HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN CITRA TUBUH PADA SISWA MTS MURTAFA KABUPATEN OKU TIMUR

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian

Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)

Dalam Ilmu Psikologi

Diajukan Oleh:

FITRI NURHASANAH

NIM : 1707016017

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG

2024

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

PENGESAHAN

Judul	:	**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN CITRA TUBUH PADA SISWA MTS MURTAFA KABUPATEN OKU TIMUR**
Penulis	:	Fitri Nurhasanah
NIM	:	1707016017
Jurusan	:	Psikologi

Telah diujikan dalam sidang *munaqosah* oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu Psikologi.

Semarang, 27 Juni 2024

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Dewi Khurun Aini, M.A.
NIP 198605232018012002

Penguji II

Prof. Dr. Baidi Bukhori, S.Ag. M.Si
NIP 197304271996031001

Penguji III

Khairani Zikrinawati, S.Psi., M.A.
NIP 199201012019032036

Penguji IV

Nadya Ariyani Hasanah Nuriyyatiningrum, M. Psi.
NIP 199201172019032019

Pembimbing I

Prof. Dr. Baidi Bukhori, S.Ag. M.Si
NIP 197304271996031001

Pembimbing II

Dewi Khurun Aini, M.A.
NIP 198605232018012002

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : FITRI NURHASANAH

NIM : 1707016017

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN CITRA TUBUH PADA SISWA MTS MURTAFA KABUPATEN OKU TIMUR

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

Semarang, 05 Juni 2024

Pembuat Pernyataan

Fitri Nurhasanah

NIM: 1707016017

:::

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

PERSETUJUAN PEMBIMBING

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

Assalamu'alaikum. wr. wb.
Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut :

Judul	:	HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN CITRA TUBUH PADA SISWA MTS MURTAFA KABUPATEN OKU TIMUR
Nama	:	Fitri Nurhasanah
NIM	:	1707016017
Jurusan	:	S1 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,

Prof. Dr. Baidi Bukhori, S.Ag.,M.Si
NIP. 197304271996031001

Semarang, 13 Juni 2024
Yang bersangkutan

Fitri Nurhasanah
NIM 1707016017

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 skripsidengan judul sebagai berikut.

Judul	:	HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN CITRA TUBUH PADA SISWA MTS MURTAFA KABUPATEN OKU TIMUR
Nama	:	Fitri Nurhasanah
NIM	:	1707016017
Jurusan	:	S1 Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi danKesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.
Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Dewi Khurun Aini, M.A.
NIP. 198605232018012002

Semarang, 13 Juni 2024
Yang bersangkutan

Fitri Nurhasanah
NIM 1707016017

KATA PENGANTAR

Rasa syukur yang mendalam disampaikan kepada Allah SWT atas rahmat dan berkah-Nya, yang telah memungkinkan penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini ditulis untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan guna memperoleh gelar Sarjana (S1) dalam bidang Psikologi (S.Psi) dari Fakultas Psikologi dan Kesehatan di UIN Walisongo Semarang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, dikarenakan keterbatasan kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki oleh penulis. Penulis sangat berharap bahwa skripsi ini akan bermanfaat bagi pihak lain. Selama proses penulisan skripsi ini, penulis telah memperoleh pelajaran yang tak ternilai, dukungan, motivasi, dan arahan dari berbagai pihak yang terlibat baik dalam pelaksanaan maupun penyusunan skripsi.

Proses penelitian dan penulisan laporan skripsi juga menghadapi tantangan dan kekurangan. Namun, hambatan-hambatan tersebut dapat diatasi melalui diskusi dengan dosen pembimbing serta dukungan dan semangat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr Nizar Ali., M.Ag selaku rektor UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya.
2. Bapak Prof. Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M. Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya.
3. Ibu Dewi Khurun Aini, M.A., selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
4. Bapak Prof. Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M. Si., selaku Pembimbing I dan Ibu Dewi Khurun Aini, M.A. selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, dukungan, arahan, motivasi dan waktunya selama proses penyusunan skripsi.
5. Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmunya.

6. Seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas yang menunjang. Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini jauh dari kata sempurna dan masih terdapat kekurangan. Akan tetapi, penulis berharap penelitian ini dapat memberikan sumbangan serta manfaat bagi siapapun yang membaca.
7. Kedua orang tua Bapak Suwardi dan Ibu Partinem tersayang yang selalu mendoakan untuk kebaikan anak-anaknya, selalu memberikan kasih sayang, cinta, dukungan, dan motivasi. Menjadi suatu kebanggaan memiliki orang tua yang mendukung anaknya untuk mencapai cita-cita. Terima kasih Bapak dan Ibu telah membuktikan kepada dunia bahwa anak petani bisa menjadi sarjana.
8. Teruntuk suami Agung Setiawan dan anak penulis Daneen Alishba Yumna keluarga kecil penulis, terimakasih karena kalian penulis bisa bangkit kembali untuk mengerjakan skripsi ini. Selain kedua orang tua, kalian adalah alasan kedua untuk sampai di titik ini. Anak penulis semoga kelak mempunyai masa depan yang baik
9. Terima kasih untuk diri sendiri, Terima kasih sudah menepikan ego dan memilih untuk kembali bangkit dan menyelesaikan semua ini. Terima kasih telah mengendalikan diri dari berbagai tekanan di luar keadaan dan tak pernah mau memutuskan untuk menyerah, kamu hebat.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dan memiliki beberapa kekurangan. Namun demikian, penulis berharap penelitian ini dapat memberikan kontribusi dan manfaat bagi para pembaca.

Semarang, 5 Juni 2024

Penulis

Fitri Nurhasanah

NIM: 1707016017

MOTTO

"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya."

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

MESKIPUN IMPIAN KU PROSES NYA LAMA TAPI AKU YAKIN DOA IBU AKAN MENUNTUN KU KESANA

"Untuk masa-masa sulitmu, biarlah Allah yang menguatkanmu. Tugasmu hanya berusaha agar jarak antara kamu dengan Allah tidak pernah jauh."

"Orang lain ga akan paham struggle dan masa sulitnya kita, yang mereka ingin tahu hanya bagian success storiesnya aja. Jadi berjuanglah untuk diri sendiri meskipun gak akan ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini.

Jadi tetap berjuang ya." – Fitri

DAFTAR ISI

PENGESAHAN ..... Error! Bookmark not defined.

PERNYATAAN KEASLIAN ..... Error! Bookmark not defined.

KATA PENGANTAR vi

MOTTO viii

DAFTAR ISI ix

DAFTAR TABEL xii

DAFTAR LAMPIRAN xiii

ABSTRACT xiv

ABSTRAK xv

BAB I PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang 1

B. Rumusan Masalah 5

C. Tujuan Penelitian 5

D. Manfaat Penelitian 5

E. Keaslian Penelitian 5

BAB II KAJIAN TEORI 11

A. Citra tubuh 11

1. Definisi Citra tubuh 11

2. Aspek-Aspek Citra tubuh 11

3. Faktor-Faktor Citra tubuh 12

4. Citra tubuh Menurut islam 13

B. Harga Diri 14

1. Definisi Harga Diri 14

2. Aspek-Aspek Harga Diri 15

3. Faktor-Faktor Harga Diri 18
4. Harga Diri Menurut Islam 20
C. Hubungan Antara Harga Diri dengan Citra Tubuh pada Siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur 20
D. Hipotesis 23
BAB III METODE PENELITIAN 24
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian 24
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional 24
1. Variabel Penelitian 24
2. Definisi Operasional 25
C. Tempat dan Waktu Penelitian 25
1. Tempat Penelitian 25
2. Waktu Penelitian 25
D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling 25
1. Populasi 25
2. Sampel 26
3. Teknik Sampling 27
E. Teknik Pengumpulan Data 27
1. Skala Citra Tubuh 28
2. Skala Harga Diri 29
F. Validitas dan Reliabilitas 30
1. Validitas 30
2. Reliabilitas 31
G. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas 31
1. Hasil Uji Validitas 31
2. Hasil Uji Reliabilitas 32

H. Teknik Analisis Data 33

1. Uji Asumsi Klasik 33

2. Uji Hipotesis 34

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 35

A. Hasil Penelitian 35

1. Deskripsi Data 35

2. Kategorisasi 35

B. Hasil Uji Asumsi Klasik 38

1. Uji Normalitas 38

2. Uji Linieritas 39

3. Uji Hipotesis 40

C. Pembahasan 41

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 44

A. Kesimpulan 44

B. Saran 44

DAFTAR PUSTAKA 46

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Rincian Siswa MTs Murtafa Kab. Oku Timur 26
Tabel 2 Rentang Pengukuran Sikap 28
Tabel 3 Blueprint Citra Tubuh 28
Tabel 4 Blueprint Skala Harga Diri 29
Tabel 5 Hasil Uji Validitas Citra Tubuh 31
Tabel 6 Hasil Uji Valditas Harga Diri 32
Tabel 7 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Citra Tubuh 32
Tabel 8 Hasil Uji Coba Variabel Harga Diri 33
Tabel 9 Interpretasi Koefisien Korelasi 34
Tabel 10 Rincian Siswa MTs Murtafa Kab. Oku Timur 35
Tabel 11 Deskripsi Data 36
Tabel 12 Kategorisasi Variabel Citra Tubuh 36
Tabel 13 Distribusi Data Variabel Citra Tubuh 37
Tabel 14 Kategorisasi Variabel Harga Diri 37
Tabel 15 Distribusi Data Variabel Harga Diri 38
Tabel 16 Hasil Uji Normalitas 39
Tabel 17 Hasil Uji Linieritas 40
Tabel 18 Hasil Uji Hipotesis 40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Kelas 49

Lampiran 2 Blueprint Citra Tubuh Sebelum Uji Coba 49

Lampiran 3 Blueprint Skala Harga Diri 49

Lampiran 4 Hasil Uji Validitas Citra Tubuh 50

Lampiran 5 Hasil Uji Valditas Harga Diri 50

Lampiran 6 Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas 51

Lampiran 7 Skala Sebelum Uji Coba 53

Lampiran 8 Skala Setelah Uji Coba 55

Lampiran 9 Deskripsi Data 57

Lampiran 10 Kategorisasi Variabel Citra Tubuh 57

Lampiran 11 Distribusi Data Variabel Citra Tubuh 57

Lampiran 12 Kategorisasi Variabel Harga Diri 58

Lampiran 13 Distribusi Data Variabel Harga Diri 58

Lampiran 14 Hasil Uji Normalitas 59

Lampiran 15 Hasil Uji Linieritas 59

Lampiran 16 Hasil Uji Hipotesis 60

Lampiran 17 Gambar Pengisian Skala Oleh Subjek 61

Lampiran 18 Tabulasi Uji Coba Citra Tubuh 62

Lampiran 19 Tabulasi Uji Coba Harga Diri 63

Lampiran 20 Tabulasi Uji Data Variabel Citra Tubuh 65

Lampiran 21 Tabulasi Hasil Uji Data Variabel Harga Diri 67

Lampiran 22 Daftar Riwayat Hidup 71

ABSTRACT

This study aims to empirically examine the relationship between self-esteem and body image among students at MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur. This research uses a quantitative approach with correlational analysis techniques. The hypothesis in this study is that there is a relationship between self-esteem and body image among students at MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur. The sample size used in this study is 63 students, selected using a nonprobability sampling technique of saturated sampling with a population of 63 students. This study employs a body image scale developed by Mubarokah (2022) and the Rosenberg Self-Esteem Scale (RES) designed by Rosenberg (1965) as measurement instruments. The data analysis method uses the Pearson product-moment test with simple correlation types. The hypothesis results indicate a positive relationship between self-esteem and body image at 0.444 in the moderate category, with a significance value of 0.000. This means that the higher the self-esteem, the higher the body image, and conversely, the lower the self-esteem, the lower the body image. Therefore, it can be concluded that there is a significant positive relationship between self-esteem and body image among students at MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur.

Keywords: body image, self-esteem

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis korelasional. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur. Jumlah sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 63 siswa yang diambil dengan teknik *nonprobability sampling* dengan jenis *sampling jenuh* dengan populasi sebesar 63 siswa. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala citra tubuh yang merujuk pada skala yang dikembangkan oleh Mubarokah (2022) dan skala harga diri yang merujuk pada alat ukur *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RES) yang dirancang oleh Rosenberg (1965). Metode analisis data menggunakan uji *pearson product moment* dengan jenis korelasi sederhana. Hasil hipotesis menunjukkan terdapat hubungan positif antara harga diri dan citra tubuh sebesar 0,444 dalam kategori sedang dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi harga diri maka semakin tinggi citra tubuh dan sebaliknya semakin rendah harga diri semakin rendah citra tubuh. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang singnifikan antara harga diri dengan citra tubuh pada siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur.

Kata Kunci: citra tubuh, harga diri

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan sepanjang hidupnya, dan salah satu fase penting dalam proses tersebut adalah masa remaja. Masa remaja biasanya dimulai pada rentang usia 12-21 tahun untuk perempuan dan 13-22 tahun untuk laki-laki. Selama masa remaja, individu mengalami pertumbuhan fisik dan psikologis yang cepat. Pertumbuhan fisik remaja mencakup pertambahan berat badan, tinggi badan, perubahan bentuk tubuh, dan perubahan pada organ seks. Sementara itu, pertumbuhan psikologis remaja meliputi perubahan dalam aspek kognitif, sosial, dan emosional (Savitri & Listiyandini, 2017:43). Setiap tahap perkembangan yang dialami manusia memiliki tugas-tugas perkembangan yang harus diselesaikan, dan masa remaja tidak terkecuali. Selama masa remaja, individu dihadapkan pada tugas untuk menerima keadaan tubuhnya dan menggunakan tubuh tersebut secara efektif. Artinya, selain dari aspek fisik dan psikologis, remaja juga harus belajar menghargai dan memahami tubuhnya sendiri, serta menggunakan tubuh tersebut dengan bijaksana dalam menjalani kehidupan mereka. Ini mencerminkan pentingnya pengembangan identitas dan kemandirian yang merupakan bagian integral dari proses perkembangan remaja (Dianningrum dan Satwika, 2021:194).

Masa remaja yang kerap disebut sebagai periode pubertas, merupakan saat transisi yang sangat khas, ditandai oleh beragam perubahan fisik, emosional, dan psikologis (Komarudin dkk., 2022:265). Perubahan fisik, mental, dan emosional sosial yang terjadi pada remaja menghasilkan respons yang bervariasi pada setiap individu. Proses ini berdampak pada kehidupan remaja yang ditandai dengan mulai munculnya minat untuk bergabung dengan lingkungan sosial mereka. Tantangan yang paling utama dan paling sulit yang dihadapi oleh remaja adalah bagaimana mereka dapat menyesuaikan diri dengan kelompok sebaya, kelompok sosial baru, perubahan sikap sosial, serta

nilai-nilai baru yang muncul dalam seleksi persahabatan. Selain itu, remaja juga dihadapkan pada aspek penting lainnya, seperti dukungan dan penolakan sosial dari lingkungan mereka, serta nilai-nilai baru yang muncul dalam seleksi pemimpin. Kesemuanya ini merupakan bagian integral dari proses adaptasi remaja terhadap perubahan sosial yang terjadi di ser mereka. Proses adaptasi ini tidak hanya menentukan bagaimana remaja akan berinteraksi dengan lingkungan sosialnya, tetapi juga membentuk identitas sosial dan nilai-nilai yang akan mereka anut sebagai individu yang sedang berkembang (Said dan Herdajani, 2023:4).

Salah satu bentuk adaptasi tersebut adalah perkembangan bentuk tubuh yang semakin dewasa semakin berubah. Perkembangan fisik pada masa remaja sangatlah penting untuk diterima dengan puas karena penampilan fisik dan identitas seksual merupakan ciri khas seseorang yang mudah dikenali oleh orang lain. Cara individu melihat tubuhnya sendiri serta pandangan orang lain terhadap penampilannya berpengaruh pada kehidupan sehari-hari, termasuk interaksi sosial dan perencanaan masa depan. Remaja umumnya prihatin dengan perubahan fisiknya dan terkadang merasa tidak puas dengan penampilannya, terutama jika tidak sesuai dengan standar budaya yang ada. Kecemasan juga muncul akibat gangguan kulit seperti jerawat atau masalah berat badan. Kesemuanya menekankan pentingnya menerima dan menghargai tubuh sendiri selama masa remaja (Wiranatha dan Supriyadi, 2015:39). Citra tubuh adalah representasi mental, persepsi, dan penilaian yang dimiliki seseorang terhadap pikiran dan perasaannya yang terkait dengan bentuk dan ukuran tubuhnya sendiri. Ini mencakup bagaimana seseorang melihat dan merasakan tubuhnya, serta bagaimana seseorang menilai kecocokan, keindahan, atau ketidakpuasan terhadap aspek fisiknya. Selain itu, citra tubuh juga mencakup penilaian yang diberikan oleh orang lain terhadap individu tersebut, termasuk pandangan dan opini orang lain tentang penampilan fisiknya. Dengan demikian, citra tubuh mencerminkan persepsi dan evaluasi holistik tentang tubuh seseorang, baik dari sudut pandang internal maupun eksternal (Wiranatha dan Supriyadi, 2015:40).

Salah satu faktor yang mempengaruhi citra tubuh pada individu adalah harga diri. Individu dengan harga diri yang tinggi cenderung memiliki pandangan yang positif terhadap tubuhnya. Mereka merasa percaya diri dan puas dengan penampilan fisik mereka. Mereka mungkin lebih mampu menerima kekurangan atau perubahan dalam tubuh mereka, dan melihatnya sebagai bagian yang alami dari diri mereka yang unik. Ini membuat mereka lebih mungkin untuk menjaga kesehatan tubuh secara positif, seperti dengan menjaga pola makan sehat dan berolahraga secara teratur. Di sisi lain, individu dengan harga diri yang rendah mungkin cenderung memiliki citra tubuh yang negatif. Mereka mungkin merasa tidak puas atau tidak percaya diri dengan penampilan fisik mereka. Hal ini bisa disebabkan oleh perasaan tidak berharga atau tidak layak yang mungkin muncul dalam diri mereka. Mereka mungkin lebih rentan terhadap kecenderungan untuk membandingkan diri dengan standar kecantikan yang tidak realistis atau tidak sehat. Hal ini dapat berdampak negatif pada kesejahteraan mental dan emosional mereka. Dengan demikian, tingkat harga diri yang tinggi atau rendah akan memengaruhi bagaimana seseorang melihat dan merasakan tubuh mereka. Perasaan harga diri yang kuat dapat membantu seseorang mengembangkan citra tubuh yang positif, sementara harga diri yang rendah dapat mengarah pada citra tubuh yang negatif. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan dan memperkuat harga diri individu sebagai bagian dari upaya untuk meningkatkan kesejahteraan mental dan emosional mereka, serta mempromosikan pandangan yang sehat tentang tubuh (Nisa dan Ramasari, 2019:2).

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lupitasari (2019) yang menghasilkan bahwa dapat diketahui terdapat hubungan antara harga diri dan citra tubuh pada remaja putri kelas X SMA. Sehingga, berdasarkan penelitian tersebut diketahui bahwa semakin tinggi skor harga diri maka semakin tinggi citra tubuh remaja putri. Sebaliknya, semakin rendah harga diri maka semakin rendah pula citra tubuh putri kelas X SMA. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Suarya (2018) yang mengemukakan bahwa terdapat hubungan antara harga diri dengan citra tubuh

pada remaja perempuan. Sehingga semakin tinggi harga diri perempuan, maka semakin tinggi citra tubuhnya. Namun, semakin rendah harga diri perempuan maka akan semakin rendah citra tubuh perempuan.

Selain itu untuk memperkuat penelitian ini, peneliti telah melakukan prariset pada 4 siswa yang berdasarkan pada aspek-aspek citra tubuh siswa yaitu fisik, psikis, dan sosial. Berdasarkan hasil prariset, diketahui bahwa terdapat beberapa masalah yang dialami siswa yaitu sebagai berikut. Terdapat siswa yang menjadi korban *bullying*. Hal ini dikarenakan warna kulit siswa tersebut berwarna coklat kehitaman. Perbedaan warna kulit tersebut berakibat pada siswa yang merasa memiliki citra yang buruk pada dirinya. Citra yang buruk ini berakibat pada kehilangan harga dirinya. Citra yang buruk berakibat pada konsep diri yang berubah. Di mana yang awalnya, konsep diri bahwa tubuh itu merupakan ciptaan Tuhan yang maha esa, namun semakin lama menjadikan korban menyalahkan dirinya sendiri karena berbeda dengan yang lainnya.

Selain itu, berdasarkan hasil wawancara di dapatkan bahwa beberapa siswa memiliki citra tubuh yang kurang baik. Beberapa siswa beranggapan bahwa dirinya terlalu gemuk atau terlalu kurus. Hal ini berakibat pada siswa mengalami harga diri yang perlahan menghilang. Terkadang, beberapa siswa memang sedang mengobrol tentang berat badannya. Namun siswa-siswa yang memiliki berat badan yang terlalu gemuk atau terlalu kurus merasa bahwa obrolan tersebut bertujuan untuk menyindirnya. Padahal obrolan tersebut bukan untuk menyindir siswa tersebut. Hal ini berakibat pada citra tubuh siswa-siswa yang memiliki berat badan yang terlalu gemuk atau terlalu kurus mulai kehilangan harga dirinya.

Berdasarkan latar belakang di atas, terdapat permasalahan yang sangat penting untuk diteliti lebih dalam. Sehingga peneliti membuat penelitian yang berjudul “Hubungan antara Harga Diri dengan Citra Tubuh pada Siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, maka tujuan penelitian pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian dari penelitian ini yaitu:

1. Bagi Siswa

   Harapannya, penelitian ini dapat membantu siswa untuk lebih memahami harga diri mereka dan bagaimana hal itu berkaitan dengan persepsi mereka terhadap citra tubuh mereka sendiri. Dengan demikian, siswa dapat lebih sadar tentang kekuatan dan kelemahan mereka sendiri.
2. Bagi Guru

   Guru dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan mental dan emosional siswa, seperti harga diri dan citra tubuh. Dengan demikian, mereka dapat lebih sensitif terhadap kebutuhan individu siswa dan mengadaptasi pendekatan pengajaran mereka sesuai dengan situasi tersebut.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Penelitian ini dapat memberikan kontribusi penting pada literatur akademis dalam bidang psikologi, pendidikan, atau kesehatan mental dengan memperluas pemahaman tentang faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan siswa.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian merujuk pada kontribusi baru yang dibuat oleh penelitian tersebut dalam bidang studi tertentu. Sehingga, penelitian yang berkaitan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Dianningrum dan Satwika (2021) tentang hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja perempuan. Penelitian ini berfokus pada hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja perempuan. Dengan menggunakan metode kuantitatif, peneliti mengambil subjek penelitian dari pelajar SMAN 1 Kedungadem yang berjenis kelamin perempuan dan berada di kelas X, dengan pengambilan sampel dilakukan secara acak menggunakan metode simple random sampling. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah skala Likert dengan empat pilihan jawaban. Data kemudian dianalisis menggunakan analisis korelasi product moment dengan bantuan perangkat lunak SPSS 22.0 for Windows. Pemilihan metode ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja perempuan. Hasil analisis data menunjukkan nilai korelasi sebesar 0.315 (r hitung > r tabel) dengan interval antara 0.21-0.40, yang menunjukkan adanya hubungan yang rendah namun positif antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja perempuan.

Perbedaan dan persamaan antara kedua penelitian tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Perbedaan:
    a. Objek Penelitian: Penelitian pertama berfokus pada siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur, sementara penelitian kedua berfokus pada remaja perempuan dari SMAN 1 Kedungadem.
    b. Variabel Penelitian: Penelitian pertama mengeksplorasi hubungan antara harga diri dan citra tubuh, sedangkan penelitian kedua memperhatikan hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri.
    c. Subjek Penelitian: Subjek penelitian pertama adalah siswa MTs, sementara subjek penelitian kedua adalah remaja perempuan dari SMAN.
2. Persamaan:

a. Tujuan Penelitian: Keduanya memiliki tujuan yang mirip, yaitu untuk mengeksplorasi hubungan antara variabel yang diteliti.
b. Metode Kuantitatif: Kedua penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dalam melakukan analisis.
c. Penekanan pada Hubungan Variabel: Baik penelitian pertama maupun kedua menyoroti hubungan antara variabel yang diteliti.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Udayana (2015) tentang Hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja pelajar puteri di Kota Denpasar. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel yang disebut cluster sampling. Responden terdiri dari remaja pelajar puteri dari lima Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) Denpasar, dengan jumlah total 492 siswi. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini meliputi skala citra tubuh dengan 38 item (reliabilitas: 0,859) dan skala kepercayaan diri dengan 24 item (reliabilitas: 0,881). Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian melibatkan korelasi product moment dan regresi sederhana. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui bentuk hubungan antara variabel citra tubuh dan variabel kepercayaan diri, serta seberapa besar nilai variabel citra tubuh dapat menjelaskan variabel kepercayaan diri. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang searah namun lemah antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja pelajar puteri di Kota Denpasar ($r = 0,350$; $p < 0,05$). Temuan ini konsisten dengan pandangan yang dikemukakan oleh Centi (1997), yang menyatakan bahwa individu yang tidak puas atau tidak menerima tubuh dan penampilannya cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah.

1. Perbedaan:
   a. Objek Penelitian: Penelitian pertama fokus pada siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur, sementara penelitian kedua difokuskan pada remaja pelajar puteri di Kota Denpasar.
   b. Variabel Penelitian: Penelitian pertama menginvestigasi hubungan antara harga diri dan citra tubuh, sedangkan penelitian kedua meneliti hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri.

c. Subjek Penelitian: Subjek penelitian pertama adalah siswa MTs, sedangkan subjek penelitian kedua adalah remaja pelajar puteri di SMAN Denpasar.

2. Persamaan:
   a. Tujuan Penelitian: Kedua penelitian bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara variabel yang diteliti, meskipun variabelnya berbeda.
   b. Metode Kuantitatif: Kedua penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dalam melakukan analisis data.
   c. Pendekatan Analisis: Keduanya menggunakan analisis korelasi untuk mengevaluasi hubungan antara variabel-variabel yang diteliti.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Lupitasari (2019) tentang Hubungan antara Harga Diri dan Citra Tubuh pada Remaja Putri Kelas X SMA. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan harga diri dengan citra tubuh pada remaja putri di SMA Z di Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *ex post facto*. Penelitian dilakukan di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMA dengan populasi 130 remaja dan sampel berjumlah 100 remaja. Pengumpulan data dilakukan dengan skala harga diri dan citra tubuh. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, harga diri berhubungan dengan citra tubuh pada remaja putri kelas X di SMA Z Yogyakarta dengan nilia korelasi sebesar 0.458 dengan signifikansi (p) < 0.05.

1. Perbedaan:
   a. Objek Penelitian: Penelitian pertama fokus pada siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur, sedangkan penelitian kedua berfokus pada remaja putri di SMA Z di Yogyakarta.
   b. Lokasi Penelitian: Penelitian pertama dilakukan di Kabupaten Oku, sementara penelitian kedua dilakukan di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta.
2. Persamaan:

a. Tujuan Penelitian: Kedua penelitian memiliki tujuan yang serupa, yaitu untuk mengeksplorasi hubungan antara variabel yang diteliti.
b. Variabel yang Diteliti: Keduanya meneliti variabel harga diri dan citra tubuh, meskipun fokusnya sedikit berbeda pada penelitian kedua.
c. Pendekatan Analisis: Keduanya menggunakan analisis korelasi untuk mengevaluasi hubungan antara variabel-variabel yang diteliti.

Keempat, Said dan Herdajani (2023) tentang hubungan citra tubuh dan harga diri dengan kecemasan sosial pada siswi kelas x sma negeri "X" Jakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan citra tubuh dan harga diri dengan kecemasan sosial pada siswi kelas X SMA Negeri "X" Jakarta. Kecemasan sosial dianggap sebagai variabel dependen, sementara citra tubuh dan harga diri dianggap sebagai variabel independen. Populasi penelitian ini adalah siswi kelas X SMA Negeri "X" Jakarta. Metode pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling dengan sampel sebanyak 106 siswi. Hasil analisis data menggunakan korelasi bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bersifat negatif antara variabel citra tubuh dan kecemasan sosial, dengan nilai korelasi (r = -0,362) dan (p = 0,000). Begitu juga dengan variabel harga diri, yang juga menunjukkan hubungan yang bersifat negatif dengan kecemasan sosial, dengan nilai korelasi (r = -0,429) dan (p = 0,000). Selanjutnya, pada uji regresi, didapatkan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,248. Berdasarkan regresi korelasi multivariat, ditemukan nilai koefisien korelasi (R = 0,184) dan (p = 0,000), yang menunjukkan adanya hubungan antara citra tubuh dan harga diri dengan kecemasan sosial. Sumbangan efektif citra tubuh dan harga diri terhadap kecemasan sosial sebesar 24,8%, sedangkan 75,2% sisanya merupakan sumbangan dari faktor lain yang tidak diteliti.

1. Perbedaan:
    a. Objek Penelitian: Penelitian pertama fokus pada siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur, sementara penelitian kedua berfokus pada siswi kelas X SMA Negeri "X" Jakarta.

b. Variabel Penelitian: Penelitian pertama meneliti hubungan antara harga diri dan citra tubuh pada siswa MTS, sedangkan penelitian kedua meneliti hubungan citra tubuh dan harga diri dengan kecemasan sosial pada siswi SMA.
c. Populasi Penelitian: Penelitian pertama berfokus pada siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur, sedangkan penelitian kedua fokus pada siswi kelas X SMA Negeri "X" Jakarta.

3. Persamaan:
   a. Tujuan Penelitian: Keduanya memiliki tujuan yang serupa, yaitu untuk mengetahui hubungan antara variabel yang diteliti.
   b. Variabel Independen: Keduanya mempertimbangkan citra tubuh dan harga diri sebagai variabel independen.
   c. Analisis Data: Keduanya menggunakan korelasi bivariat dan regresi multivariat untuk menganalisis hubungan antara variabel-variabel yang diteliti.

BAB II
KAJIAN TEORI

A. Citra tubuh

1. Definisi Citra tubuh

Citra tubuh adalah gambaran keseluruhan tentang diri dan persepsi terhadap diri sendiri, meski tidak semua citra tubuh sama dengan kenyataan, namun meyakini hal tersebut. Citra tubuh membentuk karakter, perilaku, penampilan dan metode pengambilan keputusan, termasuk penghargaan terhadap kondisi fisik (Zakirah, 2018: 6). Lama dan Carter (dikutip dari Nababan dan Dewi, 2013: 4) menjelaskan bahwa citra tubuh adalah cara individu memandang dirinya sendiri. Ini termasuk cara dia melihat dirinya sendiri secara fisik, atau pendapatnya tentang siapa dan apa dia, juga apa yang dia ketahui tentang dirinya. Ketika individu mencerna umpan balik yang diterima dari lingkungan,itu akan membentuk citra tubuh. Menurut Hurlock (dikutip dari Rohman, 2019: 282) citra tubuh adalah semua ide dan perasaan seseorang, baik itu ingatan atau karakteristik pribadi, berupa keyakinan, nilai dan kepercayaan. Citra tubuh menurut Sunastiko adalah gambaran diri yang dibuat oleh individu berdasarkan penilaiannya sendiri dan persepsi orang lain tentang dirinya, sesuai dengan penampilannya dan perasaan yang menyertainya (Sunastiko N.R.H, dan Putra, 2016: 56). Menurut Herlinda Fitria (dikutip dari Zakirah, 2018: 6) terbentuknya cintra diri ketika individu menampilkan gaya hidup atau penampilan yang menarik untuk mengesankan orang lain atau menyukai gaya hidup dan penampilannya

Berdasarkan beberapa pengertian di atas citra tubuh adalah persepsi tentang diri yang dibuat oleh individu mengenai penampilan diri berdasarkan penilaian dari orang lain maupun diri sendiri.

2. Aspek-Aspek Citra tubuh

Menurut Jersild (dikutip dari Fristy, 2015:5) aspek citra tubuh mencakup tiga komponen, yaitu:

a. Fisik (*Perceptual Component*)

   Merupakan citra individu tentang penampilannya, terutama tubuh dan ekspresi yang diberikan kepada orang lain. ini termasuk daya tarik (*attractiviness*), kesesuaian (*appropriatiness*) yang berhubungan dengan daya tarik individu terhadap orang lain. Hal ini dicontohkan pada individu yang memiliki wajah cantik dan badan langsing, sehingga individu tersebut disukai oleh orang lain.

b. Psikis (*Conceptual Component*)

   Merupakan konsepsi individu tentang karakteristik diri sendiri, seperti kelebihan atau kemampuannya, kelemahan, dan keterbatasannya.

c. Sosial (*Attitudional Component*)

   Adalah pikiran dan perasaan pribadi tentang diri sendiri, status, dan pendapat orang lain.

James (dikutip dari Sibarani, 2019: 13) membagi citra tubuh menjadi tiga komponen, yaitu:

a. Material Self, tubuh menjadi bagian terpenting individu, dan pakaian adalah yang kedua
b. Social Self, reaksi atau pengenalan yang diperoleh individu dari teman maupun orang lain.
c. Spiritual Self, kemampuan serta keterampilan psikologis. Bagian terpenting dalam diri individu yang mengacu pada bagian terdalam dari individu sebagai subjek.

Berdasarkan uraian di atas, aspek-aspek citra tubuh meliputi fisik (Perceptual Component), psikis (Conceptual Component), dan sosial (Attitudional Component). Aspek tersebut merupakan aspek yang digunakan untuk meneliti citra tubuh.

3. Faktor-Faktor Citra tubuh

Faktor-faktor yang berperan dalam pembentukan citra tubuh individu menurut Leo (dikutip dari Devya, 2015: 436), yaitu sebagai berikut :

a. Orang tua

Perkataan yang ditujukan untuk seorang anak dari orang tuanya dapat dianggap sebagai suatu kebenaran. Anak akan percaya pada apa yang dimasukan ke dalam imajinasinya. Misalnya, perkataan seorang ibu pada anak menyebutnya sebagai anak nakal, maka anak itu akan mencerna informasi tersebut ke dalam gambaran mentalnya sebagai suatu kebenaran dan akhirnya akan berpikir bahwa dirinya adalah seorang anak yang nakal.

b. Lingkungan

Suatu lingkungan mempunyai nilai-nilai budaya yang dapat dimasukan ke dalam imajinasi individu. Baik itu nilai yang buruk maupun bagus. Seperti rambut keriting itu jelek dan rambut lurus itu cantik. Orang dengan rambut keriting yang mendengarkan akan merasa dirinya jelek dan berpikir bahwa temannya yang berambut lurus itu cantik, sehingga muncul citra tubuh yang negative terhadap dirinya sendiri.

c. Diri sendiri

Hal ini berhubungan dengan self talk (pembicaraan dengan diri sendiri). Pada saat individu sedang mengalami tekanan, self talk akan muncul. Apa yang akan dikatakan kepada diri sendiri akan membuat gambaran diri yang dapat menipu atau mendukung di orang tersebut. Dari sinilah dapat muncul kepercayaan yang benar ataupun kepercayaan yang salah di dalam diri.

4. Citra tubuh Menurut islam

Persoalan citra tubuh dijelaskan dalam Al-Qur'an surat At-Tin ayat 4 :

لَقَدْ خَلَقْنَا ٱلْإِنسَٰنَ فِىٓ أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

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

Dalam tafsir Al-Azhar (1985: 206) juga menjelaskan mengenai ayat ini yaitu bahwa manusialah yang diciptakan oleh Allah dalam sebaik-baiknya baik lahir maupun batin.

Pengakuan Allah bahwa Dia menciptakan manusia dengan kondisi fisik dan mental yang terbaik berarti mereka perlu dibina dan dikembangkan, baik fisik maupun mental. Tubuh manusia memelihara dan berkembang bila dipelihara dengan baik dan tetap sehat. Dan jiwa manusia dirawat dan dikembangkan dengan memberinya agama dan pendidikan yang baik. Ketika tubuh dan pikiran manusia dirawat dan dikembangkan, manusia akan dapat membawa manfaat besar bagi alam ini (Kemenag, 2016: 713).

Oleh karena itu, penting bagi manusia memiliki citra tubuh yang positif. Jika citra tubuh yang dimiliki oleh manusia itu negatif, maka kemuliaan dan keistimewaan yang telah ada pada dirinya akan berubah menjadi kerendahan.

B. Harga Diri

1. Definisi Harga Diri

James mendefinisikan self sebagai sekumpulan perasaan dan pikiran yang membentuk kesadaran individu terhadap keunikan mereka. Ini meliputi pemahaman tentang diri sendiri, pengamatan terhadap apa yang dimiliki individu, dan perasaan tentang karakteristik, sifat, dan atribut lainnya (Jersild, 1951: 123). Sementara itu, Coopersmith (1976: 370) menjelaskan bahwa harga diri adalah evaluasi individu terhadap diri mereka sendiri, termasuk dalam hal penerimaan atau penolakan diri, serta keyakinan akan nilai, kemampuan, dan tujuan yang dimiliki. Harga diri ini bersifat subjektif dan merujuk pada penilaian individu terhadap nilai pribadinya. Meskipun demikian, nilai harga diri tidak selalu mencerminkan bakat atau kemampuan objektif seseorang, dan tidak selalu sejalan dengan penilaian orang lain terhadap individu tersebut. Terlebih lagi, individu dengan harga diri yang tinggi tidak selalu merasa lebih baik atau lebih unggul daripada orang lain

(Rosenberg, 1965:83). Konsep harga diri secara keseluruhan mencakup perasaan penerimaan dan penilaian positif terhadap diri sendiri, namun harus dibedakan dengan perilaku narsistik di mana individu cenderung memiliki pandangan yang berlebihan tentang diri mereka sendiri (Ackerman dkk., 2011: 83).

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa harga diri adalah evaluasi menyeluruh terhadap diri seseorang, yang mencakup penilaian positif dan negatif tentang diri mereka sendiri. Ini mencerminkan bagaimana individu melihat diri mereka sendiri sebagai individu yang memiliki nilai, keahlian, serta kemampuan yang berharga dan berarti. Hal ini mencakup persepsi tentang kemampuan, keberhasilan, dan keunikan yang dimiliki oleh individu. Dengan kata lain, harga diri mencakup cara individu menilai diri mereka sendiri dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk keahlian, nilai, dan perasaan berharga yang dimiliki.

2. Aspek-Aspek Harga Diri

Aspek harga diri menurut Heatherton dan Polivy (1991: 898),yakni:

a. Performance

Mengarah pada individu yang memiliki kemampuan intelektual yang baik, kemampuan umum yang kuat, serta pencapaian yang baik di sekolah. Kemampuan untuk mengatur diri mereka sendiri dengan baik, memiliki keyakinan diri yang tinggi, dan mandiri dalam menghadapi tantangan dan situasi kehidupan sehari-hari. Dengan kata lain, individu tersebut cenderung memiliki kemampuan kognitif yang baik, termasuk dalam memahami dan memecahkan masalah, serta memiliki kontrol diri yang baik dalam mengelola emosi, waktu, dan tugas-tugas sehari-hari. Selain itu, mereka juga memiliki rasa percaya diri yang kuat dan mampu untuk bertindak secara mandiri dalam mencapai tujuan dan mengatasi hambatan yang muncul dalam kehidupan mereka.

b. Social

Mengarah pada cara individu melihat diri mereka sendiri melalui pandangan dan penilaian orang lain terhadap mereka. Kecenderungan lebih memperhatikan bagaimana orang lain memandang mereka daripada melihat kenyataan atau fakta objektif tentang diri mereka sendiri. Dalam konteks ini, individu cenderung lebih fokus pada persepsi orang lain terhadap mereka, termasuk bagaimana orang lain menilai penampilan, perilaku, atau prestasi mereka, daripada mempertimbangkan fakta-fakta atau karakteristik yang mungkin lebih objektif. Hal ini bisa mengakibatkan individu merasa terbebani oleh ekspektasi orang lain atau terlalu terpengaruh oleh pandangan negatif orang lain terhadap mereka.

c. *Physical*

Menyoroti bagaimana individu memandang aspek fisik dari diri mereka sendiri, termasuk persepsi terhadap bentuk tubuh, daya tarik fisik, stigma fisik yang mungkin mereka alami, serta gambaran tubuh atau body image mereka. Selain itu, ini juga mencakup pandangan individu tentang ras dan etnis, yang dapat mempengaruhi cara mereka melihat diri mereka sendiri dan bagaimana mereka merasa dipersepsikan oleh orang lain berdasarkan ras atau etnis mereka. Pandangan ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk norma budaya, pengalaman pribadi, serta tekanan sosial atau media terkait dengan citra tubuh dan identitas etnis. Hal ini bisa berdampak pada kepercayaan diri dan kesejahteraan psikologis individu, serta hubungan mereka dengan identitas budaya dan sosial.

Coopersmith (1967: 83) menyatakan aspek harga diri yakni;

a. Significance (Keberartian diri)

menyoroti bagaimana penerimaan diri individu dipengaruhi oleh interaksi dan hubungan mereka dengan teman sebaya, keluarga, pasangan, atau rekan kerja. Penerimaan diri ini mencakup kesadaran dan penerimaan terhadap berbagai aspek dari diri sendiri, termasuk

kelebihan, kelemahan, dan perbedaan. Interaksi sosial dengan orang lain dapat memainkan peran penting dalam membentuk persepsi individu tentang diri mereka sendiri. Misalnya, dukungan dan pengakuan dari teman sebaya, keluarga, atau pasangan dapat meningkatkan rasa harga diri seseorang, sementara penghakiman atau kritik yang berlebihan dapat mengurangi rasa penerimaan diri. Oleh karena itu, hubungan interpersonal yang positif dan mendukung dapat berkontribusi secara signifikan terhadap penerimaan diri individu dan kesejahteraan psikologis mereka.

b. Power (Kekuatan)

   Mengacu pada kemampuan individu untuk memengaruhi dan mengatur diri sendiri atau orang lain dalam situasi yang berbeda. Kemampuan ini mencakup kesadaran diri, pengendalian emosi, kemampuan untuk mengatur perilaku, serta kemampuan untuk memengaruhi orang lain secara positif. Individu yang memiliki kemampuan regulasi diri yang baik mampu mengelola emosi mereka dengan baik, membuat keputusan yang tepat, dan bertindak secara efektif dalam berbagai situasi. Mereka juga dapat membantu orang lain dalam mengendalikan emosi mereka atau mengambil tindakan yang sesuai. Kemampuan ini merupakan aspek penting dalam pengembangan keterampilan sosial, manajemen stres, dan pencapaian tujuan pribadi dan profesional.

c. Virtue (Kebijakan)

   mengacu pada ketaatan individu terhadap standar moral, agama, dan etika yang berlaku. Ini mencakup kesediaan seseorang untuk mengikuti prinsip-prinsip moral yang diakui secara luas, mematuhi aturan dan norma-norma agama yang mereka anut, serta berperilaku sesuai dengan prinsip-prinsip etika yang diterima secara umum. Ketaatan ini dapat tercermin dalam tindakan sehari-hari individu, keputusan yang mereka buat, dan cara mereka berinteraksi dengan orang lain. Ini juga mencerminkan integritas pribadi individu dan komitmen mereka terhadap nilai-nilai yang mereka yakini. Ketaatan terhadap standar

moral, agama, dan etika membantu menjaga keharmonisan dalam hubungan sosial, membangun kepercayaan, dan menciptakan lingkungan yang lebih baik bagi individu dan masyarakat secara keseluruhan.

d. Competence (Kompetensi)

erujuk pada kemampuan individu untuk mengembangkan keterampilan dan bakat mereka dengan maksud untuk mencapai prestasi yang tinggi atau mencapai hasil yang baik dalam berbagai bidang kehidupan. Ini melibatkan dedikasi, kerja keras, disiplin, dan ketekunan untuk terus meningkatkan kemampuan mereka dalam mencapai tujuan tertentu. Keunggulan ini bisa termanifestasi dalam berbagai bidang, seperti akademis, karier, olahraga, seni, dan lainnya. Individu yang memiliki komitmen terhadap keunggulan biasanya memiliki dorongan internal yang kuat untuk terus belajar dan berkembang, serta memiliki keberanian untuk menghadapi tantangan dan mengatasi rintangan dalam mencapai tujuan mereka. Keahlian ini sering kali merupakan hasil dari latihan yang berkelanjutan dan pengalaman yang mendalam dalam bidang yang mereka tekuni.

3. Faktor-Faktor Harga Diri

Menurut Hurlock (2000:44) ada lima faktor yang mempengaruhi harga diri diantaranya:

a. Faktor fisik

Rasa suka seseorang terhadap orang lain berawal dari daya tarik fisik. Individu yang memiliki daya tarik fisik lebih besar kemungkinan dapat diterima dalam lingkungan sosial dan pada situasi tertentu akan lebih besar kemungkinannya untuk mendapatkan bantuan dari orang lain berdasarkan faktor fisik orang juga merasa lebih percaya diri dan merasa puas jika mempunyai penampilan fisik yang menarik.

b. Faktor Sosial

Lingkungan keluarga mempunyai peran yang sangat besar bagi perkembangan harga diri remaja karena keluarga merupakan kelompok

unit terkecil dan pertama kali dalam mendidik dan mengajar anak. Keluarga yang harmonis dan saling terbuka terhadap berbagai masalah yang ada mengenai kehidupan remaja akan membuat remaja merasa bernilai dan dihargai sehingga remaja merasa menjadi lebih bermakna.

c. Faktor Emosional

kemampuan untuk melihat diri sendiri secara objektif yang ditandai dengan kemampuan untuk memahami diri sendiri dan kemampuan untuk menerima hal-hal yang bersifat lucu dan humor pada diri remaja, sehingga remaja dapat menerima berbagai kritikan atau masukan guna perkembangan diri remaja.

d. Faktor Aspirasi

tingkat aspirasi didefinisikan sebagai tingkat cita-cita atau keinginan-keinginan yang berhubungan dengan kemajuan. Hurlock (1996) berpendapat bila remaja mempunyai cita-cita yang tidak realistik, maka ia akan cenderung mengalami kegagalan. Sebaliknya jika remaja yang realistik kemampuannya lebih banyak mengalami keberhasilan daripada kegagalan maka akan dapat menimbulkan atau menumbuhkan kepercayaan diri atau harga diri dan kepuasan diri yang lebih baik.

e. Faktor Prestasi

Individu akan berusaha melindungi harga dirinya dengan jalan untuk tidak meminta bantuan dari orang lain, karena dengan meminta bantuan maka individu merasa tidak mampu, tidak berhasil dan tidak mandiri.

Coopersmith (Irawati, 1997) mengatakan bahwa harga diri di pengaruhi oleh faktor-faktor tertentu, yaitu antara lain :

a. Penghargaan, penerimaan, serta perlakuan yang diperoleh dari orang lain yang signifikan dalam hidupnya.
b. Kesuksesan serta status atau posisi yang diraihnya.
c. Pengalaman yang diperolehnya dapat diartikan serta dapat disesuaikan dengan norma atau aspirasi dari individu itu sendiri.
d. Cara individu dalam merespon evaluasi.

4. Harga Diri Menurut Islam

Harga diri atau nilai diri dalam perspektif Islam merupakan salah satu aspek yang diperhatikan dalam studi ilmu jiwa Islam, yang dikenal sebagai 'ilm al-nafs al-islami. Konsep ini mencakup cara individu menilai dirinya sendiri, baik dari segi spiritual, moral, maupun sosial, yang dipandu oleh ajaran Islam terkandung dalam Al-Qur'an Surah Ali 'Imran ayat 139 sebagai berikut:

وَلَا تَهِنُوا۟ وَلَا تَحْزَنُوا۟ وَأَنتُمُ ٱلْأَعْلَوْنَ إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ

Artinya: *"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 Ibn 'Ashur (1984: 98), ayat ini menunjukkan larangan terhadap faktor-faktor yang dapat menyebabkan kegagalan di kalangan umat Muslim, yaitu larangan terhadap al-wahn dan al-huzn. Beliau menjelaskan bahwa al-wahn, yang berarti kelemahan, mengacu pada keadaan jiwa yang lemah, kurangnya tekad, kurangnya ambisi, kehilangan harapan, kehilangan keberanian, dan ragu-ragu terhadap kemampuan sendiri. Sedangkan al-huzn, yang berarti kesedihan, merujuk pada perasaan kecewa dan dukacita yang mendalam. Kedua keadaan jiwa ini mengalami kekecewaan dan ketidakpuasan terhadap situasi yang terjadi, yang dapat menyebabkan seseorang menyerah. Dalam keadaan demikian, seseorang tidak melakukan upaya untuk mempertahankan kebenaran atau memperbaiki situasi yang ada (Hasan & Shah, 2019: 3).

C. Hubungan Antara Harga Diri dengan Citra Tubuh pada Siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur

Perubahan fisik, mental, dan emosional sosial yang terjadi pada remaja menghasilkan respons yang bervariasi pada setiap individu. Proses ini berdampak pada kehidupan remaja yang ditandai dengan mulai munculnya

minat untuk bergabung dengan lingkungan sosial mereka. Tantangan yang paling utama dan paling sulit yang dihadapi oleh remaja adalah bagaimana mereka dapat menyesuaikan diri dengan kelompok sebaya, kelompok sosial baru, perubahan sikap sosial, serta nilai-nilai baru yang muncul dalam seleksi persahabatan. Selain itu, remaja juga dihadapkan pada aspek penting lainnya, seperti dukungan dan penolakan sosial dari lingkungan mereka, serta nilai-nilai baru yang muncul dalam seleksi pemimpin. Kesemuanya ini merupakan bagian integral dari proses adaptasi remaja terhadap perubahan sosial yang terjadi di ser mereka. Proses adaptasi ini tidak hanya menentukan bagaimana remaja akan berinteraksi dengan lingkungan sosialnya, tetapi juga membentuk identitas sosial dan nilai-nilai yang akan mereka anut sebagai individu yang sedang berkembang (Said dan Herdajani, 2023:4).

Salah satu bentuk adaptasi tersebut adalah perkembangan bentuk tubuh yang semakin dewasa semakin berubah. Perkembangan fisik pada masa remaja sangatlah penting untuk diterima dengan puas karena penampilan fisik dan identitas seksual merupakan ciri khas seseorang yang mudah dikenali oleh orang lain. Cara individu melihat tubuhnya sendiri serta pandangan orang lain terhadap penampilannya berpengaruh pada kehidupan sehari-hari, termasuk interaksi sosial dan perencanaan masa depan. Remaja umumnya prihatin dengan perubahan fisiknya dan terkadang merasa tidak puas dengan penampilannya, terutama jika tidak sesuai dengan standar budaya yang ada. Kecemasan juga muncul akibat gangguan kulit seperti jerawat atau masalah berat badan. Kesemuanya menekankan pentingnya menerima dan menghargai tubuh sendiri selama masa remaja (Wiranatha dan Supriyadi, 2015:39). Citra tubuh adalah representasi mental, persepsi, dan penilaian yang dimiliki seseorang terhadap pikiran dan perasaannya yang terkait dengan bentuk dan ukuran tubuhnya sendiri. Ini mencakup bagaimana seseorang melihat dan merasakan tubuhnya, serta bagaimana seseorang menilai kecocokan, keindahan, atau ketidakpuasan terhadap aspek fisiknya. Selain itu, citra tubuh juga mencakup penilaian yang diberikan oleh orang lain terhadap individu tersebut, termasuk pandangan dan opini orang lain tentang penampilan fisiknya.

Dengan demikian, citra tubuh mencerminkan persepsi dan evaluasi holistik tentang tubuh seseorang, baik dari sudut pandang internal maupun eksternal (Wiranatha dan Supriyadi, 2015:40).

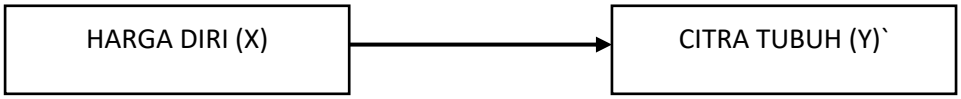
Salah satu faktor yang mempengaruhi citra tubuh pada individu adalah harga diri. Individu dengan harga diri yang tinggi cenderung memiliki pandangan yang positif terhadap tubuhnya. Mereka merasa percaya diri dan puas dengan penampilan fisik mereka. Mereka mungkin lebih mampu menerima kekurangan atau perubahan dalam tubuh mereka, dan melihatnya sebagai bagian yang alami dari diri mereka yang unik. Ini membuat mereka lebih mungkin untuk menjaga kesehatan tubuh secara positif, seperti dengan menjaga pola makan sehat dan berolahraga secara teratur. Di sisi lain, individu dengan harga diri yang rendah mungkin cenderung memiliki citra tubuh yang negatif. Mereka mungkin merasa tidak puas atau tidak percaya diri dengan penampilan fisik mereka. Hal ini bisa disebabkan oleh perasaan tidak berharga atau tidak layak yang mungkin muncul dalam diri mereka. Mereka mungkin lebih rentan terhadap kecenderungan untuk membandingkan diri dengan standar kecantikan yang tidak realistis atau tidak sehat. Hal ini dapat berdampak negatif pada kesejahteraan mental dan emosional mereka. Dengan demikian, tingkat harga diri yang tinggi atau rendah akan memengaruhi bagaimana seseorang melihat dan merasakan tubuh mereka. Perasaan harga diri yang kuat dapat membantu seseorang mengembangkan citra tubuh yang positif, sementara harga diri yang rendah dapat mengarah pada citra tubuh yang negatif. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan dan memperkuat harga diri individu sebagai bagian dari upaya untuk meningkatkan kesejahteraan mental dan emosional mereka, serta mempromosikan pandangan yang sehat tentang tubuh (Nisa dan Ramasari, 2019:2).

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lupitasari (2019) yang menghasilkan bahwa dapat diketahui terdapat hubungan antara harga diri dan citra tubuh pada remaja putri kelas X SMA. Sehingga, berdasarkan penelitian tersebut diketahui bahwa semakin tinggi skor harga diri

maka semakin tinggi citra tubuh remaja putri. Sebaliknya, semakin rendah harga diri maka semakin rendah pula citra tubuh putri kelas X SMA. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Suarya (2018) yang mengemukakan bahwa terdapat hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada remaja perempuan. Sehingga semakin tinggi harga diri perempuan, maka semakin tinggi citra tubuhnya. Namun, semakin rendah harga diri perempuan maka akan semakin rendah citra tubuh perempuan.

Gambar 1

Keterkaitan antar Variabel



D. Hipotesis

Dengan mempertimbangkan perumusan masalah, tujuan, dan dasar-dasar yang telah disajikan, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada mahasiswa baru pada Siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur.

BAB III
METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Pengertian pendekatan kuantitatif menurut Sugiyono (2019:23) adalah suatu pendekatan terhadap penelitian yang dilakukan secara empiris dengan maksud menghimpun dan menampilkan data dalam bentuk numerik atau angka, lalu dianalisis menggunakan statistik untuk menguji hipotesis. Di sisi lain, studi korelasional adalah suatu penyelidikan untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel, apakah itu ada atau tidak, signifikansi atau tidak, dan jika ada, bagaimana sifatnya serta arahnya (Periantalo, 2016:14).

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

Variabel Penelitian merupakan suatu sifat atau ciri atau nilai yang dimiliki oleh individu, objek, atau aktivitas yang bervariasi dan ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti serta dianalisis guna mencapai kesimpulan (Sugiyono, 2019:68). Penelitian ini mempergunakan dua jenis variabel penelitian sebagai berikut:

1. Variabel Penelitian

a. Variabel Independen

Variabel independen sering disebut sebagai variabel bebas dalam bahasa Indonesia. Variabel bebas adalah faktor yang mempengaruhi atau menyebabkan perubahan atau keberadaan variabel dependen. (Sugiyono, 2019:69). Variabel independen dalam penelitian ini yaitu harga diri

b. Variabel Dependen

Variabel yang bergantung sering disebut sebagai variabel terikat dalam bahasa Indonesia. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh atau merupakan hasil dari variabel bebas. (Sugiyono, 2019:69). Variabel dependen dalam penelitian ini yaitu citra tubuh.

2. Definisi Operasional

a. Definisi Operasional Citra Tubuh

Citra tubuh adalah persepsi tentang diri yang dibuat oleh individu mengenai penampilan diri berdasarkan penilaian dari orang lain maupun diri sendiri. Penelitian ini akan menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Jersild (dikutip dari Fristy, 2015: 5). Aspek-aspek tersebut meliputi fisik, psikis, dan sosial.

b. Definisi Operasional Harga diri

Harga diri adalah evaluasi individu terhadap diri mereka sendiri, termasuk dalam hal penerimaan atau penolakan diri, serta keyakinan akan nilai, kemampuan, dan tujuan yang dimiliki. Penelitian ini akan menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Heatherton dan Polivy (1991:898). Aspek-aspek tersebut meliputi *perfomance*, *social*, dan *pshcal.*

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di MTs Murtafa Desa Rejosari Jaya Kec.Belitang Jaya Kab. Oku Timur Sumatera Selatan

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan pada 7-8 Mei 2024.

D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah sekumpulan objek atau subjek yang memiliki ciri-ciri dan jumlah yang tertentu yang menjadi fokus penelitian untuk diteliti dan kemudian dianalisis guna membuat kesimpulan (Sugiyono, 2019:126). Populasi pada penelitian ini adalah siswa-siswi MTs Murtafa Kab. Oku Timur yang berjumlah 63 Siswa.

Tabel 1
Rincian Siswa MTs Murtafa Kab. Oku Timur

Kelas	Jumlah
VII	20
VIII	24
IX	19
Jumlah	63

2. Sampel

Sampel dalam konteks penelitian adalah sejumlah kecil individu, elemen, atau unit yang dipilih dari suatu populasi yang lebih besar, dengan tujuan untuk mewakili karakteristik dan variasi yang ada dalam populasi tersebut. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Siyoto & Sodik (2015:64), sampel merupakan representasi dari populasi secara umum, yang dipilih dengan cermat untuk mencerminkan karakteristik dan distribusi yang ada dalam populasi tersebut. Dalam konteks penelitian, sampel memiliki peran penting sebagai sumber data yang merepresentasikan populasi secara keseluruhan. Sampel penelitian dipilih secara sistematis atau acak dari populasi yang lebih besar, dan diharapkan dapat memberikan informasi yang relevan dan dapat dipercaya tentang populasi tersebut. Dalam penelitian ini, penggunaan metode sampling jenuh atau sensus dipilih untuk menentukan jumlah sampel. Metode ini melibatkan penggunaan seluruh anggota populasi sebagai sampel, sehingga setiap individu atau unit dalam populasi memiliki kesempatan untuk diikutsertakan dalam penelitian. Pendekatan ini memastikan bahwa data yang diperoleh mencerminkan karakteristik dan variasi yang ada dalam populasi secara keseluruhan, tanpa adanya bias atau distorsi yang mungkin terjadi akibat pengambilan sampel yang tidak representatif. Dengan demikian, penggunaan metode sampling jenuh ini dapat meningkatkan validitas dan generalisabilitas hasil penelitian.

3. Teknik Sampling

Dalam penelitian ini, metode sampling yang akan digunakan termasuk dalam kategori *Non Probability Sampling*, dengan penerapan jenis Sampling Jenuh. *Non Probability Sampling* adalah teknik pengambilan sampel di mana tidak semua anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel, dan keputusan pemilihan sampel tidak didasarkan pada probabilitas statistik yang terukur. Sebaliknya, dalam Sampling Jenuh, semua anggota populasi akan diikutsertakan sebagai sampel, tanpa adanya pemilihan yang acak atau berbasis probabilitas. Pendekatan ini dipilih berdasarkan pandangan Arikunto (1998:127), yang menyatakan bahwa ketika jumlah partisipan dalam penelitian kurang dari 100 orang, lebih baik untuk mengambil seluruh populasi sebagai sampel, sehingga penelitian tersebut dapat diklasifikasikan sebagai studi populasi. Namun, jika jumlah partisipan lebih besar, ser 10% - 15% atau 20% - 25%, atau bahkan lebih, dapat diambil sebagai sampel representatif.

Dengan menggunakan metode Sampling Jenuh, penelitian ini akan memungkinkan untuk memperoleh data dari seluruh anggota populasi, yang kemudian dapat diolah dan dianalisis untuk menghasilkan temuan yang mewakili karakteristik dan pola yang ada dalam populasi secara keseluruhan. Hal ini akan meningkatkan validitas dan generalisabilitas hasil penelitian, serta mengurangi risiko bias yang mungkin timbul akibat pengambilan sampel yang tidak representatif.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengambilan data menggunakan perangkat pengukuran merupakan langkah krusial dalam penelitian kuantitatif. Perangkat pengukuran, seperti yang dijelaskan oleh Azwar (2019), adalah alat yang digunakan untuk menilai variabel atau perilaku dengan pendekatan kuantitatif, dimana hasilnya diungkapkan dalam bentuk nilai numerik atau skor. Dengan menerapkan pendekatan pengukuran ini, informasi tentang variabel yang dinilai dapat diungkapkan dalam format numerik, yang pada gilirannya dapat meningkatkan

ketepatan, efisiensi, dan kejelasan dalam komunikasi data, sebagaimana disarankan oleh Sugiyono (2019). Dalam konteks penelitian ini, penggunaan skala Likert menjadi pilihan yang tepat untuk mengevaluasi sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok terhadap fenomena sosial tertentu. Skala Likert memungkinkan peneliti untuk merinci variabel yang diukur menjadi indikator-indikator variabel yang spesifik, yang selanjutnya menjadi dasar untuk merancang item-item instrumen. Instrumen ini dapat berbentuk pernyataan atau pertanyaan yang dapat dengan mudah dimengerti oleh responden.

Tabel 2

Rentang Pengukuran Sikap

Kategori Jawaban	***Favourable***	***Unfavourable***
(SS) Sangat setuju	5	1
(S) Setuju	4	2
(N) Netral	3	3
(TS) Tidak setuju	2	4
(STS) Sangat tidak setuju	1	5

1. Skala Citra Tubuh

Skala citra tubuh merujuk pada skala yang dikembangkan oleh Mubarokah (2022) dengan aspek-aspek yang meliputi evaluasi penampilan, kepuasan terhadap bagian tubuh, dan berat badan.

Tabel 3 Blueprint Citra Tubuh

Dimensi	Indikator	Nomer Angket	
		Favorable	Unfavorable
Evaluasi Penampilan	Penampilan Mengenai Penampilan Keseluruhan	6,20, 15, 18	2, 7, 10, 16, 19, 24

Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh	Penampilan Terhadap Kondisi Tubuh Secara Keseluruhan	8, 12, 13, 25	3, 5, 9, 11
Berat Badan	Kecemasan Terhadap Berat Badan	17, 23	1, 4, 14, 21, 22
		10	15

2. Skala Harga Diri

Skala harga diri akan menggunakan alat ukur *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RES) yang dirancang oleh Rosenberg (1965) merujuk pada penelitian yang dilakukan oleh Imbiri (2018) sebagai berikut:

Tabel 4 Blueprint Skala Harga Diri

Dimensi	**Indikator Perilaku**	**Nomor Item**	
		Favorable	**Unfavorable**
Penerimaan diri	Menerima diri apa adanya	6	
	Memiliki kepuasan terhadap diri sendiri	7	
	Memiliki rasa bermanfaat	8	
	Menganggap dirinya memiliki banyak kelebihan	10	9
Penghormatan diri	Melakukan apa yang orang lain dapat lakukan	2	
	Memiliki keyakinan untuk berhasil	1, 4	
	Memiliki keyakinan untuk berhasil		3, 5
Total		7	3

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas dalam konteks skala psikologi menjadi salah satu kriteria utama yang menentukan kepercayaan dan kualitas skala tersebut. Menurut Suryabrata (dalam Azwar, 2020:157), validitas mencerminkan seberapa baik sebuah skala psikologi dapat mengukur atribut psikologi yang dimaksudkan. Komponen penting dari validitas skala psikologi adalah kemampuannya untuk mengonfirmasi bahwa struktur dari aspek perilaku, indikator, hingga item-item dalam skala benar-benar merepresentasikan atribut psikologi yang dikehendaki.

Sebuah skala akan dianggap valid jika penyusunannya didasarkan pada cakupan yang jelas dan terbatas, serta mampu menyesuaikan aspek dan indikator variabel dengan kondisi yang ingin diukur. Dalam hal ini, validitas isi merupakan pendekatan yang digunakan untuk mengukur validitas skala dalam penelitian ini. Validitas isi dinilai melalui pengujian terhadap kecocokan dan relevansi isi tes melalui analisis rasional oleh panel yang berkompeten atau melalui penilaian ahli (Hendryadi, 2017:171). Dalam penelitian ini, penilaian ahli dilakukan oleh dosen pembimbing yang memiliki keahlian dan pengalaman di bidangnya. Proses perhitungan validitas dalam penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS *Corrected Item-Total Correlation*.

Menurut Azwar (2020:95), sebuah item dalam skala dapat dianggap valid jika korelasi antara item tersebut dengan total skor skala melebihi nilai 0,30. Sebaliknya, item yang memiliki korelasi di bawah 0,30 akan dianggap tidak valid. Dengan demikian, penggunaan metode ini diharapkan dapat memberikan kejelasan dan kepercayaan terhadap validitas skala yang digunakan dalam penelitian ini.

2. Reliabilitas

Reliabiltas merupakan pengukuran pada skala psikologi yang bertujuan mengukur kepercayaan atau konsistensi pada skala psikologi. Reliabilitas mengukur tes yang apabila dilakukan pada waktu yang berbeda pada subjek yang sama dapat menghasilkan hasil yang relatif sama (Azwar, 2015:191). Apabila hasil yang didapatkan berbeda maka alat ukur dinyatakan tidak reliabel. Perhitungan reliabilitas pada penelitian ini dibantu oleh *software* SPSS teknik *Alpha Cronbach.* Menurut Devellis (dalam Azwar, 2020:111) batas-batas reliabilitas memiliki nilai 0,60 maka data dapat dikatakan reliabel.

G. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Hasil Uji Validitas

a. Hasil Uji Validitas Citra Tubuh

Skala citra tubuh yang digunakan pada uji coba berjumlah 25 item. Berdasarkan dari *corrected item-total correlation*, item yang dinyatakan valid yaitu berjumlah 37 item dan item yang gugur berjumlah 9 item. Item tersebut dinyatakan gugur karena $r \leq 0{,}30$. Item yang gugur dalam skala citra tubuh terdapat pada item nomor 3, 5, 6, 8, 13, 14, 16, 21, 25. Berikut merupakan *blueprint* skala citra tubuh yang dijadikan alat ukur dalam penelitian ini:

Tabel 5 Hasil Uji Validitas Citra Tubuh

Dimensi	Indikator	Nomer Angket	
		Favorable	Unfavorable
Evaluasi Penampilan	Penampilan Mengenai Penampilan Keseluruhan	6, 20, 15, 18	2, *7, 10, *16, 19, 24
Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh	Penampilan Terhadap Kondisi Tubuh Secara Keseluruhan	*8, 12, *13, *25	*3, *5, 9, 11
Berat Badan	Kecemasan Terhadap Berat Badan	17, 23	1, 4, *14, *21, 22

		10	15

b. Hasil Uji Validitas Harga Diri

Skala citra tubuh yang digunakan pada uji coba berjumlah 10 item. Berdasarkan dari *corrected item-total correlation*, item yang dinyatakan valid yaitu berjumlah 10 item dan item yang gugur berjumlah 0 item. Berikut merupakan *blueprint* skala harga diri yang dijadikan alat ukur dalam penelitian ini:

Tabel 6 Hasil Uji Valditas Harga Diri

Dimensi	**Indikator Perilaku**	**Nomor Item**	
		Favorable	**Unfavorable**
Penerimaan diri	Menerima diri apa adanya	6	
	Memiliki kepuasan terhadap diri sendiri	7	
	Memiliki rasa bermanfaat	8	
	Menganggap dirinya memiliki banyak kelebihan	10	9
Penghormatan diri	Melakukan apa yang orang lain dapat lakukan	2	
	Memiliki keyakinan untuk berhasil	1, 4	
	Memiliki keyakinan untuk berhasil		3, 5
Total		7	3

2. Hasil Uji Reliabilitas

a. Hasil Uji Reliabilitas Variabel Citra Tubuh

Tabel 7

Hasil Uji Reliabilitas Variabel Citra Tubuh

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,819	25

Nilai *alpha cronbach* skala citra tubuh adalah 0,819 atau lebih besar dari 0,6 sehingga dinyatakan reliabel.

b. Hasil Uji Reliabilitas Variabel Harga Diri

Tabel 8

Hasil Uji Coba Variabel Harga Diri

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,935	10

Nilai *alpha cronbach* skala harga diri adalah 0,935 atau lebih besar dari 0,6 sehingga dinyatakan reliabel.

H. Teknik Analisis Data

1. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dipakai untuk menilai apakah distribusi variabel terikat dan variabel bebas bersifat normal. Dalam penelitian ini, data diuji normalitasnya menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov*. Jika nilai signifikansi dari uji tersebut ≥ 0,05, dapat disimpulkan bahwa data mengikuti distribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi < 0,05, data dianggap tidak mengikuti distribusi normal (Priyatno, 2016: 97).

b. Uji Linearitas

Uji linieritas dilakukan untuk melihat ada tidaknya hubungan yang linier antara variabel bebas dengan variabel terikat (Putra, 2018:204). Uji linearitas dipakai untuk menilai apakah terdapat keterkaitan linear yang signifikan antara variabel terikat dan variabel bebas. Penilaian linearitas dapat dilakukan melalui *deviation from linearity*, di mana jika nilainya ≥ 0,05, maka hubungan antara variabel dependen dan variabel independen dianggap linear. Sebaliknya, jika nilai signifikansinya < 0,05, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel independen dan variabel dependen tidak bersifat linear (Priyatno, 2016: 97).

2. Uji Hipotesis

Hipotesis adalah pernyataan sementara dalam penelitian yang menjawab pertanyaan. Didasarkan pada teori yang relevan, hipotesis ini masih bersifat sementara, tetapi tidak didukung oleh fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data (Sugiyono, 2011:99). Penelitian ini menggunakan metode uji analisis regresi linier berganda dalam melakukan pengujian hipotesis. Menurut Sugiyono (2011:231), uji regresi linier berganda digunakan untuk memprediksi atau memperkirakan perubahan variabel dependen berdasarkan manipulasi dua atau lebih variabel independen sebagai faktor prediktor. Dalam proses pengambilan keputusan, apabila nilai signifikansi (Sig.) melebihi 0,05, dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel-variabel tersebut. Namun, jika nilai signifikansi (Sig.) kurang dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel-variabel tersebut. Tabel pedoman yang digunakan untuk menginterpretasi koefisien korelasi juga disediakan sebagai berikut:

Tabel 9

Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval koefisien	**Tingkat hubungan**
0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,4 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat kuat

BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Data

Dalam penelitian ini subjek penelitian berjumlah 63 siswa. Deskripsi subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin subjek penelitian, maka sebaran subjek dapat dilihat pada gambar berikut.

Tabel 10

Rincian Siswa MTs Murtafa Kab. Oku Timur

Kelas	**Jumlah**
VII	20
VIII	24
IX	19
Jumlah	63

Berdasarkan table di atas, diketahui bahwa jumlah siswa kelas VII adalah 20 siswa, kelas VIII adalah 24 siswa, dan kelas IX adalag 19 siswa. Kemudian, jika di lihat dari jenis kelamin, maka dapat dilihat pada tabel berikut:

Jenis Kelamin	**Jumlah**
Laki-laki	20
Perempuan	43
Jumlah	63

Berdasarkan jenis kelamin, dapat diketahui bahwa jumlah siswa laki-laki adalah 20 siswa dan jumlah siswa Perempuan adalah 63 siswa.

2. Kategorisasi

Gambaran mengenai variabel-variabel penelitian disajikan pada tabel *descriptive statistics* yang menunjukkan angka minimum, maximum, mean

dan standar deviasi masing-masing variabel. Kategorisasi pada variabel-variabel penelitian ini dibagi dalam tiga kategori yaitu, rendah, sedang dan tinggi. Deskripsi data dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 11

Deskripsi Data

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Citra tubuh (Y)	63	21	65	46,22	8,326
Harga diri (X)	63	19	41	30,01	5,341
Valid N (listwise)	63				

Dari tabel di atas, dapat diketahui bahwa pada variabel citra tubuh (Y) skor data minimum adalah 21 dan skor data maksimumnya adalah 65 dengan rata-rata (mean) sebesar 46,22 serta standard deviation sebanyak 8,326. Pada variabel harga diri (X) skor data minimum adalah 19 dan skor data maksimum adalah 41 dengan rata-ratanya (mean) sebesar 30,01 serta standard deviation sebanyak 5,341. Berdasarkan dari tabel deskriptif di atas, maka dapat dikategorikan sebagai berikut:

a. Kategorisasi Variabel Citra Tubuh

Tabel 12

Kategorisasi Variabel Citra Tubuh

Rendah	$X < M - 1SD$ $X < 46,22-8,326$ $X < 37,894$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$ $46,22-8,326 \leq X < 46,22+8,326$ $37,894 \leq X < 54,546$
Tinggi	$M + 1SD \leq X$ $46,22+8,326 \leq X$

	54,546 ≤ X

Berdasarkan tabel kategori rumusan diatas, diketahui skor yang tinggi apabila skornya lebih dari 54,546, kemudian kategori sedang apabila skor diantara 37,894- 54,546, sedangkan kategori rendah yaitu apabila skor kurang dari 37,894. Sehingga hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut:

Tabel 13

Distribusi Data Variabel Citra Tubuh

Citra Tubuh

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	9	14,3	14,3	14,3
	Sedang	46	73,0	73,0	87,3
	Tinggi	8	12,7	12,7	100,0
	Total	63	100,0	100,0	

Pada variabel citra tubuh dapat diketahui sebanyak 9 orang (14,3%) dikategorikan rendah, 46 orang (73%) dikategorikan sedang, dan 8 orang (12,7%) dikategorikan tinggi.

b. Kategorisasi Variabel Harga Diri

Tabel 14

Kategorisasi Variabel Harga Diri

Rendah	X < M -1SD X < 30,01-5,341 X< 24,67
Sedang	M – 1SD ≤ X <M + 1SD 30,01-5,341 ≤ X < 30,01+5,341 24,67 ≤ X < 35,35

Tinggi	M + 1SD ≤ X 30,01+5,341 ≤ X 35,35 ≤ X

Berdasarkan tabel kategori rumusan diatas, diketahui skor yang tinggi apabila skornya lebih dari 35,35, kemudian kategori sedang apabila skor diantara 24,67-35,35, sedangkan kategori rendah yaitu apabila skor kurang dari 24,67. Sehingga hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut:

Tabel 15

Distribusi Data Variabel Harga Diri

Harga Diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	9	14,3	14,3	14,3
	Sedang	45	71,4	71,4	85,7
	Tinggi	9	14,3	14,3	100,0
	Total	63	100,0	100,0	

Pada variabel harga diri dapat diketahui sebanyak 9 orang (14,3%) dikategorikan rendah, 46 orang (73%) dikategorikan sedang, dan 9 orang (14,3%) dikategorikan tinggi.

B. Hasil Uji Asumsi Klasik

1. Uji Normalitas

Pemeriksaan normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data dari subjek penelitian memiliki distribusi yang normal. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan perangkat lunak SPSS untuk menguji normalitas data. Langkah pengujian ini sangat penting dalam penelitian regresi untuk memastikan apakah distribusi data bersifat normal atau tidak.

Tabel 16

Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		63
Normal Parameters[a,b]	Mean	,0000000
	Std. Deviation	7,46054031
Most Extreme Differences	Absolute	,094
	Positive	,094
	Negative	-,051
Test Statistic		,094
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 diketahui pada uji *One Sample Kolmogorov -Smirnov* terlihat bahwa nilai signifikansi *(Asymp.Sig)* sebesar 0,200. Berdasarkan tabel tersebut nilai signifikansi lebih dari 0,05. Maka data pada penelitian ini dikatakan berdistribusi normal.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk menentukan apakah terdapat hubungan linier antara variabel bebas dan variabel. Jika nilai signifikansi yang dihasilkan dari uji deviasi dari linieritas lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara keduanya adalah linier

Tabel 17

Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y * X	Between Groups	(Combined)	2184,276	20	109,214	2,169	,017
		Linearity	847,990	1	847,990	16,843	,000
		Deviation from Linearity	1336,286	19	70,331	1,397	**,181**
	Within Groups		2114,613	42	50,348		
	Total		4298,889	62			

Dari hasil yang disajikan dalam tabel di atas diketahui bahwa variabel harga diri terhadap variabel citra tubuh memiliki nilai *deviation from linearity* 0,181 > 0,05. Artinya terdapat hubungan yang linear antara variabel harga diri terhadap variabel citra tubuh.

3. Uji Hipotesis

Selanjutnya adalah tahap uji hipotesis yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang diajukan oleh peneliti. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik *Pearson Product Moment* dengan bantuan SPSS 22.0 *for Windows* yang dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antar variabel. Variabel yang akan di uji hipotesis dalam penelitian ini adalah harga diri (X) dan citra tubuh (Y). Hasil dari uji hipotesis adalah sebagai berikut:

Tabel 18

Hasil Uji Hipotesis

Correlations

	Y	X

Y	Pearson Correlation	1	**,444****
	Sig. (2-tailed)		**,000**
	N	63	63
X	Pearson Correlation	**,444****	1
	Sig. (2-tailed)	**,000**	
	N	63	63

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

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan nilai koefisien korelasi 0,444 dalam kategori korelasi sedang. Nilai positif pada nilai koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang searah (apabila nilai variabel X naik, maka nilai variabel Y juga naik dan apabila nilai variabel X turun maka nilai Y akan turun), sehingga menandakan bahwa semakin tinggi nilai variabel harga diri semakin tinggi nilai variabel citra tubuh. Sedangkan nilai *sig. (2.tailed)* antara harga diri dengan citra tubuh adalah 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 (0,000 < 0,05) sehingga korelasi kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan.

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur. Terdapat satu pokok pembahasan yaitu hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur .

Uji hipotesis yang diajukan pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur. Hasil dari analisis diketahui bahwa nilai koefisien korelasi sebesar 0,444 dalam kategori korelasi sedang. Sedangkan nilai *sig. (2.tailed)* antara variabel harga diri dengan citra tubuh adalah 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 (0,000

< 0,05) sehingga korelasi kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan. Tanda (+) pada nilai koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang berkesinambungan. Artinya jika nilai variabel yang satu naik, maka nilai variabel yang lain naik. Sehingga, ketika nilai variabel harga diri naik maka variabel citra tubuh naik. Namun, ketika variabel harga diri turun, maka variabel citra tubuh akan turun.

Salah satu faktor yang mempengaruhi citra tubuh pada individu adalah harga diri. Individu dengan harga diri yang tinggi cenderung memiliki pandangan yang positif terhadap tubuhnya. Mereka merasa percaya diri dan puas dengan penampilan fisik mereka. Mereka mungkin lebih mampu menerima kekurangan atau perubahan dalam tubuh mereka, dan melihatnya sebagai bagian yang alami dari diri mereka yang unik. Ini membuat mereka lebih mungkin untuk menjaga kesehatan tubuh secara positif, seperti dengan menjaga pola makan sehat dan berolahraga secara teratur. Di sisi lain, individu dengan harga diri yang rendah mungkin cenderung memiliki citra tubuh yang negatif. Mereka mungkin merasa tidak puas atau tidak percaya diri dengan penampilan fisik mereka. Hal ini bisa disebabkan oleh perasaan tidak berharga atau tidak layak yang mungkin muncul dalam diri mereka. Mereka mungkin lebih rentan terhadap kecenderungan untuk membandingkan diri dengan standar kecantikan yang tidak realistis atau tidak sehat. Hal ini dapat berdampak negatif pada kesejahteraan mental dan emosional mereka. Dengan demikian, tingkat harga diri yang tinggi atau rendah akan memengaruhi bagaimana seseorang melihat dan merasakan tubuh mereka. Perasaan harga diri yang kuat dapat membantu seseorang mengembangkan citra tubuh yang positif, sementara harga diri yang rendah dapat mengarah pada citra tubuh yang negatif. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan dan memperkuat harga diri individu sebagai bagian dari upaya untuk meningkatkan kesejahteraan mental dan emosional mereka, serta mempromosikan pandangan yang sehat tentang tubuh (Nisa dan Ramasari, 2019:2).

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lupitasari (2019) yang menghasilkan bahwa dapat diketahui terdapat hubungan antara harga diri dan citra tubuh pada remaja putri kelas X SMA. Sehingga, berdasarkan penelitian tersebut diketahui bahwa semakin tinggi skor harga diri maka semakin tinggi citra tubuh remaja putri. Sebaliknya, semakin rendah harga diri maka semakin rendah pula citra tubuh putri kelas X SMA. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Suarya (2018) yang mengemukakan bahwa terdapat hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada remaja perempuan. Sehingga semakin tinggi harga diri perempuan, maka semakin tinggi citra tubuhnya. Namun, semakin rendah harga diri perempuan maka akan semakin rendah citra tubuh perempuan.

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil dari penelitian ini, diketahui bahwa terdapat hubungan positif antara harga diri dengan citra tubuh pada mahasiswa baru pada Siswa MTs Murtafa Kabupaten Oku Timur. Sehingga, ketika nilai variabel harga diri naik maka variabel citra tubuh naik. Namun, ketika variabel harga diri turun, maka variabel citra tubuh akan turun.

B. Saran

1. Bagi Siswa

   Berdasarkan pada hasil penelitian di atas, diketahui bahwa harga diri berhubungan dengan citra tubuh siswa. Sehingga, harapannya setiap siswa memiliki keunikan dan kelebihan masing-masing. Fokuslah pada hal-hal positif dalam diri kalian dan berusahalah untuk mengembangkan potensi yang ada.

2. Bagi Guru

   Berdasarkan pada hasil penelitian di atas, diketahui bahwa harga diri berhubungan dengan citra tubuh siswa. Sehingga, harapannya guru dapat memahami dan mengenali siswa secara individu dengan meluangkan waktu untuk memahami keunikan dan kebutuhan setiap siswa. Dengan mengenal siswa secara lebih baik, guru dapat memberikan dukungan yang lebih tepat dan efektif.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

   Berdasarkan pada hasil penelitian di atas, diketahui bahwa harga diri berhubungan dengan citra tubuh siswa. Sehingga penelitian lain dapat lebih melakukan eksplorasi yang lebih dalam dengan membuat penelitian memakai metode lain seperti kualitatif maupun eksperimental. Selain itu, untuk memperdalam fenomana yang ada, peneliti dapat membuat penelitian yang serupa dengan melihat keterhubungan maupun pengaruh namun dengan varibel-variabel lain.

DAFTAR PUSTAKA

Ackerman, R. A., Witt, E. A., Donnellan, M. B., Trzesniewski, K. H., Robins, R. W., & Kashy, D. A. (2011). What does the narcissistic personality inventory really measure?. *Assessment, 18* (1). https://doi.org/10.1177/1073191110382845

Arikunto, S. (1998). *Pendekatan penelitian*. Rineka Cipta.

Azwar, S. (2015). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar.

Dianningrum, S. W., & Satwika, Y. W. (2021). Hubungan antara citra tubuh dan kepercayaan diri pada remaja perempuan. *Jurnal penelitian psikologi*, *8*(7), 194-203.

Coopersmith, S., Sakai, D., Beardslee, B., & Coopersmith, A. (1976). Figure drawing as an expression of self-esteem. *Journal of Personality Assessment*, 40(4), 370– 375. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4004_5

Hasan, N., & Shah, F. A. (2019). Al-nafs sebagai self dalam konstrak self-esteem menurut al-hadith [Al-nafs as the self in self-esteem construct in hadith perspective]. *Jurnal Islam Dan Masyarakat Kontemporari, 20*(1), 1–28.

Hendryadi. (2017). Validitas isi: Tahap awal pengembangan kuesioner. *Jurnal Riset Manajemen dan Bisnis, 2*(2), 169-178. https://doi.org/10.36226/jrmb.v2i2.47

Heatherton, F., Janet P. (1991). Development and validation of a scale for measuring state self-esteem. *Journal or Personality and Social Psychology. 60*(6), 895-910

Hurlock, E.B., 2000, *Perkembangan anak jilid 1, alih bahasa: Imed Meitasari Tjandrasa*. Erlangga.

Imbiri, R. R. (2018). *Harga Diri Dan Resiliensi Diri Pada Guru Sekolah Dasar* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Jakarta).

Irawati, N. G. 1997. *Hubungan antara harga diri remaja putri dengan minat membeli kosmetika bermerk*. Skripsi. Yogyakarta. Fakultas Psikologi. Universitas Gajah Mada.

Jersild, A. T. (1951). Self-understanding in childhood and adolescence. *American Psychologist*, *6*(4), 56-65. https://doi.org/10.1037/h0060770

Komarudin, K., Bukhori, B., Karim, A., Haqqi, M., & Yulikhah, S. (2022). Examining social support, spirituality, gratitude, and their associations with happiness through self-acceptance. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi, 7*(2), 263-278. https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i2.13371

Mubarokah, T. H. (2022). *Pengaruh Body Image Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Putri Kelas XI di SMAN 1 Geger Madiun* (Doctoral dissertation, IAIN Ponorogo).

Nababan, S. M. M., & Dewi, M. P. (2013). Citra tubuh pada penderita syringoma. *UG Jurnal*, 7(03), 23-43

Nisa, B. R. F., & Rahmasari, D. (2019). Hubungan antara harga diri dan kesejahteraan subjektif dengan citra tubuh pada perempuan yang melakukan perawatan di klinik kecantikan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, *6*(4), 1-8.

Priyatno, D. (2016). *Belajar alat analisis dan cara pengolahannya dengan SPSS*. Gava Media.

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

Rohman, J. (2019). Pengaruh citra tubuh (self image) dan konformitas terhadap perilaku compulsive buying pada remaja. *Tazkiya Journal of Psychology, 1*(2). https://doi.org/10.15408/tazkiya.v1i2.10679

Rosenberg, M. (1965). *Rosenberg: Society and the adolescent self-image*. In Social Forces.

Savitri, W. C., & Listiyandini, R. A. (2017). Mindfulness dan kesejahteraan psikologis pada remaja. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, *2*(1), 43–59. https://doi.org /10.21580/pjpp.v2i1.1323

Said, R., & Herdajani, F. (2023). Hubungan citra tubuh dan harga diri dengan kecemasan sosial pada siswi kelas X SMA Negeri "X" Jakarta. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif Vol*, *3*(2), 7.

Sari, I. A. W. P., & Suarya, L. M. K. S. (2018). Hubungan antara social comparison dan harga diri terhadap citra tubuh pada remaja perempuan. *Jurnal Psikologi Udayana*, *5*(2), 265-277.

Sibarani, D. L. (2019). Pengaruh citra tubuh terhadap pembelian impulsif pada dewasa awal di Jakarta. *In Sifonoforos*. *1* (1), 1-10

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kunatitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.

Sunastiko, K. P., N.R.H, F., & Putra, A. N. (2016). Hubungan antara citra tubuh (self image) dengan perilaku konsumtif dalam pembelian produk kosmetik pada mahasiswi Fakultas Hukum Universitas Diponegoro Semarang. *Empati, 2*(3), 52–59.

Udayana, J. P. (2015). Hubungan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja pelajar puteri di Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, *2*(1), 38-47.

Zakirah, D. M. A. (2018). Mahasiswa dan instagram (study tentang instagram sebagai sarana membentuk citra tubuh di kalangan Mahasiswa Universitas Airlangga). *Jurnal S1 Sosiologi FISIP Universitas Airlangga*, *2* (2), 1–21.

Lampiran 1

Daftar Kelas

Kelas	**Jumlah**
VII	20
VIII	24
IX	19
Jumlah	63

Lampiran 2 Blueprint Citra Tubuh Sebelum Uji Coba

Dimensi	Indikator	Nomer Angket	
		Favorable	Unfavorable
Evaluasi Penampilan	Penampilan Mengenai Penampilan Keseluruhan	6,20, 15, 18	2, 7, 10, 16, 19, 24
Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh	Penampilan Terhadap KondisiTubuh Secara Keseluruhan	8, 12, 13, 25	3, 5, 9, 11
Berat Badan	Kecemasan Terhadap Berat Badan	17, 23	1, 4, 14, 21, 22
		10	15

Lampiran 3 Blueprint Skala Harga Diri

Dimensi	**Indikator Perilaku**	**Nomor Item**	
		Favorable	**Unfavorable**
Penerimaan diri	Menerima diri apa adanya	6	
	Memiliki kepuasan terhadap diri sendiri	7	
	Memiliki rasa bermanfaat	8	
	Menganggap dirinya memiliki banyak kelebihan	10	9

Penghormatan diri	Melakukan apa yang orang lain dapat lakukan	2	
	Memiliki keyakinan untuk berhasil	1, 4	
	Memiliki keyakinan untuk berhasil		3, 5
Total		7	3

Lampiran 4 Hasil Uji Validitas Citra Tubuh

Dimensi	Indikator	Nomer Angket	
		Favorable	Unfavorable
Evaluasi Penampilan	Penampilan Mengenai Penampilan Keseluruhan	6, 20, 15, 18	2, *7, 10, *16, 19, 24
Kepuasan Terhadap Bagian Tubuh	Penampilan Terhadap KondisiTubuh Secara Keseluruhan	*8, 12, *13, *25	*3, *5, 9, 11
Berat Badan	Kecemasan Terhadap Berat Badan	17, 23	1, 4, *14, *21, 22
		10	15

Lampiran 5 Hasil Uji Valditas Harga Diri

Dimensi	**Indikator Perilaku**	**Nomor Item**	
		Favorable	**Unfavorable**
Penerimaan diri	Menerima diri apa adanya	6	
	Memiliki kepuasan terhadap diri sendiri	7	
	Memiliki rasa bermanfaat	8	
	Menganggap dirinya memiliki banyak kelebihan	10	9
Penghormatan diri	Melakukan apa yang orang lain dapat lakukan	2	
	Memiliki keyakinan untuk berhasil	1, 4	
	Memiliki keyakinan untuk berhasil		3, 5
Total		7	3

Lampiran 6 Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas

1. Citra Tubuh

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y00001	85,5667	101,840	,526	,810
Y00002	86,3667	98,585	,469	,808
Y00003	85,9333	102,754	,288	,815
Y00004	86,3333	97,195	,428	,809
Y00005	85,5000	104,534	,149	,820
Y00006	86,6333	94,654	,608	,800
Y00007	85,9667	102,378	,242	,817
Y00008	86,5667	103,289	,109	,828
Y00009	85,9333	99,651	,525	,807
Y00010	85,6333	97,482	,480	,807
Y00011	86,3333	101,678	,402	,811
Y00012	85,9333	99,651	,525	,807
Y00013	86,9667	100,585	,207	,822
Y00014	85,7333	101,030	,289	,815
Y00015	85,9333	99,651	,525	,807
Y00016	85,9333	101,720	,232	,818

Y00017	86,3333	97,195	,428	,809
Y00018	85,5667	101,495	,302	,815
Y00019	86,3667	98,585	,469	,808
Y00020	86,8333	96,902	,417	,809
Y00021	85,5000	104,534	,149	,820
Y00022	86,3667	98,585	,469	,808
Y00023	85,9333	99,651	,525	,807
Y00024	85,9000	99,886	,351	,813
Y00025	85,9333	102,547	,224	,818

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,819	25

2. Harga Diri

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X00001	32,8000	81,131	,716	,930
X00002	33,3667	83,137	,577	,937
X00003	32,5000	79,707	,863	,923

X00004	32,7000	76,769	,840	,923
X00005	32,4333	78,116	,891	,921
X00006	32,2000	83,200	,664	,932
X00007	32,7667	78,875	,812	,925
X00008	33,5000	82,052	,546	,939
X00009	32,7000	76,769	,840	,923
X00010	32,3333	79,471	,725	,929

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,935	10

Lampiran 7 Skala Sebelum Uji Coba

SKALA CITRA TUBUH

No	Pernyataan	Tingkat Persetujuan				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Saya merasa resah jika orang lain mengomentari kondisi berat badan saya					
2.	Penampilan saya selalu mengikuti trend yang Ada					
3.	Saya suka membanding-bandingkan tubuh saya dengan orang lain					
4.	Saya rela melakukan diet ekstrim agar tidak Gemuk					
5.	Saya merasa wajah saya kurang berparas Cantik					
6.	Saya selalu mencoba hal-hal baru yang dapat membuat penampilan saya menarik					
7.	Saya mengeluhkan penampilan saya saat ini					
8.	Saya merasa puas dengan bentuk tubuh yang saya miliki					

9.	Saya merasa bentuk tubuh yang saya miliki kurang memuaskan					
10.	Terkadang saya merasa tidak cocok dengan pakaian yang saya pakai					
11.	Saya minder dengan keadaan fisik yang saya miliki					
12.	Secara keseluruhan penampilan saya menarik					
13.	Saya merasa puas dengan kondisi wajah yang saya miliki					
14.	Saya minder dengan kelebihan berat badan Saya					
15.	Bagi saya tidak perlu merubah penampilan seperti orang lain					
16.	Penampilan saya kurang trendy					
17.	Saya suka dengan ukuran berat badan saya saat ini					
18.	Saya suka menggunakan pakaian yang sesuai dengan ukuran saya					
19.	Saya mengeluhkan penampilan saya saat ini					
20	Saya sering merasa cocok dengan pakain yang saya pakai					
21	Saya ingin menambah berat badan saya					
22	Saya ingin mengurangi berat badan saya, karena saya merasa tidak pede dengan berat badan saya					
20	Saya sering merasa cocok dengan pakain yang saya pakai					
21	Saya ingin menambah berat badan saya					
22	Saya ingin mengurangi berat badan saya, karena saya merasa tidak pede dengan berat badan saya					
23	Berat badan yang saya miliki sesuai dengan keinginan saya					
24	Ketika saya melihat penampilan orang lain lebih baik dari saya, saya merasa insecure					
25	Saya harus percaya bentuk tubuh saya adalah yang terbaik					

SKALA HARGA DIRI

No	**Pernyataan**	**Tingkat Persetujuan**				
		SS	**S**	**N**	**TS**	**STS**
1.	Saya merasa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain					

2.	Saya rasa banyak hal-hal yang baik dalam diri saya					
3.	Saya orang yang gagal					
4.	Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain					
5.	Saya rasa tidak ada yang dapat saya banggakan pada diri saya					
6.	Saya menerima diri saya apa adanya					
7.	Secara keseluruhan saya merasa puas dengan diri saya					
8.	saya berharap saya dapat lebih dihargai					
9.	Saya sering merasa tidak berguna					
10.	kadang-kadang saya merasa diri saya tidak berguna					

Lampiran 8 Skala Setelah Uji Coba

SKALA CITRA TUBUH

No	**Pernyataan**	**Tingkat Persetujuan**				
		SS	**S**	**N**	**TS**	**STS**
1.	Saya merasa resah jika orang lain mengomentari kondisi berat badan saya					
2.	Penampilan saya selalu mengikuti trend yang Ada					
4.	Saya rela melakukan diet ekstrim agar tidak Gemuk					
6.	Saya selalu mencoba hal-hal baru yang dapat membuat penampilan saya menarik					
9.	Saya merasa bentuk tubuh yang saya miliki kurang memuaskan					
10.	Terkadang saya merasa tidak cocok dengan pakaian yang saya pakai					
11.	Saya minder dengan keadaan fisik yang saya miliki					
12.	Secara keseluruhan penampilan saya menarik					
15.	Bagi saya tidak perlu merubah penampilan seperti orang lain					
17.	Saya suka dengan ukuran berat badan saya saat ini					
18.	Saya suka menggunakan pakaian yang sesuai dengan ukuran saya					

19.	Saya mengeluhkan penampilan saya saat ini					
20	Saya sering merasa cocok dengan pakain yang saya pakai					
22	Saya ingin mengurangi berat badan saya, karena saya merasa tidak pede dengan berat badan saya					
20	Saya sering merasa cocok dengan pakain yang saya pakai					
21	Saya ingin menambah berat badan saya					
22	Saya ingin mengurangi berat badan saya, karena saya merasa tidak pede dengan berat badan saya					
23	Berat badan yang saya miliki sesuai dengan keinginan saya					
24	Ketika saya melihat penampilan orang lain lebih baik dari saya, saya merasa insecure					

SKALA HARGA DIRI

No	**Pernyataan**	**Tingkat Persetujuan**				
		SS	**S**	**N**	**TS**	**STS**
1.	Saya merasa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain					
2.	Saya rasa banyak hal-hal yang baik dalam diri saya					
3.	Saya orang yang gagal					
4.	Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain					
5.	Saya rasa tidak ada yang dapat saya banggakan pada diri saya					
6.	Saya menerima diri saya apa adanya					
7.	Secara keseluruhan saya merasa puas dengan diri saya					
8.	saya berharap saya dapat lebih dihargai					
9.	Saya sering merasa tidak berguna					
10.	kadang-kadang saya merasa diri saya tidak berguna					

Lampiran 9 Deskripsi Data

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Citra tubuh (Y)	63	21	65	46,22	8,326
Harga diri (X)	63	19	41	30,01	5,341
Valid N (listwise)	63				

Lampiran 10 Kategorisasi Variabel Citra Tubuh

Rendah	X < M -1SD X < 46,22-8,326 X< 37,894
Sedang	M – 1SD ≤ X <M + 1SD 46,22-8,326 ≤ X < 46,22+8,326 37,894 ≤ X < 54,546
Tinggi	M + 1SD ≤ X 46,22+8,326 ≤ X 54,546 ≤ X

Lampiran 11 Distribusi Data Variabel Citra Tubuh

Citra Tubuh

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	9	14,3	14,3	14,3
	Sedang	46	73,0	73,0	87,3
	Tinggi	8	12,7	12,7	100,0
	Total	63	100,0	100,0	

Lampiran 12 Kategorisasi Variabel Harga Diri

Rendah	X < M -1SD X < 30,01-5,341 X< 24,67
Sedang	M – 1SD ≤ X <M + 1SD 30,01-5,341 ≤ X < 30,01+5,341 24,67 ≤ X < 35,35
Tinggi	M + 1SD ≤ X 30,01+5,341 ≤ X 35,35 ≤ X

Lampiran 13 Distribusi Data Variabel Harga Diri

Harga Diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	9	14,3	14,3	14,3
	Sedang	45	71,4	71,4	85,7
	Tinggi	9	14,3	14,3	100,0
	Total	63	100,0	100,0	

Lampiran 14 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		63
Normal Parameters[a,b]	Mean	,0000000
	Std. Deviation	7,46054031
Most Extreme Differences	Absolute	,094
	Positive	,094
	Negative	-,051
Test Statistic		,094
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.

Lampiran 15 Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y * X	Between Groups	(Combined)	2184,276	20	109,214	2,169	,017
		Linearity	847,990	1	847,990	16,843	,000
		Deviation from Linearity	1336,286	19	70,331	1,397	**,181**
	Within Groups		2114,613	42	50,348		
	Total		4298,889	62			

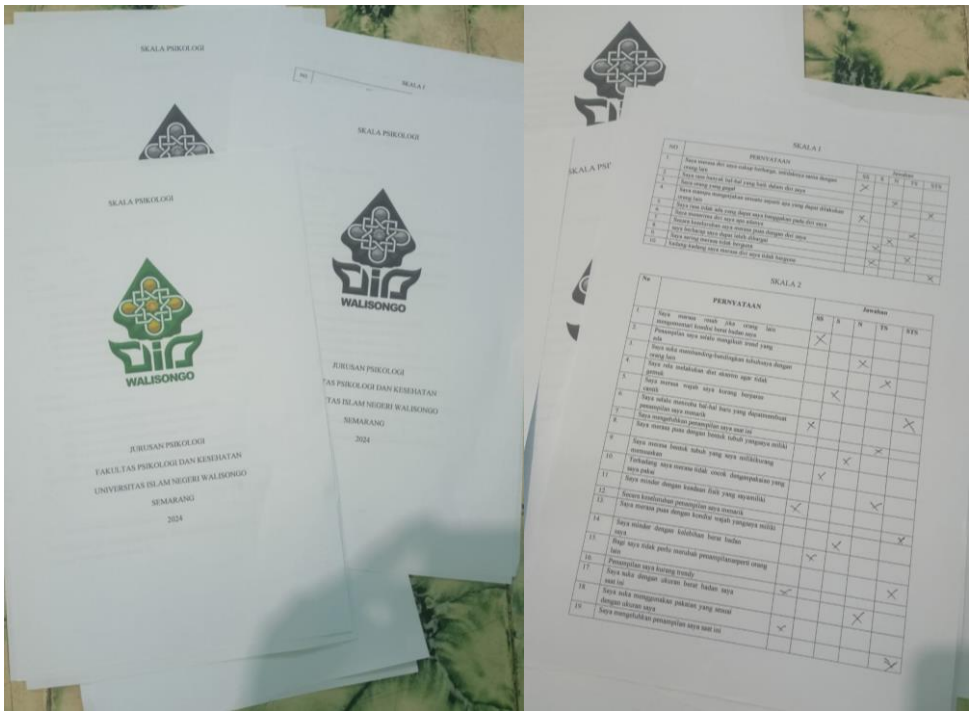
Lampiran 16 Hasil Uji Hipotesis

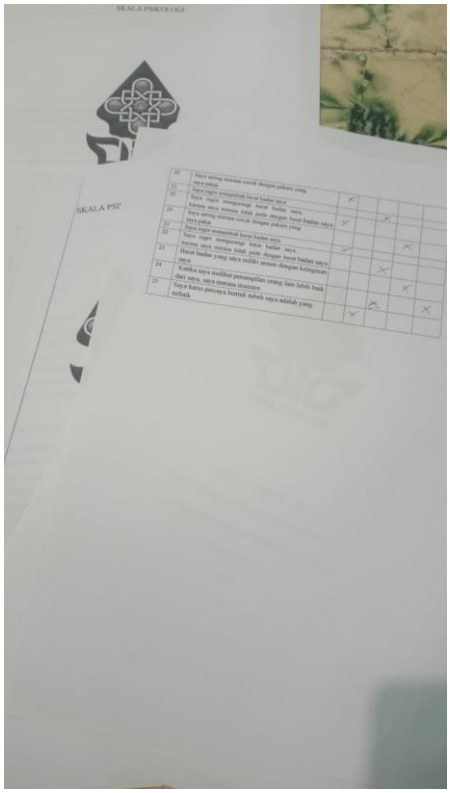
Correlations

		Y	X
Y	Pearson Correlation	1	**,444****
	Sig. (2-tailed)		**,000**
	N	63	63
X	Pearson Correlation	**,444****	1
	Sig. (2-tailed)	**,000**	
	N	63	63

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

Lampiran 17 Gambar Pengisian Skala Oleh Subjek





Lampiran 18 Tabulasi Uji Coba Citra Tubuh

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
1	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	5	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4
2	5	5	3	5	5	1	5	5	3	5	3	3	1	1	3	1	5	1	5	1	5	5	3	5	1
3	4	2	4	1	5	1	4	4	3	1	3	3	2	4	3	4	1	3	2	2	5	2	3	2	4
4	3	3	4	2	4	2	3	3	3	2	4	3	3	5	3	5	2	4	3	4	4	3	3	3	3
5	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3
6	4	3	5	5	5	4	3	5	4	4	3	4	3	5	4	3	5	3	3	1	5	3	4	5	4
7	4	3	4	3	3	3	5	1	4	4	3	4	1	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	5	5
8	4	4	5	2	5	4	4	2	4	3	4	4	1	4	4	4	2	4	4	4	5	4	4	4	4
9	4	4	2	3	4	3	4	2	4	4	3	4	2	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4
10	4	4	4	2	3	2	3	4	3	5	3	3	4	5	3	5	2	5	4	2	3	4	3	5	5
11	5	1	5	1	5	4	2	1	5	5	5	5	1	5	5	1	1	5	1	1	5	1	5	5	5
12	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	5	3	4	4	3	3	4	4
13	4	5	4	3	5	3	3	4	3	5	4	3	4	4	3	3	3	5	5	4	5	5	3	5	4
14	4	3	4	4	5	3	5	1	4	4	4	4	1	5	4	4	4	4	3	3	5	3	4	4	5
15	4	4	3	4	5	3	4	3	3	5	3	3	3	4	3	5	4	5	4	3	5	4	3	5	4
16	3	3	3	3	4	1	4	1	3	4	2	3	1	3	3	3	3	4	3	1	4	3	3	3	3
17	5	3	4	4	5	3	4	4	5	5	3	5	2	3	5	3	4	5	3	4	5	3	5	4	3
18	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4
19	4	3	3	4	4	4	3	4	5	3	3	5	3	4	5	4	4	4	3	2	4	3	5	4	4
20	5	3	4	3	5	4	5	1	4	5	3	4	5	5	4	5	3	4	3	5	5	3	4	2	3
21	4	4	3	4	3	4	4	3	4	5	3	4	3	4	4	4	4	5	4	4	3	4	4	4	4
22	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4

23	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	2	4	4	4
24	3	2	3	3	4	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4	2	2	4	2	2	3	2
25	5	3	2	5	5	3	5	5	3	5	3	3	5	2	3	3	5	5	3	1	5	3	3	3	3
26	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	1	5	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	5
27	4	3	4	3	4	3	3	2	4	4	3	4	2	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3
28	4	4	4	5	5	3	2	2	4	5	4	4	1	4	4	5	5	4	4	2	5	4	4	2	4
29	4	3	3	2	3	2	2	4	4	3	3	4	4	4	4	5	2	5	3	2	3	3	4	3	5
30	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	2

Lampiran 19 Tabulasi Uji Coba Harga Diri

No.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**
1	4	5	5	5	5	5	5	3	5	5
2	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5
3	3	4	4	3	4	4	3	5	3	4
4	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1
5	4	3	4	4	4	5	4	2	4	4
6	4	3	5	5	5	5	5	2	5	5
7	5	4	4	1	3	1	2	2	1	5
8	4	3	4	4	4	4	3	2	4	4
9	4	3	5	5	5	5	4	4	5	5
10	5	5	4	4	4	5	4	5	4	5
11	3	2	3	4	5	4	3	4	4	5
12	2	2	3	3	3	4	3	2	3	4
13	4	5	5	5	5	5	5	3	5	5

14	5	3	5	5	5	5	5	4	5	5
15	3	4	4	3	4	4	3	5	3	4
16	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1
17	4	3	4	4	4	5	4	2	4	4
18	4	3	5	5	5	5	5	2	5	5
19	5	4	4	1	3	1	2	2	1	5
20	4	3	4	4	4	4	3	2	4	4
21	4	3	5	5	5	5	4	4	5	5
22	5	5	4	4	4	5	4	5	4	5
23	3	2	3	4	5	4	3	4	4	5
24	2	2	3	3	3	4	3	2	3	4
25	3	2	3	3	4	4	3	1	3	3
26	2	1	3	3	3	3	4	1	3	3
27	4	1	5	5	5	5	5	1	5	2
28	3	3	3	3	3	5	5	4	3	3
29	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
30	2	2	3	3	2	3	2	2	3	1

Lampiran 20 Tabulasi Uji Data Variabel Citra Tubuh

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Total
1	1	1	1	2	3	2	2	1	1	2	2	3	2	2	2	27
2	1	4	4	3	3	4	3	3	4	2	3	3	5	4	3	49
3	5	5	5	1	1	1	4	3	5	5	3	3	4	5	3	53
4	4	4	3	3	2	2	5	2	4	3	3	2	4	5	3	49
5	1	3	1	2	3	5	1	5	1	1	3	3	5	5	3	42
6	4	5	4	3	3	2	2	4	4	4	4	3	4	5	4	55
7	5	5	4	2	2	3	3	3	3	1	1	1	4	4	3	44
8	3	1	3	3	3	3	4	3	4	1	1	2	4	4	1	40
9	4	4	4	3	2	4	3	3	4	2	4	1	5	5	4	52
10	5	5	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	1	45
11	4	5	3	2	3	4	4	3	4	1	1	2	3	2	4	45
12	5	4	4	3	3	3	4	3	4	2	2	4	3	3	3	50
13	3	4	4	2	3	3	3	4	4	2	2	4	4	4	3	49
14	5	5	3	3	2	3	3	4	4	2	4	3	2	4	5	52
15	5	5	3	3	4	2	3	3	3	2	2	5	5	4	4	53
16	4	4	3	2	2	4	3	3	2	3	1	4	4	4	3	46
17	1	3	3	5	1	4	4	4	4	1	1	4	2	3	5	45
18	4	5	4	4	3	4	3	3	2	2	2	3	4	3	5	51
19	5	5	3	3	2	2	3	3	3	1	1	5	4	4	1	45
20	3	1	3	1	5	3	4	3	4	2	2	3	5	3	4	46
21	4	4	3	3	3	3	3	3	3	1	1	5	5	5	5	51
22	5	5	4	3	3	3	4	5	5	4	2	3	2	4	5	57
23	4	5	4	5	5	1	5	4	5	4	1	3	1	5	4	56

24	5	4	3	2	4	3	4	3	5	3	4	3	3	3	4	53
25	3	4	3	3	3	2	2	3	4	3	4	4	4	5	5	52
26	4	4	3	5	5	4	1	3	3	3	3	3	4	5	5	55
27	3	3	4	3	1	3	1	1	3	4	4	4	3	4	4	45
28	5	5	5	2	2	2	1	3	2	5	4	4	2	1	3	46
29	3	5	5	4	1	3	4	3	3	5	3	3	2	4	5	53
30	5	5	5	3	4	1	5	5	5	5	3	4	5	5	5	65
31	2	3	2	3	4	4	2	2	1	2	3	3	2	3	1	37
32	2	2	3	3	2	4	5	3	5	3	3	3	5	4	4	51
33	3	2	3	4	2	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	62
34	1	1	3	4	3	2	5	5	3	3	4	3	3	4	5	49
35	4	4	2	2	2	2	5	4	4	3	4	3	3	5	4	51
36	1	1	3	3	3	1	4	4	2	4	4	4	3	3	4	44
37	1	1	3	3	3	2	4	4	3	3	4	4	4	4	4	47
38	2	1	3	3	3	1	5	5	3	3	4	4	5	3	3	48
39	3	2	2	3	5	3	3	2	3	3	4	3	2	5	5	48
40	3	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	5	42
41	1	1	3	1	4	4	3	3	4	3	3	4	2	5	5	46
42	1	1	3	1	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	44
43	1	1	3	2	4	3	2	4	3	3	4	4	4	3	2	43
44	1	1	3	3	5	5	5	4	4	4	3	4	3	3	3	51
45	2	1	3	2	5	4	4	4	4	4	2	5	3	4	3	50
46	2	1	1	3	4	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	40
47	1	1	1	2	3	3	4	3	3	4	5	4	4	2	2	42
48	1	1	1	3	5	5	4	4	3	3	2	4	4	4	3	47
49	1	1	1	4	5	3	5	3	3	3	5	4	2	1	3	44

50	2	3	2	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	4	5	62
51	1	1	1	2	5	5	3	3	4	3	3	4	4	4	3	46
52	1	1	1	2	5	4	4	3	4	3	3	2	4	3	3	43
53	4	2	1	1	4	4	2	4	4	4	3	5	2	3	3	46
54	1	1	1	2	4	4	3	3	4	4	4	5	5	3	3	47
55	4	3	2	1	5	5	3	3	4	4	5	4	3	5	5	56
56	2	2	1	3	3	3	3	4	3	2	4	3	2	3	4	42
57	2	1	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	34
58	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	31
59	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	31
60	2	3	1	4	3	3	1	1	3	3	1	3	2	2	2	34
61	1	1	1	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	33
62	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	3	3	21
63	2	1	1	3	2	2	2	1	2	1	1	2	3	3	3	29

Lampiran 21 Tabulasi Hasil Uji Data Variabel Harga Diri

No.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**Total**
1	1	3	2	2	2	3	3	4	3	2	24
2	2	5	5	5	1	1	1	4	3	5	32
3	3	4	4	3	3	2	2	5	2	3	31
4	3	1	3	1	2	3	5	1	5	1	25
5	3	4	5	4	3	3	2	2	4	4	34
6	3	5	5	5	4	3	2	2	5	5	39
7	2	3	1	2	2	1	2	2	2	2	19

8	3	4	4	3	4	1	2	2	3	3	29
9	3	5	5	4	4	2	3	4	5	4	39
10	3	4	5	4	2	4	1	5	4	4	36
11	2	5	4	3	1	1	3	4	3	3	29
12	3	3	4	3	3	4	2	2	3	3	30
13	3	5	5	5	2	4	2	3	5	5	39
14	3	5	5	5	2	1	1	4	3	5	34
15	3	4	4	3	5	3	2	5	2	3	34
16	3	1	3	1	4	1	5	1	5	1	25
17	3	4	5	4	3	2	2	2	4	4	33
18	4	5	5	5	4	2	2	2	5	5	39
19	3	3	1	2	4	3	2	2	2	2	24
20	2	4	4	3	4	5	2	2	3	3	32
21	3	5	5	4	3	3	3	4	5	4	39
22	3	4	5	4	5	5	1	5	4	4	40
23	3	5	4	3	2	4	3	4	3	3	34
24	2	3	4	3	3	3	2	2	3	3	28
25	3	4	4	3	5	5	4	1	3	3	35
26	2	3	3	4	3	1	3	1	1	4	25
27	3	5	5	5	2	2	2	1	3	5	33
28	2	3	5	5	4	1	3	4	3	5	35
29	3	5	5	5	3	4	1	5	5	5	41
30	4	2	3	2	3	4	4	2	2	2	28
31	3	3	1	3	1	3	1	3	4	3	25
32	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	29
33	3	2	2	3	2	4	4	2	4	3	29

34	2	3	2	2	2	3	2	3	4	2	25
35	3	2	2	2	3	4	4	4	3	2	29
36	3	3	4	1	2	2	4	2	3	1	25
37	3	3	3	3	1	4	3	3	4	3	30
38	3	2	3	3	2	1	2	3	4	3	26
39	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	26
40	2	4	2	2	2	2	3	4	4	2	27
41	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	31
42	3	4	4	2	4	4	3	3	4	2	33
43	3	4	4	2	4	4	3	3	4	2	33
44	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
45	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
46	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	35
47	3	4	4	3	4	2	3	4	4	3	34
48	3	4	3	2	4	2	2	3	4	2	29
49	3	3	3	4	4	2	2	2	4	4	31
50	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	25
51	2	3	1	1	1	4	2	3	2	1	20
52	3	3	2	1	3	3	3	5	5	1	29
53	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	31
54	3	4	3	2	3	3	2	4	3	2	29
55	3	4	3	5	3	2	5	3	5	5	38
56	3	3	5	2	3	3	2	3	4	2	30
57	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	22
58	2	3	2	2	2	3	1	3	4	2	24
59	2	3	3	1	3	2	2	3	3	1	23

60	2	3	3	1	3	2	2	3	3	1	23
61	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	26
62	2	3	2	2	1	1	2	2	3	2	20
63	3	3	2	2	4	3	3	3	4	2	29

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Data Diri

1. Nama : Fitri Nur hasanah
2. Tempat, tanggal lahir : Oku Timur, 18 Januari 1999
3. Alamat : Desa Nusa Tunggal Kec.Belitang III Kab Oku Timur Sumatera Selatan
4. No. Hp : 085783497455
5. Email : fitrinurhasanah48937@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. SDN Nusa Tunggal
2. Mts Al-Musthofa Nusa Tunggal
3. SMAN 1 Mojo Kediri
4. UIN Walisongo Semarang

C. Pengalaman Organisasi:

1. kopma uin walisongo