dissatisfaction* adalah bentuk ketidakpuasan yang merupakan hasil dari pengalaman pribadi dalam mengevaluasi hasil

penilaian fisik individu dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu harapan yang timbul dari respon individu terhadap kondisi fisiknya sendiri atau dibandingkan dengan orang lain tentang perkembangan fisik ideal yang telah belajar dari lingkungan yang ideal (Rohma, 2004: 9). Pada tahap perkembangan dewasa awal, individu menjelajahi semua hal berhubungan dengan masa depan seperti percintaan. Dalam tahap ini individu paling sesuai membuat pilihan pasangan hidup yang akan dibawa ke jenjang lebih serius yaitu pernikahan. Dalam hal ini kebanyakan individu terutama perempuan mengalami rendahnya tingkat *body dissatisfaction* sehingga pada tahap perkembangan dewasa awal ini sedang gencar-gencarnya untuk merawat diri dan membenahi diri agar menjadi ideal minimal di lingkungan masyarakat pada umumnya sebab, di tahap inilah individu mulai mencari jati dirinya. Hal ini sejalan dengan teori psikologi sosial Erikson, dalam sepanjang hidup ada delapan tahap perkembangan. Dalam menghadapi krisis, individu perlu menyelesaikan tugas tertentu kemudian bila sudah teratasi krisis tersebut, maka individu akan berkembang dengan sehat. Kemudian dalam tahap dewasa awal, tercapainya tahap *attachment* melalui kompetisi. Pada tahap ini individu menunjukkan perkembangannya dalam hal membangun hubungan dekat dengan orang lain. Hal tersebut tidak berorientasi pada seks, tetapi menyangkut tentang emosi, kognitif, dan perilaku yang sering berperan (Ismail, 2011: 7).

Perasaan tidak puas yang terus-menerus tentang tubuh, seperti bentuk paha, perut, dan lengan merupakan salah satu gambaran perilaku ketidakpuasan bentuk tubuh yang di alami oleh dewasa awal. Adanya kondisi ini membuat individu sering melamunkan serta memikirkan citra tubuh dan berat badannya (Evahani & Psikologi, 2012: 3). Permasalahan *body dissatisfaction* yang dialami individu menimbulkan perasaan sedih serta bingung karena mempunyai bentuk tubuh yang tidak ideal dan selalu membandingkan antara dirinya dengan artis atau model di media massa yang memperlihatkan bentuk tubuh ideal. Konsep teori Abraham Maslow menjelaskan suatu hierarki kebutuhan (*hierarchy of needs*) yang

menunjukkan adanya lima tingkatan dari kebutuhan dasar dan keinginan dalam diri manusia. Lima tingkatan kebutuhan dasar manusia adalah : kebutuhan fisiologi, rasa aman, cinta dan memiliki, harga diri, dan aktualisasi diri. Pada dasarnya manusia mempunyai kebutuhan-kebutuhan yang harus terpenuhi, antara lain adalah kebutuhan rasa penghargaan, menurut Maslow ada dua yaitu : 1. Menghargai diri sendiri (*self respect*) adalah kebutuhan kekuatan, penguasaan, kompetensi, prestasi, kepercayaan diri, kemandirian, dan kebebasan. 2. Mendapat penghargaan dari orang lain (*respect for other*) berupa kebutuhan *prestige*, penghargaan dari orang lain, status, ketenaran, dominasi, menjadi penting, kehormatan, diterima, dan apresiasi (Minderop, 2016:284).

Pada usia dewasa awal mempersiapkan bentuk tubuh adalah masalah yang sering muncul, hal ini dikarenakan dalam interaksi sosial terdapat pembelajaran pengalaman dari lingkungan sekitar seringkali individu yang gemuk atau kurus diejek oleh lingkungannya, sehingga menyebabkan individu tersebut menutup diri untuk bertemu dengan orang lain secara langsung karena merasa khawatir bahwa individu lain akan membuat komentar negatif tentang dirinya. Penampilan fisik menarik memiliki potensi menguntungkan yang dapat dimanfaatkan. Lingkungan menganggap individu yang berpenampilan menarik pasti mudah diterima di lingkungan sekitarnya dan juga bernilai positif di lingkungan sosialnya (Septiana, 2020: 9).

Dilansir dalam berita beritasatu.com (2013) dijelaskan dalam berita tersebut bahwa 97% wanita berpikir bentuk tubuhnya bermasalah. Terdapat fenomena yang dilansir oleh Kompas.com (2016) berjudul “Wanita Usia 20-an Paling Tak Puas Dengan Bentuk Tubuhnya”. Berita serupa juga diunggah oleh health.detik.com (2022) yang berjudul “Operasi Plastik Hingga 53 Kali, Model Penyembah Setan Ini Alami Kelumpuhan”. Selain itu, Kompas.com (2012) merilis berita yang berjudul “Tak Puas Dengan Kulit Ketiak, Perempuan Membatasi Diri”. Tak hanya itu, Kompas.com (2020) juga merilis berita yang menyatakan bahwa seorang anak yang

memiliki penyakit dwarfism (cebol) ingin bunuh diri karena dibully temannya. Dapat disimpulkan bahwa individu merasa tidak puas dengan bentuk tubuh dan memiliki pandangan negatif mengenai bentuk tubuhnya meski sudah diubah.

Peneliti telah melakukan survey pada 12 Mei 2022 dengan menggunakan google form yang disebar melalui kepada 15 responden dewasa awal usia 18-25 tahun di kota Semarang pada 12 Mei 2022, yang mana hasil survey didapatkan hasil bahwa 11 dari 15 orang usia dewasa awal memiliki tingkat ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang tinggi. 8 dari 11 responden yang melaporkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh adalah perempuan, sedangkan tiga responden lainnya adalah laki-laki, karena bentuk tubuh adalah faktor yang sangat diperhatikan oleh usia dewasa awal. 11 orang sedang berada dalam ketidakpuasan bentuk tubuh yang ideal atau kurang memuaskan, sedangkan sebanyak 4 orang sedang berada dalam bentuk tubuh yang ideal. Dalam hal ini, tiap individu pun berbeda-beda cara mengatasi emosionalnya atas kritikan negatif yang di lontarkan lingkungan sekitar. Saat ini banyak yang masih ingin merubah bentuk tubuh sesuai dengan idaman masing-masing, ada yang ingin merubahnya menjadi gemuk, kurus, dan lain sebagainya. Dan beberapa individu juga mengalami penghindaran interaksi sosial dengan menutup diri yang mana hal tersebut merupakan salah satu indikator dari *body dissatisfaction*.

Dalam penelitian yang telah dilakukan oleh Irwan Dwi Irianto pada tahun 2006 dengan judul “Gaya Hidup Mahasiswa UPN “Veteran” Jawa Timur” menyebutkan bahwa pada tingkatan perguruan tinggi selalu identik dengan aktivitas yang berhubungan dengan nalar, ilmiah dan logika. Dalam penelitian ini juga menyebutkan bahwa mahasiswa swasta perguruan tinggi UPNVJ (Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur) memiliki gaya hidup cenderung mengarah pada gaya hidup “having fun”. Gaya hidup “having fun” sendiri dipengaruhi oleh media massa, hal tersebut diakui bahwa media massa khususnya majalah dan televisi saat ini banyak

menampilkan nilai-nilai dan cita rasa seputar perkembangan tren busana, problem gaul, pacaran, shopping, dan acara mengisi waktu senggang. Adapun aspek-aspek *body dissatisfaction* menurut Thompson, Heinberg, Altabe, Tantleff-Dunn, (2002) adalah sebagai berikut : 1. Komponen afektif yang berupa perasaan negatif terhadap dirinya sendiri 2. Komponen kognitif yang berupa sebuah informasi yang didapat mengenai bentuk dan ukuran tubuhnya sendiri yang di anggap positif/negatif oleh lingkungan sosial 3. Komponen perilaku yang berupa perilaku yang muncul berkaitan dengan citra tubuh.

Faktor penyebab munculnya *body dissatisfaction* menurut Santrock seperti membandingkan tubuh dengan standar ideal masyarakat sekitar. Perubahan fisik yang terjadi selama masa pubertas, ditambah dengan rasa identitas diri yang meningkat dan munculnya ketertarikan terhadap lawan jenis, dapat menyebabkan individu mengalami emosi negatif dan menurunkan tingkat harga diri dan ketidaknyamanan mengenai standar ideal yang dianggap wajar oleh lingkungan sekitar (Yuanita & Sukanto, 2013:8). *Body dissatisfaction* adalah individu yang kehilangan rasa kepercayaan dirinya serta merasa tidak puas dengan penampilan fisik yang dimiliki diakibatkan oleh persepsi negatif individu terhadap tubuhnya sendiri.

Harga diri atau bisa disebut *self esteem*. *Self esteem* memiliki pengaruh terhadap perkembangan dasar untuk membangun *well-being self esteem* seseorang. *Self esteem* adalah kesan seseorang tentang dirinya, hal tersebut di dapatkan dari pikiran dan perasaan pribadinya, bukan dari orang lain. (Prawono, 2013:1). *Self-esteem* adalah kesan seseorang tentang diri sendiri, diperoleh melalui pikiran dan perasaan pribadi, bukan dari orang lain. *Self-esteem* merupakan salah satu faktor keberhasilan dalam kehidupan individu karena pengembangan *self esteem* memilih keberhasilan dan kegagalan dimasa depan. Oleh karena itu, pengembangan *self esteem* merupakan bagian dari penilaian diri pada pendidikan, karena diharapkan dapat menemukan konsep diri yang positif dalam jiwa setiap individu

(Refnadi, 2018). Menurut Rosenberg *Self esteem* mencakup rasa keberadaan seseorang, dan penerimaan diri individu tersebut. Maka *self esteem* adalah apa yang individu pikirkan, rasakan, dan pandanganan individu lain atas dirinya sendiri. Dapat dikatakan, *Self esteem* (harga diri) didasarkan pada seberapa banyak seseorang mengevaluasi, mengenali, menghargai, dan menyukai diri mereka sendiri. Faktor yang mempengaruhi *body dissatisfaction* selain *self esteem* adalah *self acceptance* atau penerimaan diri.

Ketidakpuasan bentuk tubuh atau *body dissatisfaction* didefinisikan sebagai penilaian negatif dari rasa malu tentang penampilan tubuh dan kondisi fisik dalam lingkungan sosial (Rosen & Riter, 1995). Salah satu penyebab yang memberikan pengaruh pada rasa tidak puas terhadap ukuran serta bentuk tubuh adalah diri sendiri serta kehidupan sosialnya. Individu yang mengalami ketidakpuasan tubuh merasa tidak nyaman pada tubuhnya dikarenakan cenderung merasakan ukuran tubuhnya tidak ideal serta menginginkan ukuran tubuh yang berbeda (Lestari, 2020: 219). Penelitian yang telah dilakukan oleh (Tumakaka, Meizara, Dewi, & Hamid, 2022: 17) menunjukkan hasil bahwa subjek yang diteliti memunculkan tiga aspek ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yaitu, penilaian negatif terhadap bentuk tubuh, menghindari aktivitas sosial, dan kamuflase tubuh. Kelima subjek terlalu memaksakan diri demi mencapai tubuh ideal sehingga berdampak buruk bagi tubuh seperti olahraga berlebihan diiringi pola makan dan diet yang tidak sehat. Rumsey (2002) mengemukakan bahwa penilaian negatif terhadap bentuk tubuh akan menimbulkan kesulitan untuk berinteraksi sosial. Hal ini dikarenakan adanya kecemasan sosial dan takut akan evaluasi negatif sehingga menghindari aktivitas sosial. Petrie dan Greenleaf (2012) mengemukakan bahwa semakin besar perbedaan antara tubuh ideal yang diinginkan dan tubuh sebenarnya, maka individu menjadi semakin tidak puas dengan bentuk tubuh sehingga mengalami berbagai emosi negatif seperti malu, sedih, dan marah. Dari penjelasan yang telah

dijelaskan diatas, hal tersebut merupakan dampak dari ketidakpuasan bentuk tubuh atau *body dissatisfaction*.

Semakin tinggi *self esteem* dan *self acceptance* individu maka akan semakin rendah pula *body dissatisfaction* yang dimiliki oleh individu tersebut dan begitu pula sebaliknya (Hastuti, 2018: 18). Individu yang bersyukur dalam menerima kelebihan dan kekurangannya, menunjukkan tingkat penerimaan diri yang tinggi. Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan penerimaan diri adalah individu yang menerima keadaan dalam dirinya dan merasa puas dengan apa yang dimiliki.

Berdasarkan hal tersebut diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh *Self Esteem* dan *Self Acceptance* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang.

B. Rumusan Masalah

Pada uraian yang telah dijelaskan penulis dalam latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah yang menjadi landasan penelitian ini adalah :

1. Adakah pengaruh *self esteem* terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang
2. Adakah pengaruh *self acceptance* terhadap mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang
3. Adakah pengaruh *self esteem* dan I terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk menguji secara empiris pengaruh *self esteem* terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang
2. Untuk menguji secara empiris pengaruh *self acceptance* terhadap mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang
3. Untuk menguji secara empiris pengaruh *self esteem* dan *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis dimasa yang akan datang.

a. Secara Teoritis

Manfaat teoritis pada hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi dan pendidikan yang telah di lakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya.

b. Secara Praktis

Adapun manfaat praktis pada penelitian ini adalah :

1. Bagi Subjek

Manfaat hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan stigma positif agar tetap selalu menghargai diri dan menerima apapun dirinya.

2. Bagi Masyarakat

Manfaat hasil dari penelitian ini diharapkan agar sama sama menghargai bentuk tubuh dan tidak saling membandingkan satu dengan yang lainnya. Karena dalam hal membandingkan bentuk tubuh satu dengan yang lainnya dapat menyebabkan rendahnya tingkat harga diri dan penerimaan diri individu.

E. Keaslian Penelitian

Untuk mengetahui keaslian pada penelitian ini, pada uraian dibawah ini akan diberikan gambaran mengenai penelitian terdahulu yaitu

Penelitian yang pertama adalah “Hubungan Ketidakpuasan Tubuh Dengan Penerimaan Diri Pada Perempuan Usia Dewasa Awal (18-25 tahun) Di Kota Malang”. Ani Latifatul Khoiriyah melakukan penelitian ini pada tahun 2019 untuk menyelidiki hubungan antara ketidakpuasan tubuh dan penerimaan diri di antara wanita di masa dewasa awal mereka (18-25 tahun) di Malang. Hipotesis dalam penelitian ini adalah adanya Hubungan Ketidakpuasan Tubuh Dengan Penerimaan Diri Pada Perempuan Usia Dewasa Awal. Dalam penelitian ini disebutkan bahwa hasil uji kolerasi dengan nilai signifikansi $p = 0,024 < 0,05$ dengan nilai $0,226 > r$ table $0,202$. Menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara ketidakpuasan tubuh dengan penerimaan diri. Hasil penelitian ini menunjukkan perempuan usia dewasa awal (18-25 tahun) memiliki ketidakpuasan tubuh dan penerimaan diri yang sama tinggi, hal ini terbukti bahwa keduanya memiliki hubungan yang positif, dengan nilai koefisien korelasi sebesar $0,226 > r$ tabel $0,202$. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah mengangkat variabel ketidakpuasan tubuh kemudian metode yang digunakan adalah metode kuantitatif. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada subjek, penelitian tersebut menggunakan subjek perempuan dewasa awal usia 18-25 tahun sedangkan penelitian ini menggunakan subjek dewasa awal usia 18-25 tahun. Variabel dependen dalam penelitian ini juga berbeda yakni penerimaan diri.

Penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Body Image* Dengan *Self Esteem* Pada Wanita Dewasa Awal Pengguna *Skincare*”. Penelitian ini dilakukan oleh Firda Narotama Sahri tahun 2016 untuk mengetahui peran body image terhadap self esteem pada wanita dewasa awal yang menggunakan skincare. Hipotesis dalam penelitian ini adalah Hubungan Antara *Body Image* Dengan *Self Esteem* Pada Wanita Dewasa Awal Pengguna *Skincare*. Dalam penelitian ini disebutkan bahwa hasil uji

korelasi (r) sebesar 0,234 dengan p value = $0,008 < 0,01$. Menunjukkan adanya hubungan positif yang berarti ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *body image* dengan *self esteem* pada wanita dewasa awal pengguna *skincare*. Hasil penelitian ini menunjukkan kepuasan seseorang terhadap apa yang dimiliki akan lebih menghargai diri sendiri (*self esteem* positif), lebih dapat bersyukur apa yang dimiliki, sehingga seseorang yang memiliki kepuasan dan menghargai apa yang dia miliki berarti akan lebih berusaha untuk menjaga tubuhnya dengan baik, dengan demikian tindakan-tindakan yang lebih selektif dan bijak serta lebih menghargai orang lain. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah variabel *body image* dengan *self esteem* dengan menggunakan metode yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif. Perbedaan penelitian sebelumnya menggunakan korelasi untuk mengetahui hubungan sedangkan penelitian ini menggunakan regresi untuk mengetahui adanya pengaruh.

Penelitian dengan judul “*Self-acceptance* dan dukungan sosial *online* dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pengguna instagram pada masa *emerging adulthood*”. Penelitian ini dilakukan Laiyusa Ananda Fitrianti, Amanda Pasca Rini, Nindia Pratitis tahun 2022 untuk mengetahui hubungan *self-acceptance* dan dukungan sosial *online* dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pengguna instagram pada masa *emerging adulthood*. Hipotesis dalam penelitian ini adalah *self-acceptance* dan dukungan sosial *online* dengan kecenderungan *body dissatisfaction* pengguna instagram pada masa *emerging adulthood*. Dalam penelitian ini disebutkan bahwa hasil hubungan *self-acceptance* dengan kecenderungan *body dissatisfaction* sebesar -0,262 dengan signifikansi $p = 0,094$ ($p > 0,05$). Menunjukkan tinggi rendahnya *self-acceptance* pada seseorang tidak memengaruhi *body dissatisfaction*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengguna instagram pada masa *emerging adulthood* memiliki kecenderungan *body dissatisfaction* yang tinggi dan menerima dukungan sosial *online* yang sama tinggi dengan nilai korelasi regresi sebesar 1.148 dan signifikasinya 0,000 ($p < 0,01$). Persamaan penelitian dengan variabel

dependen yang sama yakni *body dissatisfaction* dan metode yang digunakan sama yakni metode penelitian kuantitatif. Perbedaan penelitian sebelumnya menggunakan variabel dependen yang berbeda yakni dukungan sosial dan subjek yang digunakan berbeda yakni pengguna instagram.

Penelitian dengan judul “Pengaruh *Social Comparison* Dan *Self Esteem* Terhadap *Body Dissatisfaction* Pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”. Penelitian ini dilakukan oleh Fajar Ayu Hastuti pada tahun 2018 untuk melihat seberapa banyak tingkat *Social Comparison*, *Self Esteem*, *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Selain itu dapat melihat apakah ada pengaruh *Social Comparison* terhadap *Body Dissatisfaction*, *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction*, dan pengaruh *Social Comparison* dan *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hipotesis dalam penelitian ini adalah adanya pengaruh *social comparison* dan *self self esteem* terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Dalam penelitian ini disebutkan bahwa diperoleh hasil bahwa *social comparison* dan *self esteem* secara bersama-sama mempengaruhi *body dissatisfaction* sebesar 0,106 dengan nilai signifikansi 0,007 ($p < 0,05$). Secara terpisah *social comparison* mempengaruhi *body dissatisfaction* hanya sebesar 0,926 dengan nilai signifikansi 0,009 ($p > 0,05$), sedangkan *self esteem* berpengaruh terhadap *body dissatisfaction* korelasi sebesar 0,0323 dengan nilai signifikansi 0,002 ($p < 0,05$). Persamaan pada penelitian tersebut adalah mengangkat variabel independen yang sama yakni *Body Dissatisfaction* kemudian metode yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif. Selain itu variabel dependen juga mengangkat variabel *self esteem*, subjek yang digunakan pada penelitian tersebut sama sama menggunakan subjek mahasiswi. Perbedaan pada penelitian tersebut adalah terletak pada variabel dependen yakni tingkat *social comparison*.

Penelitian dengan judul “Peran *body mass index*, *body image* dan *self esteem* terhadap *body dissatisfaction* pada Mahasiswi Fakultas

Psikologi Universitas Gadjah Mada”. Penelitian ini dilakukan oleh Gracia Yolina Sukarno pada tahun 2016 untuk mengetahui bahwa *body mass index*, *body image*, *self-esteem* berperan terhadap *body dissatisfaction*. Hipotesis dalam penelitian ini adalah *body mass index*, *body image*, *self-esteem* berperan terhadap *body dissatisfaction*. Dalam penelitian ini disebutkan hasil *self-esteem* berkorelasi negatif dengan *body dissatisfaction* yang ditunjukkan dari koefisien korelasi $r = -0,261$ dengan $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Koefisien determinasi *body mass index*, *body image*, *self-esteem* terhadap *body dissatisfaction* adalah 0,126. Hasil ini menunjukkan bahwa *body mass index*, *body image*, dan *self-esteem* memberikan sumbangan efektif terhadap *body dissatisfaction* sebesar 12,6% sedangkan 87,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan variabel *self-esteem* dan *body dissatisfaction* dan sama-sama menggunakan metode penelitian kuantitatif. Perbedaan penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi metode enter sedangkan pada penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linier berganda.

Penelitian dengan judul “Hubungan Harga Diri dengan Body Dissatisfaction pada Mahasiswa di Kota Makassar”. Penelitian ini dilakukan oleh Resky B, Harlina Hamid, dan Andi Nasrawaty Hamid. pada tahun 2021 untuk mengetahui hubungan harga diri dengan *body dissatisfaction* di kota Makassar. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan harga diri dengan *body dissatisfaction* pada mahasiswa di kota Makassar. Dalam penelitian ini disebutkan hasil terdapat hubungan yang negatif antara harga diri dengan *body dissatisfaction* pada mahasiswa di kota Makassar yang ditunjukkan dari ($p = 0,000$, $r = -0,502$). Penelitian ini menggambarkan bahwa semakin tinggi harga diri makin rendah *body dissatisfaction* pada mahasiswa di Kota Makassar. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan variabel harga diri dan *body dissatisfaction*. dan sama-sama menggunakan metode penelitian kuantitatif. Perbedaan penelitian ini menggunakan teknik teknik sampling *accidental sampling* serta jumlah sampel yang lebih banyak.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Body Dissatisfaction

1. Definisi Body Dissatisfaction

Perilaku atau perasaan tidak puas mengenai bentuk tubuh yang dimiliki, dari mulai berat badan, warna kulit, tinggi badan, dan lain sebagainya dapat disebut juga *Body Dissatisfaction* (Maimunah & Yohana, 2021). *Body dissatisfaction* menurut (Ogden, 2010) sebuah perasaan tidak puas terhadap bentuk tubuh yang dimiliki sebab adanya perasaan terhadap bentuk tubuh yang ideal yang tidak sesuai dengan bentuk tubuh yang dimiliki saat ini. *Body dissatisfaction* juga diartikan sebagai pikiran serta perasaan negatif terhadap bentuk tubuhnya. Perasaan bentuk tubuh yang tidak sesuai dapat membuat individu menghindari aktivitas sosial serta mengalami kecemasan akan komentar negatif dari individu lain (Fitrianti et al., 2022:11). Menurut (Sumali, Sukamto, & Mulya, 2008) *body dissatisfaction* ialah perasaan mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh yang didapatkan dari interaksi sosial dengan lingkungan hasil dari pengalaman individu tersebut. *Body dissatisfaction* juga di definisikan sebagai ketidakpuasan tubuh yang merupakan penilaian negatif subjektif seseorang terhadap bagian tubuhnya (Paxton, Eisenberg, & Neumark-Sztainer, 2006).

Body dissatisfaction sering di alami oleh kebanyakan perempuan (Ananta, 2016: 18). Ketika *self esteem* individu terpelihara dengan baik, maka individu dapat pulih dari keterpurukan dalam menghadapi berbagai tekanan dan kesulitan suatu masalah yang dihadapi (Anwar et al., 2022: 2). Jadi *body dissatisfaction* adalah evaluasi negatif yang mendalam terhadap diri sendiri berdasarkan pemikiran berbasis penampilan, yang mengakibatkan ketidakpuasan terhadap kondisi fisik tubuh. *Body dissatisfaction* menekankan pada penampilan, berat,

ukuran atau bentuk badan, penghindarian interaksi sosial, dan secara pribadi merasa bahwa mereka dinilai dari penampilan mereka.

1. Aspek-aspek Body Dissatisfaction

Menurut Thompson, Heinberg, Altabe, Tantleff-Dunn, (2002) aspek-aspek yang mempengaruhi *body dissatisfaction* adalah :

a. Komponen Afektif

Komponen Afektif merupakan emosi individu atau perasaan terhadap penilaian penampilan fisik, dan penilaian bentuk tubuh, misalnya, seorang individu yang memiliki sentimen buruk tentang bentuk tubuhnya dapat membenci bentuk tubuhnya..

b. Komponen Kognitif

Komponen kognitif mengacu pada bagaimana seseorang memandang dan berpikir tentang citra tubuhnya. Proses kognitif terjadi ketika seseorang memperoleh pengetahuan dan informasi tentang citra tubuh atau bentuk tubuh ideal dan menyimpan serta memprosesnya dalam memori. Individu memperoleh informasi dari lingkungan hidupnya berdasarkan bentuk dan ukuran tubuh, yang dipandang baik dan negatif / buruk atau baik.

c. Komponen Perilaku

Komponen perilaku terlihat karena adanya dominasi dari komponen afektif dan kognitif. Oleh karena itu perilaku individu dipengaruhi pikiran. Ketidakpuasan bentuk tubuh ada perilaku yang berhubungan, seperti menghindari melihat orang lain karena ketidakpuasan terhadap penampilan seseorang, keadaan seseorang yang menyamakan bentuk tubuh dari keadaan aslinya.

Body dissatisfaction menurut (Rosen, J.C., Orosan P., 1995) ada beberapa aspek yaitu :

a. Penilaian negatif terhadap bentuk tubuh

Body dissatisfaction yang dialami individu membuat penilaian buruk tentang bentuk tubuhnya. Individu tersebut akan selalu membandingkan seberapa sempurna atau ideal dengan individu lain. Sebaliknya, individu mengalami perasaan rendahnya harga diri ketika individu lain memiliki tubuh yang ideal kemudian dibandingkan dengan dirinya sendiri.

- b. Perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada di lingkungan sosial

Body dissatisfaction yang dialami individu akan membuat individu tersebut merasa malu ketika bertemu dengan individu lain yang memiliki tubuh ideal atau sempurna, serta akan merasa malu pula ketika sedang berada di lingkungan sosial yang terdapat individu lain yang memiliki tubuh ideal atau sempurna.

- c. *Body checking*

Individu yang sedang mengalami *body dissatisfaction* akan mengalami yang namanya *body checking*, yaitu kegiatan yang selalu mengecek bentuk tubuhnya di depan kaca dan juga menimbang berat badannya.

- d. Kamouflase tubuh

Body dissatisfaction yang dialami individu yaitu sering memalsukan bentuk tubuhnya dari kenyataannya. Tujuannya untuk melegakan hati.

- e. Menghindari aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain

Body dissatisfaction yang dialami individu biasanya selalu memiliki rasa malas untuk melakukan aktivitas yang melibatkan pertemuan dengan banyak individu.

Dari aspek *body dissatisfaction* tersebut diatas, maka peneliti akan mengacu pada aspek *body dissatisfaction* dalam Hompson, Heinberg, Altabe, Tantleff-Dunn, (2002), hal ini dikarenakan pendefinisiannya disetiap aspek lebih praktis dan lebih mudah untuk digambarkan sehingga lebih jelas untuk diuraikan dan diamati ketika mengungkap

indikator-indikator *body dissatisfaction* pada mahasiswi dibandingkan dengan teori dari J.C. Rosen dan P. Orosan.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *body dissatisfaction*

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *body dissatisfaction* menurut Brehm (1999) adalah :

- a. Standar kecantikan yang tidak mungkin di capai
Setiap budaya di suatu daerah terdapat tingkat kecantikan yang berbeda satu dengan lain. Meski kebanyakan budaya berlainan, kebanyakan memandang kecantikan dan ketampanan sebagai hal yang lebih tinggi, kemampuan untuk memikat lawan jenis, dan faktor positif lainnya.
- b. Hidup dalam budaya "*first impressions*"
Seringkali lingkungan sekitar dinilai dari pakaian, perilaku, ucapan, gaya berjalan, dan penampilan. Kecantikan sering dikaitkan dengan status yang lebih tinggi, peluang lebih besar untuk menarik pasangan, dan kualitas positif lainnya.
- c. Perasaan tidak puas yang mendalam terhadap diri sendiri dan kehidupan
Tingkat kepuasan tubuh yang tinggi dikaitkan dengan tingkat *self esteem* yang tinggi. Beberapa pakar citra tubuh percaya bahwa ketidakpuasan dengan bentuk tubuh, terutama jika kebencian tubuh terjadi, adalah tanda *self esteem* yang rendah. Tubuh adalah bagian yang terlihat (bagian konkret) dari diri, jadi jika seseorang berkonflik dengan dirinya sendiri, ia juga berkonflik dengan tubuhnya sendiri.
- d. Kebutuhan akan kontrol karena banyak hal yang tidak dapat di kontrol
Setiap individu pasti punya masalah dalam hidup, terkadang ada beberapa pertanyaan tidak dijawab, bahkan jika individu lain sangat membutuhkan jawaban atas sebuah pertanyaan tersebut. Situasi ini dapat menyebabkan beberapa orang mencoba mengendalikan apa

yang bisa mereka kendalikan atau kontrol, seperti mengontrol apa yang di makan dan mengontrol berat badan. Dengan mengendalikan tubuh dengan cara ini, individu dapat merasa terbantu karena setidaknya individu memiliki dampak pada hidupnya.

- e. Kepercayaan atau keyakinan bahwa kontrol terhadap diri akan menghasilkan tubuh yang sempurna

Tinggi badan, warna kulit, bentuk rambut bukanlah sesuatu yang dapat dirubah. Hal ini dapat menyebabkan berat badan menjadi sasaran ketika individu tidak puas dengan aspek lain dari tubuhnya, seperti wajah. Gambaran ini mendeskripsikan bila berat badan adalah fungsi dari *self control* (Kartikasari, 2013:19).

Selain itu faktor yang menyebabkan *body dissatisfaction* menurut Grogan (1999) adalah :

- a. Budaya

Tubuh ideal dikaitkan dengan kebahagiaan, kesuksesan, dan penerimaan social dalam budaya barat. Dengan berkembangnya modernisasi budaya Barat, pengaruhnya terhadap budaya Timur juga besar. Definisi dari tubuh langsing adalah kekuatan, dengan lebih banyak energi stamina. Tipe tubuh yang langsing dan ideal merupakan ciri dari wanita yang menarik. Cash (2012) mengatakan individu yang memiliki berat badan yang berlebih akan mendapat stigma dari jaman kanak-kanak hingga dewasa. Individu seperti itu identik dengan anggapan bahwa individu tersebut kurang cerdas, kurang aktif, kurang sukses, kurang pekerja keras, dan kurang populer dibandingkan dengan mereka yang memiliki tubuh ideal. Cash (2012) menunjukkan bahwa genetika memiliki peran dalam perkembangan pengalaman manusia. Individu cenderung beradaptasi dengan budaya dan ideologi masyarakat yang berlaku, yang mengarah pada keyakinan yang salah.

b. Media Sosial

Media menjadi alat yang berpengaruh bagi individu untuk fokus pada bagian tubuh mereka. Peter dan Baker (1994) mengatakan media sering menampilkan dan berfokus pada model langsing sebagai iklan untuk penurunan berat badan dan penambahan berat badan. Iklan membuat bentuk tubuh ideal seseorang sangat diapresiasi oleh masyarakat. Media menyediakan cara untuk menghasilkan pemikiran tentang ketidakpuasan tubuh pada individu (Grogan, 1999: 255).

Media sosial sangat beragam. Individu tidak lagi terobsesi dengan televisi, surat kabar, majalah atau radio. Di era globalisasi, Internet mendukung berbagai jenis media sosial seperti Facebook, Twitter, Instagram, YouTube dan berbagai jenis media lainnya.

c. Usia

Usia berfokus pada usia tertentu mulai dari masa kanak-kanak, remaja awal, remaja tengah, remaja akhir, dan dewasa awal. Grogan (1999: 255) mengatakan setiap kelompok umur memiliki karakteristik tersendiri dalam mengatasi *body dissatisfaction*. Pada masa dewasa awal, individu menunjukkan keadaan fisik yang menarik.

d. Kelas Sosial

Menurut Grogan (1999) kelas sosial berdampak pada *body dissatisfaction*. Penelitian oleh Wardle dan Marsland (Grogan, 1999: 257) menunjukkan bahwa orang-orang dari kelas sosial yang lebih tinggi cenderung tidak puas dengan citra tubuh mereka. Orang-orang dari kelas sosial yang tinggi memiliki akses yang mudah ke berbagai bentuk informasi yang relevan untuk mendukung penampilan mereka.

e. Hubungan Interpersonal

Menurut Cash dan Purinsky (2002) individu yang berada pada kelompok mudah dipengaruhi dan condong untuk mengikuti

pendapat atau ketentuan yang ada di kelompok. Persepsi kelompok mengenai penampilan individu dapat mempengaruhi persepsi individu tentang citra tubuh mereka sendiri. Odgen dan Taylor (2000) juga mencatat bahwa tubuh yang ideal dapat meningkatkan ketidakpuasan tubuh didapatkan dari pengaruh kepercayaan orang tua, teman sebaya, dan saudara kandung.

f. Kepribadian

Kepribadian dibentuk oleh gaya dan lingkungan pengasuhan yang berbeda. Lingkungan yang beda dapat membuat individu menjadi pribadi yang berbeda. Karakter individu sangat berpengaruh bagaimana cara individu memandang citra tubuhnya. Percaya diri adalah atribut kepribadian. Orang yang sangat percaya diri cenderung berpikir positif tentang citra tubuh mereka. Orang yang memandang dirinya secara negatif kurang percaya diri. Kepribadian mempengaruhi persepsi tubuh ideal (Cash dan Purzinsky, 2002). Percaya diri sebenarnya adalah keberhasilan mengamati “harga diri” yang Anda miliki secara bertahap dalam proses penerimaan diri terhadap lingkungan. Masa remaja adalah proses yang berkembang, dan penerimaan diri (*Self acceptance*) adalah proses yang berkelanjutan. Proses penerimaan diri (*Self Acceptance*) dapat dikatakan berhasil apabila individu dapat memenuhi tuntutan lingkungan dan diterima sebagai bagian dari masyarakat oleh orang-orang di sekitarnya. Jika remaja tidak merasa dapat menyesuaikan diri dan merasa dikucilkan dari lingkungan mereka, mereka dapat menjadi mundur atau frustrasi. Kemudian menjadi kekanak-kanakan tanpa disadari.

g. Perkembangan Pubertas

Pada masa remaja, remaja putri menghadapi kematangan fisik. Masa remaja memaksa remaja untuk beradaptasi dengan perubahan fisik. Masa remaja adalah masa yang mengkhawatirkan bagi gadis-gadis muda. Setiap orang mengalami kedewasaan pada rentang waktu

yang berbeda. Cocok untuk remaja yang sedang menghadapi perubahan fisik lebih dini dari teman sepeertannya dan tidak puas secara fisik karena perbedaan ukuran tubuh.

3. *Body Dissatisfaction dalam Prespektif Islam*

Dalam Islam dijelaskan dalam Al-Qur'an bahwa Allah SWT menciptakan semua makhluk hidup-Nya di bumi ini dengan sebaik-baiknya, termasuk penciptaan manusia. Terkadang masih banyak manusia yang tidak puas dengan apa yang diberikan Allah, seperti tidak puas dengan tubuh yang sudah di milikinya. Sebagaimana Allah berfirman dalam QS. At-Taghabun ayat 3 :

خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ بِالْحَقِّ وَصَوَّرَكُمْ فَأَحْسَنَ صُوْرَكُمْ وَإِلَيْهِ الْمَصِيْرُ

Artinya :

“Dia telah menciptakan langit dan bumi dengan Haq. Dia membentuk rupamu dan dibaguskan-Nya rupamu itu dan hanya kepada Allah-lah kembalimu (itu). “ (QS. At-Taghabun: 3).

Menurut tafsir Al-Mishbah jilid 14 (Shihab, 2005: 265) Firman-Nya: *wa shawwarakum* menunjuk kepada sifat Allah *al-Mushawwir*. Untuk jelasnya makna kata ini rujuklah ke QS. al-Hasyr [59]: 24. Perlu dicatat bahwa pernyataan ayat di atas bahwa Allah *telah membaguskan bentuk kamu* tidak harus berarti bahwa manusia adalah makhluk yang termulia dan terbaik. Ayat ini sebagaimana QS. at-Tin [95]:4, tidak dapat dijadikan dasar untuk hal tersebut. Keduanya hanya berarti bahwa manusia diciptakan Allah dalam bentuk fisik dan psikis yang sebaik-baiknya dalam konteks tujuan penciptaannya sebagai makhluk yang bertugas menjadi khalifah di bumi sekaligus pengabdian kepada Allah SWT.

Menurut tafsir Ibnu Katsir (Ghoffar,2003: 322). Kemudian Allah SWT berfirman: *“Dia menciptakan langit dan bumi dengan (tujuan) benar. Yaitu dengan adil dan bijaksana. Dia membentuk*

rupamu dan dibaguskan-Nya rupamu itu.” Yakni Dia menjadikan indah rupa dan bentukmu, semakna dengan apa yang disebutkan dalam ayat lain melalui firman-Nya: *“Hai manusia, apakah yang telah memperdayakan kamu (berbuat durhaka) terhadap Tuhanmu Yang Maha Pemurah, Yang telah menciptakan kamu, lalu menyemurnakan kejadianmu dan menjadikan (susunan tubuh) dengan seimbang, dalam bentuk apa saja yang Dia kehendaki, dia menyusun tubuhmu?”* (Al-Infithar: 6-8).

Dan firman Allah SWT Allah lah yang menjadikan bumi bagi kamu tempat menetap dan langit sebagai atap, dan membentuk kamu, lalu membaguskan rupamu serta memberi rezeki dengan sebagian yang baik-baik. (Al-Mu'min: 64), hingga akhir ayat. Adapun firman Allah SWT : *“dan hanya kepada-Nyalah kembali (mu).”* (At-Taghabun: 3), yakni dipulangkan dan dikembalikan. Kemudian Allah SWT menceritakan tentang pengetahuan-Nya yang meliputi semua makhluk-Nya yang ada dilangit dan di bumi serta semua jiwa.

Pada ayat tersebut dijelaskan bahwa Allah SWT telah menciptakan makhluknya terutama manusia dalam bentuk yang telah di baguskan dan hanya kepada Allah kelak manusia akan kembali. Semua yang telah dimiliki manusia saat ini hanyalah sementara dan akan kembali kepada Allah pada saat hari kiamat, dan Allah akan membalas semua perbuatan manusia sesuai amal dan ibadahnya. Terkadang manusia sering lalai akan hal tersebut dengan sibuk memperbaiki sampai merubah bentuk tubuhnya agar terlihat indah.

B. Self Esteem

2. Definisi self esteem

Harga diri adalah penilaian diri yang dipengaruhi oleh sikap, interaksi, penghargaan, dan penerimaan orang lain terhadap individu (Coopersmith,

2002). *Self esteem* menurut (Asisdiq et al., 2017: 5) merupakan evaluasi terhadap diri sendiri, yang diekspresikan dalam sikap positif dan negatif. Harga diri berkaitan dengan bagaimana seorang individu mengevaluasi dirinya dan akan mempengaruhinya dalam kehidupan sehari-hari. *Self esteem* merupakan salah satu bentuk evaluasi konsep diri yang mencakup kemampuan dan prestasi sebagai unsur-unsurnya (Putra, 2018: 7). *Self esteem* adalah evaluasi cara individu menilai dirinya sendiri, sehingga individu dapat mengetahui memiliki sikap positif atau negatif dalam dirinya (Arifin, 2018). *Self esteem* adalah Penilaian diri, tolak ukur harga diri sebagai manusia, berdasarkan kemampuan kita untuk menerima diri sendiri dan perilaku kita sebagai manusia (Minchinton, 1993). Evaluasi positif atau negatif yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri, ini merupakan konsep dari harga diri atau *self esteem* (Nuriyyatiningrum & Widodo, 2014). Definisi *self esteem* ialah seberapa suka individu terhadap diri sendiri. Jika individu suka, dapat menerima, dan menghormati dirinya sendiri sebagai individu yang berharga dan bermakna, maka akan semakin tinggi *self esteem* (harga diri) pada individu tersebut disebut konsep *self esteem* (Hidayat & Perdana, 2019: 22). Selain itu menurut (Permatasari, 2015: 4) *self esteem* merupakan sekumpulan rasa percaya diri atau juga perasaan mengenai diri sendiri mengenai motivasi, sikap, perilaku, dan penyesuaian emosi yang mempengaruhi diri. Menurut Rosenberg (Sedán et al., 2020) *self-esteem* adalah harga diri yang terdiri dari dua komponen yaitu penilaian objek (*self*) ialah unsur positif dan unsur negatif. Unsur positif disebut sebagai *self worth* (diri yang berharga) kaitannya mengenai individu tersebut mampu dan dipercayai oleh lingkungan.

1. Aspek-aspek yang mempengaruhi *self esteem*

Aspek yang mempengaruhi *self esteem* menurut (Minchinton, 1993) yaitu :

a. Perasaan menerima dirinya sendiri

Menerima diri sendiri dimaksudkan adalah bila individu menerima dirinya secara nyata dan penuh, nyaman dengan keadaan dirinya sendiri, dan memiliki perasaan yang baik tentang diri sendiri apapun kondisinya. Dan menghargai diri sendiri merupakan perasaan tentang kompetensi, dirinya sendiri tidak bergantung pada kondisi eksternal. Dapat memaafkan dirinya sendiri atas ketidaksempurnaan atau kesalahan yang telah diperbuat. Kemudian dapat memegang kendali atas emosi diri.

b. Perasaan terhadap hidup

Perasaan terhadap hidup berarti menerima tanggung jawab atas setiap bagian hidup yang dijalannya. Individu harus memiliki harapan yang realistis yang di maksud adalah individu yang memiliki *self esteem* tinggi akan membangun harapan ataupun cita cita secara realistis, sesuai kemampuan yang dimilikinya. Memegang kendali atas diri sendiri yang dimaksudkan adalah individu yang memiliki *self esteem* tinggi juga tidak berusaha mengendalikan orang lain atau situasi yang ada.

c. Hubungan dengan orang lain

Memiliki hubungan dengan orang lain salah satunya yaitu individu dengan toleransi dan penghagaan yang sama terhadap semua orang, berarti memiliki *self esteem* yang baik. ia percaya bahwa setiap orang yang termasuk dirinya memiliki hak yang sama dan patut dihormati. Bijaksana dalam melakukan hubungan dengan individu lain. Serta bersikap asertif yaitu dapat menghormati kebutuhannya dan kebutuhan orang lain.

Selain itu menurut Coopersmith (1967) aspek yang mempengaruhi *self esteem* ada empat yakni :

a. *Power* (Kekuasaan)

Kemampuan dalam mengarahkan dan mengendalikan perilaku individu lain merupakan pengertian dari *power* (kekuasaan). Kemampuan ini memiliki ciri khas pengakuan dan rasa hormat yang diterima individu dari orang lain dan kontribusi besar mereka terhadap pemikiran atau pendapat mereka tentang kebenaran.

b. *Significance* (Keberartian)

Significance atau keberartian adalah perhatian dan kasih sayang yang didapatkan individu dari orang lain. Hal itu merupakan tanda rasa hormat dan minat pada orang lain, serta penerimaan dan popularitas. Keadaan ini ditandai dengan antusiasme, partisipasi, kepedulian, dan kesenangan individu lain tentangnya.

c. *Virtue* (Kebajikan)

Virtue atau kebajikan adalah tindakan mematuhi atau bertindak sesuai dengan norma-norma moral dan etika. Kebajikan dicirikan oleh ketaatan, penghindaran dari tindakan yang harus dihindari, dan tindakan yang diizinkan atau diharuskan oleh moralitas atau etika dan agama.

d. *Competence* (Kemampuan)

Kemampuan dalam kesuksesan memenuhi persyaratan prestasi, yang ditandai dengan keberhasilan individu dalam melakukan berbagai tugas atau pekerjaan dengan baik dari tingkatan yang tinggi dan usia yang berbeda.

Menurut Coopersmith (1967) aspek-aspek yang dapat mempengaruhi *self esteem* ada tiga yaitu :

1. Perasaan berharga

Perasaan yang dimiliki individu berupa rasa berharga dirinya dan bisa menghargai individu lain merupakan pengertian dari perasaan berharga. Individu yang dapat mengendalikan tindakan terhadap dunia diluar dirinya cenderung merasa bahwa dirinya berharga. Hal tersebut membuat individu mengekspresikan diri dengan baik serta mampu menerima kritik dengan baik.

2. Perasaan mampu

Perasaan yang dimiliki individu berupa rasa mampu dalam mencapai suatu hasil yang diinginkan merupakan pengertian dari perasaan mampu. Individu yang memiliki nilai dan sikap yang demokratis dan orientasi yang realistik biasanya memiliki perasaan mampu. Individu tersebut menyukai tugas-tugas baru yang menantang, aktif dan tidak mudah bingung ketika masalah muncul. Individu tersebut biasanya menyadari memiliki keterbatasan diri dan mau mencoba untuk mengubah kekurangannya. Ketika individu bosan secara efektif mencapai tujuan mereka, mereka menilai diri mereka sendiri.

3. Perasaan diterima

Perasaan diterima adalah perasaan ketika individu diterima oleh suatu kelompok sebagai dirinya sendiri. Ketika individu berbeda dalam suatu kelompok dan dipandang sebagai bagian dari kelompok tersebut, maka ia akan merasa diterima dan dihargai oleh anggota kelompok itu.

Dari aspek-aspek *self esteem* yang telah dijelaskan diatas, peneliti akan merujuk pada aspek-aspek *self esteem* oleh Coopersmith 1967, hal ini dikarenakan pendefinisiannya disetiap aspek lebih praktis dan lebih mudah untuk digambarkan sehingga lebih jelas untuk diuraikan dan

diamati ketika mengungkap indikator-indikator *self esteem* pada mahasiswi dibandingkan dengan teori dari Mincinthon.

2. Perspektif *self esteem* dalam Islam

Dalam Islam, *self esteem* diartikan sebagai salah satu atribut moral dan etika yang dibawa oleh Islam yang dikenal dengan akhlak. Kesadaran mengenai *self esteem* tercermin dalam mencari kebaikan dan menghindari kejahatan, berpegang pada sifat-sifat kesatria dan cita-cita luhur, tidak terpengaruh oleh nafsu dan tidak terikat oleh keinginan duniawi, tidak tersilau oleh kemegahan dan pangkat yang kosong. Sifat-sifat inilah yang mengangkat manusia ke derajat yang selayaknya sebagai ciptaan Allah SWT, sementara sifat dan perilaku yang bertentangan dengan sifat-sifat ini akan menurunkan derajat manusia dari derajat yang paling tinggi ke derajat yang rendah sebagai ciptaan Allah SWT. Sebagai mana firman Allah dalam QS. Ali Imran ayat 139 ;

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya :

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

Menurut tafsir Al-Mishbah jilid 2 (Shihab, 2005: 228) Firman-Nya: *Padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman* dapat juga dilihat dari sisi jalan dan hasil perang itu. Ketika mereka menaati Rasul, para pemanah tidak meninggalkan posisi mereka, mereka berhasil menang dan menjadikan kaum musyrikin kocar-kacir, bahkan membunuh dua orang lebih dari mereka. Tetapi ketika mereka melanggar perintah Rasul saw., justru mereka yang kocar kacir sehingga pada akhirnya gugur tujuh puluh orang lebih. Setelah perang berakhir, dan kaum muslimin kembali berkumpul mengikuti tuntunan Rasul, semua yang terlibat dalam perang Uhud itu,

tanpa menambah kekuatan — 'kecuali seorang yang sangat mendesak untuk ikut, yaitu Jabir Ibn 'Abdillah — kembali mengejar kaum musyrikin yang ternyata telah bergegas kembali ke Mekah, setelah mendengar bahwa Rasul SAW. datang untuk menyerang mereka. Demikian terlihat *bahwa kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang beriman.*

Menurut penafsiran Ibnu Katsir (Ghoffar, 2003: 322) "*dan jangan pula kamu bersedih hati, padahal kamu adalah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman*". Maksudnya, bahwa kesudahan yang baik dan pertolongan hanya bagi kalian, wahai orang-orang yang beriman.

Pada ayat tersebut dijelaskan bahwa orang-orang yang beriman merupakan manusia yang paling tinggi derajatnya di mata Allah SWT.

C. Self Acceptance

3. Definisi self acceptance

Hurlock mendefinisikan *self acceptance* sebagai "*the degree to which an individual having considered his personal characteristics, is able and willing to live with them*" yaitu sejauh mana seseorang, mengingat karakteristik pribadinya, merasa mampu dan mau hidup bersama mereka (Elizabeth Bergner Hurlock, 1974). Individu memiliki sikap negatif dan positif yang menunjukkan perasaan dan kemampuan untuk menerima segala kelebihan dan kekurangan dan dapat hidup dengan segala sifat yang ada padanya merupakan pengertian dari *Self acceptance* (Agustin, 2017: 4). *Self acceptance* adalah kondisi sikap positif berupa harga diri, mengetahui apa kelebihan dan kekurangan diri sendiri, tanpa menghakimi atau menyalahkan diri sendiri atau orang lain (Fadilah, 2021). Penerimaan diri (*Self-acceptance*) adalah kemampuan untuk menerima keberadaan diri sendiri. Individu kemudian dapat menganalisis dan mengevaluasi dirinya sendiri, dan hasil dari analisa evaluasi tersebut akan menjadi dasar bagi individu

tersebut untuk dapat mengambil keputusan menerima keberadaannya sendiri (Palupi, 2016: 2).

Individu dengan *self-acceptance* yang baik adalah individu yang mampu melakukan yang terbaik untuk dirinya sehingga dapat tumbuh dan berkembang lebih baik dari sebelumnya. Untuk meningkatkan *self-acceptance* diperlukan dorongan untuk mengontrol perilakunya baik secara internal maupun eksternal (Fadilah, 2021: 19).

Berdasarkan hal di atas, menerima, mengakui segala kelebihan dan segala keterbatasan yang ada pada dirinya, tanpa rasa malu atau rasa salah. Penerimaan diri juga dapat dijelaskan sebagai rasa senang dengan realitas diri sendiri, mengenali aspek diri sendiri, kualitas baik dan buruk, dan menerima keadaan emosional seseorang (depresi, kemarahan, ketakutan, kecemasan, dll) tanpa mengganggu orang lain, serta memiliki penilaian yang realistis tentang sumber daya yang dimilikinya yang dikombinasikan dengan apresiasi atas dirinya secara keseluruhan.

4. Aspek yang mempengaruhi *self acceptance*

Aspek-aspek *self-acceptance* menurut Sheerer (Sutadipura, 1984:83) adalah :

- a. Kepercayaan dan kemampuan individu dalam menghadapi kehidupan

Individu yang yakin akan kemampuan memiliki sikap optimis dalam menghadapi masa depan, kesulitan-kesulitan yang pasti akan dapat diatasi dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi tantangan-tantangan kehidupan serta berpikir positif.

- b. Menganggap diri sendiri setara dengan orang lain

Individu yang menerima diri memiliki kepercayaan serta rasa aman dalam dirinya, sadar dan memaklumi bahwa setiap orang adalah unik sehingga sangatlah mungkin seseorang berbeda pandangan dengan dirinya dapat bergaul dengan setiap orang tanpa rasa curiga dan bebas serta menerima orang lain dengan sikap yang tulus.

- c. Tidak menganggap diri sendiri sebagai orang hebat atau tidak normal dan tidak mengharapkan orang lain mengucilkannya
Berbeda dalam situasi pergaulan yang berbeda tidak akan membuat seseorang merasa takut atau sungkan dalam bergaul. Sebaliknya seseorang yang memiliki penerimaan diri akan bergaul dengan wajar, berani memberi teguran dengan rendah hati bila ada kesalahan dan memuji bila melihat sesuatu yang perlu dipuji.
- d. Tidak takut dicela orang lain
Penerimaan diri akan membuat individu memiliki keyakinan terhadap setiap perilaku dan perbuatannya, tidak merasa canggung dalam pergaulan, bebas menyampaikan pendapat-pendapat yang dipikirkannya dan tidak takut pendapatnya salah. Adanya kesalahan justru membuat individu dapat belajar menjadi lebih maju dalam pengetahuan.
- e. Selalu bertanggung jawab atas apa yang telah diperbuat
Penerimaan diri akan membuat individu akan menguasai pikiran, perkataan, dan perbuatannya sebaik mungkin dan berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya.
- f. Mengikuti standar pola hidupnya
Penerimaan diri yang baik akan membuat individu seimbang antara menjalani pola hidupnya sesuai dengan standar yang berlaku.
- g. Mampu menerima pujian dan kritikan secara objektif
Individu dengan penerimaan diri yang baik tidak akan merasa malu dengan kritikan dan tidak lekas marah, sebaliknya akan membuat evaluasi terhadap diri sendiri tentang sikap yang harus dimiliki terhadap kritikan atau celaan.
- h. Tidak menganiaya diri sendiri dengan kekangan yang berlebihan
Individu menerima diri sadar akan keterbatasan tanpa menjadi rendah diri, sebaliknya berusaha aktif dan mengembangkan kelebihan yang dimilikinya secara maksimal.

i. Menyatakan perasaannya secara wajar

Individu dengan penerimaan diri akan menyampaikan apa yang dirasa secara umum atau wajar.

Selain itu aspek-aspek *self acceptance* menurut (Elizabeth B Hurlock, Soedjarwo, Istiwidayanti, & Sijabat, 1991) ialah :

1. Memiliki keyakinan untuk menghadapi kehidupan
2. Sikap dan perilaku berdasar pada nilai-nilai dan standar yang ada pada diri sendiri dari pada yang didasarkan pada prinsip dan standar yang ada di dalam diri sendiri daripada tekanan dari luar diri.
3. Menghargai diri sendiri sebagai manusia yang setara dengan orang lain.
4. Berani menerima tanggung jawab atas tindakannya.
5. Tidak merasa ditolak orang lain, tidak pemalu serta menganggap dirinya berbeda dengan orang lain.
6. Percaya pada diri sendiri tanpa dipengaruhi oleh pendapat orang lain.

Selain itu Jersild (1963) juga mengemukakan aspek-aspek yang mempengaruhi penerimaan diri yakni :

1. Persepsi terhadap diri dan sikap mengenai penampilan
Individu yang memiliki penerimaan diri mampu berpikir lebih realistik mengenai penampilan dan bagaimana individu tersebut terlihat oleh pandangan orang lain.
2. Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain
Individu yang memiliki penerimaan diri memandang kelemahan dan kekuatan dalam dirinya memiliki penerimaan diri memandang kelemahan dan kekuatan dalam dirinya lebih baik daripada individu yang tidak memiliki penerimaan diri.
3. Perasaan infeoritas seperti gejala penolakan diri

Individu yang mengalami inefektivitas atau bisa disebut *ineffectiveness complex* adalah individu yang tidak memiliki sikap positif tentang diri mereka sendiri. Hal itu mungkin dapat menunggu penilaian yang realistis terhadap dirinya.

4. Aspek moral penerimaan diri

Individu memiliki penerimaan diri bukan individu yang berbudi baik dan bukan fleksibilitas dalam pengaturan hidupnya. Individu tersebut memiliki kejujuran untuk menerima dirinya sebagai apa dan untuk apa ia nantinya, dan individu tersebut tidak menyukai kepalsuan.

5. Sikap terhadap penerimaan diri

Sikap penerima diri sangat penting dalam keberadaan seseorang. Seorang individu yang dapat menerima beberapa aspek kehidupannya, tetapi mengalami kesulitan menghargai orang lain.

Dari aspek-aspek *self acceptance* yang telah dijelaskan di atas, peneliti akan merujuk pada aspek-aspek *self acceptance* oleh Jersild, hal ini dikarenakan pendefinisinya di setiap aspek lebih praktis dan lebih mudah untuk digambarkan sehingga lebih jelas untuk diuraikan dan diamati ketika mengungkap indikator-indikator *self acceptance* pada mahasiswa dibandingkan dengan teori dari Sheerer dan Elizabeth B Hurlock, Soedjarwo, Istiwidayanti, & Sijabat.

5. Perspektif *Self Acceptance* (Penerimaan Diri) dalam Islam

Self acceptance atau biasa disebut dengan penerimaan diri adalah individu yang mampu menerima diri sendiri untuk menerima segala kebaikan dan keburukan yang dimilikinya. Di dalam Islam menerima diri dapat di sebut *qana'ah*. *Qana'ah* adalah sikap rela menerima apa adanya tentang yang sudah diberikan Allah kepada kita, Terkadang manusia masih kurang mampu dalam hal menerima dirinya dan masih pula sering lalai dalam hal bersyukur. Manusia yang memiliki rasa *qana'ah* maka akan selalu merasa bersyukur atas apapun yang telah di milikinya. Sebagaimana firman Allah dalam QS. Ibrahim ayat 7:

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ

Artinya :

“Dan (ingatlah juga) tatkala Tuhanmu memaklumkan; “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkai (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih””. (QS: Ibrahim: 7).

Menurut tafsir Al-Mishbah jilid 7 (Shihab, 2005: 22) Kata *ta'adzana* terambil dari kata yang seakar dengan kata *adzan* yaitu penyampaian sesuatu dengan suara keras. Patron kata yang digunakan ayat ini mengandung penekanan. Ibn 'Asyur dan sebelumnya - al-Biqā'i - menunjuk apa yang disampaikan Nabi Musa as. ini adalah apa yang termaktub dalam Pejianjian Lama Kitab Keluaran IXX, XX, dan XXIII. Hakikat yang diuraikan ayat di atas terbukti kebenarannya dalam kehidupan nyata. Ketika menjelaskan makna *syukur* pada ayat 5 diatas, penulis mengemukakan bahwa *syukur* antara lain berarti *membuka* dan *menampakkan* dan lawannya adalah *kufur* yakni *menutup* dan *menyembunyikan*. Hakikat syukur adalah menampakkan nikmat antara lain menggunakannya pada tempatnya dan sesuai dengan yang dikehendaki oleh pemberinya, juga menyebut-nyebut pemberinya dengan baik. Ini berarti setiap nikmat yang dianugerahkan Allah, menuntut perenungan, untuk apa ia dianugerahkan-Nya, lalu menggunakan nikmat tersebut sesuai dengan tujuan penganugerahannya.

Menurut penafsiran Ibnu Katsir (Ghoffar,2003: 189) “Dan (ingatlah juga) tatkala Tuhanmu memaklumkan; “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkai (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih” Allah menceritakan tentang Musa ketika ia mengingatkan kaumnya kepada hari-hari Allah yang mereka alami dan nikmat-nikmat-Nya yang dilimpahkan kepada mereka. Yaitu ketika Allah menyelamatkan mereka dari cengkeraman Fir'aun dan para pengikutnya, serta dari siksaan dan penghinaan yang mereka alami. Fir'aun menyembelih anak laki-laki

mereka yang dijumpainya, dan membiarkan hidup anak-anak perempuan mereka, lalu Allah menyelamatkan mereka dari semuanya itu. Hal tersebut merupakan nikmat yang paling besar.

Dalam kandungan ayat diatas telah dijelaskan bahwa manusia diciptakan oleh Allah dengan segala kebakannya, sehingga harus dapat menerima dirinya apa adanya, baik lahir maupun batin. Mampu menerima diri sendiri itu penting bagi individu. Percaya bawa anugrah Allah SWT ada dalam potensi akan meningkatkan harga diri dan meningkatkan citra diri.

D. Peran Self Esteem dan Self Acceptance terhadap Body Dissatisfaction

Body Dissatisfaction adalah persepsi negatif seseorang terhadap bentuk tubuhnya yang muncul akibat dari adanya kesenjangan antara bentuk tubuh ideal dengan bentuk tubuh yang sebenarnya (Suseno, 2014: 5). Ogden (2010) mengemukakan bahwa individu yang mengalami ketidakpuasan bentuk tubuh akan muncul perilaku yang berkaitan dengan citra tubuh, yaitu adanya usaha dalam merawat badan, berolahraga, dan mengatur pola makan. Sejalan dengan hal tersebut, salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perawatan tubuh adalah citra tubuh seseorang yang seringkali berubah (Ernawati, 2012: 34).

Self esteem atau harga diri merupakan suatu bahasan yang penting untuk dikembangkan dalam kaitannya dengan prasangka dan *stereotyping*. Harga diri atau *self esteem* juga dapat diartikan sebagai penilaian diri terhadap diri sendiri untuk menentukan positif atau negatifnya nilai (*value*) harga diri (Wilis, 2015 : 143). Harga diri (*self esteem*) dipandang sebagai salah satu aspek penting dalam pembentukan kepribadian seseorang. Manakala seseorang tidak dapat menghargai dirinya sendiri, maka akan sulit baginya untuk dapat menghargai orang-orang disekitarnya.

Self acceptance atau bisa disebut dengan penerimaan diri adalah sejauhmana seseorang dapat menyadari dan mengakui karakteristik pribadi dan menggunakannya dalam menjalani kelangsungan hidupnya

(Handayani, 2015: 48). Individu yang bisa menerima dirinya dengan sungguh-sungguh akan menghindarkan individu dari rasa rendah diri dan hilangnya kepercayaan diri (Drajat, 2003: 14).

Pada beberapa penelitian mengungkapkan bahawa *self esteem* dan *self acceptance* dapat mempengaruhi *body dissatisfaction* seseorang. Pada umumnya laki-laki cenderung memiliki *self esteem* yang lebih tinggi dari pada perempuan. Hal ini tidak dapat dijelaskan berdasarkan kondisi biologis yang bersamaan pada laki-laki dan perempuan. Namun karena faktor budaya berperan dalam pembentukan harga diri individu. Dalam budaya indonesia, stereotip terkat gender masih ada, dan sering disebut juga bias gender. (Nirmalasari & Masusan, 2022).

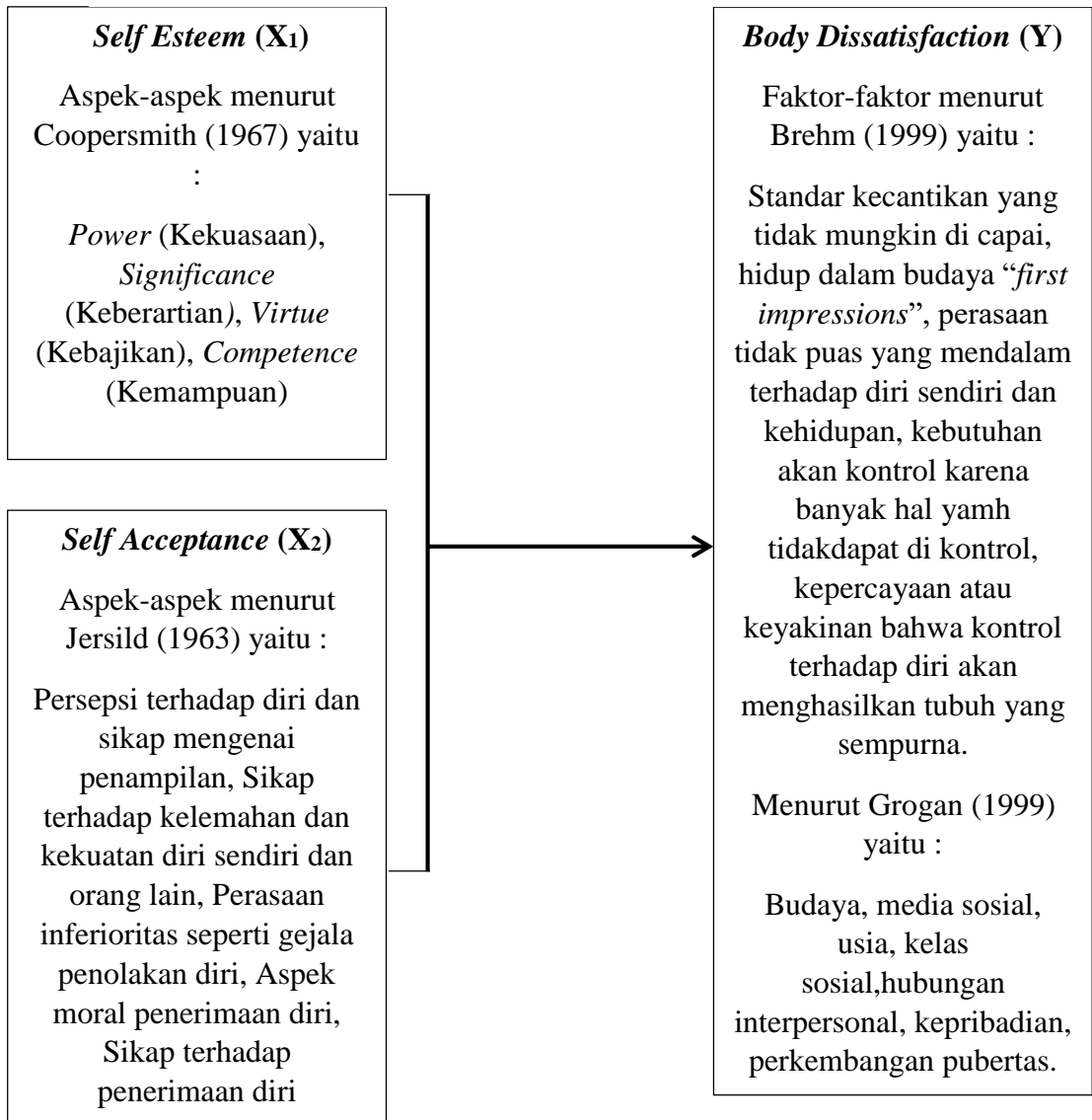
Individu yang memiliki *body dissatisfaction* akan merasakan ketidaknyamanan terhadap tubuhnya karena akan cenderung merasa bahwa bentuk tubuhnya tidak sempurna dan menginginkan bentuk tubuh yang berbeda (Andini, 2020). *Self esteem* merupakan suatu sifat yang artinya cenderung permanen pada diri individu. *Self esteem* adalah konstruksi yang relatif identik dengan kecerdasan. Jika kecerdasan memainkan peran yang sangat penting pada perkembangan individu dari aspek kognitif, maka *self esteem* memainkan peran yang sangat penting dalam perkembangan individu dari aspek kepribadian (Nirmalasari & Masusan, 2022). Penerimaan diri merupakan salah satu faktor terpenting dalam mencapai kebahagiaan. Baik penerimaan diri atau penerimaan sosial. Penerimaan diri adalah kemampuan seseorang untuk secara jujur mengakui realitas dirinya sendiri, termasuk menerima semua pengalaman hidup, sejarah hidup, konteks kehidupan, dan keadaan sosial (R. K. Putri, 2018).

Penelitian sebelumnya, yang di lakukan oleh (Hastuti, 2018) yang membahas mengenai Pengaruh *social comparison* dan *self esteem* terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hasil penelitian yang di lakukan dengan metode kuantitatif menunjukkan adanya hubungan negatif yang mengungkapkan bahwa antara

Body Dissatisfaction dengan *Self Esteem* pada pria dan wanita dewasa awal. Artinya semakin tinggi *Body Dissatisfaction* maka semakin rendah *Self Esteem* yang dimiliki oleh individu, begitu pula sebaliknya. Jika tingkat *Self Esteem* pada seseorang tinggi maka tingkat *Body Dissatisfaction* akan menurun. Seseorang yang memiliki *Self Esteem* tinggi cenderung memiliki cara berfikir positif sehingga jika seseorang memiliki perasaan positif terhadap apa yang dimilikinya seperti tubuh maka akan membuat seseorang merasa telah puas.

Self-acceptance menurut Hurlock (1986) adalah sikap positif yang berupa penerimaan terhadap diri sendiri sebagai manusia, yang mampu mengatasi keadaan emosional seperti ketakutan, kemarahan, kecemasan tanpa mengganggu individu lain. Individu dengan *self-acceptance* yang baik adalah individu yang menerima dirinya apa adanya dan memiliki harapan yang realistis berdasarkan kemampuannya. Hal ini menunjukkan bahwa setiap individu membutuhkan *self-acceptance* untuk mengatasi kecenderungan *body dissatisfaction*. Penelitian sebelumnya telah dilakukan oleh (Khoiriyah, 2019). Penelitian dengan metode kuantitatif menunjukkan bahwa perempuan usia dewasa awal (18-25 tahun) di Malang memiliki rasa ketidakpuasan dengan bentuk tubuh mereka, tetapi mereka masih bisa menerima diri mereka apa adanya. Terlihat dari pikiran positif, berpikir logis serta memiliki rasa bersyukur.. Artinya, tinggi redahnya *self acceptance* pada seseorang mempengaruhi *body dissatisfaction*.

GAMBAR 2 1 Kerangka Berpikir



E. Hipotesis

Agar penelitian dapat memberikan data yang relevan dengan strategi, peneliti akan mengajukan sebuah hipotesis. Hipotesis adalah jawaban sementara atas rumusan masalah penelitian, yang dirumuskan dalam bentuk pertanyaan. Dikatakan bersifat sementara karena jawaban yang diberikan hanya didasarkan pada teori yang relevan, bukan fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Akibatnya, hipotesis juga dapat berfungsi sebagai tanggapan teoritis terhadap perumusan masalah penelitian, daripada tanggapan empiris terhadap data (Sugiyono, 2012: 96). Hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh *self esteem* terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang.
2. Terdapat pengaruh *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang.
3. Terdapat pengaruh *self esteem* dan *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian merupakan jawaban atas segala permasalahan melalui pengamatan. Tujuan penelitian pada umumnya terbagi menjadi tiga ialah bersifat penemuan, pembuktian, dan pengembangan (Sugiyono, 2012: 5). Penelitian ini dilakukan untuk menjawab pertanyaan tersebut dengan hipotesis yang telah disusun. Metode penelitian ini adalah kuantitatif hubungan kausal. Hubungan kausal merupakan hubungan sebab akibat, sehingga ada variabel independen (variabel yang mempengaruhi) dan variabel dependen (variabel yang dipengaruhi) (Sugiyono, 2012: 59). Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengukur bagaimana pengaruh *self esteem* dan *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction* pada Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

Adapun variabel dalam penelitian ini yakni:

a) Variabel Dependen (Y)

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah *Body Dissatisfaction*

b) Variabel Independen (X₁)

Variabel independen dalam penelitian yang pertama adalah *Self Esteem*

c) Variabel Independen (X₂)

Variabel independen dalam penelitian yang kedua adalah *Self Acceptance*

1. Definisi Operasional

a. *Body Dissatisfaction*

Penilaian negatif mendalam terhadap diri sendiri yang dipandu oleh konsep penampilan fisik, yang mengarah pada ketidakpuasan dengan kondisi fisik tubuh merupakan pengertian dari *body dissatisfaction*. Dalam penelitian ini *body dissatisfaction*

akan diukur menggunakan skala *Body Dissatisfaction* yang mengacu pada teori hompson, Heinberg, Altabe, Tantleff-Dunn, (2002) dengan aspek-aspek *body dissatisfaction* yaitu : Komponen afektif, komponen kognitif, dan komponen perilaku.

Semakin tinggi skor skala penelitian *body dissatisfaction* maka akan semakin tinggi pula *body dissatisfaction* yang muncul pada mahasiswi. Sebaliknya, apabila semakin rendah skor skala *body dissatisfaction* maka akan semakin rendah pula *body dissatisfaction* yang muncul.

b. *Self Esteem*

Self esteem dapat didasarkan bagaimana seseorang menghargai, menerima, dan mencintai diri mereka sendiri. Dalam penelitian ini *self esteem* akan di ukur menggunakan skala *self esteem* yang mengacu pada teori Coopersmith (1967) dengan aspek-aspek *self esteem* yaitu : *power* (kekuatan), *significance* (keberartian), *virtue* (kebijakan), dan *competence* (kemampuan).

Semakin tinggi skor skala penelitian *self esteem* maka akan semakin tinggi pula *self esteem* yang muncul pada mahasiswi. Sebaliknya, apabila semakin rendah skor skala *self esteem* maka akan semakin rendah pula *self esteem* yang muncul.

c. *Self Acceptance*

Self acceptance adalah satu tahap pembelajaran untuk mencintai diri sendiri, dimana seseorang yang menyadari kelebihan dan kelemahannya sendiri dapat secara akurat menilai bakat, kemampuan, dan harga diri, serta merasa baik tentang diri sendiri meskipun ada kesalaham dan keputusan sebelumnya. Dalam penelitian ini *self acceptance* akan di ukur menggunakan skala *self acceptance* yang mengacu pada teori Jersild (1963) dengan aspek-aspek *self acceptance* yaitu : persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan, sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain, perasaan inferioritas sebagai gejala

penolakan diri, aspek moral penerimaan diri, dan sikap terhadap penerimaan diri.

Semakin tinggi skor skala penelitian *self acceptance* maka akan semakin tinggi pula *self acceptance* yang muncul pada mahasiswi. Sebaliknya, apabila semakin rendah skor skala *self acceptance* maka akan semakin rendah pula *self acceptance* yang muncul.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat dilaksanakan penelitian ini adalah di Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang yang beralamat di Jl. Soekarno Hatta, RT.7/RW.7, Tlogosari Kulon, Kec. Pedurungan, Kota Semarang, Jawa Tengah 59160.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan pada bulan Maret 2023

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah bidang yang di generalisasikan yang meliputi: obyek/subyek dengan kualitas dan karakteristik tertentu, diidentifikasi oleh peneliti dan kemudian disimpulkan (Sugiyono, 2012: 117). Populasi penelitian ini adalah Mahasiswi Universitas Semarang Fakultas Ekonomi dan Bisnis Prodi Manajemen. Dimana populasi diambil pada mahasiswa yang masih aktif status kemahasiswaannya dan berjenis kelamin perempuan. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 591 Mahaiswi perempuan.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian kecil dari kuantitas dan karakteristik yang dimiliki suatu populasi. Jika populasinya besar, dan peneliti tidak dapat mempelajari semua yang ada dalam populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diperoleh dari populasi tersebut. Apa yang dipelajari dari sampel, kesimpulannya akan berlaku untuk populasi. Oleh karena itu, sampel yang diambil dari populasi harus benar-benar representatif (mewakili) (Sugiyono, 2012: 118). Dari yang telah dipelajari dari sampel tersebut akan mendapatkan kesimpulan yang dilakukan populasi. Sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan menggunakan rumus slovin, sebagai berikut :

$$\begin{aligned}
 n &= \frac{N}{1 + Ne^2} \\
 &= \frac{591}{1 + 591(0,05)^2} \\
 &= \frac{591}{2,4775} \\
 &= 238,546932
 \end{aligned}$$

Keterangan :

n = Besaran Sampel

N = Besaran Populasi

e = Presentase toleransi untuk ketidakakuratan karena kesalahan pengambilan sampel yang dapat diterima. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil presentase 5% atau 0,5.

Berdasarkan perhitungan dengan rumus slovin tersebut, bila populasi jumlahnya 591 mahasiswi, maka penelitian ini jumlah subjek

yang dibutuhkan berjumlah 238 Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel. Untuk menentukan sampel yang akan digunakan penelitian, terdapat berbagai teknik sampling yang digunakan (Sugiyono, 2012: 118-119). Teknik sampling yang akan digunakan adalah teknik *Nonprobability Sampling*. *Nonprobability Sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2012: 122).

Teknik sampling yang akan digunakan adalah *Purposive Sampling*. *Purposive Sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2012: 124). Adapun kriteria sampel pada penelitian ini adalah :

1. Mahasiswa Prodi Manajemen
2. Jenis kelamin perempuan
3. Berstatus aktif kemahasiswaannya
4. Berusia 18-25 tahun.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data (Sugiyono, 2016: 224). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode skala. Skala dalam penelitian ini menggunakan skala *likert*. Skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dengan skala *likert*, maka variabel yang akan di ukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun aitem instrumen yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan (Sugiyono, 2016: 93).

Skala dalam penelitian ini menggunakan skala *body dissatisfaction*, *self esteem*, dan *self acceptance*. Skala ini menggunakan 5 jawaban yaitu : sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Kemudian skala di bentuk dalam bentuk aitem pertanyaan *favorable* (mendukung) dan *unfavorable* (tidak mendukung). Angka penelitian dalam skala ini dibuat berurutan, yakni 1 sampai 5.

Adapun skala yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah:

1) Skala *Body Dissatisfaction*

Skala *Body Dissatisfaction* mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Thompson, Heinberg, Altabe, Tantleff-Dunn, (2002) yang telah di sesuaikan dengan subjek penelitian yaitu Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang, peneliti menggunakan teori Thompson, Heinberg, Altabe, Tantleff-Dunn karena lebih sesuai apabila di kaitkan dengan pembahasan penelitian dan lebih mudah serta praktis dalam mengemukakan aspek *body dissatisfaction* yang terdiri dari tiga aspek, yaitu komponen afektif, komponen kognitif, dan komponen perilaku.

Metode pengumpulan data menggunakan skala *likert* dengan 5 alternatif jawaban yaitu SS (Sangat Setuju), S (Setuju), R (Ragu), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju).

Tabel 3.1 Skor aitem *favorable* dan *unfavorable* skala *body dissatisfaction*

Interpretasi	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Ragu	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Tabel 3.2 Blue Print Skala Body Dissatisfaction

No	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Komponen Afektif	7,13,19,25,29	4,10,16,22,30	10
2.	Komponen Kognitif	5,11,17,23,27	2,8,14,20,26	10
3.	Komponen Perilaku	1,3,9,15,21	6,12,18,24,28	10
Jumlah				30

2) Skala *Self Esteem*

Skala *Self Esteem* mengacu pada aspek-aspek yang di kemukakan oleh Coopersmith (1967) yang telah disesuaikan dengan subjek penelitian yaitu Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang, peneliti menggunakan teori Coopersmith karena lebih sesuai apabila di kaitkan dengan pembahasan penelitian dan lebih mudah serta praktis dalam mengemukakan aspek *self esteem* yang terdiri dari empat aspek, yaitu *power* (kekuatan), *significance* (keberartian), *virtue* (kebijakan), dan *competence* (kemaampuan).

Metode pengumpulan data menggunakan skala *likert* dengan 5 alternatif jawaban yaitu SS (Sangat Setuju), S (Setuju), R (Ragu), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju).

Tabel 3.3 Skor aitem favorable dan unfavorable skala *self esteem*

Interpretasi	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Ragu	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Tabel 3.4 Blue print Skala Self Esteem

No	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	<i>Power</i> (kekuatan)	1,9,21,25	4,8,20,28	8
2.	<i>Significance</i> (keberartian)	5,11,15,31	2,18,22,26	8
3.	<i>Virtue</i> (kebijakan)	7,13,17,27	10,14,24,30	8
4.	<i>Competence</i> (kemampuan)	3,19,23,29	6,12,16,32	8
Jumlah				32

3) Skala *Self Acceptance*

Skala *Self Acceptance* mengacu pada aspek-aspek yang di kemukakan oleh Jersild (1963) yang telah disesuaikan dengan subjek penelitian yaitu Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang, peneliti menggunakan teori Jersild karena lebih sesuai apabila di kaitkan dengan pembahasan penelitian dan lebih mudah serta praktis dalam mengemukakan aspek *self acceptance* yang terdiri dari lima aspek, yaitu persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan, sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain, perasaan inferioritas sebagai gejala penolakan, aspek moral penerimaan diri, dan sikap terhadap penerimaan diri.

Metode pengumpulan data menggunakan skala *likert* dengan 5 alternatif jawaban yaitu SS (Sangat Setuju), S (Setuju), R (Ragu), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju).

Tabel 3.5 Skor aitem favorable dan unfavorable skala *self esteem*

Interpretasi	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Ragu	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Tabel 3.6 Blue print Skala *Self Acceptance*

No	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan	1,11,21	8,16,26	6
2.	Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain	3,15,27	6,20,24	6
3.	Perasaan inferioritas sebagai gejala penolakan diri	5,9,23	12,18,30	6
4.	Aspek moral penerimaan diri	7,13,17	2,10,22	6
5.	Sikap terhadap penerimaan diri	19,25,29	4,14,28	6
Jumlah				30

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Validitas merupakan kemampuan sebuah alat test yang digunakan untuk mengukur atribut dengan akurat. Instrumen dapat digunakan untuk mengukur apa yang akan diukur dengan akurat. Alat ukur yang dapat menghasilkan error minimal dalam pengukuran adalah alat ukur yang

mempunyai angka validasi yang tinggi dan memiliki akurasi yang tinggi (Azwar, 2018: 96). Instrumen yang memiliki tingkat validitas yang tinggi berarti bahwa instrument tersebut memiliki ketelitian dan kebenaran yang dapat digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian. Perhitungan validitas yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS. Pendekatan validitas isi (*content validity*) adalah yang akan digunakan dalam penelitian. Indikasi validitas isi terpenuhi diperoleh melalui prosedur validasi terhadap aitem-aitem dan skala. Kelayakan aitem dapat disimpulkan dari hasil penelitian, masukan, pendapat oleh *expert judgement* yang dalam penelitian ini dilakukan oleh dua dosen pembimbing dan penguji, kemudian meminta 4 orang mahasiswa untuk membaca atau melihat keterbacaan item.

Untuk dapat mengetahui valid atau tidaknya setiap butir aitem dalam instrument, maka dilakukan dengan cara mengkorelasikan antara skor butir dengan skor total. Syarat minimum untuk dianggap memenuhi syarat adalah apabila $r = 0,3$ maka apabila korelasi butir dengan skor total dalam instrument kurang dari 0,3 maka butir dinyatakan tidak valid. Peneliti akan menggunakan koefisien validitas yaitu sebesar $r_{xy} = 0,3$. Apabila hasil dari koefisien validitas yang dihasilkan kurang dari 0,3 maka kala pengukuran kurang valid, sedangkan apabila koefisien validitas yang dihasilkan lebih dari 0,3 maka skala pengukuran yang digunakan memiliki tingkat validitas yang tinggi (Sugiyono, 2017: 134).

2. Reliabilitas

Reliabilitas berasal dari kata *reliability* yang berarti sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat di percaya. Suatu hasil pengukuran hanya dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama, diperoleh hasil ukur yang relatif sama selama aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum berubah. Konsep reliabilitas, dalam dalam arti reliabilitas alat ukur berkaitan erat dengan masalah error pengukuran. Sedangkan error pengukuran sendiri menunjukkan sejauh mana inkonsistensi hasil pengukuran terjadi, apabila

dilakukan penukuran ulang terhadap kelompok subjek yang sama (Djali, 2020: 77-78). Perhitungan tingkat validitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi SPSS teknik *Alpha* atau *Alpha Cornbach* dengan dasar pengambilan keputusannya adalah :

1. Jika nilai cornbach $\geq 0,60$, alat ukur dinyatakan reliabel
2. Jika nilai cornbach $\leq 0,60$, alat ukur dinyatakan tidak reliabel

Pengolahan, pengujian, maupun analisis data untuk membuktikan validitas dan reliabilitas alat ukur instrument dalam penelitian ini menggunakan software SPSS dengan melihat kriteria penafsiran mengenai indeks korelasinya (r) sebagai berikut :

Tabel 3.7 Interpretasi nilai (r) validitas dan reliabilitas instrument

No	Besarnya Nilai r	Interpretasi
1.	Antara 0,800-1,000	Sangat Tinggi
2.	Antara 0,600-0,799	Tinggi
3.	Antara 0,400-0,599	Cukup Tinggi
4.	Antara 0,200-0,399	Rendah
5.	Antara 0,000-0,199	Sangat Rendah

G. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kuantitatif merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah : mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan (Sugiyono, 2012: 207).

1. Uji Asumsi Dasar

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data residual terdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini menggunakan program bantuan SPSS. Uji normalitas yang akan digunakan adalah dengan Uji *Kolmogorov-Smirnov* yang bila mana terdapat data yang memiliki signifikansi kurang dari 0,05 maka akan dikatakan tidak terdistribusi secara normal. Namun apabila memiliki signifikansi lebih dari atau 0,05 maka data dapat dikatakan terdistribusi secara normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas adalah prasyarat sebelum menggunakan analisis korelasi person atau regresi linear untuk mengetahui apakah variabel memiliki hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan aplikasi SPSS untuk mempermudah dalam perhitungan uji linearitas. Cara untuk melihat baris *Deviation from Linearity*, pada tabel Anova variabel dapat dikatakan linear apabila signifikansi $p > 0,05$. Kemudian pengujian dengan menggunakan *Test for Linearity* dengan taraf signifikansi 0,05 akan dapat dikatakan mempunyai hubungan yang linear apabila signifikansi $p < 0,05$.

c. Uji Multikolinearitas

Tujuan dari uji multikolinearitas adalah untuk menguji apakah dalam model regresi dapat ditemukan korelasi yang tinggi atau sempurna antara variabel. Jika hubungan mendekati 1 maka hubungan tersebut mendekati sempurna. Untuk dapat lolos uji multikolinearitas adalah nilai korelasinya harus $> 0,08$. Selain itu dapat dengan melihat *Tolerance*, jika nilai VIF < 10 maka tidak terdapat multikolinearitas diantara variabel independent dan sebaliknya jika VIF > 10 maka terdapat multikolinearitas.

2. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini menggunakan uji hipotesis analisis regresi linier berganda. Metode ini digunakan untuk memprediksi bagaimana nilai variabel terikat akan berubah jika nilai variabel bebas berubah (Sugiyono, 2013). Koefisien korelasi berganda dan persamaan regresi berganda digunakan dalam penelitian yang menggunakan lebih dari dua variabel. Model regresi yang dicari adalah :

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$$

Keterangan :

Y : Variabel Terikat (*Body Dissatisfaction*)

A : Koefisien konstanta

b₁ : Koefisien regresi X₁

X₁ : Variabel bebas 1 (*Self Esteem*)

b₂ : Koefisien regresi X₂

X₂ : Variabel bebas 2 (*Self Acceptance*)

e : Standar error

Kriteria hipotesis pengujian regresi linear berganda yaitu:

- 1) Jika nilai sig <0,05 maka hipotesis diterima, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antar variabel.
- 2) Jika nilai sig >0,05 maka hipotesis ditolak, artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antar variabel.

H. Hasil Uji Coba Skala

1. Validitas alat ukur

a. *Body Dissatisfaction*

Skala *body dissatisfaction* dalam penelitian ini terdiri dari 30 aitem. Subjek yang digunakan dalam uji coba alat ukur merupakan mahasiswi perguruan tinggi swasta di Kota Semarang yang berjumlah 36 mahasiswi. Berdasarkan *corrected item-total correlation*, aitem yang dinyatakan valid berjumlah 21 dan terdapat 9 aitem yang gugur dalam skala *body dissatisfaction*. Aitem yang

gugur disebabkan oleh nilai $r \leq 0,30$. Aitem yang gugur dalam skala ini adalah nomor 8,11,14,15,17,21,25,26,27. Berikut adalah *blueprint* skala *body dissatisfaction* setelah di uji coba skala.

Tabel 3.8 Blue Print Skala Body Dissatisfaction setelah di lakukan uji coba skala

No	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Komponen Afektif	7,13,19,25*,29	4,10,16,22,30	10
2.	Komponen Kognitif	5,11*,17*,23,27*	2,8*,14*,20,26*	10
3.	Komponen Perilaku	1,3,9,15*,21*	6,12,18,24,28	10
Jumlah				30

Keterangan: aitem yang diberi tanda bintang adalah aitem yang gugur.

b. Self Esteem

Skala *self esteem* dalam penelitian ini terdiri dari 32 aitem. Subjek yang digunakan dalam uji coba alat ukur merupakan mahasiswi perguruan tinggi swasta di Kota Semarang yang berjumlah 36 mahasiswi. Berdasarkan *corrected item-total correlation*, aitem yang dinyatakan valid berjumlah 28 dan terdapat 4 aitem yang gugur dalam skala *self esteem*. Aitem yang gugur disebabkan oleh nilai $r \leq 0,30$. Aitem yang gugur dalam skala ini adalah nomor 1,3,5,7 Berikut adalah *blueprint* skala *self esteem* setelah di uji coba skala.

Tabel 3.9 Blue Print Skala Self Esteem setelah di lakukan uji coba skala

No	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	<i>Power</i> (kekuatan)	1*,9,21,25	4,8,20,28	8
2.	<i>Significance</i> (keberartian)	5*,11,15,31	2,18,22,26	8
3.	<i>Virtue</i> (kebijakan)	7*,13,17,27	10,14,24,30	8

4.	<i>Competence</i> (kemampuan)	3*,19,23,29	6,12,16,32	8
Jumlah				32

Keterangan: aitem yang diberi tanda bintang adalah aitem yang gugur.

c. *Self Acceptance*

Skala *self acceptance* dalam penelitian ini terdiri dari 30 aitem. Subjek yang digunakan dalam uji coba alat ukur merupakan mahasiswi perguruan tinggi swasta di Kota Semarang yang berjumlah 36 mahasiswi. Berdasarkan *corrected item-total correlation*, aitem yang dinyatakan valid berjumlah 27 dan terdapat 3 aitem yang gugur dalam skala *self acceptance*. Aitem yang gugur disebabkan oleh nilai $r \leq 0,30$. Aitem yang gugur dalam skala ini adalah nomor 1,13,23 Berikut adalah *blueprint* skala *self acceptance* setelah di uji coba skala.

Tabel 3.10 Blue Print Skala Self Acceptance setelah di lakukan uji coba skala

No	Aspek	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan	1*,11,21	8,16,26	6
2.	Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain	3,15,27	6,20,24	6
3.	Perasaan inferioritas sebagai gejala penolakan diri	5,9,23*	12,18,30	6
4.	Aspek moral penerimaan diri	7,13*,17	2,10,22	6
5.	Sikap terhadap penerimaan diri	19,25,29	4,14,28	6
Jumlah				30

Keterangan: aitem yang diberi tanda bintang adalah aitem yang gugur.

2. Reliabilitas Alat Ukur

- a. Tabel Perolehan Reliabilitas Skala *Body Dissatisfaction*

Tabel 3.11 Reliabilitas Skala *Body Dissatisfaction*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,933	21

- b. Tabel Perolehan Reliabilitas Skala *Self Esteem*

Tabel 3.12 Reliabilitas Skala *Self Esteem*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,906	28

- c. Tabel Perolehan Reliabilitas Skala *Self Acceptance*

Tabel 3.13 Reliabilitas Skala *Self Acceptance*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,902	27

Berdasarkan hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan, diperoleh *Cronbach's Alpha* sebesar 0,933 untuk skala *body dissatisfaction*, sebesar 0,906 untuk skala *self esteem*, dan sebesar 0,902 untuk skala *self acceptance*. Maka, ketiga variabel pada penelitian ini dapat dinyatakan reliabel karena memiliki skor koefisien *Cronbach's Alpha* $\geq 0,60$.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Deskripsi subjek penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang, total populasinya berjumlah 591 mahsiswi dengan jumlah sampel penelitian 238 mahasiswi. Sampel ditentukan berdasarkan pendapat Israel (dalam, Sugiyono 2019: 135) bahwa semakin besar jumlah sampel mendekati populasi, maka peluang kesalahan generalisasi semakin kecil dan sebaliknya semakin kecil jumlah sampel menjauhi populasi, maka semakin besar kesalahan generalisasi. Deskripsi data penelitian terdiri atas tiga variabel, yakni : *Body Dissatisfaction* (Y), *Self Esteem* (X1), dan *Self Acceptance* (X2). Data yang diperoleh hasil distribusi skala penelitian ini menggunakan *IBM SPSS Statistic 22*.

Tabel 4.1 Deskripsi Penelitian Berdasarkan Usia

		Usia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	19	40	16,8	16,8	16,8
	20	61	25,6	25,6	42,4
	21	69	29,0	29,0	71,4
	22	50	21,0	21,0	92,4
	23	15	6,3	6,3	98,7
	24	2	,8	,8	99,6
	25	1	,4	,4	100,0
Total		238	100,0	100,0	

Dalam penelitian ini, kriteria sampel yang dipilih yaitu berusia 18-25 tahun. Maka diperoleh hasil yang menyatakan sebanyak 0 subjek

berusia 18 tahun (0%), 40 subjek berusia 19 tahun (16,8%), 61 subjek berusia 20 tahun (25,6%), 69 subjek berusia 21 tahun (29%), 50 subjek berusia 22 tahun (21%), 15 subjek berusia 23 tahun (6,3%), 2 subjek berusia 24 tahun (0,8%), dan 1 subjek berusia 25 tahun (0,4%). Selanjutnya persebaran subjek penelitian berdasarkan angkatan, berikut tabel data yang diperoleh :

Tabel 4.2 Deskripsi Penelitian Berdasarkan Angkatan

		Angkatan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2022	9	3,8	3,8	3,8
	2021	63	26,5	26,5	30,3
	2020	62	26,1	26,1	56,3
	2019	68	28,6	28,6	84,9
	2018	33	13,9	13,9	98,7
	2017	3	1,3	1,3	100,0
	Total	238	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh hasil bahwa 9 subjek adalah angkatan tahun 2022 (3,8%), 63 subjek adalah angkatan tahun 2021 (26,5%), 62 subjek adalah angkatan tahun 2020 (26,1%), 68 subjek adalah angkatan tahun 2019 (28,6%), 33 subjek adalah angkatan tahun 2018 (13,9%), 3 subjek adalah angkatan tahun 2017 (1,3%), 0 subjek adalah angkatan tahun 2016 (0%), dan 0 subjek adalah angkatan tahun 2015 (0%).

Kemudian sebaran subjek penelitian setelah dilakukan pengukuran melalui aplikasi *IBM SPSS Statistic 22* maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.3 Deskripsi Data Variabel Penelitian

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Body Dissatisfaction	238	67,00	92,00	80,0546	6,12193
Self Esteem	238	71,00	96,00	87,7437	4,40434
Self Acceptance	238	70,00	94,00	83,5714	5,60149
Valid N (listwise)	238				

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa hasil nilai *minimum* variabel *Body Dissatisfaction* sebesar 67 dan nilai *maximum* sebesar 92, nilai *mean* 80,05 dan nilai *standar deviation* sebesar 6, selanjutnya variabel *Self Esteem* menunjukkan nilai sebesar 71, nilai *maximum* 96, nilai *mean* 87,74 dan nilai *standar deviation* sebesar 4,404, kemudian variabel *Self Acceptance* memiliki nilai *minimum* 70, nilai *maximum* 94, *mean* 83,57 dan nilai *standar deviation* sebesar 5,601.

Berdasarkan tabel nilai *statistic descriptive* diatas, di kategorisasikan setiap variabel sebagai berikut :

1. Kategorisasi Variabel *Body Dissatisfaction*

Tabel 4.4 Tabel Rentang Skor *Body Dissatisfaction*

Rumus Interval	Rentan Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	<74	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1\text{SD})$	<74-86	Sedang
$X \geq (\text{Mean} + 1\text{SD})$	≥ 86	Tinggi

Pada tabel di atas merupakan kategori rumusan skor skala *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang yang dinyatakan memiliki ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang tinggi jika skor > 86, dinyatakan memiliki ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang sedang jika skor diantara 74-86

dan dinyatakan memiliki ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh yang rendah jika skor kurang dari 74.

Tabel 4.5 Tabel Distribusi Frekuensi Variabel *Body Dissatisfaction*

Body Dissatisfaction					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	53	22,3	22,3	22,3
	Sedang	142	59,7	59,7	81,9
	Tinggi	43	18,1	18,1	100,0
	Total	238	100,0	100,0	

Berdasarkan perhitungan skor tersebut frekuensi skala *self esteem* dan *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction* mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang. Terdapat tiga kelompok yakni : rendah, sedang dan tinggi. Skor rendah dalam skala *body dissatisfaction* sebesar 22,3% dengan jumlah 53 mahasiswi, Skor sedang dalam skala *body dissatisfaction* sebesar 59,7% dengan jumlah 142 mahasiswi, kemudian skor tinggi sebesar 18,1 % dengan jumlah 43 mahasiswi. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa *body dissatisfaction* pada mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang berada pada tingkat kategori sedang yaitu sebanyak 142 responden (59,7%) dari total 238 responden.

2. Kategorisasi Variabel *Self Esteem*

Tabel 4.6 Tabel Rentang Skor *Self Esteem*

Rumus Interval	Rentan Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$	<83	Rendah
$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1\text{SD})$	<83-92	Sedang
$X \geq (\text{Mean} + 1\text{SD})$	≥ 92	Tinggi

Pada tabel di atas merupakan kategori rumusan skor skala *Self Esteem* pada Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang yang dinyatakan memiliki *Self Esteem* yang tinggi jika skor >92, dinyatakan memiliki *Self Esteem* yang sedang jika skor diantara 83-92 dan dinyatakan memiliki *Self Esteem* rendah jika skor kurang dari 83.

Tabel 4.7 Tabel Distribusi Frekuensi Variabel *Self Esteem*

		Self Esteem			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	43	18,1	18,1	18,1
	Sedang	145	60,9	60,9	79,0
	Tinggi	50	21,0	21,0	100,0
	Total	238	100,0	100,0	

Berdasarkan perhitungan skor tersebut frekuensi skala *self esteem* mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang. Terdapat tiga kelompok yakni : rendah, sedang dan tinggi. Skor rendah dalam skala *self esteem* sebesar 18,1% dengan jumlah 43 mahasiswi, kemudian skor sedang dalam skala *self esteem* sebesar 60,9% dengan jumlah 145 mahasiswi, kemudian skor tinggi sebesar 21,0 % dengan jumlah 50 mahasiswi. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa *self esteem* pada mahasiswi prodi manajemen fakultas ekonomi dan bismis universitas Semarang berada pada tingkat kategori sedang yaitu 145 responden (60,9%) dari total 238 responden.

3. Kategorisasi Variabel *Self Acceptance*

Tabel 4.8 Tabel Rentang Skor *Self Acceptance*

Rumus Interval	Rentan Nilai	Kategorisasi Skor
$X < (\text{Mean}-1\text{SD})$	<78	Rendah

$(\text{Mean} - 1\text{SD}) \leq X \leq (\text{Mean} + 1\text{SD})$	<78-89	Sedang
$X \geq (\text{Mean} + 1\text{SD})$	≥ 89	Tinggi

Pada tabel di atas merupakan kategori rumusan skor skala *Self Acceptance* pada Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang yang dinyatakan memiliki *Self Acceptance* yang tinggi jika skor ≥ 89 , dinyatakan memiliki *Self Acceptance* yang sedang jika skor diantara 78-89 dan dinyatakan memiliki *Self Acceptance* rendah jika skor kurang dari 78.

Tabel 4.9 Tabel Distribusi Frekuensi Variabel *Self Acceptance*

		Self Acceptance			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	41	17,2	17,2	17,2
	Sedang	146	61,3	61,3	78,6
	Tinggi	51	21,4	21,4	100,0
	Total	238	100,0	100,0	

Berdasarkan perhitungan skor tersebut frekuensi skala *self acceptance* mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang. Terdapat tiga kelompok yakni : rendah, sedang, dan tinggi. Skor rendah dalam skala *self acceptance* sebesar 17,2% dengan jumlah 41 mahasiswi kemudian skor sedang dalam skala *self acceptance* sebesar 61,3% dengan jumlah 146 mahasiswi dan skor tinggi dalam skala *self acceptance* sebesar 21,4% dengan jumlah 51 mahasiswi. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa *self acceptance* pada mahasiswi prodi manajemen fakultas ekonomi dan bismis universitas Semarang berada pada tingkat kategori sedang yaitu 146 responden dari total 238 responden.

B. Hasil analisis data

1. Uji asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui sampel yang dikumpulkan berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas data dalam penelitian ini menggunakan uji *One Sample Kolmogorov-Smirnov* melalui aplikasi SPSS versi 22. Nilai residual yang terdistribusi normal memiliki nilai $p > 0,05$, apabila nilai $p < 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa data tidak berdistribusi normal. Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan sebagai syarat yang harus dipenuhi sebelum melakukan pengujian hipotesis.

Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandar dized Residual
N		238
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0E-7
	Std. Deviation	5.4801667
Most Extreme Differences	Absolute	.052
	Positive	.052
	Negative	-.051
Test Statistic		.052
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

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 di atas maka dapat diketahui bahwa hasil uji normalitas *Komogorov Smirnov* dapat dilihat pada nilai signifikansi, nilai signifikansi yang didapat adalah 0,200 nilai tersebut $> 0,05$ yang berarti dapat dikatakan bahwa data berdistribusi normal.

b. Uji Lineralitas

Uji linearitas digunakan untuk menentukan apakah dua variabel memiliki hubungan linear atau non linear. Pengujian hubungan linear dalam penelitian ini dilakukan dengan melihat nilai signifikansi, bilamana nilai signifikan ($P < 0,05$) maka dapat dikatakan hubungan kedua variabel tersebut linear, sebaliknya apabila nilai signifikan ($P > 0,05$) maka dapat dikatakan hubungan kedua variabel tersebut non linear.

Tabel 4.11 Hasil Uji Linearitas *Self Esteem* Terhadap *Body Dissatisfaction*

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
BD	(Combined)	966.848	21	46.040	1.256	.208
	Linearity	222.914	1	222.914	6.083	.014
	Deviation from Linearity	743.935	20	37.197	1.015	.446
* SE	Within Groups	7915.442	216	36.646		
	Total	8882.290	237			

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada baris *deviation from linearity* dapat dilihat bahwa nilai signifikansi $0,446 > 0,05$. Dan pada baris *linearity* dapat dilihat bahwa nilai signifikansi $0,014 < 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan linear antar variabel. Merujuk pada pertimbangan tersebut maka dapat

dikatakan bahwa variabel *self esteem* dan *body dissatisfaction* memiliki hubungan yang linier.

Tabel 4. 12 Hasil Uji Linearitas Self Acceptance Terhadap Body Dissatisfaction

ANOVA Table					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
BD	2595.913	22	117.996	4.036	.000
* Between Groups (Combined)					
SA					
Linearity	1740.455	1	1740.455	59.525	.000
Deviation from Linearity	855.458	21	40.736	1.393	.123
Within Groups	6286.377	215	29.239		
Total	8882.290	237			

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada baris *deviation from linearity* dapat dilihat bahwa nilai signifikansi $0,123 > 0,05$. Dan pada baris *linearity* dapat dilihat bahwa nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan linear antar variabel. Merujuk pada pertimbangan tersebut maka dapat dikatakan bahwa variabel *self acceptance* dan *body dissatisfaction* memiliki hubungan yang linier.

c. Uji Multikolinearitas

Multikolinieritas adalah keadaan dimana terdapat hubungan yang kuat antara variabel independen dalam model regresi linier. Uji multikolinearitas digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya penyimpangan asumsi klasik multikolinearitas yaitu adanya hubungan linear antara variabel independen dalam model regresi. Pengujian ada tidaknya gejala multikolinearitas dilakukan dengan melihat nilai VIF (*Variance Inflation Factor* dan *Tolerance*),

apabila nilai VIF berada dibawah 10,00 dan nilai Tolerance lebih dari 0,01 maka dapat dikatakan bahwa model regresi tersebut tidak terdapat masalah atau multikolinearitas.

Tabel 4.13 Hasil Uji Multikolinearitas

Coefficients ^a							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
(Constant)	34.258	8.039		4.262	.000		
1 SE	.075	.084	.054	.894	.372	.941	1.063
SA	.469	.066	.430	7.135	.000	.941	1.063

a. Dependent Variable: BD

Berdasarkan data diatas dapat dilihat bahwa nilai *tolerance* 0,941 > 0,01 dan nilai VIF 1,063 < 10 maka dapat di simpulkan tidak terdapat gejala multikolinearitas.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan kesimpulan sementara dari penelitian yang dilakukan. Uji hipotesis ini bertujuan untuk mengetahui hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima atau ditolak (Mustofa, 2013:44).

Tabel 4.14 Hasil Uji Hipotesis Secara Parsial

Coefficients ^a						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
(Constant)	34,258	8,039		4,262	,000	
1 Self Esteem	,075	,084	,054	,894	,372	
Self Acceptance	,469	,066	,430	7,135	,000	

a. Dependent Variable: Body Dissatisfaction

Berdasarkan data di atas, didapatkan nilai signifikansi variabel *self esteem* sebesar 0,372 ($p < 0,01$) hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis pertama ditolak yang berarti tidak terdapat pengaruh antara *self esteem* terhadap *body dissatisfaction*. Dan nilai signifikansi variabel *self acceptance* sebesar 0,000 ($p < 0,01$) hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis kedua diterima yang berarti terdapat pengaruh antara *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction*.

Berdasarkan hasil uji hipotesis diatas, diperoleh persamaan regresi linear berganda sebagai berikut :

$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2$
Body Dissatisfaction = 34,258 + 0,075 Self Esteem + 0,469 Self Acceptance

Berdasarkan persamaan regresi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa $\alpha = 34,258$ artinya nilai konstanta positif menunjukkan pengaruh yang positif pada variabel independen yaitu *self esteem* (X1) dan *self acceptance* (X2).

- $\beta_1 = +0,075$, artinya nilai koefisien regresi sebesar +0,075 pada *self esteem* (X1) dengan nilai signifikansi $0,372 > 0,05$. Hal tersebut dapat menunjukkan bahwa *self esteem* secara positif tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *body dissatisfaction*. Konstanta sebesar 34,258 mengandung arti bahwa nilai konsisten variabel *body dissatisfaction* adalah sebesar 34,258. Koefisien regresi *self esteem* sebesar +0,075 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai *self esteem*, maka nilai kecenderungan *body dissatisfaction* bertambah sebesar +0,075.
- $\beta_2 = +0,469$, artinya nilai koefisien regresi sebesar +0,469 pada variabel *self acceptance* (X2) dengan nilai signifikansi

0,000 < 0,05. Hal tersebut dapat menunjukkan bahwa *self acceptance* secara positif memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *body dissatisfaction*. Konstanta sebesar 34,258 mengandung arti bahwa nilai konsisten variabel *body dissatisfaction* adalah sebesar 34,258. Koefisien regresi *self acceptance* sebesar + 0,469 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai *self acceptance*, maka nilai *body dissatisfaction* bertambah sebesar +0,459. Pada penelitian ini, peneliti juga melakukan pengujian pengaruh pada variabel *self esteem* (X1) dan *self acceptance* (X2) terhadap *body dissatisfaction* (Y).

Pada tabel di bawah ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh secara simultan antara variabel independen dan dependen, berikut adalah hasilnya .:

Tabel 4.15 Hasil Uji Hipotesis Secara Simultan

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1764,652	2	882,326	29,131	,000 ^b
	Residual	7117,638	235	30,288		
	Total	8882,290	237			

a. Dependent Variable: Body Dissatisfaction

b. Predictors: (Constant), Self Acceptance, Self Esteem

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa adanya pengaruh secara simultan antara variabel *dependen* dan *independen* dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 atau < 0,05. Maka hipotesis ketiga (H3) dapat diterima. Artinya secara simultan variabel *independen* yaitu *self esteem* dan *self acceptance* dapat mempengaruhi variabel *dependen* yaitu *body dissatisfaction* pada mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang. Maka

dapat disimpulkan bahwa variabel *self esteem* dan *self acceptance*.dapat digunakan untuk mengukur variabel *body dissatisfaction*.

Tabel 4.16 Hasil Uji Koefisien Determinasi (Adjusted R Square)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,446 ^a	,199	,192	5,50344

a. Predictors: (Constant), Self Acceptance, Self Esteem

Berdasarkan tabel data diatas, menunjukan bahwa nilai Adjusted R Square sebesar 0,192. Yang berarti terdapat pengaruh *self esteem* dan *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction*. Sebesar 19,2% sedangkan 80,8% dipengaruhi oleh faktor lain.

C. Pembahasan

1) Pengaruh *self esteem* terhadap *body dissatisfaction*

Hasil dari uji hipotesis variabel *self esteem* terhadap *body dissatisfaction* nilai β_1 (koefisien regresi) sebesar 0,075 dan nilai signifikan sebesar $0,372 > 0,05$. Nilai β_1 (koefisien regresi) sebesar 0,075 menandakan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel *self esteem* dengan *body dissatisfaction*. Selain itu nilai koefisien *self esteem* (X1) yaitu 0,075 menunjukkan bahwa setiap penurunan nilai *self esteem* akan meningkatkan perilaku *body dissatisfaction* sebesar 0,075 atau 7,5%. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama dalam penelitian ini ditolak, sehingga secara parsial variabel *self esteem* (X1) tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *body dissatisfaction*.

Menurut Robins, Trzesniewski, Tracy, Gosling, & Potter (2002) Penelitian menunjukkan bahwa *selfesteem* tinggi pada masa kanak-kanak. Kemudian menurun ketika masa remaja. Pada usia dewasa

tengah, *self-esteem* meningkat lalu menurun secara drastis pada usia dewasa akhir (Agarwal, 2012: 201). Peran *self-esteem* pada individu, terutama remaja putri dalam hal penilaian diri masa remaja adalah saat yang tepat untuk memperkuat *self-esteem* agar individu tersebut mampu beradaptasi dan menerima diri apa adanya (Damayanti & Susilawati, 2018: 425). Setiap individu menginginkan untuk memiliki tubuh yang ideal, pada remaja putri lebih sering merasakan keinginan untuk memiliki tubuh yang menarik sesuai dengan persepsi masyarakat mengenai citra tubuh perempuan ideal. Anggapan bahwa dengan memiliki tubuh yang ideal, individu dapat lebih unggul dengan menjadi pusat perhatian diantara teman-teman sebaya individu tersebut dan menjadi individu yang percaya diri (Claudia, W., & Marnelly, 2016: 2).

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang sebelumnya dilakukan oleh Ismi Faiza (Shawli, 2019: 93) yang meneliti Pengaruh *Self Esteem, Social Comparison, Thin Ideal Internalization*, dan Rasa Syukur Terhadap Body Dissatisfaction Ibu Pasca Melahirkan, menunjukkan tidak terdapat pengaruh secara bersama sama yang signifikan antara *Self Esteem, Social Comparison, Thin Ideal Internalization*, dan Rasa Syukur pada ibu pasca melahirkan di jabodetabek sebesar 78%. Secara parsial variabel *self-esteem* tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *body dissatisfaction*. *Self-esteem* pada penelitian ini tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *body dissatisfaction*. Hal ini tidak sejalan dengan Cash dan Pruinsky (2002) yang menyatakan bahwa *self-esteem* memiliki pengaruh yang signifikan dengan arah yang negatif. Dapat diartikan seseorang yang memiliki harga diri yang tinggi akan mengembangkan evaluasi yang positif terhadap tubuhnya, namun sebaliknya seseorang yang memiliki harga diri yang rendah akan meninggalkan persepsi tubuh yang negatif sehingga muncul *body dissatisfaction*. Hasil yang berbeda dikarenakan subjek penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini

adalah usia dewasa awal, sehingga berbeda dengan Cash dan Pruzinsky yang melakukan penelitian kepada para remaja.

Berdasarkan hasil analisis pada penelitian ini, hasil yang menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara *self esteem* terhadap *body dissatisfaction* dapat diakibatkan beberapa alasan yaitu, terdapat perbedaan demografi antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yang mana lokasi penelitiannya berada pada perguruan tinggi negeri, yang artinya terdapat perbedaan pada kondisi lingkungan, kebutuhan, dan juga gaya hidup, dimana hal tersebut memiliki perbedaan dengan mahasiswa yang berada pada perguruan tinggi swasta.

2) Pengaruh *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction*

Hasil dari uji hipotesis variabel *self acceptance* 0,469 terhadap *body dissatisfaction* nilai β_2 (koefisien regresi) sebesar 0,469 dan nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$. Nilai β_2 (koefisien regresi) sebesar 0,469 menandakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel *self acceptance* dengan *body dissatisfaction*. Selain itu nilai koefisien *self acceptance* (X_2) yaitu 0,469 menunjukkan bahwa setiap penurunan nilai *self acceptance* akan meningkatkan perilaku *body dissatisfaction* sebesar 0,469 atau 46,9%. Hal ini menandakan bahwa *self acceptance* memiliki pengaruh dalam menekan angka *body dissatisfaction*. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua dalam penelitian ini dapat diterima yaitu terdapat pengaruh *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction*.

Individu dengan penerimaan diri memiliki penilaian yang realistis tentang potensi yang dimilikinya, yang dikombinasikan dengan penghargaan atas dirinya secara keseluruhan. Artinya, individu ini memiliki kepastian akan kelebihan-kelebihannya, dan tidak mencela kekurangan-kekurangan dirinya (Pratama, 2020: 5973). Individu dengan penerimaan diri memiliki penilaian yang realistis tentang potensi yang dimilikinya, yang dikombinasikan dengan penghargaan atas dirinya secara keseluruhan.

Artinya, individu ini memiliki kepastian akan kelebihan-kelebihannya, dan tidak mencela kekurangan-kekurangan dirinya (Palupi, 2016: 53). Individu yang memiliki penerimaan diri memiliki penilaian yang realistis terhadap potensi mereka sendiri, yang digabungkan dengan penghargaan terhadap diri mereka sendiri secara keseluruhan. Dengan kata lain, individu tersebut memiliki pemahaman tertentu tentang kekuatannya dan tidak akan mengkritik kelemahannya.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Tantum Maudi Ardiyanti pada tahun 2022 yang meneliti Hubungan antara Penerimaan Diri Dengan *Body Dissatisfaction* Pada Remaja Perempuan menunjukkan bahwa koefisien korelasi (r) sebesar $r_{xy} = -0,441$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,050$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara penerimaan diri dengan *body dissatisfaction*. Koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,194 sehingga dapat dikatakan bahwa variabel penerimaan diri memiliki kontribusi 19,4% terhadap *body dissatisfaction* pada remaja perempuan dan sisanya 80,6% dipengaruhi faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

3) Pengaruh *self esteem* dan *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction*

Hasil uji hipotesis yang ketiga yaitu variabel *self esteem* dan *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction* didapatkan nilai signifikan $0,000 < 0,05$ dan nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,167 atau 16,7%, hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *self esteem* dan *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction*, namun pengaruh tersebut hanya sebesar 16,7% sehingga masih ada 83,3% dipengaruhi oleh variabel lainnya. Oleh karena itu hipotesis ketiga penelitian ini bisa diterima.

Penelitian yang dilakukan oleh Sarah Kamilia Nugroho dan Jati Ariati yang meneliti tentang Hubungan antara Harga Diri dengan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Pada Remaja Putri di SMA Islam Hidayatullah Semarang pada tahun 2017 menunjukkan hasil $r_{xy} = -0,371$ pada $p = 0,000$ ($p < 0,5$), artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dengan

ketidakpuasan bentuk tubuh. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi harga diri, maka semakin rendah ketidakpuasan bentuk tubuh. Harga diri memberikan sumbang efektif sebesar 13,8% sedangkan 86,2% sisanya berasal dari faktor-faktor lain yang tidak diungkapkan dalam penelitian ini. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Andi Anggraeni Tenti Pada pada tahun 2021 yang meneliti tentang pengaruh *self acceptance* terhadap *body image* pada wanita dewasa awal di kota makassar menunjukkan hasil uji hipotesis *self acceptance* memberikan pengaruh terhadap *body image* dengan nilai kontribusi sebesar 19,5% dengan arah pengaruh yang positif. Hal ini berarti semakin tinggi *self acceptance* yang dilakukan maka semakin tinggi pula *body image* yang dialami.

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangsih terhadap objek penelitian, hipotesis pertama yang berbunyi *self esteem* berpengaruh terhadap *body dissatisfaction* Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang dengan hasil ditolak menjadi kelebihan dalam penelitian ini karena menjadikan temuan baru serta memberikan informasi terkait hal tersebut. *Self esteem* dalam penelitian ini tidak menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap *body dissatisfaction* Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang, dan *self acceptance* lah yang menunjukkan pengaruhnya secara parsial terhadap *body dissatisfaction* Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang. Walau demikian, keduanya secara simultan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *body dissatisfaction* Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang. Hasil penelitian ini juga memberi masukan bagi objek penelitian agar dapat lebih bersyukur dan menerima bagaimana bentuk tubuh yang dimilikinya sebagai upaya merendahkan tingkat *body dissatisfaction*. Karena *self acceptance* merupakan faktor yang signifikan mempengaruhi *body dissatisfaction* dalam penelitian ini.

Penelitian ini tidak terlepas dari kekurangan maupun keterbatasan pengetahuan peneliti dalam memperoleh literatur untuk menunjang pemahaman ketiga variabel secara mendalam, serta keterbatasan penggunaan variabel yang hanya berjumlah

tiga. Selain itu penelitian ini juga terdapat banyak kelemahan diantaranya walaupun jumlah sampel di atas 238 subjek tapi dalam penelitian ini hanya dilakukan disatu perguruan tinggi saja dan hanya perguruan tinggi swasta, sehingga hasil yang didapatkan mungkin akan berbeda jika dilakukan di perguruan tinggi negeri dan swasta, serta variabel dalam penelitian ini belum mewakili sebagian besar faktor-faktor yang mempengaruhi *body dissatisfaction*. Untuk penelitian selanjutnya yang tertarik untuk meneliti topik yang sama guna memperluas cakupan pembahasan dan mendapatkan data berbeda dengan penelitian ini peneliti dapat melakukan penelitian di perguruan tinggi yang lebih banyak mahasiswinya dan juga tidak hanya satu perguruan tinggi swasta saja, selain itu peneliti juga dapat melakukan perbandingan hasil temuan *body dissatisfaction* yang terjadi perguruan tinggi negeri. Selain itu terdapat keterbatasan lain yakni yang harus di perhatikan lagi adalah pada kriteria sampel, jika ingin menggunakan *purposive sample* maka dapat ditambahkan kriteria yang lebih spesifik lagi agar memenuhi syarat *purposive sample*. Pada interpretasi skor, penelitian ini menggunakan opsi pilihan “setuju” sedangkan kata setuju merupakan pendapat, sehingga sulit untuk responden *relate* dengan pernyataan-pernyataan butir aitem.

BAB V PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu :

1. Tidak terdapat pengaruh *Self Esteem* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang. Pada variabel ini, hipotesis 1 ditolak.
2. Ada pengaruh *Self Acceptance* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang. Ada pengaruh yang menunjukkan semakin tinggi tingkat *Self Acceptance* maka semakin tinggi pula *Body Dissatisfaction*.
3. Ada pengaruh secara simultan antara, *Self Esteem* dan *Self Acceptance* terhadap *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang ada pengaruh menunjukkan bahwa semakin rendahnya *self esteem* dan semakin tingginya *Self Acceptance* maka semakin tinggi tingkat *Body Dissatisfaction* pada Mahasiswi Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Semarang.

B. SARAN

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti merumuskan beberapa saran yang dapat disampaikan yang terkait dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan menunjukkan adanya pengaruh *self esteem* dan *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction*. Oleh karena itu, subjek disarankan untuk memperkuat *self esteem* dan *self acceptance* sehingga menurunkan tingkat *body dissatisfaction* pada individu.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini masih terbatas pada variabel *self esteem* dan *self acceptance* terhadap *body dissatisfaction*, masih ada faktor lain yang dapat mempengaruhi *body dissatisfaction* pada mahasiswi.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan mampu untuk menjadikan acuan agar sama sama menghargai bentuk tubuh dan tidak saling membandingkan satu dengan yang lainnya. Karena dalam hal membandingkan bentuk tubuh satu dengan yang lainnya dapat menyebabkan rendahnya tingkat harga diri dan penerimaan diri individu.

REFERENSI

- Agarwal, K. (2012). Aging May Cause a Drop in One's Self-esteem—Study.
- Agustin, P. . (2017). Hubungan antara self acceptance dengan loneliness pada perempuan lajang di Surabaya, *021*. Retrieved from <http://repository.untag-sby.ac.id/id/eprint/531>
- Andini, S. F. (2020). Aktivitas dan Pengaruh Sosial Media terhadap Body Dissatisfaction pada Dewasa Awal. *Analitika*, *12*(1), 34–43. <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i1.3762>
- Anwar, C., Rochmawati, N., & Aini, D. K. (2022). Self-Esteem and Social Support are Needed to Increase the Resilience of Student's Mothers. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, *17*(1), 77–96. <https://doi.org/10.21580/sa.v17i1.10509>
- Arifin. (2018). Hubungan antara self esteem dengan body dissatisfaction remaja pria. *Journal of Materials Processing Technology*, *1*(1), 1–8. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001><http://dx.doi.org/10.1016/j.powtec.2016.12.055><https://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006><https://doi.org/10.1016/j.matlet.2019.04.024><https://doi.org/10.1016/j.matlet.2019.127252><http://dx.doi.org>
- Asisdiq, I., Sudding, & Side, S. (2017). Pengaruh Self Esteem dan Self Efficacy Terhadap Kinerja Karyawan Studi Kasus Di PT. Finnet Indonesia. *Pendidikan Kimia PPs UNM*, *1*(1), 91–99.
- Azwar, D. S. (2018). *Reliabilitas dan Validitas (4th ed.)*. Pustaka Belajar.
- Claudia, W., & Marnelly, T. R. (2016). Konsep diri remaja putri obesitas. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik*, *3*(2), 1–14.
- Damayanti, A. A. M., & Susilawati, L. K. P. A. (2018). Peran Citra Tubuh Dan Penerimaan Diri Terhadap Self Esteem Pada Remaja Putri Di Kota Denpasar. *Psikologi Udayana*, *5*(2), 424–433.
- Djali. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. (B. S. Fatmawati, Ed.) (Cetakan Pe). Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Evahani, L., & Psikologi, F. (2012). *Hubungan Antara Body Dissatisfaction Ibu dan Body Dissatisfaction Anak Perempuan*.
- Fadilah, S. N. (2021). Pendampingan Untuk Meningkatkan Self-Acceptance Pada Peserta Didik. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, *1*(2), 44–52.
- Fitrianti, L. A., Rini, A. P., & Pratitis, N. (2022). Self-acceptance dan dukungan sosial online dengan kecenderungan body dissatisfaction pengguna instagram pada masa emerging adulthood. *Inner : Journal of Psychological Research*, *1*(4), 178–186. Retrieved from <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/300>

- Hastuti, F. A. (2018). *Pengaruh social comparison dan self esteem terhadap body dissatisfaction pada mahasiswi UIN maulana malik ibrahim malang*.
- Hidayat, A., & Perdana, F. J. (2019). Pengaruh Self-Efficacy dan Self-Esteem Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Cirebon. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 4(12), 1. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v4i12.824>
- Hurlock, Elizabeth B, Soedjarwo, Istiwidayanti, & Sijabat, R. M. (1991). *Psikologi perkembangan : suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. (R. M. Sijabat, Ed.) (Cet. 2). Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, Elizabeth Bergner. (1974). *Personality Development*. New York : McGraw-Hill.
- Ismail, R. (2011). *Psikologi Sosial*. Selangor : Penerbit Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Kartikasari, N. Y. (2013). Body dissatisfaction terhadap psychological well. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(2), 304–323.
- Khoiriyah, A. L. (2019). *Hubungan Ketidakpuasan Tubuh dengan Penerimaan Diri pada Perempuan Usia Dewasa Awal (18-25 Tahun) Di Kota Malang*.
- Lestari, S. . (2020). Ketidakpuasan tubuh mahasiswi: Bagaimana peranan harga diri? *Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(02), 218–226.
- Maimunah, S., & Yohana, S. (2021). Hubungan Media Sosial Dengan Body Dissatisfaction Pada Mahasiswa Perempuan Di Kota Surabaya. Salma Maimunah Yohana Wuri Satwika Abstrak. *Jurnal Penelitian Psikologi*.
- Minchinton, J. (1993). Maximum self-esteem: The handbook for reclaiming your sense of self-worth. *Arnford House*.
- Nirmalasari, L., & Masusan, K. (2022). Self Esteem, Gender Dan Prestasi Kerja (Study Pada Penyiar Radio Di Kota Bandung). *Jurnal Study and Management Research*, 11(2), 18. <https://doi.org/10.55916/smart.v11i2.68>
- Nuriyyatiningrum, N. A. H., & Widodo, P. B. (2014). Harga Diri Ditinjau Dari Kebutuhan Afiliasi Dan Status Perkawinan. *Jurnal EMPATI*, 156–168.
- Ogden, J. (2010). *The psychology of eating from healthy to disorder behavior* (2nd).
- Palupi, Y. D. S. (2016). Pengaruh Self Acceptance dan Self Confidence terhadap Intensi Penggunaan Make Up Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, (July), 1–23.
- Paxton, S. J., Eisenberg, M. E., & Neumark-Sztainer, D. (2006). Prospective predictors of body dissatisfaction in adolescent girls and boys: A five-year longitudinal study. *Developmental Psychology*, 42(5), 888–899. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.5.888>

- Permatasari, I. (2015). Hubungan Antara Self Esteem Dengan Optimisme Masa Depan Pada Siswa Santri Program Tahfidz Di Pondok Pesatren Al-Muayyad Surakarta Dan Ibnu Abbas Klaten. *Journal of Geotechnical and Geoenvironmental Engineering ASCE*, 120(11), 259.
- Pratama, A. A. T. (2020). Self Acceptance Dan Aktualisasi Diri. *Art and Design*, 7(2), 5971.
- Prawono, V. I. (2013). *Hubungan Antara Body Image Satisfaction dan Self Esteem Pada Perempuan Dewasa Muda yang Berdiet Di Jakarta*.
- Putra, J. S. (2018). Peran Syukur sebagai Moderator Pengaruh Perbandingan Sosial terhadap Self-esteem pada Remaja Pengguna Media Sosial. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 197. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v3i2.2650>
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Putri, R. K. (2018). Meningkatkan Self-Acceptance (penerimaan diri) dengan Konseling Realita Berbasis Budaya Jawa. *Prosiding SNBK (Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling)* 2, 2(1), 118–128. Retrieved from <http://prosiding.unipma.ac.id/index.php/SNBK/article/view/480>
- Refnadi, R. (2018). Konsep Self Esteem serta Implikasinya, 16–22.
- Rohma, F. A. (2004). Pengaruh Pelatihan Harga Diri terhadap Penyesuaian Harga Diri pada Remaja. *Indonesian Psychological Journal*, 1.
- Rosen, J.C., Orosan P., & R. J. (1995). Cognitive Behavior Therapy for Negative Body Image. *Behavior Therapy*.
- Septiana, E. N. (2020). Hubungan Antara Berfikir Positif dan Body Dissatisfaction pada Wanita di Sampang.
- Shawli, I. F. (2019). Self-esteem , social comparison , thin ideal internalization ,.
- Shihab, M. Q. (2005). *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an* (Cetakan Ke). Jakarta: Penerbit Lentera Hati.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&B)* (Cetakan Ke). Bandung: ALFABETA, cv.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitaitaif, dan Kombinasi (mixed methods)*. ALFABETA, cv.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Cetakan Ke). Bandung: ALFABETA, cv.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. ALFABETA, cv.

- Sumali, E., Sukamto, M., & Mulya, T. (2008). Efektivitas hipnoterapi terhadap penurunan body dissatisfaction pada remaja akhir. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 5(1), 47–57.
- Sutadipura, B. (1984). *Kompetensi guru dan kesehatan mental*. Bandung: Angkasa.
- Tumakaka, S. M., Meizara, E., Dewi, P., & Hamid, H. (2022). Gambaran Ketidakpuasan Terhadap Bentuk Tubuh (Body Dissatisfaction) pada Pengguna Instagram. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 2(1), 11–24.
- Yuanita, H., & Sukamto, E. (2013). Fenomena Body Dissatisfaction Pada Perempuan Anggota Fitness Centre. 4(1), 12–23.

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 Blue Print Skala Penelitian

Blueprint skala body dissatisfaction

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Komponen Afektif	Memiliki perasaan kecewa atau tidakpuas dengan bentuk tubuh yang dimiliki	Saya senang dengan ukuran perut yang saya miliki (7) Saya senang dengan bentuk tubuh yang saya miliki (29)	Saya kecewa dengan bentuk tubuh yang saya miliki (4) Saya kecewa dengan ukuran perut yang saya miliki (10)	4
	Memiliki perasaan tidak bangga atau minder dengan kondisi fisik yang dimiliki	Saya puas dengan tinggi badan yang saya miliki (13) Bentuk tubuh yang saya miliki sudah ideal (19) Saya senang memperlihatkan bentuk tubuh yang saya miliki (25)	Saya kecewa dengan tinggi badan yang saya miliki (16) Bentuk tubuh yang saya miliki belum ideal (22) Saya minder dengan bentuk tubuh yang saya miliki saat ini (30)	6
Komponen Kognitif	Memiliki perasaan salah paham serta asumsi yang	Saya menganggap bentuk tubuh yang saya miliki ideal (5)	Saya membandingkan bentuk tubuh yang saya miliki	4

	salah mengenai bentuk tubuhnya	Saya menganggap bahwa bentuk tubuh saya tidak ideal (11)	dengan orang lain (2) Saya mengabaikan bentuk tubuh yang saya miliki (kurus/gemuk) (8)	
	Memiliki keinginan untuk mengubah penampilannya	Saya selalu mencari informasi mengenai produk perawatan tubuh untuk diri saya (17) Saya rutin dalam berolahraga untuk mencapai bentuk tubuh yang ideal (23) Saya berusaha untuk memperbaiki bentuk tubuh yang saya miliki menjadi ideal (27)	Saya abai bila melihat iklan/informasi mengenai produk perawatan tubuh (14) Saya malas untuk berolahraga (20) Saya tidak peduli dengan bentuk tubuh yang saya miliki (26)	6
Komponen Perilaku	Membandingkan penampilan fisik dengan	Saya senang dengan bentuk tubuh saya (3)	Saya membandingkan bentuk tubuh	4

	penampilan fisik orang lain	Bentuk tubuh yang saya miliki saat ini membuat saya percaya diri (9)	saya dengan artis yang memiliki bentuk tubuh ideal (6) Saya membandingkan bentuk tubuh saya dengan bentuk tubuh orang lain yang lebih ideal menurut saya (12)	
	Mendapatkan perilaku tidak menyenangkan dari orang lain	Saya mendapatkan komentar positif tentang bentuk tubuh saya (1) Saya senang bila bentuk tubuh saya di puji oleh orang lain (15) Saya menerima masukan tentang bentuk tubuh saya (21)	Saya sedih ketika bentuk tubuh saya diberi komentar yang negatif (18) Saya mengabaikan kewajiban ajaran agama yang saya ikuti Saya sakit hati ketika diejek mengenai bentuk tubuh saya (24) Saya selalu mendapatkan komentar negatif tentang bentuk tubuh saya (28)	6

Jumlah	30
--------	----

Blueprint Skala Self Esteem

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
<i>Power</i> (Kekuatan)	Di hormati oleh orang lain	Saya dihargai oleh orang lain (1) Lingkungan sekitar menyukai saya (21)	Saya dipandang sebelah mata oleh orang lain (4) Saya kurang disegani karena saya tidak memiliki apa-apa (8)	4
	Dapat mengatur dan mengontrol tingkah laku	Saya mampu mengatur tingkah laku (9) Saya mampu mempengaruhi orang lain (25)	Saya kurang mampu mengontrol tingkah laku saya (ceroboh) (20) Saya tidak memegang kendali atas orang lain (28)	4
<i>Significance</i> (Keberartian)	Memiliki rasa kepedulian	Saya senang membantu orang lain (5)	Saya enggan membantu orang yang sedang	4

	terhadap orang lain	Saya peka terhadap lingkungan sekitar (11)	membutuhkan bantuan (2) Saya tertutup dengan lingkungan sekitar (18)	
	Di lingkungan dapat diterima baik dan apa adanya	Saya menerima kebaikan dari orang lain (15) Lingkungan sekitar menyuka saya (31)	Orang lain tidak peduli dengan saya (22) Saya kurang bisa untuk diterima dengan baik di lingkungan (26)	4
<i>Virtue</i> (Kebajikan)	Mampu taat dan mengikuti standar norma agama, norma sosial, dan beretika baik	Saya senang jika dibantu orang lain (7) Saya taat kepada norma-norma yang berlaku di lingkungan masyarakat (13) Saya melakukan kewajiban ajaran agama yang saya ikuti dengan baik (17) Saya suka menolong orang lain (27)	Saya tidak peduli terhadap norma-norma yang ada (10) Saya keberatan jika dibantu orang lain (14) Saya mengabaikan kewajiban ajaran agama yang saya ikuti (24) Saya berperilaku buruk dengan lingkungan sekitar (30)	8

<i>Competence</i> (Kemampuan)	Mampu memenuhi standar berprestasi yang berhasil	Saya yakin jika saya akan sukses (3) Saya berani dalam setiap kompetisi (19)	Saya tidak peduli terhadap norma-norma yang ada (6) Saya takut dalam setiap kompetisi (12)	4
	Dapat mengerjakan tugas dengan sebaik mungkin	Saya hebat dalam segala bidang (23) Saya mampu mengerjakan tugas yang diberikan dengan baik (29)	Saya hanya mampu dalam satu bidang saja (16) Saya takut mengecewakan bila tidak mampu mengerjakan tugas yang diberikan dengan baik (32)	4
Jumlah				32

Blueprint Skala Self Acceptance

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilannya	Dapat berpikir kritis	Saya dapat menerima kritikan dan masukan dari orang lain sebagai bahan	Saya sulit menerima kritikan dan masukan dari orang lain	6

		<p>evaluasi diri (1)</p> <p>Saya mampu menjalani hidup dengan baik (11)</p> <p>Saya memiliki penerimaan diri yang baik (21)</p>	<p>sebagai bahan evaluasi diri (8)</p> <p>Saya sulit menjalani hidup dengan baik (16)</p> <p>Saya mudah menyerah dan kurang bisa menerima diri dengan baik (26)</p>	
<p>Sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain</p>	<p>Dapat mengembangkan potensi yang ada dalam diri</p>	<p>Saya bersyukur atas hidup yang telah saya miliki sekarang (3)</p> <p>Saya percaya akan kelayakan diri saya (15)</p> <p>Saya yakin dengan potensi yang saya miliki (27)</p>	<p>Saya sering mengeluh dan membandingkan bahwa saya akan memiliki hidup yang menjadi target saya (6)</p> <p>Saya meragukan kelayakan diri saya (20)</p> <p>Saya ragu dengan potensi yang saya miliki (24)</p>	6
<p>Perasaan inferioritas</p>	<p>Dapat memiliki rasa yakin bahwa diri</p>	<p>Saya mampu untuk melakukan</p>	<p>Saya ragu dalam melakukan setiap hal</p>	6

sebagai gejala penolakan diri	sendiri bisa sehingga tidak menutup diri	semua hal dengan baik (5) Saya percaya jika orang lain mengetahui diri saya yang sebenarnya akan tetap menerima saya apa adanya (9) Saya merasa jika semua orang menerima kehadiran saya (23)	dengan hasil yang baik (12) Saya takut jika orang lain mengetahui diri saya yang sebenarnya kemudian akan merasa kecewa dengan saya (18) Saya merasa jika saya tidak diterima dengan baik dengan semua orang (30)	
Aspek moral penerimaan diri	Dapat memiliki penerimaan diri dengan apa adanya	Saya mencoba untuk ramah kepada setiap orang karena saya yakin mereka akan menerima saya dengan baik (7) Saya merasa bila di beri kritikan orang lain berarti	Saya sering mencoba tidak ramah dengan orang lain karena saya berfikir mereka tidak akan menyukai saya (2) Saya merasa seseorang bila mengkritik tentang saya	6

		orang tersebut sedang berbuat baik kepada saya (13) Saya merasa puas bila saya mampu mengerjakan pekerjaan saya hingga selesai (17)	berarti mereka tidak menyukai saya (10) Saya tidak puas bila saya mampu mengerjakan pekerjaan saya hingga selesai (22)	
Sikap terhadap penerimaan diri	Dapat menghargai diri sendiri	Saya merasa bahwa saya sudah melakukan yang terbaik (19) Saya merasa bahwa saya adalah manusia yang berharga (25) Saya selalu menerima apapun kekurangan dan kelebihan yang saya miliki (29)	Saya tidak menerima apapun yang menjadi kekurangan dan kelebihan saya (4) Saya merasa tidak melakukan semuanya dengan baik (14) Saya merasa tidak berharga (28)	6

Jumlah	30
--------	----

LAMPIRAN 2 Skala Penelitian Uji Coba

Uji Coba Skala *Body Dissatisfaction*

NO	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
1.	Saya mendapatkan komentar positif tentang bentuk tubuh saya					
2.	Saya membandingkan bentuk tubuh yang saya miliki dengan orang lain					
3.	Saya senang dengan bentuk tubuh saya					
4.	Saya kecewa dengan bentuk tubuh yang saya miliki					
5.	Saya menganggap bentuk tubuh yang saya miliki ideal					
6.	Saya membandingkan bentuk tubuh saya dengan artis yang memiliki bentuk tubuh ideal					
7.	Saya senang dengan ukuran perut yang saya miliki					
8.	Saya mengabaikan bentuk tubuh yang saya miliki (kurus/gemuk)					
9.	Bentuk tubuh yang saya miliki saat ini membuat saya percaya diri					
10.	Saya kecewa dengan ukuran perut yang saya miliki					
11.	Saya menganggap bahwa bentuk tubuh saya tidak ideal					
12.	Saya membandingkan bentuk tubuh saya dengan bentuk tubuh orang lain yang lebih ideal menurut saya					

13.	Saya puas dengan tinggi badan yang saya miliki					
14.	Saya abai bila melihat iklan/informasi mengenai produk perawatan tubuh					
15.	Saya senang bila bentuk tubuh saya di puji oleh orang lain					
16.	Saya kecewa dengan tinggi badan yang saya miliki					
17.	Saya selalu mencari informasi mengenai produk perawatan tubuh untuk diri saya					
18.	Saya sedih ketika bentuk tubuh saya diberi komentar yang negatif					
19.	Bentuk tubuh yang saya miliki sudah ideal					
20.	Saya malas untuk berolahraga					
21.	Saya menerima masukan tentang bentuk tubuh saya					
22.	Bentuk tubuh yang saya miliki belum ideal					
23.	Saya rutin dalam berolahraga untuk mencapai bentuk tubuh yang ideal					
24.	Saya sakit hati ketika diejek mengenai bentuk tubuh saya					
25.	Saya senang memperlihatkan bentuk tubuh yang saya miliki					
26.	Saya tidak peduli dengan bentuk tubuh yang saya miliki					
27.	Saya berusaha untuk memperbaiki bentuk tubuh yang saya miliki menjadi ideal					
28.	Saya selalu mendapatkan komentar negatif tentang bentuk tubuh saya					

29.	Saya senang dengan bentuk tubuh yang saya miliki					
30.	Saya minder dengan bentuk tubuh yang saya miliki saat ini					

Uji Coba Skala *Self Esteem*

NO	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
1	Saya dihargai oleh orang lain					
2	Saya enggan membantu orang yang sedang membutuhkan bantuan					
3	Saya yakin jika saya akan sukses					
4	Saya dipandang sebelah mata oleh orang lain					
5	Saya senang membantu orang lain					
6	Saya takut akan kegagalan					
7	Saya senang jika dibantu orang lain					
8	Saya kurang disegani karena saya tidak memiliki apa-apa					
9	Saya mampu mengatur tingkah laku					
10	Saya tidak peduli terhadap norma-norma yang ada					
11	Saya peka terhadap lingkungan sekitar					
12	Saya takut dalam setiap kompetisi					
13	Saya taat kepada norma-norma yang berlaku di lingkungan masyarakat					
14	Saya keberatan jika dibantu orang lain					
15	Saya menerima kebaikan dari orang lain					
16	Saya hanya mampu dalam satu bidang saja					

17	Saya melakukan kewajiban ajaran agama yang saya ikuti dengan baik					
18	Saya tertutup dengan lingkungan sekitar					
19	Saya berani dalam setiap kompetisi					
20	Saya kurang mampu mengontrol tingkah laku saya (ceroboh)					
21	Lingkungan sekitar menyukai saya					
22	Orang lain tidak peduli dengan saya					
23	Saya hebat dalam segala bidang					
24	Saya mengabaikan kewajiban ajaran agama yang saya ikuti					
25	Saya mampu mempengaruhi orang lain					
26	Saya kurang bisa untuk diterima dengan baik di lingkungan					
27	Saya suka menolong orang lain					
28	Saya tidak memegang kendali atas orang lain					
29	Saya mampu mengerjakan tugas yang diberikan dengan baik					
30	Saya berperilaku buruk dengan lingkungan sekitar					
31	Lingkungan sekitar menyuka saya					
32	Saya takut mengecewakan bila tidak mampu mengerjakan tugas yang diberikan dengan baik					

Uji Coba Skala *Self Acceptance*

No	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
1	Saya dapat menerima kritikan dan masukan dari					

	orang lain sebagai bahan evaluasi diri					
2	Saya sering mencoba tidak ramah dengan orang lain karena saya berfikir mereka tidak akan menyukai saya					
3	Saya bersyukur atas hidup yang telah saya miliki sekarang					
4	Saya tidak menerima apapun yang menjadi kekurangan dan kelebihan saya					
5	Saya mampu untuk melakukan semua hal dengan baik					
6	Saya sering mengeluh dan membandingkan bahwa saya akan memiliki hidup yang menjadi target saya					
7	Saya mencoba untuk ramah kepada setiap orang karena saya yakin mereka akan menerima saya dengan baik					
8	Saya sulit menerima kritikan dan masukan dari orang lain sebagai bahan evaluasi diri					
9	Saya percaya jika orang lain mengetahui diri saya yang sebenarnya akan tetap menerima saya apa adanya					
10	Saya merasa seseorang bila mengkritik tentang saya berarti mereka tidak menyukai saya					
11	Saya mampu menjalani hidup dengan baik					
12	Saya ragu dalam melakukan setiap hal dengan hasil yang baik					
13	Saya merasa bila di beri kritikan orang lain berarti orang tersebut sedang berbuat baik kepada saya					

14	Saya rmerasa tidak melakukan semuanya dengan baik					
15	Saya percaya akan kelayakan diri saya					
16	Saya sulit menjalani hidup dengan baik					
17	Saya merasa puas bila saya mampu mengerjakan pekerjaan saya hingga selesai					
18	Saya takut jika orang lain mengetahui diri saya yang sebenarnya kemudian akan merasa kecewa dengan saya					
19	Saya merasa bahwa saya sudah melakukan yang terbaik					
20	Saya meragukan kelayakan diri saya					
21	Saya memiliki penerimaan diri yang baik					
22	Saya tidak puas bila saya mampu mengerjakan pekerjaan saya hingga selesai					
23	Saya merasa jika semua orang menerima kehadiran saya					
24	Saya ragu dengan potensi yang saya miliki					
25	Saya merasa bahwa saya adalah manusia yang berharga					
26	Saya mudah menyerah dan kurang bisa menerima diri dengan baik					
27	Saya yakin dengan potensi yang saya miliki					
28	Saya merasa tidak berharga					
29	Saya selalu menerima apapun kekurangan dan kelebihan yang saya miliki					

30	Saya merasa jika saya tidak diterima dengan baik dengan semua orang					
----	---------------------------------------------------------------------	--	--	--	--	--

LAMPIRAN 3 Skala Penelitian Setelah Uji Coba

Skala Body Dissatisfaction

NO	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
1.	Saya mendapatkan komentar positif tentang bentuk tubuh saya					
2.	Saya membandingkan bentuk tubuh yang saya miliki dengan orang lain					
3.	Saya senang dengan bentuk tubuh saya					
4.	Saya kecewa dengan bentuk tubuh yang saya miliki					
5.	Saya menganggap bentuk tubuh yang saya miliki ideal					
6.	Saya membandingkan bentuk tubuh saya dengan artis yang memiliki bentuk tubuh ideal					
7.	Saya senang dengan ukuran perut yang saya miliki					
8.	Bentuk tubuh yang saya miliki saat ini membuat saya percaya diri					
9.	Saya kecewa dengan ukuran perut yang saya miliki					
10.	Saya membandingkan bentuk tubuh saya dengan bentuk tubuh orang lain yang lebih ideal menurut saya					
11.	Saya puas dengan tinggi badan yang saya miliki					
12.	Saya kecewa dengan tinggi badan yang saya miliki					

13.	Saya sedih ketika bentuk tubuh saya diberi komentar yang negatif					
14.	Bentuk tubuh yang saya miliki sudah ideal					
15.	Saya malas untuk berolahraga					
16.	Bentuk tubuh yang saya miliki belum ideal					
17.	Saya rutin dalam berolahraga untuk mencapai bentuk tubuh yang ideal					
18.	Saya sakit hati ketika diejek mengenai bentuk tubuh saya					
19.	Saya selalu mendapatkan komentar negatif tentang bentuk tubuh saya					
20.	Saya senang dengan bentuk tubuh yang saya miliki					
21.	Saya minder dengan bentuk tubuh yang saya miliki saat ini					

Skala Self Esteem

NO	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
1	Saya enggan membantu orang yang sedang membutuhkan bantuan					
2	Saya dipandang sebelah mata oleh orang lain					
3	Saya takut akan kegagalan					
4	Saya kurang disegani karena saya tidak memiliki apa-apa					
5	Saya mampu mengatur tingkah laku					
6	Saya tidak peduli terhadap norma-norma yang ada					
7	Saya peka terhadap lingkungan sekitar					
8	Saya takut dalam setiap kompetisi					

9	Saya taat kepada norma-norma yang berlaku di lingkungan masyarakat					
10	Saya keberatan jika dibantu orang lain					
11	Saya menerima kebaikan dari orang lain					
12	Saya hanya mampu dalam satu bidang saja					
13	Saya melakukan kewajiban ajaran agama yang saya ikuti dengan baik					
14	Saya tertutup dengan lingkungan sekitar					
15	Saya berani dalam setiap kompetisi					
16	Saya kurang mampu mengontrol tingkah laku saya (ceroboh)					
17	Lingkungan sekitar menyukai saya					
18	Orang lain tidak peduli dengan saya					
19	Saya hebat dalam segala bidang					
20	Saya mengabaikan kewajiban ajaran agama yang saya ikuti					
21	Saya mampu mempengaruhi orang lain					
22	Saya kurang bisa untuk diterima dengan baik di lingkungan					
23	Saya suka menolong orang lain					
24	Saya tidak memegang kendali atas orang lain					
25	Saya mampu mengerjakan tugas yang diberikan dengan baik					
26	Saya berperilaku buruk dengan lingkungan sekitar					
27	Lingkungan sekitar menyuka saya					

28	Saya takut mengecewakan bila tidak mampu mengerjakan tugas yang diberikan dengan baik					
----	---------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--	--

Skala Self Acceptance

No	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
1	Saya sering mencoba tidak ramah dengan orang lain karena saya berfikir mereka tidak akan menyukai saya					
2	Saya bersyukur atas hidup yang telah saya miliki sekarang					
3	Saya tidak menerima apapun yang menjadi kekurangan dan kelebihan saya					
4	Saya mampu untuk melakukan semua hal dengan baik					
5	Saya sering mengeluh dan membandingkan bahwa saya akan memiliki hidup yang menjadi target saya					
6	Saya mencoba untuk ramah kepada setiap orang karena saya yakin mereka akan menerima saya dengan baik					
7	Saya sulit menerima kritikan dan masukan dari orang lain sebagai bahan evaluasi diri					
8	Saya percaya jika orang lain mengetahui diri saya yang sebenarnya akan tetap menerima saya apa adanya					
9	Saya merasa seseorang bila mengkritik tentang saya berarti mereka tidak menyukai saya					
10	Saya mampu menjalani hidup dengan baik					

11	Saya ragu dalam melakukan setiap hal dengan hasil yang baik					
12	Saya merasa tidak melakukan semuanya dengan baik					
13	Saya percaya akan kelayakan diri saya					
14	Saya sulit menjalani hidup dengan baik					
15	Saya merasa puas bila saya mampu mengerjakan pekerjaan saya hingga selesai					
16	Saya takut jika orang lain mengetahui diri saya yang sebenarnya kemudian akan merasa kecewa dengan saya					
17	Saya merasa bahwa saya sudah melakukan yang terbaik					
18	Saya meragukan kelayakan diri saya					
19	Saya memiliki penerimaan diri yang baik					
20	Saya tidak puas bila saya mampu mengerjakan pekerjaan saya hingga selesai					
21	Saya ragu dengan potensi yang saya miliki					
22	Saya merasa bahwa saya adalah manusia yang berharga					
23	Saya mudah menyerah dan kurang bisa menerima diri dengan baik					
24	Saya yakin dengan potensi yang saya miliki					
25	Saya merasa tidak berharga					
26	Saya selalu menerima apapun kekurangan dan kelebihan yang saya miliki					

27	Saya merasa jika saya tidak diterima dengan baik dengan semua orang					
----	---------------------------------------------------------------------	--	--	--	--	--

LAMPIRAN 4 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

- Skala *Body Dissatisfaction*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	36	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	36	100,0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,933	21

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y01	92.5278	166.885	.317	.832
Y02	93.5000	156.771	.561	.823
Y03	92.5556	159.968	.562	.824
Y04	92.4722	158.828	.678	.822
Y05	92.9444	154.454	.772	.817
Y06	92.8056	161.704	.416	.829
Y07	93.1111	163.644	.354	.831
Y08	92.4444	181.854	-.326	.848

Y09	93.0000	158.457	.668	.822
Y10	92.6111	165.102	.312	.832
Y11	92.9167	194.250	-.608	.864
Y12	93.3889	151.216	.689	.817
Y13	92.7500	162.021	.460	.828
Y14	92.6944	177.418	-.117	.847
Y15	92.2222	175.835	-.062	.842
Y16	92.3056	163.875	.487	.828
Y17	92.4444	179.911	-.204	.849
Y18	93.5278	151.571	.714	.817
Y19	93.0278	152.428	.842	.815
Y20	93.4444	161.397	.393	.830
Y21	92.1389	169.952	.239	.834
Y22	93.2500	150.764	.781	.815
Y23	93.3889	163.730	.444	.828
Y24	93.2778	160.778	.470	.827
Y25	93.2778	168.778	.168	.838
Y26	92.5556	173.568	.029	.840
Y27	92.3056	186.275	-.432	.855
Y28	92.5833	157.336	.632	.822
Y29	92.5556	156.940	.736	.820
Y30	92.7778	152.692	.723	.817

- Skala Self Esteem

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	36	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	36	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.906	28

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlatio n	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X101	113.9722	173.799	.251	.903
X102	113.6389	171.380	.477	.900
X103	113.3056	176.047	.212	.903
X104	114.6111	166.130	.477	.900
X105	113.4444	176.997	.181	.903
X106	115.4167	161.050	.526	.899
X107	113.8889	176.559	.144	.904
X108	114.6111	169.444	.373	.901
X109	113.9167	169.621	.458	.900
X110	113.8889	170.844	.389	.901
X111	114.0556	166.854	.585	.898
X112	114.7222	163.863	.531	.899
X113	113.9444	172.168	.361	.901
X114	114.1389	169.723	.491	.899
X115	113.8889	170.787	.593	.899
X116	114.2778	167.863	.479	.899
X117	113.9722	167.913	.438	.900
X118	114.6111	168.873	.467	.900
X119	114.3333	168.457	.466	.900
X120	114.6389	166.980	.515	.899
X121	114.2500	166.021	.729	.896
X122	114.5556	170.825	.497	.900
X123	114.7778	166.292	.509	.899
X124	114.0000	167.086	.465	.900
X125	114.5556	168.597	.455	.900
X126	114.3889	168.016	.555	.898
X127	114.0278	168.542	.657	.898
X128	115.2500	162.936	.495	.900
X129	113.8611	172.809	.481	.900
X130	113.9444	166.454	.574	.898
X131	114.3056	170.504	.578	.899
X132	115.9444	169.654	.324	.903

- Skala *Self Acceptance*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	36	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	36	100,0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,902	27

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X201	105.7222	184.721	.090	.902
X202	106.3333	166.057	.626	.892
X203	105.3889	180.530	.378	.898
X204	106.0833	171.050	.627	.893
X205	106.0833	175.507	.496	.895
X206	106.8056	175.018	.377	.898
X207	105.9444	177.368	.437	.896
X208	105.9722	177.856	.385	.897
X209	106.3611	175.609	.393	.897
X210	106.2500	177.679	.311	.899
X211	105.7500	181.393	.350	.898
X212	106.4167	164.764	.786	.889
X213	105.8889	184.273	.197	.900
X214	106.4167	168.879	.608	.893
X215	105.8333	176.429	.498	.896
X216	106.0278	168.771	.665	.892
X217	105.6389	181.152	.379	.898
X218	106.6111	176.244	.343	.899
X219	105.8611	179.094	.375	.897
X220	106.0556	171.997	.614	.893

X221	105.9722	176.142	.445	.896
X222	106.3889	170.816	.492	.896
X223	106.5000	180.943	.259	.899
X224	106.6111	172.987	.450	.896
X225	105.8333	173.057	.673	.893
X226	106.4167	169.621	.580	.893
X227	105.7500	173.107	.652	.893
X228	106.0833	174.021	.409	.897
X229	105.9722	178.371	.329	.898
X230	106.5833	176.364	.371	.898

LAMPIRAN 5 Hasil Uji Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Body Dissatisfaction	238	67,00	92,00	80,0546	6,12193
Self Esteem	238	71,00	96,00	87,7437	4,40434
Self Acceptance	238	70,00	94,00	83,5714	5,60149
Valid N (listwise)	238				

LAMPIRAN 6 Kategorisasi Data

- Kategorisasi Skala *Body Dissatisfaction*

Body Dissatisfaction

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	53	22,3	22,3	22,3
	Sedang	142	59,7	59,7	81,9
	Tinggi	43	18,1	18,1	100,0
	Total	238	100,0	100,0	

- Kategorisasi Skala *Self Esteem*

Self Esteem

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rendah	43	18,1	18,1	18,1
Sedang	145	60,9	60,9	79,0
Tinggi	50	21,0	21,0	100,0
Total	238	100,0	100,0	

- Kategorisasi Skala *Self Acceptance*

Self Acceptance

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	41	17,2	17,2	17,2
Sedang	146	61,3	61,3	78,6
Tinggi	51	21,4	21,4	100,0
Total	238	100,0	100,0	

LAMPIRAN 7 Hasil Asumsi dan Uji Hipotesis

1. Uji Asumsi
 - a. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		238
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0E-7
	Std. Deviation	5.4801667
Most Extreme Differences	Absolute	.052
	Positive	.052
	Negative	-.051
Test Statistic		.052
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

b. Uji Linearitas

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
BD * SE	Between Groups (Combined)	966.848	21	46.040	1.256	.2
	Linearity	222.914	1	222.914	6.083	.0
	Deviation from Linearity	743.935	20	37.197	1.015	.4
Within Groups		7915.442	216	36.646		
Total		8882.290	237			

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
BD * SA	Between Groups (Combined)	2595.913	22	117.996	4.036	.0
	Linearity	1740.455	1	1740.455	59.525	.0
	Deviation from Linearity	855.458	21	40.736	1.393	.0
Within Groups		6286.377	215	29.239		
Total		8882.290	237			

c. Uji Multikolinearitas

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	34.258	8.039		4.262	.000		
	SE	.075	.084	.054	.894	.372	.941	1.063

SA	.469	.066	.430	7.135	.000	.941	1.063
----	------	------	------	-------	------	------	-------

a. Dependent Variable: BD

2. Uji Hipotesis

d. Hasil Uji Hipotesis H1 dan H2 dengan uji t parsial

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	34,258	8,039		4,262	,000
	Self Esteem	,075	,084	,054	,894	,372
	Self Acceptance	,469	,066	,430	7,135	,000

a. Dependent Variable: Body Dissatisfaction

e. Hasil Uji Hipotesis H3 dengan Uji F simultan

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1764,652	2	882,326	29,131	,000 ^b
	Residual	7117,638	235	30,288		
	Total	8882,290	237			

a. Dependent Variable: Body Dissatisfaction

b. Predictors: (Constant), Self Acceptance, Self Esteem

f. Hasil Koefisien Determinasi (*Adjusted R²*)

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,446 ^a	,199	,192	5,50344

a. Predictors: (Constant), Self Acceptance, Self Esteem

LAMPIRAN 8 Skor Total Responden

NO	<i>Body Dissatisfaction</i>	<i>Self Esteem</i>	<i>Self Acceptance</i>
	Skor Total (Y)	Skor Total (X1)	Skor Total (X2)
1	71	90	73
2	67	91	75
3	74	89	77
4	67	88	79
5	67	90	77
6	72	88	82
7	71	85	80
8	74	81	83
9	85	92	83
10	73	88	74
11	76	90	88
12	75	83	78
13	83	87	79
14	84	88	76
15	80	89	84
16	83	82	70
17	82	89	81
18	87	90	92
19	92	95	92
20	75	93	86
21	72	83	84
22	72	83	82
23	71	89	80
24	74	89	70
25	74	88	89
26	67	92	75
27	73	89	75
28	82	78	80

29	82	95	91
30	80	81	89
31	77	81	87
32	77	94	89
33	75	90	83
34	72	84	86
35	73	90	70
36	67	90	77
37	67	92	74
38	67	87	89
39	76	90	80
40	92	93	94
41	84	88	87
42	84	88	89
43	79	86	87
44	67	94	70
45	79	94	88
46	81	87	84
47	83	92	86
48	79	89	88
49	76	80	81
50	81	87	83
51	79	83	81
52	72	92	70
53	71	94	79
54	83	90	88
55	77	90	85
56	78	88	82
57	73	89	82
58	86	91	86
59	82	86	86
60	87	90	87
61	74	87	82
62	80	92	86
63	82	86	84
64	83	90	82
65	87	88	82
66	82	81	79
67	85	90	84

68	82	92	80
69	84	93	86
70	81	84	74
71	85	91	84
72	77	86	75
73	80	89	83
74	80	88	81
75	81	83	79
76	82	85	84
77	85	82	76
78	84	91	90
79	86	83	79
80	86	84	80
81	82	89	82
82	84	94	86
83	84	89	85
84	88	81	75
85	79	85	86
86	74	93	76
87	85	91	84
88	86	88	86
89	84	80	79
90	84	90	88
91	81	89	87
92	67	79	77
93	77	86	86
94	78	82	88
95	74	89	76
96	78	94	78
97	73	92	78
98	78	84	82
99	80	92	84
100	67	93	76
101	78	89	86
102	80	91	84
103	78	78	78
104	78	85	80
105	67	73	79
106	77	81	84

107	80	86	81
108	84	82	77
109	83	90	80
110	85	77	76
111	80	91	84
112	81	89	84
113	86	71	78
114	82	91	82
115	76	88	89
116	81	88	87
117	88	88	79
118	83	85	87
119	79	94	85
120	74	87	84
121	80	82	70
122	77	77	88
123	81	87	76
124	80	86	83
125	86	88	85
126	83	88	85
127	82	88	82
128	81	84	87
129	79	86	86
130	82	84	84
131	84	80	87
132	80	86	85
133	87	89	88
134	87	86	90
135	92	88	91
136	87	88	92
137	84	89	83
138	82	86	85
139	83	87	94
140	92	88	87
141	84	87	87
142	85	89	92
143	82	93	91
144	84	92	87
145	92	89	85

146	86	87	90
147	85	91	80
148	73	82	87
149	74	87	79
150	75	88	80
151	86	89	83
152	84	81	82
153	82	82	87
154	79	81	89
155	74	85	88
156	84	89	89
157	85	92	87
158	78	89	83
159	79	89	82
160	83	90	81
161	81	90	83
162	83	89	80
163	82	90	83
164	80	85	82
165	80	85	89
166	74	84	79
167	78	82	78
168	79	82	77
169	86	83	89
170	90	96	93
171	87	96	94
172	92	93	94
173	85	94	92
174	85	92	91
175	92	96	93
176	92	92	94
177	85	92	79
178	80	85	70
179	87	94	91
180	83	92	90
181	79	88	92
182	74	92	92
183	73	93	81
184	92	93	93

185	92	95	91
186	75	88	91
187	76	88	82
188	72	90	81
189	71	89	80
190	74	83	89
191	77	83	78
192	80	88	77
193	83	86	79
194	78	86	80
195	86	80	82
196	92	90	80
197	84	80	77
198	92	84	83
199	84	86	90
200	74	88	79
201	72	89	80
202	67	84	82
203	77	86	91
204	78	89	75
205	79	86	75
206	79	92	74
207	82	89	79
208	78	80	82
209	80	85	83
210	83	88	84
211	79	89	86
212	78	89	83
213	75	86	80
214	72	88	88
215	74	85	79
216	73	81	90
217	77	86	90
218	86	85	92
219	87	89	93
220	84	90	86
221	92	95	94
222	86	92	84
223	84	89	92

224	92	94	93
225	88	90	91
226	87	95	90
227	73	88	85
228	74	80	89
229	71	83	84
230	74	84	82
231	75	82	83
232	86	90	82
233	77	94	91
234	92	89	92
235	75	96	86
236	74	95	83
237	75	94	81
238	88	93	86

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Ifrochatul Qoriyati
2. Tempat, Tanggal Lahir : Semarang, 24 Juni 2000
3. Alamat : Jl. Blambangan 1 No. 22 RT 006
RW 006 Kelurahan Bangetayu Wetan Kecamatan Genuk Kota
Semarang
4. Nomor Hp : 081326444993
5. Email : iftochatul06@gmail.com

B. Riwayat Hidup

Pendidikan Formal

1. RA Tarbiyatus Shibyan (2004-2006)
2. MI Tarbiyatus Shibyan (2006-2012)
3. SMP Negeri 14 Semarang (2012-2015)
4. SMK Negeri 2 Semarang (2015-2018)
5. UIN Walisongo Semarang (2018-2023)

Semarang, 22 Maret 2023

Penulis,



Ifrochatul Qoriyati

NIM. 1807016158