



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



# **HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN HARGA DIRI PADA PEREMPUAN OBESITAS**

## **SKRIPSI**



**UIN SUSKA RIAU**

**OLEH:**

**NAZIHA SYIFA FAKHIRAH**

**NIM. 12160120120**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

**PEKANBARU**

**1447 H/2025 M**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# **HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN HARGA DIRI PADA PEREMPUAN OBESITAS**

## **SKRIPSI**

**Disusun Guna Memenuhi Persyaratan untuk Mendapat Gelar  
Sarjana Psikologi (S. Psi)**



**OLEH:**

**NAZIHA SYIFA FAKHIRAH**

**NIM. 12160120120**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**

**PEKANBARU**

**1447 H/2025 M**



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**LEMBAR PENGESAHAN**

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN HARGA DIRI PADA PEREMPUAN  
OBESITAS**

Disusun oleh:

**Naziha Syifa Fakhirah**

**NIM. 12160120120**

**SKRIPSI**

Telah diterima dan disetujui sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Psikologi (S.Psi) di Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru, 01 Juli 2025

Pembimbing

**Anggia Kargenti E.M, S.Psi, M.Si.**

**NIP: 198103122008012013**



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang



UIN SUSKA RIAU

© Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
كلية علم النفس  
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

PENGESAHAN PENGUJI

Nama Mahasiswa : Naziha Syifa Fakhirah  
NIM : 12160120120  
Judul Skripsi : Hubungan *Body Image* dengan Harga Diri pada Perempuan Obesitas

Diterima dan disetujui oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada:

Hari / Tanggal : Jumat / 11 Juli 2025  
Bertepatan dengan : Jumat / 15 Muharam 1447 H

TIM PENGUJI

Ketua

Ricca Angreini Munthe, M.A  
NIDN 2019088501

Sekretaris

Anggia Kargenti Rivanurul M, M.Si  
NIDN 2013038101

Penguji I

Dr. Lisy Chairani, M.A., Psikolog  
NIDN 2012038101

Penguji II

Ikhwanisifa, M.Psi., Psikolog  
NIDN 1027048603

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Dr. Kusnadi, M.Pd  
NIDN 2012126701

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





# Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Nazha Syifa Fakhrah  
 NIM : 12160120120  
 Tempat/Tgl. Lahir : Bangkinang, 09 Oktober 2003  
 Fakultas/Pascasarjana : Psikologi  
 Prodi : Psikologi

Judul Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\*:

Hubungan Body Image dengan Harga Diri pada Perempuan Obesitas

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Penulisan ~~Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\*~~ dengan judul sebagaimana tersebut di atas adalah hasil pemikiran dan penelitian saya sendiri.
2. Semua kutipan pada karya tulis saya ini sudah disebutkan sumbernya.
3. Oleh karena itu ~~Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\*~~ saya ini, saya nyatakan bebas dari plagiat.
4. Apa bila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam penulisan ~~Disertasi/Thesis/Skripsi/Karya Ilmiah lainnya\*~~ saya tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan.

Demikianlah Surat Pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun juga.

Pekanbaru, 16 Juli 2025  
 Yang membuat pernyataan

  
 Nazha Syifa Fakhrah  
 NIM : 12160120120

\*pilih salah satu sesuai jenis karya tulis

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**PERSEMBAHAN**

**Alhamdulillah segala puji bagi Allah berkat Rahmat, hidayah, dan karunia-**

**Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan karya skripsi yang saya**

**persembahkan kepada:**

**Diri saya sendiri yang telah mampu berjuang dan menyelesaikan apa yang telah dimulai, Kedua orang tua saya yang telah banyak memberikan cinta,**

**kasih sayang, serta dukungan dalam berbagai aspek.**



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta dilindungi UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## MOTTO

*“Sesungguhnya, bersama kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai dari sesuatu urusan, tetaplah bekerja keras untuk urusan yang lain”*

### QS. Al-Insyirah: 6-7

*“Tidaklah mungkin bagi matahari mengejar bulan dan malam pun tidak dapat mendahului siang. Masing-masing beredar pada garis edarnya”*

### QS Yasin: 40

*“Kalau berhasil masuk, harus bisa berhasil keluar juga”*

### (Papa)

*“Nikmati prosesnya, hargai progresnya, beri doa yang terbaik untuk hasilnya.*

*Doakan apapun yang ingin kamu menangkan, karena kemenangan dimulai dari keyakinan”*

### (Naziha Syifa Fakhirah)

*“Tetap semangat, jalani dan nikmati tiap prosesnya”*

### (Anggia Kargenti E.M)

*“Satu-satunya orang yang harus kamu bandingkan dengan dirimu sendiri adalah kamu di masa lalu”*

### (Sigmund Freud)



## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

*Alhamdulillahillobbil 'alamin*, segala puji bagi Allah *subhanahu wa ta'ala* atas segala limpahan Rahmat dan karunia-Nya, serta kemudahan bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Hubungan Body Image dengan Harga Diri pada Perempuan Obesitas**”. Shalawat dan salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan alam, pemimpin seluruh umat, Nabi Muhammad *shallallahu 'alaihi wa sallam*.

Peneliti menyadari selama proses penyusunan skripsi ini banyak terdapat kekurangan dan kesalahan. Oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga nantinya penelitian ini dapat bermanfaat bagi masyarakat pada umumnya dan dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari motivasi, bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak langsung maupun tidak langsung. Untuk itu, izinkanlah dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan rasa terimakasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Leny Nofianti, MS, SE, M.Si, Ak, CA., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Periode 2025-2029 dan Bapak Prof. Dr. Hairunnas Rajab, M.Ag., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Periode 2021-2025 atas



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kesempatan kepada peneliti untuk menjalani perkuliahan di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

2. Ibu Dr. Lisya Chairani, M.A., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Periode 2025-2029 beserta jajaran Ibu Dr. Diana Elfida, M.Si., Psikolog, selaku Wakil Dekan I, Ibu Dr. Sri Wahyuni, M.A, M.Psi., Psikolog, selaku Wakil Dekan II, Ibu Dr. Hijriyati Cucuani, M.Psi., Psikolog, selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Periode 2025-2029 dan Bapak Dr. Kusrandi, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Periode 2021-2025 beserta jajaran. Bapak Dr. H. Zuriatul Khairi, M. Ag., M. Si., selaku Wakil Dekan I, Ibu Dr. Vivik Shofiah, S.Psi., M.Si., selaku Wakil Dekan II, Ibu Dr. Yuslenita Muda, S.Si., M. Sc., selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Periode 2021-2025 atas kesempatan kepada saya belajar dan mencari ilmu di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
3. Ibu Dr. Sri Wahyuni, M.A, M.Psi., Psikolog, selaku ketua prodi dan Ibu Ricca Anggreini Munthe, S.Psi., M.A., selaku sekretaris Prodi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Periode 2021-2025 atas arahan dan bimbingannya terkait proses akademik.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Ibu Anggia Kargenti Evanurul Marettih, S.Psi., M.Si., selaku pembimbing skripsi peneliti yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam membimbing peneliti sampai ke tahap ini di tengah kesibukan yang dijalani. Selalu memberikan semangat, arahan, dan motivasi dengan tulus kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini.
5. Ibu Dr. Lisya Chairani, M.A., Psikolog selaku pembimbing akademik sekaligus dosen penguji I yang telah banyak memberikan semangat, arahan, dan masukan kepada peneliti sehingga penelitian ini menjadi lebih baik.
6. Ibu Ikhwanisyifa, M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji II yang telah memberikan arahan dan masukan kepada peneliti sehingga penelitian ini menjadi lebih baik.
7. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah banyak memberikan ilmu, nasihat, dan dukungan baik selama perkuliahan maupun diluar perkuliahan.
8. Seluruh staf bidang akademik dan tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang telah banyak berkontribusi bagi peneliti dalam menyelesaikan seluruh urusan administrasi.
9. Seluruh pegawai kebersihan dan keamanan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau atas dedikasi

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

hingga peneliti selama perkuliahan merasa aman dan nyaman berada di lingkungan Fakultas Psikologi.

10. Kepada seluruh responden penelitian yang telah bersedia dan memberi izin kepada peneliti untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini, tanpa kesediaan dari saudara semua tentunya penelitian ini tidak dapat terselesaikan dengan baik.
11. Papa Drs. Markarius (Alm) dan Mama Nurlaili, S.P. yang selalu memberikan dukungan yang luar biasa kepada peneliti secara emosional dan logistik. Terimakasih selalu memberi dan menjadi motivasi serta alasan semangat bagi peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini. Tanpa dukungan dari papa dan mama mungkin skripsi ini tidak akan dapat berjalan dengan lancar, terimakasih telah menjadi orang tua yang bertanggung jawab dan selalu berusaha menjadi orang tua yang seutuhnya untuk semua anak-anaknya, terimakasih selalu mendoakan dan memberikan ridho kepada peneliti.
12. Abang-abang Wahyu Gilang Nugraha, S.T.,M.T. dan Valeri Gamma Alfath, S.S.T. dan kakak-kakak ipar Amalia Indah Permata, M.Psi.,Psikolog dan Sabitah Palestin Mandai yang selalu memberikan semangat serta dukungan emosional dan logistik kepada peneliti.
13. Ponakan-ponakan peneliti yang lucu Dzaqiandra Haffaz Nugraha, Kalliandra Kiyomi Nugraha, dan Nusaibah Shafiyah Alfath yang menjadi salah satu penyemangat dan penghibur peneliti.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

14. Sahabat-sahabat peneliti yang setia menemani peneliti sejak masa SD hingga saat ini, Aisyah Putri Ceria, Dila Tsani Putri Azkia, Iznirrahmah Afifah, Nurul Aulia, dan Syadzahara Nurul Chalifah, meskipun terpisah-pisah oleh jarak dan kesibukan namun tetap saling memberi semangat dan dukungan satu sama lain.
15. Sahabat-sahabat peneliti sejak SMA Ferrari Fatimah Az-Zahra, Rara Yuliandriani, dan Aqila Nathania Sri Arta yang masih setia menemani perjalanan peneliti. Selalu memberikan semangat dan dukungan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
16. Sahabat-sahabat yang peneliti jumpai di masa perkuliahan Dinda Nazifa Luthfiyah dan Hanifatuzzakia Ar-Rosni. Sahabat yang sudah seperti keluarga peneliti, yang menemani perjalanan perkuliahan hingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini. Sahabat-sahabat terbaik peneliti yang selalu memberi semangat dan dukungan, menjadi tempat peneliti berkeluh kesah dan berbagi tawa. Sahabat yang selalu meyakinkan untuk tetap bertahan dan selalu menemani peneliti di dalam keadaan apapun.
17. Teman-teman kelas D Angkatan 2021 yang sama-sama berjuang dalam menyelesaikan perkuliahan. Terimakasih dukungan dan semangat selamat 4 tahun bersama-sama.
18. Seluruh teman-teman Angkatan 2021 selaku rekan-rekan seperjuangan yang memberikan semangat dan informasi-informasi mengenai perkuliahan kepada peneliti.





## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

19. Tentunya terimakasih kepada Naziha Syifa Fakhirah, diri saya sendiri. Terimakasih telah bertahan dan bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih untuk segala usaha dan proses yang tidak mudah ini. Terimakasih telah memilih untuk tidak menyerah dan menikmati perjalanan ini. Terimakasih dan peluk hangat untuk diri ini.

Kritik dan saran peneliti harapkan demi kelanjutan penelitian ini. Semoga nantinya penelitian ini dapat bermanfaat bagi Masyarakat pada umumnya dan dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. *Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh*

Pekanbaru, 15 Juli 2025

Naziha Syifa Fakhirah

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>i</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Keaslian Penelitian .....	8
E. Manfaat Penelitian .....	11
1. Manfaat Teoritis .....	11
2. Manfaat Praktis .....	12
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Harga Diri.....	13
1. Definisi Harga Diri.....	13
2. Aspek Harga Diri .....	14
3. Faktor yang Memengaruhi Harga Diri .....	15
B. <i>Body Image</i> .....	18
1. Definisi <i>Body Image</i> .....	18
2. Aspek <i>Body Image</i> .....	18
C. Kerangka Berpikir.....	22
D. Hipotesis.....	27
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian.....	28
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	28
C. Definisi Operasional.....	28
1. Harga Diri.....	28
2. <i>Body Image</i> .....	29
D. Subjek Penelitian.....	29
1. Populasi .....	29
2. Sampel.....	30
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	30
E. Teknik Pengumpulan Data.....	31
1. Harga Diri.....	32
2. <i>Body Image</i> .....	32
F. Uji Coba Alat Ukur .....	34
G. Validitas dan Reliabilitas .....	35
1. Validitas .....	35
2. Daya Diskriminasi Aitem.....	35
3. Reliabilitas .....	39



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

H. Teknik Analisis Data.....	40
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Pelaksanaan Penelitian .....	42
B. Hasil Penelitian .....	43
1. Gambaran Umum Subjek Penelitian .....	43
2. Uji Asumsi .....	45
3. Uji Hipotesis .....	49
C. Analisis Tambahan.....	51
D. Pembahasan.....	56
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	68
B. Saran.....	68
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>71</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>79</b>

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Jumlah Perempuan Berusia 15-24 Tahun Di Pekanbaru .....	30
Tabel 3.2	<i>Blue Print</i> Skala Adaptasi Harga Diri .....	32
Tabel 3.3	<i>Blue Print</i> Skala Adaptasi <i>Body Image</i> .....	33
Tabel 3.4	<i>Blue Print</i> Skala Harga Diri Setelah <i>Try Out</i> .....	37
Tabel 3.5	<i>Blue Print</i> Skala Harga Diri Untuk Penelitian .....	37
Tabel 3.6	<i>Blue Print</i> Skala <i>Body Image</i> Setelah <i>Try Out</i> .....	38
Tabel 3.7	<i>Blue Print</i> Skala <i>Body Image</i> Untuk Penelitian .....	39
Tabel 3.8	Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Penelitian .....	40
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Data Demografi Subjek .....	44
Tabel 4.2	Uji Normalitas <i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i> .....	46
Tabel 4.3	Uji Linieritas .....	47
Tabel 4.4	Uji Heterokedastisitas .....	48
Tabel 4.5	Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i> .....	49
Tabel 4.6	Uji Hipotesis .....	50
Tabel 4.7	Analisis Koefisien Regresi .....	50
Tabel 4.8	Norma Kategorisasi .....	52
Tabel 4.9	Norma Kategorisasi variabel Harga Diri .....	53
Tabel 4.10	Kategorisasi Variabel Harga Diri .....	53
Tabel 4.11	Norma Kategorisasi variabel <i>Body Image</i> .....	54
Tabel 4.12	Kategorisasi Variabel <i>Body Image</i> .....	54
Tabel 4.13	Analisis Apek <i>Body Image</i> terhadap Harga Diri .....	55



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Lembar Validasi Alat Ukur .....	79
Lampiran B	Skala Uji Coba .....	100
Lampiran C	Tabulasi Data Uji Coba.....	116
Lampiran D	Uji Reliabilitas dan Uji Daya Beda Aitem .....	125
Lampiran E	Skala Penelitian .....	132
Lampiran F	Tabulasi Data Penelitian.....	146
Lampiran G	Hasil Analisis Deskriptif Demografi Responden .....	165
Lampiran H	Uji Asumsi .....	168
Lampiran I	Uji Hipotesis.....	171
Lampiran J	Analisis Tambahan.....	173
Lampiran K	Surat Penelitian.....	178

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## HUBUNGAN *BODY IMAGE* DENGAN HARGA DIRI PADA PEREMPUAN OBESITAS

Naziha Syifa Fakhirah

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

[nazihasyifafakhirah910@gmail.com](mailto:nazihasyifafakhirah910@gmail.com)

### ABSTRAK

Obesitas pada perempuan memberikan dampak pada kesehatan fisik dan psikologis yang memengaruhi harga diri. Harga diri yang negatif dapat menyebabkan gangguan psikologis seperti masalah emosional, kecemasan sosial, depresi, dan tingkat kepuasan hidup yang rendah, sebaliknya harga diri yang positif menyebabkan individu merasa bernilai dan diterima di lingkungan sekitar, serta memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi. *Body image* diduga memengaruhi harga diri pada perempuan obesitas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan harga diri pada perempuan obesitas. Sampel penelitian ini berjumlah 100 orang yang ditentukan dengan *purposive sampling* dengan kriteria perempuan obesitas usia 15-24 tahun, belum pernah melahirkan, dan tidak memiliki penyakit tertentu yang menyebabkan kegemukan. Pengumpulan data menggunakan skala harga diri dan skala *body image*. Dari analisis regresi sederhana ditemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan harga diri pada perempuan obesitas ( $r = 0,346$ ,  $F = 51,781$ ,  $p = <0,001$ ), artinya hipotesis penelitian ini diterima. Semakin positif *body image* maka semakin positif harga diri, sebaliknya semakin negatif *body image* semakin positif harga diri perempuan obesitas. Adanya *body image* positif dapat membantu perempuan obesitas meningkatkan harga dirinya, sehingga individu perlu mengembangkan penilaian yang positif terhadap *body image* yang dimiliki.

**Kata Kunci:** *body image*, harga diri, perempuan, obesitas



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## THE RELATIONSHIP BETWEEN *BODY IMAGE* AND SELF-ESTEEM IN OBESITY WOMEN

Naziha Syifa Fakhirah

Faculty of Psychology, Sultan Syarif Kasim State Islamic University, Riau

[nazihasyifafakhirah910@gmail.com](mailto:nazihasyifafakhirah910@gmail.com)

### ABSTRACT

Obesity in women has an impact on physical and psychological health that affects self-esteem. Negative self-esteem can cause psychological disorders such as emotional problems, social anxiety, depression, and low levels of life satisfaction, conversely, positive self-esteem causes individuals to feel valued and accepted in their surroundings, and have a high level of self-confidence. Body image is thought to influence self-esteem in obese women. The purpose of this study was to determine the relationship between body image and self-esteem in obese women. The sample of this study amounted to 100 people who were determined by purposive sampling with the criteria of obese women aged 15-24 years, have never given birth, and do not have certain diseases that cause obesity. Data collection used a self-esteem scale and a body image scale. From a simple regression analysis, it was found that there was a significant positive relationship between body image and self-esteem in obese women ( $r = 0.346$ ,  $F = 51.781$ ,  $p = <0.001$ ), meaning that this research hypothesis was accepted. The more positive the body image, the more positive the self-esteem, conversely, the more negative the body image, the more positive the self-esteem of obese women. Having a positive body image can help obese women improve their self-esteem, so individuals need to develop a positive assessment of their body image.

**Keywords:** *body image, self esteem, woman, obesity*



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Manusia akan mengalami perubahan bentuk tubuh sepanjang rentang perkembangan dalam kehidupan (Rahmat, 2021). Tubuh merupakan aset fisik manusia yang sangat mudah terlihat (Suseno dan Dewi, 2014). Bentuk tubuh ideal adalah hal yang didambakan oleh banyak individu, terutama perempuan, namun pada kenyataannya banyak perempuan yang mempersepsikan bentuk tubuhnya tidak ideal (Hasmalawati, 2017). Hampir seluruh perempuan ingin selalu terlihat cantik di depan umum maupun tidak di depan umum. Terdapat stigma sosial di Indonesia yang berkembang mengenai standar kecantikan seorang perempuan yang mengarah pada fisik, seperti berkulit putih, hidung mancung, tubuh langsing, dan wajah yang mulus (Syafitri, 2021).

Perempuan lebih rentan untuk mengalami berat badan yang berlebih hingga mengalami obesitas (Septiyanti & Seniwati, 2020). Penyebabnya adalah perempuan cenderung lebih pasif dalam beraktivitas dibandingkan dengan laki-laki (Suriati & Mansyur, 2020). Farradika, dkk (2019), dalam penelitiannya menyebutkan bahwa perempuan cenderung terlibat dalam aktivitas fisik yang tidak aktif (49,5%) dibandingkan laki-laki (36,8%). Penyebab lainnya adalah laki-laki memiliki massa otot yang lebih besar dibandingkan perempuan, sehingga hal ini menyebabkan peluang pertumbuhan lemak pada perempuan lebih besar (Suriati & Mansyur, 2020).



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Obesitas merupakan kelebihan berat badan disebabkan oleh penyimpanan lemak tubuh secara berlebihan (Hasdianah, dkk, 2014). Indikator obesitas diukur dengan IMT (Indeks Massa Tubuh)  $\geq 27,0$  (RISKESDAS, 2018). Berdasarkan data RISKESDAS (2018), prevalensi penduduk Indonesia berusia lebih dari 18 tahun yang obesitas mengalami kenaikan ditahun 2018 menjadi 21,8% dibandingkan dengan 5 tahun sebelumnya, yaitu tahun 2013 sebesar 14,8%, hal ini menunjukkan terjadi peningkatan jumlah penduduk Indonesia obesitas yang berusia lebih dari 18 tahun sebanyak 7% dalam waktu 5 tahun. Dari data tersebut juga ditemukan bahwa obesitas pada perempuan memiliki prevalensi sebanyak 29,3% dan laki-laki sebanyak 14,5%. Selain itu, diketahui bahwa penduduk Indonesia yang berusia 15 tahun ke atas juga memiliki tingkat prevalensi obesitas yang tinggi, yaitu sebesar 31%, dengan presentase perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki (UNICEF, 2022). Sehingga hal ini mengindikasikan bahwa prevalensi obesitas pada perempuan lebih besar dari pada laki-laki.

Obesitas pada perempuan akan memberikan dampak pada kesehatan fisik dan psikologis. Dalam kesehatan fisik, perempuan obesitas akan memiliki masalah dengan organ reproduksinya karena adanya tekanan pada hormon reproduksi dalam tubuh sehingga dapat mengganggu kelancaran proses ovulasi dan bisa jadi kemandulan sebagai kemungkinan terburuknya (Sholiha & Ardi, 2018). Obesitas juga meningkatkan resiko terjadinya penyakit jantung dan sejumlah penyakit menahun seperti serangan jantung (infark miokardium), gagal jantung, kanker jenis tertentu, misalnya kanker prostat dan kanker usus besar, batu kandung empedu dan batu kandung kemih, diabetes tipe 2 (timbul pada masa dewasa), hipertensi, *stroke*,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

dan beberapa penyakit lainnya (Sutanto dalam Supriatiningrum, 2021). Sementara itu dampak psikologisnya adalah gangguan psikososial, rasa rendah diri, dan individu menjadi menarik diri dari lingkungan (Tirtawinata, 2012).

Hasil penelitian Prameswari, dkk (2013) menunjukkan bahwa 55,3% dari 27 responden remaja putri yang obesitas memiliki harga diri yang rendah atau negatif. Angka tersebut cukup memprihatinkan karena lebih dari setengah responden pada penelitian tersebut memiliki harga diri yang negatif. Harga diri yang negatif dapat terlihat ketika individu merasa tidak berkompeten, merasa takut ditolak, memiliki perasaan terasingkan, sensitif terhadap kritik, mengalami kesulitan dalam berhubungan dengan orang lain, enggan menonjolkan diri, dan kurang menunjukkan afeksinya (Coopersmith dalam Fatmawati, dkk, 2019). Namun, hal yang berbeda dan bertolak belakang dari hasil temuan sebelumnya, hasil penelitian Zhafirah dan Dinardinata (2018) menemukan 77,3% remaja putri memiliki harga diri yang tinggi atau positif. Harga diri yang positif akan membuat individu merasa dirinya lebih unggul dari orang lain, merasa bernilai dan diterima di lingkungan sekitar, mampu berkembang dan memperbaiki diri, serta memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi (Ayodya & Jayanti, 2023).

Perkembangan harga diri terjadi disepanjang kehidupan, dimulai dari masa kanak-kanak hingga dewasa, tetapi sering kali mengalami penurunan saat individu memasuki masa remaja (Guindon, 2010). Hal ini dikarenakan pada saat beranjak remaja, individu lebih memahami hubungan sebab-akibat dan mulai mempertanyakan keadaan diri sendiri serta orang lain menggunakan pengetahuan yang ada (Sebastian, dkk, 2008). Harga diri mempunyai peran penting dalam

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengarahkan perilaku individu, karena harga diri menentukan bagaimana seseorang dapat beradaptasi dengan tuntutan lingkungannya (Coopersmith dalam Prameswari, dkk, 2013). Harga diri adalah evaluasi dan persepsi seseorang tentang dirinya sendiri, apa yang dipercaya, baik itu penilaian positif maupun negatif tentang diri sendiri (Cobb, 2000). Penilaian negatif ditandai dengan perasaan tidak berdaya, merasa lemah, putus asa, takut, rapuh, tidak utuh, tidak berharga, dan tidak memadai yang menyebabkan rasa percaya diri dan harga diri pada individu menjadi hilang (Wijayati,dkk, 2020).

Perempuan yang obesitas cenderung memiliki tingkat harga diri yang negatif (Sumiyati & Irianti, 2021). Harga diri yang negatif ini terjadi akibat adanya perbedaan diri dengan bentuk diri ideal yang perempuan obesitas tetapkan. Perempuan obesitas merasa kurang nyaman dengan berat badan yang tinggi serta bentuk tubuh yang besar, sehingga menyebabkan perasaan kurang percaya diri. Perempuan obesitas biasanya akan menjadi kurang aktif dan menjadi lebih menarik diri dari lingkungan sosial karena kurangnya rasa percaya diri tersebut. Rasa kurang percaya diri yang terus-menerus akan berkembang menjadi perasaan negatif terhadap diri dan merasa diri menjadi tidak berharga. Akibat dari perasaan tidak berharga ini, perempuan obesitas akan memiliki masalah emosional (Rahayu & Husnina, 2019). Perempuan obesitas akan sensitif dengan pembicaraan yang berkaitan dengan bentuk tubuh dan berat badan. Hal ini terjadi karena banyaknya perempuan obesitas yang mengalami diskriminasi dan tekanan dari lingkungan mengenai bentuk dan berat badan, sehingga terbentuknya stigma negatif mengenai obesitas. Akibat lain yang akan muncul dari harga diri negatif pada perempuan

obesitas adalah munculnya gangguan psikologis seperti kecemasan sosial, depresi, dan tingkat kepuasan hidup yang rendah karena mendapat penolakan dan diskriminasi oleh lingkungan (Nurvita & Handayani, 2015).

Banyak faktor yang memengaruhi harga diri, seperti pola asuh, lingkungan, sosial ekonomi, pengalaman, dan *body image* (Burn dalam Sari, 2012). *Body image* merupakan pengalaman subjektif di mana individu menilai berat dan bentuk badannya sendiri, serta melakukan tindakan yang memengaruhi evaluasi terhadap penampilan fisiknya (Cash, 2012). Hasil penelitian Sholihah & Ardi (2018), menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *body image* dengan harga diri pada wanita obesitas. Sejalan dengan penelitian tersebut, hasil penelitian Wahyuni, dkk (2023) juga ditemukan bahwa terdapat hubungan positif antara *body image* dengan harga diri. Hasil penelitian lain ditemukan bahwa harga diri juga dapat memengaruhi *body image* pada siswa kelas XI SMA Negeri 12 Bekasi (Fatimah, dkk, 2020). Hal ini disebabkan karena harga diri merupakan bagian dari kepribadian seseorang yang menjadi salah satu faktor yang memengaruhi perkembangan *body image* (Fatimah & Oktaviana, 2023). Apabila seseorang memiliki harga diri yang negatif, maka seseorang tersebut akan merasa tidak puas dengan kondisi tubuh yang dimilikinya serta selalu memikirkan kekurangannya (Rahmania & Ika dalam Fitra, dkk, 2021) .

Namun, pada penelitian ini, peneliti fokus kepada *body image* memengaruhi harga diri, sebab perempuan obesitas lebih rentan mendapatkan penilaian langsung mengenai fisik yang berdampak kepada penilaian terhadap diri secara keseluruhan. Salah satu yang menjadi faktor pengaruh *body image* adalah komentar orang lain

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengenai fisik (Melliana, 2006). Ketika banyak komentar negatif dari orang lain terutama mengenai fisik, maka akan menyebabkan individu mempersepsikan tubuh menjadi negatif dan berdampak pada individu menilai negatif dirinya sendiri. Cara seseorang melihat dirinya sangat bergantung pada gambaran tentang tubuhnya sendiri, karena *body image* akan menentukan nilai diri dan kepercayaan diri seseorang (Henggaryadi & Fakhrurrozi dalam Sari, 2012). *Body image* akan memengaruhi cara seseorang dalam menilai dirinya sendiri sehingga akan berakibat pada positif atau negatifnya harga diri.

*Body Image* mempunyai dua pandangan yang bertolak belakang, yaitu positif dan negatif. *Body image* positif disebut dengan *body satisfaction*. Januar dan Putri (2007) mengatakan bahwa gambaran *body image* yang positif secara umum ditandai dengan kepuasan terhadap tubuhnya, minimnya kecemasan mengenai penampilannya, serta tidak menghindari untuk terlibat dalam aktivitas yang memperlihatkan bentuk tubuhnya. Seseorang yang memiliki *body image* positif akan melihat tubuhnya sebagaimana adanya, merasa bangga, menerima bentuk tubuhnya, serta merasa percaya diri dan nyaman dengan kondisi tubuhnya. Sebaliknya *Body image* negatif disebut juga dengan *body dissatisfaction*. Jika individu memiliki *body image* negatif akan membuat individu tersebut merasa malu dan cemas tentang tubuhnya, memiliki persepsi yang tidak sejalan dengan kondisi tubuh yang sebenarnya, minder, tidak bahagia, merasa tidak berharga, kurang menarik, dan tidak percaya diri, sehingga hal tersebut mencerminkan bahwa individu tersebut memiliki harga diri yang negatif (Maemunah, 2020). Selain itu, individu yang memiliki *body image* negatif akan memunculkan hambatan berupa

kecemasan sosial, rasa minder, serta melakukan perbandingan bentuk tubuh dengan orang lain (Sumantry, dkk, 2018).

Individu yang memiliki *body image* positif akan merasa puas terhadap tubuhnya, merasa nyaman, bangga dan menerima tubuhnya serta percaya diri (Maemunah, 2020). Sehingga, ketika individu bangga terhadap dirinya lalu menerima dirinya dan memiliki kepercayaan dalam diri akan menyebabkan individu memiliki harga diri yang positif. Sebaliknya, individu yang memiliki *body image* negatif merasa tidak puas dengan dirinya dan memiliki persepsi yang buruk terhadap dirinya. Memiliki persepsi yang buruk terhadap diri sendiri menyebabkan individu cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain (Sumanty, dkk, 2018). Individu akan merasa dirinya jauh berbeda dari standar ideal yang terbentuk dari masyarakat sehingga berdampak pada penilaian dirinya sendiri dan merasa harga dirinya tidak ada (Nuralifah, dkk, 2022). Sehingga dapat diasumsikan bahwa individu yang memiliki *body image* positif akan memiliki harga diri yang positif, sementara itu individu yang memiliki *body image* negatif akan berdampak terhadap harga diri menjadi negatif.

*Body image* positif penting untuk dimiliki individu, terutama perempuan obesitas. Sebab individu yang memiliki *body image* positif akan menerima segala perubahan pada bentuk tubuhnya dan berpengaruh terhadap positifnya harga diri individu (Nurvita & Handayani, 2015). Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti topik ini dikarenakan perempuan yang obesitas banyak mendapatkan diskriminasi oleh lingkungan mengenai bentuk dan berat badan, sehingga perempuan obesitas memandang jelek tubuhnya dan berakibat terhadap negatifnya

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

harga diri. Hal ini didukung dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Wahyuni dan Prasetyo (2019) yang menunjukkan bahwa perempuan gemuk mendapat diskriminasi dalam beberapa aspek, yaitu aspek sosial dan pekerjaan. Selain itu, belum banyak penelitian yang menjadikan perempuan obesitas sebagai subjek dalam topik penelitian hubungan *body image* dengan harga diri ini.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “*Hubungan Body Image dengan Harga Diri pada Perempuan Obesitas*”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan *body image* dengan harga diri pada perempuan obesitas?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *body image* dengan harga diri pada perempuan obesitas.

## **D. Keaslian Penelitian**

Penelitian dengan topik *body image* dan harga diri sudah pernah dilakukan. Dalam kaitannya dengan topik ini, terdapat beberapa studi yang berhubungan dengan topik yang akan peneliti jadikan fokus penelitian. Pertama, penelitian dengan judul “*Hubungan antara Self Esteem dengan Body Image pada Remaja Awal yang Mengalami Obesitas*” yang diteliti oleh Nurvita dan Handayani tahun 2015. Hasil dari penelitiannya menunjukkan bahwa adanya hubungan yang

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

signifikan antara *self esteem* dan *body image*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini juga melibatkan pendekatan kuantitatif. Penelitian yang akan dilakukan peneliti memiliki persamaan dengan penelitian ini, yaitu fokus pada hubungan antara *body image* dan *self esteem*, namun perbedaannya terletak pada penelitian Nurvita dan Handayani menjadikan *body image* sebagai variabel terikat dan *self esteem* sebagai variabel bebas, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan, *self esteem* merupakan variabel terikat dan *body image* sebagai variabel bebas.

Kedua, penelitian Sholihah dan Ardi (2018) dengan judul “*Hubungan antara Body Image dengan Self Esteem pada Wanita Obesitas Di Surabaya*”. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *body image* dengan *self esteem*. Hubungan yang didapat adalah hubungan yang bersifat positif, dimana saat *body image* naik maka *self esteem* juga akan naik, hal ini berlaku sebaliknya jika *body image* turun maka *self esteem* akan ikut turun. Metode yang digunakan dalam penelitian ini juga melibatkan pendekatan kuantitatif. Persamaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah sama-sama memakai teori Rosenberg untuk variabel *self esteem*. Perbedaan penelitiannya, penelitian yang dilakukan Sholihah & Ardi subjeknya adalah perempuan obesitas yang berada di Surabaya, sedangkan subjek penelitian yang peneliti lakukan berada di wilayah Pekanbaru, selain itu pada penelitian Sholihah & Ardi dilakukan kepada perempuan dengan rentan usia 14 – 48 tahun sedangkan peneliti kepada perempuan berusia 15 – 24 tahun.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Ketiga, penelitian Maemunah (2020) dengan judul “*Hubungan antara Tingkat Kepuasan Citra Tubuh dengan Harga Diri pada Mahasiswi Fakultas Psikologi*”. Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kepuasan terhadap citra tubuh dan harga diri di kalangan mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Berbeda dengan beberapa penelitian sebelumnya, studi ini menunjukkan bahwa hubungan antara citra tubuh dan harga diri tidak signifikan. Metode yang digunakan pada penelitian Maemunah adalah kuantitatif korelasional. Persamaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah sama sama meneliti variabel *body image* sebagai variabel bebas dan *self esteem* sebagai variabel terikat. Perbedaannya penelitian ini terbatas hanya dilakukan pada mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung sedangkan penelitian yang peneliti lakukan subjeknya tidak hanya pada mahasiswi saja.

Keempat, penelitian Fatimah, dkk (2020) dengan judul “*Hubungan antara Self-Esteem dengan Body Image pada Siswa Kelas Xi di Sma Negeri 12 Bekasi*”. Studi ini mengungkapkan adanya keterkaitan yang signifikan antara harga diri dan citra tubuh di kalangan siswa kelas XI di SMA Negeri 12 Bekasi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini memiliki persamaan topik, yaitu variabel *body image* dan *self esteem*, namun yang menjadi perbedaannya adalah pada penelitian Fatimah, dkk menjadikan *body image* sebagai variabel terikat dan *self esteem* sebagai variabel bebas, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan, *self esteem* merupakan variabel terikat dan *body image* sebagai variabel bebas. Selain itu perbedaannya juga terletak pada teori yang digunakan pada

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

variabel *self esteem*, penelitian Fatimah, dkk menggunakan teori Coopersmith, sedangkan peneliti menggunakan teori Rosenberg.

Kelima, penelitian Wahyuni, dkk (2023) dengan judul “*Korelasi antara Body Image dengan Self Esteem pada Siswa di Smkn 1 Banjarbaru*”. Hasil dari penelitian ini adalah ada hubungan positif antara *body image* dan *self esteem* pada siswa SMKN 1 Banjarbaru. Artinya semakin positif *body image* maka akan semakin tinggi *self esteem* dan begitu juga sebaliknya semakin negatif *body image* maka semakin rendah *self esteem*. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif. Persamaan penelitian Wahyuni, dkk dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu *self esteem* sebagai variabel terikat dan *body image* sebagai variabel bebas. Perbedaan penelitiannya adalah kriteria subjek. Pada penelitian Wahyuni, dkk subjeknya adalah siswa SMK di Banjarbaru, sedangkan pada penelitian yang peneliti lakukan memiliki kriteria subjek perempuan, obesitas dan tidak terbatas dengan jenjang pendidikan. Perbedaan lainnya adalah teori yang digunakan Wahyuni, dkk adalah teori *self esteem* dari Coopersmith sedangkan yang peneliti gunakan adalah teori *self esteem* Rosenberg.

### E. Manfaat

#### 1. Manfaat Secara Teoritis

Peneliti mengharapkan penelitian ini bisa memberikan kontribusi ilmiah bagi keilmuan psikologi khususnya dalam bidang psikologi klinis dan psikologi perkembangan, terutama yang berhubungan dengan *body image* dan harga diri pada perempuan obesitas.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 2. Manfaat Secara Praktis

### a. Bagi Perempuan Obesitas

Peneliti berharap penelitian ini mampu menyajikan informasi serta masukkan kepada para perempuan obesitas bahwa penting untuk memiliki *body image* yang baik, karena *body image* yang baik akan membentuk harga diri yang baik pula.

### b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan kepada masyarakat bahwa standar penilaian kecantikan dari masyarakat seperti cantik itu harus langsing, putih, dan tinggi dapat memengaruhi *body image* pada perempuan obesitas sehingga diharapkan agar masyarakat tidak lagi menetapkan standar kecantikan yang membuat perempuan obesitas jadi memiliki *body image* yang buruk.

### c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi dan menambah referensi kepada peneliti selanjutnya terkait hubungan *body image* dengan harga diri.

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II

### TINJAUAN TORITIS

#### A. Harga Diri

##### 1. Definisi Harga Diri

Harga diri merupakan penilaian positif atau negatif terhadap diri sendiri, mencerminkan bagaimana seseorang melihat dirinya sendiri (Rosenberg dalam Tafarodi dan Milne, 2002). Harga diri menurut Murk (2006) adalah perasaan berharga atau sebuah sikap yang individu miliki terhadap dirinya sendiri, yang dapat terlihat dari perasaan berharga atau tidak berharga seseorang. Definisi lain disampaikan oleh Heatherton dan Wylan (2003) yang mengatakan harga diri merupakan cara individu memandang dirinya sendiri, yang meliputi keyakinan tentang keterampilan, kemampuan, hubungan sosial, dan potensi pencapaian di masa depan.

Sementara itu menurut Coopersmith (1967) harga diri adalah suatu penilaian seseorang untuk diri sendiri yang dilakukan lewat kegiatan sehari-hari. Harga diri merupakan penilaian positif ataupun negatif perempuan obesitas terhadap dirinya sendiri, meliputi penilaian terhadap kualitas, keterampilan, dan kemampuan perempuan obesitas itu sendiri.

Berdasarkan keempat definisi yang disebutkan para ahli tersebut, terdapat kesamaan terhadap definisi harga diri yaitu penilaian dan rasa berharga individu terhadap dirinya sendiri. Oleh karena itu dapat disimpulkan harga diri adalah penilaian individu dan perasaan berharga





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

terhadap dirinya sendiri yang bisa saja penilaian yang diberikan tersebut positif ataupun negatif.

## 2. Aspek Harga Diri

Ada 2 aspek harga diri menurut Rosenberg (dalam Tafarodi dan Milne, 2002) yaitu:

### a. Aspek *Self Competence*

Aspek ini mengacu kepada kepuasan individu terhadap dirinya sendiri. Individu menilai dirinya kemampuannya, potensi yang dimiliki, serta seberapa besar dirinya dapat dikendalikan dan diandalkan. Penilaian terhadap diri ini dapat bersifat positif ataupun negatif. Individu yang memiliki kompetensi tinggi akan menilai dirinya dengan pandangan positif, karena menganggap dirinya memiliki potensi dan dapat diandalkan. Individu yang memiliki kepercayaan bahwa dirinya sendiri memiliki kemampuan biasanya memiliki harga diri yang tinggi (Hurlock, 1990).

### b. Aspek *Self Liking*

Aspek ini mengacu kepada penilaian individu terhadap kualitas dirinya. Kualitas diri disini termasuk ke dalam aspek fisik individu. Penilaian tersebut dapat bersifat negatif ataupun positif. Penilaian terhadap kualitas diri ini didasari oleh penilaian lingkungan sosial terhadap individu itu sendiri (Tafarodi & Swann, 2001). Individu akan memberikan penilaian positif kepada dirinya apabila lingkungannya juga memberikan penilaian positif. Namun apabila lingkungan

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memberikan penilaian negatif seperti penolakan, teguran dan kritikan maka individu menilai negatif terhadap dirinya (Herlina & Izzati, 2021).

Kedua aspek ini (*self competence* dan *self liking*) akan peneliti gunakan untuk mengukur harga diri dalam penelitian ini.

### 3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Harga Diri

Burn (dalam Sari, 2012) menyebutkan lima faktor yang memengaruhi pembentukan harga diri.

#### a. Pengalaman

Pengalaman adalah sebuah bentuk perasaan, perlakuan, emosi dan kejadian yang telah dilalui individu sehingga menjadikan hal yang berkesan dalam hidupnya. Pengalaman individu akan memengaruhi harga diri individu tersebut. Apabila terdapat pengalaman yang buruk seperti kekerasan, pelecehan, penolakan, dan pengalaman buruk lainnya akan memengaruhi harga diri individu menjadi negatif. Sebaliknya apabila individu memiliki pengalaman baik dimasa lalu maka akan memengaruhi harga diri individu mejadi positif. Hasil penelitian Syam'ani (2013) menunjukkan terdapat hubungan yang erat antara pengalaman dengan harga diri. Pengalaman yang dimaksud di sini adalah pengalaman fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi.

#### b. Pola Asuh

Pola asuh merupakan sikap dan tindakan yang ditunjukkan orang tua saat melakukan interaksi dengan anaknya, termasuk cara

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memberikan aturan, sanksi, kasih sayang serta perhatian kepada anaknya. Pola asuh dapat memengaruhi harga diri individu dikarenakan pembentukan diri seorang anak dimulai dari pengasuhan orang tua di rumah. Ketika orang tua menerapkan pola asuh yang supportif, menciptakan kehangatan, penuh perhatian, dan memberikan kesempatan kepada anak untuk menyampaikan pendapatnya maka anak akan mempunyai harga diri yang positif. Anak akan merasa di hargai oleh orang tuanya, oleh karena itu anak tersebut juga akan menghargai dirinya sendiri. Hasil penelitian Mentari dan Daulima (2017), menunjukkan terdapat keterkaitan antara pola asuh dengan tingkat harga diri pada remaja. Pola asuh *authoritative* membentuk harga diri yang lebih positif pada remaja. Di sisi lain pola asuh *uninvolved* dapat menyebabkan harga diri menjadi lebih negatif pada remaja.

#### c. Lingkungan

Lingkungan merupakan kondisi disekitar individu di dalamnya terdapat orang-orang yang berinteraksi langsung dengan individu. Lingkungan sangat memengaruhi pembentukan harga diri individu. Apabila lingkungan dapat menerima individu, sehingga membuat individu merasa aman, nyaman, dan merasa diterima maka individu akan merasa dihargai di lingkungan tersebut dan berdampak kepada harga diri individu menjadi positif. Sebaliknya, apabila individu dikucilkan, ditolak, dan kerap mendapat kritikan di lingkungannya, akan mengakibatkan individu merasa tidak nyaman dan tidak di hargai,



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

serta berdampak terhadap negatifnya harga diri individu. Hasil penelitian Syafrizaldi dan Pratiwi (2020), menunjukkan adanya hubungan signifikan antara lingkungan sosial dengan harga diri. Apabila lingkungan sosial baik maka harga diri remaja menjadi tinggi.

#### d. Sosial Ekonomi

Faktor sosial ekonomi berhubungan dengan upaya individu dalam pemenuhan kebutuhannya dalam sehari-hari. Sosial ekonomi memengaruhi pembentukan harga diri seseorang. Apabila individu tidak dapat memenuhi kebutuhan sehari-harinya, individu akan merasa gagal dan menganggap rendah dirinya sendiri. Individu juga akan membanding-bandingkan dirinya bersama orang dengan status sosial ekonomi yang lebih baik sehingga berdampak kepada negatifnya harga diri individu tersebut. Hasil penelitian Widodo dan Pratitis (2013), menunjukkan bahwa harga diri siswa berbeda ditinjau dari sosial ekonomi. Dalam hal ini, harga diri pada siswa yang tidak mengajukan bantuan uang sekolah dengan yang mengajukan memiliki perbedaan.

#### e. Body Image

*Body image* adalah bentuk penilaian perasaan dan sikap individu terhadap bentuk fisiknya secara positif atau negatif. *Body image* memengaruhi pembentukan harga diri seseorang. Apabila individu memiliki *body image* negatif maka akan berpengaruh terhadap harga diri menjadi negatif dan sebaliknya. Hal tersebut diperkuat oleh penelitian Sholihah dan Ardi (2018) yang menemukan bahwa *body*



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*image* berpengaruh terhadap harga diri. Individu yang memiliki *body image* positif akan berpengaruh pada harga diri yang positif.

Oleh karena itu terdapat 5 faktor yang memengaruhi pembentukan harga diri, yaitu pengalaman, pola asuh, lingkungan, sosial ekonomi, dan *body image*. Pada penelitian ini, peneliti menetapkan *body image* faktor yang memengaruhi harga diri.

### **B. Body Image**

#### **1. Definisi Body Image**

Cash dan Pruzinsky (2002) mendefinisikan *body image* adalah perasaan dan sikap individu terhadap bentuk tubuhnya dengan cara memberikan penilaian positif atau negatif. Definisi lain disampaikan oleh Arthur (2010) *body image* merupakan gambaran subyektif seseorang mengenai tubuhnya, khususnya yang berhubungan dengan penilaian dari orang lain, serta sejauh mana tubuhnya harus menyesuaikan dengan persepsi tersebut. Sementara itu, menurut Burn (1993) *body image* adalah gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya sendiri sebagai manusia yang mempunyai fisik.

Berdasarkan beberapa pengertian para ahli, dapat disimpulkan bahwa *body image* adalah suatu perasaan dan persepsi individu terhadap bentuk tubuhnya yang dapat menghasilkan penilaian positif ataupun negatif.

#### **2. Aspek-Aspek Body Image**

Cash (2000) menyatakan bahwa terdapat 10 aspek dari *body image*, yaitu sebagai berikut:



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Evaluasi Penampilan

Evaluasi penampilan adalah memperkirakan penampilan dari seluruh bagian tubuh, apa sudah menarik atau belum menarik, apakah sudah memenuhi harapan atau belum memenuhi harapan.

b. Orientasi Penampilan

Orientasi penampilan adalah kepedulian seseorang terhadap penampilan pribadinya serta usaha yang individu lakukan untuk memperbaiki dan mempercantik tampilan diri individu tersebut.

c. Evaluasi Kebugaran

Evaluasi kebugaran merupakan pengukuran individu terhadap kebugaran fisik sebagai upaya perhatian terhadap kesehatan tubuhnya.

d. Orientasi Kebugaran

Orientasi kebugaran merupakan fokus individu terhadap kondisi kebugaran fisik atau tingkat investasinya dalam aspek fisik sehingga adanya komitmen terhadap kesehatan fisik.

e. Evaluasi Kesehatan

Evaluasi kesehatan merupakan penilaian individu mengenai kesehatan tubuh, termasuk keterbebasan dari penyakit fisik.

f. Orientasi Kesehatan

Orientasi kesehatan merupakan tingkat pemahaman individu tentang pentingnya menjaga kesehatan tubuh dan komitmen individu terhadap pola hidup yang sehat.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## g. Orientasi Penyakit

Orientasi penyakit merupakan tingkat pemahaman serta respon individu terhadap berbagai jenis penyakit yang dialami individu.

## h. Kepuasan terhadap Bagian Tubuh

Kepuasan terhadap bagian tubuh yaitu tingkat kebahagiaan seseorang dengan bagian tubuh tertentu, seperti wajah, rambut, tubuh bagian bawah (paha, pinggul, kaki), tubuh tengah (pinggang dan perut), tubuh bagian atas (dada, bahu, lengan), dan seluruh tubuh, diukur sebagai kepuasan mereka terhadap bagian tubuh tersebut.

## i. Klasifikasi diri terhadap Berat Badan

Klasifikasi terhadap badan menimbulkan kecemasan pada individu terhadap kegemukan sehingga individu menjadi waspada dengan membatasi pola makan.

## j. Persepsi terhadap Ukuran Tubuh

Dalam klasifikasi ukuran tubuh, individu mengukur kategori tubuhnya. Individu akan mepersepsikan ukuran tubuhnya tergolong dari sangat kurus hingga sangat gemuk.

Selain itu, Cash dan Pruzinsky (2002) juga menjelaskan 5 aspek dari *body image*, yaitu sebagai berikut:

## a. Evaluasi Penampilan

Evaluasi penampilan adalah menilai penampilan dari keseluruhan tubuh, apa sudah menarik atau belum menarik, apa sudah memenuhi harapan atau belum memenuhi harapan.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### b. Orientasi Penampilan

Orientasi penampilan adalah fokus seseorang terhadap penampilannya dan upaya yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan penampilannya tersebut.

### c. Kepuasan terhadap Bagian Tubuh

Kepuasan terhadap bagian tubuh mengukur kepuasan terhadap bagian tubuh secara spesifik, seperti wajah, rambut, tubuh bagian bawah (paha, pinggul, kaki), tubuh bagian tengah (pinggang dan perut), tubuh bagian atas (dada, bahu. Lengan), dan tubuh secara keseluruhan.

### d. Kecemasan Menjadi Gemuk

Kecemasan menjadi gemuk mengukur kekhawatiran individu terhadap kegemukan. Individu cenderung melakukan diet agar berat badan menjadi turun serta individu akan berolahraga.

### e. Pengkategorian Ukuran Tubuh

Dalam pengkategorian ukuran tubuh, individu mengukur kategori tubuhnya. Individu akan mepersepsikan ukuran tubuhnya tergolong dari sangat kurus hingga sangat gemuk.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 10 aspek dari Cash (2000) untuk mengukur *body image* terdiri dari yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, evaluasi kebugaran, orientasi kebugaran, evaluasi kesehatan, orientasi kesehatan, orientasi penyakit, kepuasan terhadap bagian tubuh, klasifikasi diri terhadap berat badan, dan persepsi terhadap ukuran tubuh.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sepuluh aspek tersebut digunakan untuk mengukur *body image* dalam penelitian ini.

### C. Kerangka Berpikir

Tubuh merupakan bagian penting bagi setiap individu, tak terkecuali pada perempuan obesitas. Tubuh dianggap penting karena stigma sosial yang berkembang di Indonesia mengenai standar kecantikan mengarah kepada fisik, salah satunya berbadan langsing (Syfitri, 2021). Berdasarkan data RISKESDAS (2018), prevalensi penduduk Indonesia yang obesitas berusia lebih dari 18 tahun adalah sebesar 21,8% dengan prevalensi perempuan sebesar 29,3% dan laki-laki sebesar 14,5%. Selain itu, diketahui bahwa penduduk Indonesia yang berusia 15 tahun memiliki tingkat obesitas yang lebih tinggi, yaitu sebesar 31%, dengan presentase perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki (UNICEF, 2022).

Perempuan dikategorikan obesitas apabila memiliki berat badan 27 kg lebih berat dari berat ideal seharusnya (RISKESDAS, 2018). Faktor penyebab obesitas adalah kombinasi dari asupan makanan, aktivitas fisik, dan kerentanan gen, namun sebagian kecil disebabkan oleh gangguan endokrin, obat-obatan, penyakit, hormonal, dan pemakaian suntik KB (Delta, dkk., 2023). Selain itu, obesitas pada perempuan dapat disebabkan oleh kehamilan dan melahirkan (Ridwan, dkk., 2017). Kondisi fisik dan biologis perempuan berubah selama kehamilan dan proses melahirkan, seperti perubahan payudara menjadi lebih kencang, perut menjadi lebih besar, dan terjadinya kenaikan berat badan (Ridwan, dkk., 2017). Sehingga



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memiliki penyakit tertentu dan melewati fase hamil hingga melahirkan menyebabkan perempuan lebih rentan mengalami obesitas.

Obesitas dapat memberikan dampak terhadap fisik dan psikologis. Dalam kesehatan fisik, obesitas dapat meningkatkan resiko terjadinya penyakit jantung dan sejumlah penyakit menahun seperti serangan jantung (infark miokardium), gagal jantung, kanker jenis tertentu, misalnya kanker prostat dan kanker usus besar, batu kandung empedu dan batu kandung kemih, diabetes tipe 2 (timbul pada masa dewasa), hipertensi, *stroke*, dan beberapa penyakit lainnya (Sutanto dalam Supriatiningrum, 2021). Sedangkan dalam masalah psikologis, obesitas dapat menyebabkan gangguan psikososial, rasa rendah diri, dan invidu menjadi menarik diri dari lingkungan (Tirtawinata, 2012).

Perempuan obesitas memiliki ciri-ciri fisik seperti badan gemuk, lingkar pinggang mencapai 80 cm bahkan lebih, wajah bulat, dan pipi tembam (Noor, dkk, 2022). Berbagai ciri fisik tersebut membuat perempuan obesitas merasa rendah diri. Hal tersebut menyebabkan perempuan obesitas minder, merasa dirinya jelek dan jauh dari standar kecantikan yang telah ditetapkan masyarakat. Selain itu, perempuan obesitas seringkali merasa tidak nyaman di lingkungan sosialnya, dikarenakan adanya ejekan-ejekan dari orang sekitar mengenai bentuk tubuh. Berbagai permasalahan muncul pada perempuan obesitas sehingga memengaruhi kehidupan sehari-hari, terutama harga dirinya. Hasil penelitian Prameswari, dkk (2013) menunjukkan bahwa 55,3 % remaja putri yang obesitas memiliki harga diri

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

yang rendah atau negatif. Angka ini cukup memprihatinkan, mengingat harga diri merupakan hal penting bagi individu.

Rosenberg dalam Tafarodi dan Milne (2002), menjelaskan harga diri merupakan suatu evaluasi terhadap diri sendiri. Dalam penelitian ini bagaimana perempuan obesitas memandang dirinya sendiri. Individu yang mempunyai harga diri yang positif akan merasa dirinya lebih baik dari orang lain, merasa berharga dan merasa diterima di lingkungan sekitar, mampu meningkatkan dan memperbaiki diri serta memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi (Ayodya & Jayanti, 2023). Sebaliknya harga diri yang negatif ditunjukkan dengan perasaan yang lemah, tidak memiliki daya, putus asa, tidak berani, rapuh, merasa tidak lengkap, merasa tidak berharga, dan tidak memadai yang mengakibatkan rasa percaya diri dan harga diri pada individu menjadi hilang (Wijayati,dkk, 2020). Idealnya, perempuan obesitas memiliki harga diri yang positif. Harga diri yang positif ditunjukkan dengan melakukan penerimaan diri, pengembangan kualitas dan keterampilan diri, dan tidak terganggu dengan kondisi obesitas yang dimiliki, serta pengembangan kesadaran mengenai makna kecantikan yang tidak hanya fokus pada penampilan fisik (Garnasih & Zahara, 2023)

Penting bagi perempuan obesitas untuk memiliki harga diri yang positif. Salah satu caranya adalah dengan memiliki *body image* yang positif. Sejalan dengan pendapat Burn (dalam Sari, 2012) yang menyebutkan bahwa *body image* adalah salah satu faktor yang memengaruhi harga diri seseorang. Individu yang memiliki *body image* positif akan memiliki nilai



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diri dan rasa percaya diri yang kuat sehingga dapat menghasilkan peningkatan harga diri. Sebaliknya ketika individu memiliki *body image* negatif, individu tersebut akan memiliki nilai dan kepercayaan diri yang rendah sehingga berdampak pada harga diri menjadi negatif.

Cash dan Pruzinsky (2002) mendefinisikan *body image* adalah perasaan dan sikap individu terhadap citra tubuhnya dengan cara evaluasi positif atau negatif. Evaluasi positif atau negatif ini diberikan perempuan obesitas terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya. Selain itu, *body image* juga berkaitan dengan perasaan tertarik individu terhadap tubuhnya dan melakukan perilaku-perilaku tertentu terhadap tubuh seperti memeriksa atau menghindari melihat bentuk tubuh.

*Body image* memengaruhi penilaian perempuan obesitas terhadap kualitas dirinya (Fianida dalam Wahyuni, dkk, 2023). Penilaian terhadap kualitas diri disebut juga dengan *self liking*. *Self liking* merupakan salah satu aspek dari harga diri (Rosenberg dalam Tafarodi & Milne, 2002). Perempuan obesitas yang memiliki *body image* negatif akan memiliki ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dan cenderung sering melakukan pengukuran terhadap tubuh (Buxton dalam Wardani, dkk, 2015). Pengukuran terhadap tubuh dapat memunculkan perasaan suka atau tidak suka terhadap diri perempuan obesitas. Setelah melakukan pengukuran terhadap tubuh, perempuan obesitas akan mengkategorikan bentuk tubuh. Jika kategori bentuk tubuh tidak cocok dengan bentuk ideal yang





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

perempuan obesitas persepsikan, maka akan berpengaruh terhadap penilaian perempuan obesitas kepada kualitas dirinya sendiri.

Pengukuran bentuk tubuh, orientasi penampilan, evaluasi kebugaran, orientasi kebugaran, evaluasi kesehatan, orientasi kesehatan, orientasi penyakit, kepuasan terhadap bagian tubuh, klasifikasi diri terhadap berat badan, dan persepsi terhadap ukuran tubuh merupakan aspek dari *body image* (Cash, 2000). Perempuan obesitas yang kerap mengukur keseluruhan tubuhnya dan merasa dirinya belum menarik, tidak puas terhadap bagian-bagian tubuhnya, serta mempersepsikan ukuran tubuhnya dengan tidak baik maka perempuan obesitas tersebut memiliki *body image* yang negatif. Sebaliknya, apabila perempuan obesitas merasa dirinya menarik, puas terhadap bagian-bagian tubuhnya, serta mempersepsikan ukuran tubuhnya dengan baik maka perempuan obesitas tersebut memiliki *body image* positif (Cash & Pruzinsky, 2002). Sehingga apabila perempuan obesitas memiliki *body image* positif maka akan memengaruhi harga diri menjadi positif (Wahyuni, dkk, 2023).

Penting untuk memiliki *body image* positif terutama pada perempuan obesitas. Hal ini dikarenakan, apabila perempuan obesitas dapat mempersepsikan tubuhnya dengan baik akan membuat perempuan obesitas memberikan penilaian yang baik pula terhadap dirinya (Agustiani dalam Fernando, 2019). Persepsi baik terhadap tubuh tersebut akan membuat perempuan obesitas menjadi percaya diri, tidak mengisolasi diri, dan menilai baik terhadap diri sehingga berdampak pada harga diri perempuan

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

obesitas itu sendiri (Pandu, 2014). Perempuan obesitas yang mempunyai *body image* yang positif akan lebih menghargai dirinya sendiri, menjadi lebih percaya diri, dan menerima bentuk tubuhnya (Sholeha & Ayriza, 2019). Hal ini dikarenakan, ketika perempuan obesitas menerima dan senang dengan bentuk tubuhnya maka perempuan obesitas tidak akan merasa rendah diri dan memiliki harga diri yang positif.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *body image* dapat menjadi faktor yang memengaruhi harga diri. *Body image* yang positif penting bagi perempuan obesitas karena *body image* menentukan nilai diri dan kepercayaan diri perempuan obesitas. Memiliki *body image* positif akan membuat perempuan obesitas memberikan nilai yang positif kepada dirinya. Perempuan obesitas akan menghargai dirinya dengan sebaik mungkin serta percaya terhadap dirinya tanpa mebanding-bandingkan dirinya dengan orang lain. Oleh karena itu, peneliti memiliki asumsi bahwa *body image* bisa menjadi faktor yang memengaruhi harga diri pada perempuan obesitas.

#### D. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan positif antara *body image* dengan harga diri pada perempuan obesitas, artinya semakin positif *body image* maka semakin positif pula harga diri dan sebaliknya, semakin negatif *body image* maka semakin negatif harga diri.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### BAB III

## METODE PENELITIAN

### A. Desain Penelitian

Peneliti menerapkan pada penelitian ini pendekatan kuantitatif yang bersifat korelasional untuk melihat hubungan antara variabel *body image* (X) dan harga diri (Y). Penelitian ini memiliki tujuan untuk menguji secara langsung hubungan antara *body image* dengan harga diri pada perempuan obesitas.

### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini melibatkan dua variabel, yaitu satu variabel bebas (X) dan satu variabel terikat (Y), variabel yang digunakan adalah :

1. Variabel Bebas (X) : *Body Image*
2. Variabel Terikat (Y) : Harga Diri

### C. Definisi Opsional

#### 1. Harga Diri

Harga diri adalah penilaian baik ataupun buruk yang dimiliki perempuan obesitas terhadap dirinya sendiri, meliputi penilaian terhadap kualitas, keterampilan, kompetensi, dan kemampuan yang dimiliki yang akan memengaruhi pandangannya terhadap dirinya secara utuh.

Harga diri diukur dengan skala *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) dari Rosenberg (1965) yang telah diadaptasi oleh Maroqi (2018). Positif dan negatifnya skor harga diri yang diperoleh

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

perempuan obesitas, menunjukkan positif dan negatifnya tingkat harga diri perempuan obesitas.

## 2. *Body Image*

*Body image* adalah persepsi, perasaan, dan sikap positif maupun negatif pada perempuan obesitas terhadap bentuk tubuh, penampilan, perubahan kesehatan, dan kebugaran yang terkait dengan baik buruknya penilaian individu terhadap dirinya secara fisik.

*Body image* diukur dengan menggunakan skala *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire* (MBSRQ) dari Cash (2000) yang diadaptasi oleh Malasari (2022). Skala *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire* (MBSRQ) terdiri dari 10 aspek yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, evaluasi kebugaran, orientasi kebugaran, evaluasi kesehatan, orientasi kesehatan, orientasi penyakit, kepuasan terhadap bagian tubuh, klasifikasi diri terhadap berat badan, dan persepsi terhadap ukuran tubuh. Positif dan negatifnya skor *body image* yang diperoleh perempuan obesitas, menggambarkan *body image* yang dimiliki perempuan obesitas.

## D. Subjek Penelitian

### 1. Populasi

Populasi merupakan kumpulan subjek yang menjadi sasaran untuk digeneralisasi hasil penelitiannya (Azwar, 2010). Menurut Sugiyono (2019), populasi adalah suatu bidang luas yang mencakup objek dan subjek dengan ciri-ciri tertentu yang ditetapkan peneliti untuk



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

diteliti dan diambil kesimpulannya. Populasi pada penelitian ini adalah perempuan berusia 15 – 24 tahun yang berdomisili di Pekanbaru.

Rinciannya sebagai berikut:

**Tabel 3.1**  
**Jumlah Perempuan berusia 15 – 24 tahun di Pekanbaru**

Rentan Usia	Jumlah
Usia 15 – 19	37.856 orang
Usia 20 - 24	45.999 orang
<b>Jumlah</b>	<b>83.855 orang</b>

Sumber : Badan Pusat Statistik Kota Pekanbaru (2023)

## 2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi, maka dari itu sampel harus mempunyai karakteristik atau kriteria yang sama dengan populasinya (Azwar, 2010). Selanjutnya, Sugiyono (2016) mengungkapkan bahwa sampel merupakan representasi dari jumlah keseluruhan dan karakteristik yang populasi miliki.

Roscoe (dalam Sugiyono, 2019) menyebutkan bahwa ukuran sampel yang memadai dalam penelitian berkisar 30 hingga 500 sampel. Sehingga, berdasarkan pendapat tersebut peneliti menetapkan jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 100 sampel.

## 3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang peneliti gunakan dalam penelitian ini. Metode pengambilan *purposive sampling* adalah strategi pengambilan sampel yang memperhitungkan kriteria dan persyaratan tertentu (Sugiyono, 2016). Berikut kriteria subjek yang akan diteliti :

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. Perempuan berusia 15-24 tahun yang memiliki bentuk tubuh dengan kategori obesitas atau memiliki indeks massa tubuh  $\geq 27$
- b. Tidak memiliki riwayat penyakit tertentu yang menyebabkan kegemukan
- c. Belum pernah melahirkan

Pengambilan kriteria ini dikarenakan perempuan dengan usia tersebut berada pada kelompok remaja akhir hingga dewasa awal. Kelompok usia tersebut berada pada masa perkembangan identitas diri dan pembentukan *body image* yang kuat, sehingga rentan dipengaruhi oleh tekanan sosial dan standar kecantikan (Papalia, dkk, 2008). Selain itu, alasan pemilihan kriteria tidak memiliki riwayat penyakit yang menyebabkan kegemukan dan belum pernah melahirkan adalah dikarenakan persepsi terhadap tubuh dan harga diri pada individu yang obesitas dengan kriteria tersebut, dapat disebabkan oleh faktor medis bukan hanya psikososial saja (WHO, 2000). Sehingga, untuk menjaga data tetap homogen, peneliti menetapkan kriteria-kriteria tersebut.

#### E. Teknik Pengumpulan Data

Instrumen atau alat yang dipakai pada penelitian ini adalah skala psikologi. Instrumen skala yang diterapkan di dalam penelitian ini adalah *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Maroqi (2018) untuk mengukur harga diri dan *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire* (MBSRQ) yang telah dimodifikasi oleh Malasari (2022) untuk mengukur *body image*.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 1. Harga Diri

Instrumen yang digunakan untuk mengukur harga diri pada penelitian ini adalah *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) yang dikembangkan oleh Rosenberg (1965) yang kemudian diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Maroqi (2018). Skala ini mencakup 10 aitem yang bersifat unidimensional yaitu aitem-aitemnya mencerminkan kedua aspek sekaligus. Di dalam skala ini terdapat empat pilihan jawaban. Untuk aitem *favorable*, jawaban sangat setuju (SS) mendapat nilai 4, setuju (S) mendapat nilai 3, tidak setuju (TS) mendapat nilai 2, sangat tidak setuju (STS) mendapat nilai 1. Sedangkan untuk aitem *unfavorable* nilai terbalik berlaku, yaitu sangat setuju (SS) mendapat nilai 1, setuju (S) diberi mendapat 2, tidak setuju (TS) mendapat nilai 3, sangat tidak setuju (STS) mendapat nilai 4. Skala harga diri ini memiliki 10 aitem yang terdiri dari 5 aitem *favorable* dan 5 aitem *unfavorable*.

**Tabel 3.2**  
**Blue Print skala adaptasi harga diri**

Aspek	Aitem		Jumlah
	F	UF	
Global <i>self esteem</i>	1, 3, 4, 7, 10	2, 5, 6, 8, 9	10

\*Keterangan F = *Favorable*, UF = *Unfavorable*

## 2. Body Image

Instrumen yang digunakan untuk mengukur *body image* pada penelitian ini adalah *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire* (MBSRQ) yang dikembangkan oleh Cash (2000) yang kemudian diadaptasi oleh Malasari (2022) dengan  $\alpha = 0,92$ . Skala ini

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

terdiri dari 69 aitem yang mengukur sepuluh aspek dari *body image*, yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, evaluasi kebugaran, orientasi kebugaran, evaluasi kesehatan, orientasi kesehatan, orientasi penyakit, kepuasan terhadap bagian tubuh, klasifikasi diri terhadap berat badan, dan persepsi terhadap ukuran tubuh. Skala *body image* ini memiliki 69 aitem yang terdiri dari 49 aitem *favorable* dan 20 aitem *unfavorable*.

Di dalam skala ini terdapat empat pilihan jawaban. Untuk aitem *favorable*, jawaban sangat sesuai (SS) diberi nilai 4, sesuai (S) diberi nilai 3, tidak sesuai (TS) diberi nilai 2, sangat tidak sesuai (STS) diberi nilai 1. Sedangkan untuk aitem *unfavorable* berlaku nilai sebaliknya, yaitu sangat sesuai (SS) diberi nilai 1, sesuai (S) diberi nilai 2, tidak sesuai (TS) diberi nilai 3, sangat tidak sesuai (STS) diberi nilai 4.

**Tabel 3.3**  
**Blue print skala adaptasi *body image***

Aspek	Aitem		Jumlah
	F	UF	
Evaluasi Penampilan	5, 11, 21, 30, 39	42, 48	7
Orientasi Penampilan	1,2,12,13,22,31,41,50	23,32, 40,49	12
Evaluasi Kebugaran	24,51	33	3
Orientasi Kebugaran	3,4,14,26,35,44,53	6,15,16,25, 34,43	13
Evaluasi Kesehatan	7,27,54	17,36,45	6
Orientasi Kesehatan	8,9,18,19,29,52	28,38	8
Orientasi Penyakit	46,55,56	37,47	5
Kepuasan terhadap Bagian Tubuh	61,62,63,64,65,66,67, 68,69	-	9
Klasifikasi Diri terhadap Berat Badan	59,60	-	2
Persepsi terhadap Ukuran Tubuh	10,20,57,58	-	4



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## F. Uji Coba Alat Ukur

Pengujian alat ukur atau *try out* memiliki tujuan untuk menentukan tingkat validitas dan reliabilitas, serta untuk menilai kelayakan suatu aitem sebagai alat ukur. Peneliti melaksanakan *try out* terpakai terhadap alat ukur untuk menentukan kelayakan alat ukur tersebut. *Try out* terpakai adalah teknik *try out* yang dilakukan oleh peneliti menggunakan sampel yang sama untuk menguji validitas dan reliabilitas suatu instrumen penelitian (Maharani, 2022). Proses penyebaran skala dengan *try out* terpakai hanya dilakukan satu kali. Penggunaan *try out* terpakai, dikarenakan keterbatasan subjek penelitian.

*Try out* dilaksanakan pada tanggal 15 Januari 2025 sampai dengan 05 Maret 2025 kepada perempuan berusia 15-24 tahun dengan kategori bentuk tubuh obesitas, tidak memiliki penyakit tertentu yang menyebabkan kegemukan, dan belum pernah melahirkan, yang berjumlah 35 orang responden. Skala *try out* menggunakan *google form* yang dapat diakses menggunakan link <https://forms.gle/bFfozf8Hf8h3h5vv5>. Alat ukur yang di *try out* adalah skala adaptasi *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) dan *Body-Self Relations Questionnaire* (MBSRQ) yang telah diadaptasi ke bahasa Indonesia. Setelah *try out* selesai kemudian dilakukan uji reliabilitas dan uji daya beda aitem menggunakan program IBM *Statistical Packages for Social Sciences version 27* (SPSS 27) for Windows.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## G. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Validitas

Validitas adalah seberapa jauh alat ukur melakukan fungsinya dengan tepat dan cermat (Azwar, 2015). Validasi alat ukur penting dilakukan untuk memastikan bahwa skala dapat memberi hasil data yang akurat yang sama dengan tujuannya (Azwar, 2015).

Validitas yang peneliti gunakan di dalam penelitian ini adalah validitas isi. Azwar (2015) menyebutkan bahwa validitas isi merupakan seberapa jauh aitem-aitem skala mencerminkan bagian-bagian dari keseluruhan area objek yang akan diukur dan seberapa jauh aitem-aitem skala merefleksikan karakteristik tingkah laku yang akan diukur. Validitas isi pada penelitian ini diperoleh melalui *professional judgment*, yaitu dosen pembimbing dan narasumber seminar penelitian.

### 2. Daya Diskriminasi Aitem

Daya diskriminasi aitem adalah kemampuan sebuah aitem untuk mengidentifikasi perbedaan antara individu atau kelompok yang mempunyai atau tidak memiliki karakteristik yang dapat diukur (Azwar, 2013). Untuk menguji daya diskriminasi aitem, dilakukan perhitungan koefisien korelasi antara distribusi skor aitem dan distribusi skor pada skala tersebut (Azwar, 2013). Pada penelitian ini melibatkan pengujian daya diskriminasi aitem dari kedua skala, yaitu harga diri dan *body image*.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sebagai kriteria dalam seleksi aitem, didasarkan pada korelasi aitem total, diterapkan ambang korelasi aitem total lebih besar dari 0,30. Setiap aitem yang memenuhi koefisien korelasi setidaknya 0,30 dianggap memadai (Azwar, 2013). Selanjutnya Azwar menyebutkan bahwa apabila jumlah aitem yang lolos seleksi masih tidak mencapai target yang diinginkan, maka penurunan ambang korelasi aitem total menjadi 0,25 dapat dipertimbangkan guna memenuhi jumlah aitem yang diinginkan. Penelitian ini menguji daya diskriminasi aitem menggunakan aplikasi IBM *Statistical Packages for Social Sciences version 27* (SPSS 27) for Windows.

Pertama, peneliti melakukan pengujian aitem pada skala *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) yang terdiri dari 10 aitem. Batasan nilai koefisien korelasi aitem total (*coreected item-total correlation*) yang peneliti gunakan adalah  $\geq 0,25$ . Berdasarkan uji daya diskriminasi aitem, diketahui terdapat 4 aitem yang nilai koefisien korelasi aitem-totalnya di bawah 0,25 (gugur) dengan rentang nilai -0,272 sampai 0,245, yaitu aitem 1, aitem 2, aitem 4, dan aitem 8. Sebanyak 6 aitem memiliki nilai koefisien korelasi aitem-total di atas 0,25 dengan rentang nilai 0,322 sampai 0,574. Berdasarkan hasil tersebut disusun *blueprint* rincian aitem yang valid dan gugur pada skala *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES), yaitu sebagai berikut.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel 3.4**

**Blue Print skala harga diri setelah try out**

Aspek	Valid		Gugur		Jumlah
	F	UF	F	UF	
Global <i>self esteem</i>	3, 7, 10	5, 6, 9	1,4	2,8	10

\*Keterangan F = *Favorable*, UF = *Unfavorable*

Setelah mendapat aitem yang valid dan membuang aitem yang gugur. Langkah selanjutnya, peneliti menyusun *blueprint* skala baru yang digunakan untuk penelitian. Susunan *blueprint* skala harga diri untuk penelitian dapat dilihat pada tabel 3.5.

**Tabel 3.5**

**Blue Print skala harga diri untuk penelitian**

Aspek	Aitem		Jumlah
	F	UF	
Global <i>self esteem</i>	1, 4, 6	2, 3, 5	6

\*Keterangan F = *Favorable*, UF = *Unfavorable*

Peneliti juga melakukan pengujian aitem pada skala *Multidementional Body-Self Relations Questionnaire* (MBSRQ) yang terdiri dari 69 aitem. Batasan nilai koefisien korelasi aitem total (*corected item-total correlation*) yang peneliti gunakan adalah  $\geq 0,25$ . Berdasarkan uji daya diskriminasi aitem, diketahui terdapat 22 aitem yang nilai koefisien korelasi aitem-totalnya di bawah 0,25 (gugur) dengan rentang nilai -0,039 sampai 0,239 yaitu aitem 1, 2, 6, 10, 12, 13, 17, 23, 25, 31, 32, 37, 38, 40, 42, 43, 45, 47, 49, 57, 58, dan 68. Sebanyak 47 aitem memiliki nilai koefisien korelasi aitem-total di atas 0,25 dengan rentang nilai 0,269 sampai 0,743. Walaupun 22 aitem



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

gugur, tetapi tiap aspek tetap terpenuhi oleh 47 aitem yang valid. Berdasarkan hasil tersebut disusun *blueprint* rincian aitem yang valid dan gugur pada skala *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire* (MBSRQ), yaitu sebagai berikut.

**Tabel 3.6**  
**Blue print skala body image setelah try out**

Aspek	Valid		Gugur		Jumlah
	F	UF	F	UF	
Evaluasi Penampilan	5, 11, 21, 30, 39	48	-	42	7
Orientasi Penampilan	22, 41, 50	-	1, 2, 12, 13, 31	23, 32, 40, 49	12
Evaluasi Kebugaran	24, 51	33	-	-	3
Orientasi Kebugaran	3, 4, 14, 26, 35, 44, 53	15, 16, 34	-	6, 25, 43	13
Evaluasi Kesehatan	7, 27, 54	36	-	17, 45	6
Orientasi Kesehatan	8, 9, 18, 19, 29, 52	28	-	38	8
Orientasi Penyakit	46, 55, 56	-	-	37, 47	5
Kepuasan terhadap Bagian Tubuh	61, 62, 63, 64, 6	-	68	-	9
Klasifikasi Diri	5, 66, 67, 69	-	-	-	2
terhadap Berat Badan	59, 60	-	-	-	2
Persepsi terhadap Ukuran Tubuh	20	-	10, 57, 58	-	4

\*Keterangan F = *Favorable*, UF = *Unfavorable*

Setelah mendapat aitem yang valid dan membuang aitem yang gugur. Langkah selanjutnya, peneliti menyusun *blueprint* skala baru yang digunakan untuk penelitian. Susunan *blueprint* skala *body image* untuk penelitian sebanyak 47 aitem dapat dilihat pada tabel 3.7.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel 3.7**  
**Blue print skala *body image* untuk penelitian**

Aspek	Aitem		Jumlah
	F	UF	
Evaluasi Penampilan	3, 7, 14, 21, 26	30	6
Orientasi Penampilan	15,27,31	-	3
Evaluasi Kebugaran	16,32	22	3
Orientasi Kebugaran	1,2,8,17,24,28,34	9,10,23	10
Evaluasi Kesehatan	4,18,35	25	4
Orientasi Kesehatan	5,6,11,12,20,33	19	7
Orientasi Penyakit	29,36,37	-	3
Kepuasan terhadap Bagian Tubuh	40,41,42,43,44,45,46,47	-	8
Klasifikasi Diri terhadap Berat Badan	38,39	-	2
Persepsi terhadap Ukuran Tubuh	13	-	1

\*Keterangan F = *Favorable*, UF = *Unfavorable*

### 3. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan konsistensi alat ukur, yang berarti sejauh mana kecermatan sebuah alat ukur tersebut (Azwar, 2013). Selanjutnya, Azwar (2013) menyebutkan bahwa salah satu tanda instrumen yang berkualitas adalah reliabel, yaitu dapat memproduksi nilai yang akurat dengan kesalahan yang kecil dari pengukuran tersebut. Instrumen akan semakin reliabel jika konsistensi dan stabilitasnya semakin tinggi (Kumar, 2011).

Reliabilitas diukur dengan koefisien yang berkisar dari 0 hingga 1,00, di mana jika semakin mendekati 1,00 akan semakin besar reliabilitas instrumennya (Azwar, 2013). Untuk menghitung estimasi koefisien reliabilitas dari alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini, peneliti memakai rumus *Crobach's Alpha* dengan bantuan aplikasi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

IBM *Statistical Packages for Social Sciences version 27 (SPSS 27) for Windows*.

Berdasarkan hasil uji SPSS diperoleh nilai koefisien *chronbach's alpha* skala *Rosenberg Self Esteem Scale (RSES)* dan *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ)* sebagai berikut.

**Tabel 3.8**  
**Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur Penelitian**

Alat Ukur	<i>Chronbach's Alpha</i>	Jumlah
RSES	0,724	6
MBSRQ	0,950	47

Berdasarkan tabel 3.8, diketahui reliabilitas masing-masing skala, yaitu skala *Rosenberg Self Esteem Scale (RSES)* dengan nilai *chronbach's alpha* 0,724 artinya skala *Rosenberg Self Esteem Scale (RSES)* memiliki reliabilitas yang bagus dan skala *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ)* dengan nilai *chronbach's alpha* 0,950, artinya skala *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ)* memiliki reliabilitas yang sangat bagus. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kedua skala pada penelitian ini reliabel sebagai instrumen yang digunakan untuk penelitian.

## H. Teknik Analisis Data

Di dalam penelitian ini, teknik analisis regresi sederhana diterapkan untuk menganalisis data dengan bantuan aplikasi IBM *Statistical Packages for Social Sciences version 27 (SPSS 27) for Windows*. Regresi sederhana merupakan sebuah metode statistik yang berfungsi untuk

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengeksplorasi hubungan antara variabel yang menjadi variabel bebas dan variabel yang menjadi variabel terikat (Neolaka, 2014). Persamaan umum regresi sederhana adalah:

$$Y_i = b_0 + b_1 X_i$$

#### Keterangan:

$Y_i$  : Nilai variabel terikat

$b_0$  : Nilai  $Y$  bila  $X=0$  (nilai konstan)

$b_1$  : Koefisien regresi atau nilai arah mencerminkan perubahan nilai variabel terikat yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Jika koefisiennya positif (+), garis akan mengalami kenaikan, sementara jika negatif (-), garis akan menunjukkan penurunan.

$X_i$  : Nilai variabel bebas



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan hasil analisis statistik terhadap hipotesis yang diajukan, maka dapat diperoleh kesimpulan yaitu:

1. Terdapat hubungan positif antara *body image* dengan harga diri pada perempuan obesitas. Artinya, semakin positif *body image* maka akan semakin positif harga diri pada perempuan obesitas. Sebaliknya, semakin negatif *body image* maka akan semakin negatif harga diri pada perempuan obesitas.
2. *Body image* memberikan pengaruh sebesar 34,6% kepada harga diri serta memberikan daya prediksi terhadap harga diri.

#### B. Saran

Terdapat beberapa saran yang ingin peneliti sampaikan berdasarkan hasil penelitian, di antara lain:

##### 1. Bagi Perempuan Obesitas

Perempuan obesitas yang memiliki harga diri yang positif disarankan untuk mempertahankan hal tersebut dan juga penting untuk tetap menjaga keseimbangan antara penerimaan diri dan perhatian terhadap kesehatan fisik. Harga diri yang positif merupakan kekuatan psikologis yang berharga, namun sebaiknya juga diiringi dengan upaya untuk menjalani gaya hidup sehat, seperti mengatur pola makan, rutin

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berolahraga, dan memeriksakan kesehatan secara berkala. Menjaga berat badan dalam batas yang sehat bukan semata-mata demi memenuhi standar kecantikan sosial, melainkan sebagai bentuk kasih sayang dan tanggung jawab terhadap tubuh sendiri. Bagi perempuan obesitas yang memiliki harga diri yang negatif disarankan untuk meningkatkan harga diri dengan cara melatih diri untuk mengembangkan penilaian dan pandangan positif terhadap kelebihan maupun kelemahan diri. Hal ini dapat dilakukan dengan tidak hanya fokus pada bentuk tubuh tetapi juga memperhatikan estetika penampilan, menjaga kesehatan dan kebugaran, serta mengurangi ketergantungan terhadap standar kecantikan yang sempit sehingga perempuan obesitas dapat memiliki harga diri disetiap situasi dan kondisi apapun. Dengan demikian, perempuan obesitas dapat terus berkembang menjadi pribadi yang sehat, percaya diri, dan sejahtera secara menyeluruh baik secara fisik maupun psikologis.

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi harga diri, seperti pola asuh, sosial ekonomi, lingkungan dan pengalaman. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk menyajikan cakupan sampel yang lebih luas seperti memilih sampel obesitas dengan karakteristik yang dipengaruhi faktor lain agar hasil penelitian lebih representatif. Selain itu disarankan juga untuk menggunakan alat ukur

dengan jumlah aitem yang lebih sedikit untuk menghindari kejenuhan subjek dalam mengisi jawaban.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agung, I. M. (2016). *Aplikasi SPSS untuk Penelitian Psikologi*. Pekanbaru: Al-Mujtahadah Press.
- Agustanti, A. (2024). Dinamika Percaya Diri pada Remaja Putri dengan Obesitas. *dynamics of Self-Confidence in Adolescent Women with Obesity. Islamic Education and Counseling Journal*, 5(1). <http://jurnal.stitihsanulfikri.ac.id/index.php/iecj/article/view/86>
- Agustiningih, N., Rohmi, F., & Rahayu, Y. E. (2020). Hubungan Body Image Dengan Harga Diri pada Remaja Putri Usia 16-18 Tahun. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2). <https://doi.org/10.32831/jik.v8i2.254>
- Alwis, TS, & Kurniawan, JE (2019). Hubungan antara Body Image dan Subjective Well-Being Pada Remaja Putri. *Jurnal Psikopreneur*, 2 (1), 52–60. <https://doi.org/10.37715/psy.v2i1.867>
- Arthur, S. R. & Emily S. R. (2010). *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ayodya, P. T., & Jayanti, A. M. (2023). Hubungan Self Esteem terhadap Body Image pada Primigravida di Usia Kehamilan Trimester III. *Indonesian Psychological Research*, 5(2),92-101. <https://doi.org/10.29080/ipr.v5i2.990>
- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pusaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi (2 ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Dasar-Dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Pekanbaru. Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin (Jiwa) 2022-2023. <https://pekanbarukota.bps.go.id/indicator/12/219/1/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin.html>
- Burn, R. B. (1993). *Konsep Diri: Teori, Pengukuran, Perkembangan dan Perilaku*. (Cet.1). (Eddy, Pengalih bhs.). Jakarta: Pencetak Arcan
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2002). *Body Image : A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. The Guildford Press.
- Cash, T.F. (2012). Cognitive-Behavioral Perspectives on Body Image. *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*, (1). <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-384925-0.00054-7>
- Cash, Thomas. (2000). The Multidimensional Body – Self Relations Questionnaire. Norfolk : Old Dominion University. <https://www.researchgate.net/profile/Aly-Bailey-3/post/What-is-the-best-body-image-measurement-available-and-can-I-please-get-a-link-to-the->



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

[scale/attachment/59d62aed79197b8077989518/AS%3A341114021269509%401458339328650/download/MBSRQ+Manual+%283rd+edition%29+%282%29.pdf](https://scale/attachment/59d62aed79197b8077989518/AS%3A341114021269509%401458339328650/download/MBSRQ+Manual+%283rd+edition%29+%282%29.pdf)

- Cobb, N.J. (2000). *Adolescence: Continuity, Change, and Diversity (4th ed)*. California: Mayfield Publishing Company.
- Coopersmith, Stanley. (1967). *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco: Freeman
- Delta, M., Wiwi Widiyanti., Diah Soliha. (2023). Faktor yang Mempengaruhi Kenaikan Berat Badan pada Akseptor KB Suntik di Puskesmas Kecamatan Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Obsgin*.
- Farradika, Y., Umniyatun, Y., Nurmansyah, M. I., & Jannah, M. (2019). Perilaku Aktivitas Fisik dan Determinannya pada Mahasiswa Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, 4(1), 134-142. <https://doi.org/10.22236/arkesmas.v4i1.3548>
- Fatimah, S., Sumitro, A., & Erwin, A. (2020). Hubungan antara Self-Esteem dengan Body Image pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 12 Bekasi. *Guidance: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 17(2), 1-8. <https://doi.org/10.34005/guidance.v17i02.1164>
- Fatimah, S. (2023). Hubungan *Self Esteem* dan *Body Image* pada Remaja di Tanjung Barangan Kota Palembang. *Jurnal Cahaya Mandalika*, <https://ojs.cahayamandalika.com/index.php/jcm/article/download/1346/1131/>
- Fatmawati, F. (2019). *Bunga Rampai: Apa Itu Psikopatologi? "Rangkaian Catatan Ringkas Tentang Gangguan Jiwa"*. Lhokseumawe : Unimal Press.
- Fernando, M. L. (2019). Gambaran Citra Tubuh pada Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Obesitas. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(1), 101-118. <https://doi.org/10.22219/jipt.v7i1.6369>
- Fitra, N. A., Desmita, D., & Irman, I. (2021). Hubungan *Self-Esteem* dan *Body Image* pada Remaja Putri di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA). *Istinarah: Riset Keagamaan, Sosial dan Budaya*, 3(2), 84-93. <https://doi.org/10.31958/istinarah.v3i2.4534>
- Garnasih, T. R., & Zahara, F. H. (2023). Harga Diri Muslimah Obesitas yang Mengalami Penelantaran Rumah Tangga. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 6(2), 109-132. <https://doi.org/10.15575/jpib.v6i2.25461>
- Grogan, S. (2016). *Citra Tubuh: Memahami Ketidakpuasan terhadap Tubuh pada Pria, Wanita, dan Anak-anak* (edisi ke-3). Routledge.
- Guindon, M. H. (2010). *Self-Esteem Across The Lifespan: Issues and Interventions*. New York: Taylor & Francis Group.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- Ghozali, I. (2018). *"Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Pogram IBM SPSS" Edisi Sembilan*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro
- Hasdianah, H.R., Siyoto, S.H., & Peristyowati, Y. (2014). *Gizi, Pemantapan Gizi, Diet, dan Obesitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Hasmalawati, N. (2018). Pengaruh Citra Tubuh dan Perilaku Makan terhadap Penerimaan Diri pada Wanita. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 2(2), 107-115. <http://dx.doi.org/10.22373/psikoislamedia.v2i2.1892>
- Heatherton, T.F., & Wyland, C. (2003). Assesing Self Esteem. In S. Lopez dan R. Synder, (Eds). *Assesing Positivme Psychology*. (pp. 219-233). Washington, DC: APA.
- Hidayat, Komarudin. & Khoiruddin, B. (2016). *Psikologi Sosial. Aku, Kami, dan Kita*. Yogyakarta: Penerbit Erlangga
- Jabnabillah, F., & Margina, N. (2022). Analisis Korelasi Pearson dalam Menentukan Hubungan antara Motivasi Belajar dengan Kemandirian Belajar pada Pembelajaran Daring. *Jurnal Sintak*, 1(1), 14-18. <https://journal.iteba.ac.id/index.php/jurnalsintak/article/view/23>
- Januar, V., & Putri, D. E. (2007). Citra tubuh pada Remaja Putri Menikah dan Memiliki Anak. *Jurnal Psikologi*, 1(1). <https://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/view/286/223>
- Kartiningrum, E. D., Notobroto, H. B., Otok, B. W., Kumarijati, N. E., & Yuswatiningsih, E. (2022). Aplikasi regresi dan korelasi dalam analisis data hasil penelitian. *E-Book Penerbit STIKes Majapahit*. <https://www.ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/EBook/article/view/807>
- Kusumaningtyas, D. N. (2019). Body Dissatisfaction Pada Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Obesitas. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(3). <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i3.4806>
- Liyanovitasari, U. S., & Setyoningrum, U. (2022). Gambaran Harga Diri Remaja yang Mengalami Body Shaming. *Pro Health: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 4(2). <https://doi.org/10.35473/proheallth.v4i2.1758>
- Maemunah, S. E. (2020). Hubungan antara Tingkat Kepuasan Citra Tubuh (Body Image) dengan Harga Diri (Self Esteem) pada Mahasiswi Fakultas Psikologi. *E-Jurnal Aksioma Al-Asas*, 1(1). <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2589690&val=20465&title=Hubungan%20Antara%20Tingkat%20Kepuasan%20Citra%20Tubuh%20Body%20Image%20Dengan%20Harga%20Diri%20Self%20Esteem%20Pada%20Mahasiswi%20Fakultas%20Psikologi>
- Maharani, V.P. (2022). Pengaruh Kejenuhan dalam Pembelajaran E-learning terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas Tinggi SD Tunas

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Harapan Malang di Era New Normal. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 17(1), 26-39. Diakses dari: <https://jurnal.unmer.ac.id/index.php/jpt/index>.

Malasari, F. A., & Mukhlis, M. (2022). Apakah Body Image Berperan Terhadap Self-Esteem? Studi Pada Mahasiswi UIN Suska Riau. *Jurnal Psikologi*, 18(2), 103-119. <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.16763>

Maroqi, N. (2019). Uji Validitas Konstruk pada Instrumen Rosenberg Self Esteem Scale dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 7(2), 92-96. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v7i2.12101>

Melliana, Annastasia, S. (2006). *Menjelajah Tubuh dan Mitos Kecantikan*. Yogyakarta: Lkis.

Mentari, P., & Daulima, N. H. C. (2017). Hubungan Pola Asuh Orangtua dan Harga Diri Anak Jalanan Usia Remaja. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 20(3), 158-167. <https://doi.org/10.7454/jki.v20i3.630>

Moffitt, R. L., Neumann, D. L., & Williamson, S. P. (2018). Comparing The Efficacy Of A Brief Self-Esteem And Self-Compassion Intervention For State Body Dissatisfaction And Self-Improvement Motivation. *Body image*, 27, 67-76. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.08.008>

Moha, MK, Bidjuni, H., & Lolong, J. (2017). Hubungan Obesitas Dengan Harga Diri Pada Remaja Di SMA Negeri 1 Limboto Kecamatan Limboto Kabupaten G Orontalo. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 5 (1), 112947. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/14950>

Mruk, C. J. (2006). *Self-Esteem Research, Theory, And Practice : Toward a Positive Psychology of Self-Esteem* (3rd ed.). Springer Publishing Company

Neolaka, A. (2014). *Metode Penelitian dan Statistik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Noor, Y. E. I., Sugiarto, E., & Fatimah, A. S. (2022). The Description of Obesity Among Housewives in The World. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 14(1), 34-42. <https://doi.org/10.35473/jgk.v14i1.243>

Nuralifa, S. I. P., Rachman, A., & Arsyad, M. (2022). Pengaruh Body image Terhadap Self-Esteem Pada Siswa Di Smp Negeri 27 Banjarmasin. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 8(2), 126-133. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v8i2.8989>

Nurvita, V., & Handayani, M. M. (2015). Hubungan antara Self-Esteem dengan Body Image pada Remaja Awal yang Mengalami Obesitas. *Jurnal psikologi klinis dan kesehatan mental*, 4(1), 41-49. <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jpkk077b5a28bfull.pdf>

Pandu, S. Y. (2014). Konsep Diri Remaja Putri yang Mengalami Obesitas. *Psikovidya*, 18(2).



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

<http://psikovidya.wisnuwardhana.ac.id/index.php/psikovidya/article/view/22>

Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human development (9th ed.)*. New York: McGraw-Hill.

Prameswari, S. P. I., & Aisah, S. (2013). Hubungan Obesitas dengan Citra Diri dan Harga Diri pada Remaja Putri di Kelurahan Jomblang Kecamatan Candisari Semarang. *Jurnal keperawatan komunitas*, 1(1).  
<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKK/article/view/925>

Priyatno, D. 2018. SPSS Panduan Mudah Olah Data Bagi Mahasiswa & Umum. Yogyakarta:ANDI.

Rahayu, D. T., & Luthfida, L. Husina. (2019). Obesity with Self Esteem in Teenage Girls 10th Grade in Vocational Senior High School Yp 17 Pare Kediri: Obesitas dengan Harga Diri pada Remaja Putri Kelas X Smk Yp 17 Pare Kediri. *Jurnal Gizi Kh*, 2(1), 7-7.  
<https://www.repository.ilkeskh.org/items/show/641>

Rahmat, P. S. (2021). *Perkembangan peserta didik*. Bumi Aksara.

Rayyan, A., & Paryanti, A. B. (2021). Pengaruh Motivasi Kerja Dan Disiplin Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Toko Buku Gramedia Matraman Jakarta. *Jurnal Inovatif Mahasiswa Manajemen*, 2(1), 9-19.  
<https://doi.org/10.35968/ynmbs387>

Ridwan, K., Febriani, Z., & Marhamah, S. (2017). Hubungan antara Body Image dengan Self Esteem pada Wanita Dewasa Muda Pasca Melahirkan Di Jakarta serta Tinjauannya Dalam Islam. *Jurnal Psikogenesis*, 5(1).  
<https://doi.org/10.24854/jps.v5i1.492>

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.  
<https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514>

Rupang, I., Opod, H., & Sinolungan, J. (2013). Hubungan tingkat kepercayaan diri dengan obesitas pada siswa SMA Rex Mundi Manado. *eBiomedik*, 1(1).  
<https://doi.org/10.35790/ebm.1.1.2013.4371>

Sari, D. N. P. (2012). Hubungan antara body image dan self-esteem pada dewasa awal tuna daksa. *Calyptra*, 1(1), 1-9.  
<https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/71>

Sari, S. H., & Siregar, A. R. (2012). Peran Body Image terhadap Penyesuaian Diri Perempuan Dewasa Dini pada Kehamilan Pertama. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara*.  
<https://talenta.usu.ac.id/jppp/article/view/2537>

Sebastian, C., Burnett, S., & Blackmore, S.J. (2008). Development of Self-Concept During Adolescence. UCL Institute of Cognitive Neuroscience



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Septiyanti, S., & Seniwati, S. (2020). Obesitas dan Obesitas Sentral pada Masyarakat Usia Dewasa di Daerah Perkotaan Indonesia. *J Ilm Kesehatan*, 2(3), 118-127. <https://doi.org/10.20884/1.jgps.2019.3.2.2053>
- Sholeha, E. P. D. R., & Ayriza, Y. (2019). The Effect of Body images and Self-Esteem on Subjective well-beingin Adolescents. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding*. <https://ijmmu.com/index.php/ijmmu/article/view/1395>
- Sholihah, Faiqoh & Rakhman Ardi. (2018). Hubungan antara Body Image Dengan Self-Esteem pada Wanita Obesitas Di Surabaya. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*. Vol. 7, pp. 11-17. <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jpkscee634f497full.pdf>
- Sintia, I., Pasarella, M. D., & Nohe, D. A. (2022). Perbandingan Tingkat Konsistensi Uji Distribusi Normalitas pada Kasus Tingkat Pengangguran di Jawa. In *Prosiding Seminar Nasional Matematika dan Statistika* (Vol. 2). <https://jurnal.fmipa.unmul.ac.id/index.php/snmsa/article/view/844>
- Srisayekti, W., & Setiady, D. A. (2015). Harga-diri (self-esteem) terancam dan perilaku menghindar. *Jurnal psikologi*, 42(2), 141-156. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7169>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Penerbit Alfabeta.
- Sujarweni, V. W. 2020. *Metodologi Penelitian Lengkap, Praktis, dan Mudah Dipahami*. Pustaka Baru.
- Sulistyawati, PD (2022). Hubungan Status Gizi Masyarakat dengan Kesiapan Beradaptasi dengan COVID-19. *Jurnal kesehatan komunitas (Jurnal kesehatan masyarakat)* , 8 (2), 188-194. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol8.Iss2.1208>
- Supriatiningrum, D. N. (2021). Faktor Resiko Wanita Obesitas pada Status Sosial Ekonomi Menengah ke Bawah. *Ghidza Media Jurnal*, 2(2), 163-168. <https://doi.org/10.30587/ghidzamediajurnal.v2i2.3078>
- Sumanty, D., Sudirman, D., & Puspasari, D. (2018). Hubungan Religiusitas dengan Citra Tubuh pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 1(1), 9–28. <https://doi.org/10.15575/jpib.v1i1.2076>
- Sumiyati, S., & Irianti, D. (2021). Obesitas terhadap Harga Diri Remaja. *Jurnal Sains Kebidanan*, 3(2), 80-85. <https://doi.org/10.31983/jsk.v3i2.7925>
- Suriati, I., & Mansyur, N. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Obesitas. *Voice of Midwifery*, 10(1). <https://doi.org/10.35906/vom.v10i1.117>

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Suseno, A. O., & Dewi, K. S. (2014). Hubungan antara Ketidakpuasan Bentuk Tubuh dengan Intensi Melakukan Perawatan Tubuh pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Empati*, 3(3), 20-31. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/7535>
- Syafitri, A. (2021). Makna Cantik Bagi Mahasiswi Sosiologi Fakultas Ilmu Politik dan Ilmu Sosial Universitas Riau. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*, 8(2), 1-15. <https://jnse.ejournal.unri.ac.id/index.php/JOMFSIP/article/view/30853/0>
- Syafrizaldi, S., & Pratiwi, S. (2020). Hubungan antara Lingkungan Sosial dengan Harga Diri Remaja Panti Asuhan Al Jam'iyatul Washliyah Binjai. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 3(1), 193-199. <https://doi.org/10.34007/jehss.v3i1.254>
- Solistiawati, A., & Sitasari, N. W. (2015). Hubungan antara citra tubuh dengan harga diri remaja akhir putri (studi pada mahasiswi reguler Universitas Esa Unggul). *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 13(01), 126986. <https://www.neliti.com/publications/126986/hubungan-antara-citra-tubuh-dengan-harga-diri-remaja-akhir-putri-studi-pada-maha>
- Tafarodi, Milne. (2002). Decomposing Gloal Self Esteem.Oxford: *Journal of Personality* 70(4). <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/1467-6494.05017>
- Tirtawinata. (2012). *Ingin Menjadi Langsing Penanggulangan Obesitas Secara Terpadu* . Jakarta; Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia .
- UNICEF. (2022). Analisis Lanskap kelebihan Berat Badan dan Obesitas di Indonesia. <https://www.unicef.org/indonesia/media/15581/file/AnalisisLanskapKelebihanBeratBadandanObesitasdiIndonesia.pdf>
- Wahyuni, K. D., & Prasetyo, K. B. (2019). Diskriminasi terhadap Kaum Gemuk (Studi Kasus: Kalangan Remaja Bertubuh Gemuk di Wonosobo). *Solidarity: Journal of Education, Society and Culture*, 8(2), 681-691. <https://journal.unnes.ac.id/sju/solidarity/article/view/35477>
- Wahyuni, L. N., Wardah, A., & Fauzi, Z. (2023). Korelasi antara Body Image dengan Self Esteem Pada Siswa. *Jurnal Al-Taujih: Binkai Bimbingan dan Konseling Islami*, 9(2), 137-142. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/article/view/7118>
- Wardani, D. A. K., Huriyati, E., Mustikaningtyas, M., & Hastuti, J. (2015). Obesitas, Body Image, dan Perasaan Stres pada Mahasiswa di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11(4), 161. <https://doi.org/10.22146/ijcn.22649>
- Widana, I. W., & Muliani, N. P. L. (2020). Uji persyaratan analisis. Jawa Timur:Klik Media. <https://core.ac.uk/download/pdf/386635802.pdf>

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Widodo, A. S., & Pratitis, N. T. (2013). Harga Diri dan Interaksi Sosial Ditinjau dari Status Sosial Ekonomi Orang Tua. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 131-138. <https://doi.org/10.30996/persona.v2i2.100>

World Health Organization. (2000). *Obesity: Preventing and Managing the Global Epidemic (WHO Technical Report Series No. 894)*. Geneva: WHO. <https://iris.who.int/handle/10665/42330>

Wijayati, F., Nasir, T., Hadi, I., & Akhmad, A. (2020). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Harga Diri Rendah Pasien Gangguan Jiwa. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 12(2), 224-235. <https://doi.org/10.36990/hijp.v12i2.234>

Zhafirah, S., & Dinardinata, A. (2018). Hubungan antara Citra Tubuh dengan Harga Diri pada Siswi SMA Kesatrian 2 Semarang. *Jurnal Empati*, 7(2), 728-734. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21705>

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LAMPIRAN

### Lampiran A. Lembar Validasi Alat Ukur





## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

## SKALA HARGA DIRI

*Sesuai 800*

## 1. Definisi Operasional

Harga diri adalah penilaian baik ataupun buruk yang dimiliki perempuan obesitas terhadap dirinya sendiri, meliputi penilaian terhadap kualitas, keterampilan, dan kemampuan yang dimiliki. Harga diri diukur dengan skala *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) dari Rosenberg (1965) yang telah diadaptasi oleh Maroqi (2018). Skala ini bersifat unidimensional yaitu aitem-aitem nya mencerminkan kedua aspek sekaligus dari harga diri. Kedua aspek tersebut adalah *self competence* dan *self liking*.

## 2. Skala yang digunakan :

- ☐ Disusun Sendiri
- ☒ Adaptasi
- ☐ Modifikasi

## 3. Jumlah Aitem : 10 aitem

## 4. Jenis dan Format Respon : Skala Likert dengan format respon sebagai berikut:

1. STS (Sangat Tidak Setuju)
2. TS (Tidak Setuju)
3. S (Setuju)
4. SS (Sangat Setuju)

## 5. Jenis Penilaian:

- [R] : Relevan
- [KR] : Kurang Relevan
- [TR] : Tidak Relevan



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

[STR] : Sangat Tidak Relevan

**Petunjuk:**

Pada bagian ini saya memohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek dari harga diri. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], Tidak Relevan [TR] dan Sangat Tidak Relevan [STR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

**Contoh cara menjawab:**

Saya mendapatkan keinginan saya R ( ) KR ( ) TR ( ) STR ( )

Jika Bapak/Ibu memilih aitem tersebut relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu mencentang R ( ), demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

Aspek	No Item	Pernyataan	Alternatif Jawaban				Ket
			R	KR	TR	STR	
Global Self Esteem	1	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya	✓				
	2	Terkadang saya merasa sebagai orang yang sama sekali tidak baik	✓				
	3	Saya merasa banyak memiliki kelebihan dalam diri saya	✓				
	4	Saya mampu berbuat sebaik orang lain pada umumnya	✓				
	5	Tidak banyak yang bisa saya banggakan pada diri	✓				



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

	saya					
6	Saya sangat merasa tidak berguna sama sekali	✓				
7	Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain	✓				
8	Saya berharap bisa lebih menghargai diri saya sendiri	✓				
9	Secara keseluruhan saya mengakui bahwa saya adalah orang yang gagal	✓				
10	Saya bersikap positif terhadap diri saya sendiri	✓				

Catatan :

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator) :

.....  
.....

2. Bahasa :

.....  
.....

3. Jumlah Aitem :

.....  
.....

Pekanbaru, .....

Validator

Aggie Kageni (E-M, M.S.)





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

SKALA BODY IMAGE

Sesuai dengan 10

1. Definisi Operasional

*Body image* adalah persepsi dan perasaan perempuan obesitas terhadap kepuasan bentuk tubuh, penampilan, perubahan kesehatan, dan kebugaran yang didahului baik buruknya penilaian individu terhadap dirinya. *Body image* diukur dengan skala ~~body image~~ <sup>MBRO</sup> dari Cash (2000) yang telah diadaptasi oleh Malasari (2022) <sup>Skala ini</sup> yang mengukur 10 aspek *body image* dari ~~Cash (2000)~~ yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, evaluasi kebugaran, orientasi kebugaran, evaluasi kesehatan, orientasi kesehatan, orientasi penyakit, kepuasan terhadap bagian tubuh, klasifikasi diri terhadap berat badan, dan persepsi terhadap ukuran tubuh.

2. Skala yang digunakan :

- ☐ Disusun Sendiri
- ☒ Adaptasi
- ☐ Modifikasi

3. Jumlah Aitem : 69 aitem

4. Jenis dan Format Respon : Skala Likert dengan format respon sebagai berikut:

1. STS (Sangat Tidak Sesuai)
2. TS (Tidak Sesuai)
3. S (Sesuai)
4. SS (Sangat Sesuai)

5. Jenis Penilaian:

- [R] : Relevan
- [KR] : Kurang Relevan





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

[TR] : Tidak Relevan  
[STR] : Sangat Tidak Relevan

#### Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek dari *body image*. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], Tidak Relevan [TR] dan Sangat Tidak Relevan [STR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan tanda *checklist* ( ✓ ) pada kolom yang telah disediakan.

#### Contoh cara menjawab:

Saya mendapatkan keinginan saya R ( ) KR ( ) TR ( ) STR ( )

Jika Bapak/Ibu memilih aitem tersebut relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu mencentang R ( ), demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

Aspek	No Aitem	Pernyataan	Alternatif Jawaban				Ket
			R	KR	TR	STR	
Evaluasi Penampilan	5	Tubuh saya terlihat menarik.	✓				
	11	Saya menyukai penampilan saya, seperti apa adanya sekarang.	✓				
	21	Kebanyakan orang menganggap saya berpenampilan menarik.	✓				
	30	Saya menyukai penampilan saya tanpa memperhatikan pakaian	✓				

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		yang saya gunakan.					
	39	Saya suka dengan gaya berpakaian saya.	✓				
	42	Saya kurang suka dengan kondisi fisik saya.	✓				
	48	Saya kurang menarik secara fisik.	✓				
Orientasi Penampilan	1	Saya selalu memperhatikan penampilan saya, sebelum saya berpergian.	✓				
	2	Agar tetap terlihat menarik, saya memilih dengan teliti pakaian yang akan saya beli.	✓				
	12	Di setiap ada kesempatan saya selalu bercermin untuk memeriksa penampilan saya.	✓				
	13	Saya menggunakan waktu yang lama untuk berpakaian sebelum berpergian.	✓				
	22	Sangat penting bagi saya untuk selalu terlihat baik.	✓				
	31	Saya menyadari ketika penampilan saya tidak benar.	✓				
	41	Saya sangat memperhatikan perawatan rambut saya	✓				
	50	Saya selalu berusaha untuk memperbaiki penampilan fisik saya.	✓				
	23	Saya jarang menggunakan produk perawatan/kosmetik.	✓				
	32	Saya biasanya menggunakan sembarangan pakaian tanpa memperdulikan penampilan saya.	✓				
	40	Saya tidak peduli dengan pendapat orang lain tentang penampilan saya.	✓				
	49	Saya tidak pernah berpikir					

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		tentang bagaimana penampilan saya.							
Evaluasi Kebugaran	24	Saya sangat mudah mempelajari latihan fisik.	✓						
	51	Saya mampu berkoordinasi dengan baik dalam latihan kebugaran.	✓						
	33	Saya kurang mahir dalam berolahraga fisik maupun permainan	✓						
Orientasi Kebugaran	3	Saya akan lulus di semua tes kesehatan fisik.	✓						
	4	Penting bagi saya memiliki fisik yang sangat kuat.	✓						
	14	Saya memiliki ketahanan fisik yang sangat baik.	✓						
	26	Saya melakukan banyak hal untuk meningkatkan kekuatan fisik saya.	✓						
	35	Saya berusaha untuk meningkatkan stamina fisik saya.	✓						
	44	Saya berusaha untuk menjadi aktif secara fisik.	✓						
	53	Saya berolahraga secara teratur sepanjang tahun.	✓						
	6	Saya kurang terlibat dalam program rutin latihan fisik.	✓						
	15	Berpartisipasi dalam olahraga tidak penting bagi saya.	✓						
	16	Saya kurang aktif dalam melakukan aktivitas menjaga kebugaran fisik.	✓						
	25	Menjadi sehat secara fisik tidak menjadi prioritas penting dalam hidup saya.	✓						
	34	Saya jarang memikirkan tentang keterampilan atletik saya.	✓						
	43	Saya kurang peduli dengan peningkatan kemampuan fisik saya.	✓						
Evaluasi	7	Saya berupaya untuk							





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kesehatan		menjaga kesehatan.	✓					
	27	Saya jarang sakit secara fisik.	✓					
	54	Saya jarang sakit secara fisik.	✓					
	17	Kesehatan saya adalah suatu masalah yang pasang surut dan tidak terduga.	✓					
	36	Saya tidak pernah memperhatikan kondisi tubuh saya, dari hari ke hari.	✓					
Orientasi Kesehatan	45	Saya sering merasa rentan terhadap penyakit.	✓					
	8	Saya mengetahui banyak hal yang mempengaruhi kesehatan fisik saya.	✓					
	9	Saya sengaja mengembangkan gaya hidup sehat.	✓					
	18	Kesehatan yang baik adalah salah satu hal yang paling penting dalam hidup saya.	✓					
	19	Saya tidak akan melakukan apapun yang mungkin mengancam kesehatan saya.	✓					
	29	Saya sering membaca buku-buku dan majalah yang berhubungan dengan kesehatan.	✓					
	52	Saya tahu banyak tentang kebugaran fisik.	✓					
	28	Saya menganggap kesehatan saya adalah hal yang remeh.	✓					
Orientasi Penyakit	38	Saya tidak melakukan upaya khusus untuk makan secara seimbang dan bergizi.	✓					
	46	Saya memperhatikan tubuh saya ketika ada tanda - tanda penyakit.	✓					
	55	Saya sangat peka terhadap perubahan kecil dalam kesehatan fisik saya.	✓					



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	56	Jika ada tanda-tanda penyakit, saya mengkonsultasikan dengan tenaga medis.	✓						
	37	Ketika saya sakit saya tidak terlalu memperhatikan gejala penyakit di tubuh saya.	✓						
	47	Jika saya sedang demam atau flu, saya hanya mengabaikannya dan menganggapnya hal biasa.	✓						
Kepuasan terhadap Bagian Tubuh	61	Saya merasa puas dengan bentuk wajah saya (fitur dan kulit).	✓						
	62	Saya merasa puas dengan rambut saya sekarang (warna, ketebalan, tekstur).	✓						
	63	Saya merasa puas dengan badan bagian bawah (bokong, pinggul, paha, kaki).	✓						
	64	Saya merasa puas dengan bentuk badan bagian tengah. (pinggang, perut).	✓						
	65	Saya merasa puas dengan bentuk badan bagian atas (dada atau payudara, bahu, lengan).	✓						
	66	Saya merasa puas dengan bentuk otot yang saya miliki	✓						
	67	Saya merasa puas dengan berat badan saya.	✓						
	68	Saya merasa puas dengan tinggi badan saya.	✓						
	69	Saya merasa puas dengan penampilan saya secara keseluruhan.	✓						
Klasifikasi Diri terhadap Berat Badan	59	Saya pikir berat badan saya normal.	✓						
	60	Kebanyakan orang akan memikirkan saya, ketika melihat penampilan saya.	✓						
Persepsi	10	Saya akan cemas jika	✓						



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

terhadap Ukuran Tubuh		mengalami kegemukan.					
	20	Saya sangat sadar terhadap perubahan dalam berat badan saya meskipun kecil.	✓				
	57	Saya melakukan diet penurunan berat badan.	✓				
	58	Saya telah mencoba untuk menurunkan berat badan saya dengan berpuasa atau dengan diet.	✓				

Catatan :

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator) :

.....  
 .....  
 .....

2. Bahasa :

.....  
 .....  
 .....

3. Jumlah Aitem :

.....  
 .....  
 .....

Pekanbaru, 01 Oktober 2024 .

Validator .

(Anggia Kargenti FM, M.S.)

UIN SUSKA RIAU



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

### SKALA HARGA DIRI

#### 1. Definisi Operasional

Harga diri adalah penilaian baik ataupun buruk yang dimiliki perempuan obesitas terhadap dirinya sendiri, meliputi penilaian terhadap kualitas, keterampilan, kompetensi, dan kemampuan yang dimiliki yang akan memengaruhi pandangannya terhadap dirinya secara utuh. Harga diri diukur dengan skala *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) dari Rosenberg (1965) yang telah diadaptasi oleh Maroqi (2018). Skala ini bersifat unidimensional yaitu aitem-aitem nya mencerminkan kedua aspek sekaligus dari harga diri. Kedua aspek tersebut adalah *self competence* dan *self liking*.

#### 2. Skala yang digunakan :

- ☐ Disusun Sendiri
- ☒ Adaptasi
- ☐ Modifikasi

#### 3. Jumlah Aitem : 10 aitem

#### 4. Jenis dan Format Respon : Skala Likert dengan format respon sebagai berikut:

1. STS (Sangat Tidak Setuju)
2. TS (Tidak Setuju)
3. S (Setuju)
4. SS (Sangat Setuju)

#### 5. Jenis Penilaian:

- [R] : Relevan
- [KR] : Kurang Relevan
- [TR] : Tidak Relevan





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

[STR] : Sangat Tidak Relevan

#### Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek dari harga diri. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], Tidak Relevan [TR] dan Sangat Tidak Relevan [STR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

#### Contoh cara menjawab:

Saya mendapatkan keinginan saya R ( ) KR ( ) TR ( ) STR ( )

Jika Bapak/Ibu memilih aitem tersebut relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu mencentang R ( ), demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

Aspek	No Item	Pernyataan	Alternatif Jawaban				Ket
			R	KR	TR	STR	
Global Self Esteem	1	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya	✓				
	2	Terkadang saya merasa sebagai orang yang sama sekali tidak baik	✓				
	3	Saya merasa banyak memiliki kelebihan dalam diri saya	✓				
	4	Saya mampu berbuat sebaik orang lain pada umumnya	✓				
	5	Tidak banyak yang bisa saya banggakan pada diri	✓				

UIN SUSKA RIAU



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	saya					
6	Saya sangat merasa tidak berguna sama sekali	✓				
7	Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain	✓				
8	Saya berharap bisa lebih menghargai diri saya sendiri	✓				
9	Secara keseluruhan saya mengakui bahwa saya adalah orang yang gagal	✓				
10	Saya bersikap positif terhadap diri saya sendiri	✓				

Catatan :

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator) :

.....

.....

2. Bahasa :

.....

.....

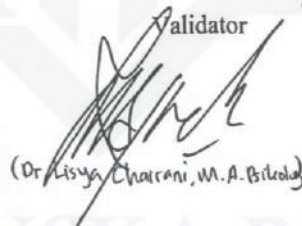
3. Jumlah Aitem :

.....

.....

Pekanbaru, 7/12/2024

Validator



(Dr. Lisyah Charrani, M.A. Bitola)

UIN SUSKA RIAU

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR

SKALA *BODY IMAGE*

## 1. Definisi Operasional

*Body image* adalah persepsi, perasaan, dan sikap positif maupun negatif pada perempuan obesitas terhadap bentuk tubuh, penampilan, perubahan kesehatan, dan kebugaran yang terkait dengan baik buruknya penilaian individu terhadap dirinya secara fisik. *Body image* diukur dengan skala *Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire* (MBRSQ) dari Cash (2000) yang telah diadaptasi oleh Malasari (2022). Skala ini mengukur 10 aspek *body image* yaitu evaluasi penampilan, orientasi penampilan, evaluasi kebugaran, orientasi kebugaran, evaluasi kesehatan, orientasi kesehatan, orientasi penyakit, kepuasan terhadap bagian tubuh, klasifikasi diri terhadap berat badan, dan persepsi terhadap ukuran tubuh.

## 2. Skala yang digunakan :

- ☐ Disusun Sendiri
- ☒ Adaptasi
- ☐ Modifikasi

## 3. Jumlah Aitem : 69 aitem

## 4. Jenis dan Format Respon : Skala Likert dengan format respon sebagai berikut:

1. STS (Sangat Tidak Sesuai)
2. TS (Tidak Sesuai)
3. S (Sesuai)
4. SS (Sangat Sesuai)

## 5. Jenis Penilaian:

- [R] : Relevan
- [KR] : Kurang Relevan



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

[TR] : Tidak Relevan  
[STR] : Sangat Tidak Relevan

#### Petunjuk:

Pada bagian ini saya memohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui aspek dari *body image*. Bapak/Ibu dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan aspek yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: Relevan [R], Kurang Relevan [KR], Tidak Relevan [TR] dan Sangat Tidak Relevan [STR]. Untuk jawaban yang dipilih, dimohon kepada Bapak/Ibu untuk memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang telah disediakan.

#### Contoh cara menjawab:

Saya mendapatkan keinginan saya R ( ) KR ( ) TR ( ) STR ( )

Jika Bapak/Ibu memilih aitem tersebut relevan dengan indikator, maka Bapak/Ibu mencentang R ( ), demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

Aspek	No Aitem	Pernyataan	Alternatif Jawaban				Ket
			R	KR	TR	STR	
Evaluasi Penampilan	5	Tubuh saya terlihat menarik.	✓				
	11	Saya menyukai penampilan saya, seperti apa adanya sekarang.	✓				
	21	Kebanyakan orang menganggap saya berpenampilan menarik.	✓				
	30	Saya menyukai penampilan saya tanpa memperhatikan pakaian	✓				



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		yang saya gunakan.					
	39	Saya suka dengan gaya berpakaian saya.	✓				
	42	Saya kurang suka dengan kondisi fisik saya.	✓				
	48	Saya kurang menarik secara fisik.	✓				
Orientasi Penampilan	1	Saya selalu memperhatikan penampilan saya, sebelum saya berpergian.	✓				
	2	Agar tetap terlihat menarik, saya memilih dengan teliti pakaian yang akan saya beli.	✓				
	12	Di setiap ada kesempatan saya selalu bercermin untuk memeriksa penampilan saya.	✓				
	13	Saya menggunakan waktu yang lama untuk berpakaian sebelum berpergian.		✓			
	22	Sangat penting bagi saya untuk selalu terlihat baik.	✓				
	31	Saya menyadari ketika penampilan saya tidak benar.	✓				
	41	Saya sangat memperhatikan perawatan rambut saya	✓				
	50	Saya selalu berusaha untuk memperbaiki penampilan fisik saya.	✓				
	23	Saya jarang menggunakan produk perawatan/kosmetik.	✓				
	32	Saya biasanya menggunakan sembarangan pakaian tanpa memperdulikan penampilan saya.	✓				
	40	Saya tidak peduli dengan pendapat orang lain tentang penampilan saya.	✓				
	49	Saya tidak pernah berpikir					



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		tentang bagaimana penampilan saya.	✓						
Evaluasi Kebugaran	24	Saya sangat mudah mempelajari latihan fisik.	✓						
	51	Saya mampu berkoordinasi dengan baik dalam latihan kebugaran.	✓						
	33	Saya kurang mahir dalam berolahraga fisik maupun permainan	✓						
Orientasi Kebugaran	3	Saya akan lulus di semua tes kesehatan fisik.	✓						
	4	Penting bagi saya memiliki fisik yang sangat kuat.	✓						
	14	Saya memiliki ketahanan fisik yang sangat baik.	✓						
	26	Saya melakukan banyak hal untuk meningkatkan kekuatan fisik saya.	✓						
	35	Saya berusaha untuk meningkatkan stamina fisik saya.	✓						
	44	Saya berusaha untuk menjadi aktif secara fisik.	✓						
	53	Saya berolahraga secara teratur sepanjang tahun.	✓						
	6	Saya kurang terlibat dalam program rutin latihan fisik.	✓						
	15	Berpartisipasi dalam olahraga tidak penting bagi saya.	✓						
	16	Saya kurang aktif dalam melakukan aktivitas menjaga kebugaran fisik.	✓						
	25	Menjadi sehat secara fisik tidak menjadi prioritas penting dalam hidup saya.	✓						
	34	Saya jarang memikirkan tentang keterampilan atletik saya.	✓						
	43	Saya kurang peduli dengan peningkatan kemampuan fisik saya.	✓						
Evaluasi	7	Saya berupaya untuk							

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kesehatan		menjaga kesehatan.	✓						
	27	Saya jarang sakit secara fisik.	✓						
	54	Saya jarang sakit secara fisik.	✓						
	17	Kesehatan saya adalah suatu masalah yang pasang surut dan tidak terduga.	✓						
	36	Saya tidak pernah memperhatikan kondisi tubuh saya, dari hari ke hari.	✓						
Orientasi Kesehatan	45	Saya sering merasa rentan terhadap penyakit.	✓						
	8	Saya mengetahui banyak hal yang mempengaruhi kesehatan fisik saya.	✓						
	9	Saya sengaja mengembangkan gaya hidup sehat.	✓						
	18	Kesehatan yang baik adalah salah satu hal yang paling penting dalam hidup saya.	✓						
	19	Saya tidak akan melakukan apapun yang mungkin mengancam kesehatan saya.	✓						
	29	Saya sering membaca buku-buku dan majalah yang berhubungan dengan kesehatan.	✓						
	52	Saya tahu banyak tentang kebugaran fisik.	✓						
	28	Saya menganggap kesehatan saya adalah hal yang remeh.	✓						
Orientasi Penyakit	38	Saya tidak melakukan upaya khusus untuk makan secara seimbang dan bergizi.	✓						
	46	Saya memperhatikan tubuh saya ketika ada tanda - tanda penyakit.	✓						
	55	Saya sangat peka terhadap perubahan kecil dalam kesehatan fisik saya.	✓						



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	56	Jika ada tanda-tanda penyakit, saya mengkonsultasikan dengan tenaga medis.	✓					
	37	Ketika saya sakit saya tidak terlalu memperhatikan gejala penyakit di tubuh saya.		✓				
	47	Jika saya sedang demam atau flu, saya hanya mengabaikannya dan menganggapnya hal biasa.		✓				
Kepuasan terhadap Bagian Tubuh	61	Saya merasa puas dengan bentuk wajah saya (fitur dan kulit).	✓					
	62	Saya merasa puas dengan rambut saya sekarang (warna, ketebalan, tekstur).	✓					
	63	Saya merasa puas dengan badan bagian bawah (bokong, pinggul, paha, kaki).	✓					
	64	Saya merasa puas dengan bentuk badan bagian tengah. (pinggang, perut).	✓					
	65	Saya merasa puas dengan bentuk badan bagian atas (dada atau payudara, bahu, lengan).	✓					
	66	Saya merasa puas dengan bentuk otot yang saya miliki	✓					
	67	Saya merasa puas dengan berat badan saya.	✓					
	68	Saya merasa puas dengan tinggi badan saya.	✓					
	69	Saya merasa puas dengan penampilan saya secara keseluruhan.	✓					
Klasifikasi Diri terhadap Berat Badan	59	Saya pikir berat badan saya normal.	✓					
	60	Kebanyakan orang akan memikirkan saya, ketika melihat penampilan saya.	✓					
Persepsi	10	Saya akan cemas jika						



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

terhadap Ukuran Tubuh		mengalami kegemukan.	✓					
	20	Saya sangat sadar terhadap perubahan dalam berat badan saya meskipun kecil.	✓					
	57	Saya melakukan diet penurunan berat badan.	✓					
	58	Saya telah mencoba untuk menurunkan berat badan saya dengan berpuasa atau dengan diet.	✓					

Catatan :

1. Isi Kesesuaian (sesuai dengan indikator) :

.....

.....

2. Bahasa :

.....

.....

3. Jumlah Aitem :

.....

.....

Pekanbaru, 17/12/2024

Validator

(Dr. Lisya Chairani, M.A. (Bikada))

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

UIN SUSKA RIAU



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Lampiran B. Skala Uji Coba**

UIN SUSKA RIAU

## LEMBAR PENJELASAN SINGKAT PENELITIAN

**Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh**

Perkenalkan, Saya Naziha Syifa Fakhirah, salah satu mahasiswi S1 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Saat ini saya sedang melakukan penelitian psikologi yang berkaitan tentang penilaian individu terhadap bentuk tubuhnya. Penelitian ini merupakan bagian dari tugas akhir di bawah bimbingan Ibu Anggia Kargenti Evanurul Marettih, S.Psi, M.Si. Kami mengharapkan partisipasi Saudara dalam penelitian ini, dengan kriteria sebagai berikut :

1. Perempuan berusia 15 – 24 tahun dan memiliki kategori tubuh obesitas atau memiliki indeks massa tubuh  $\geq 27$  yang diukur dengan rumus

$$\frac{\text{Berat badan (KG)}}{\text{Tinggi badan (m)} \times \text{Tinggi badan (m)}}$$

**Contoh:**

Berat badan : 70 KG

Tinggi badan : 155 cm / 1,55 m

**Maka rumus mencari IMT nya**

$$\frac{70}{1,55 \times 1,55} = 29,1 \text{ (lebih dari 27)}$$

2. Tidak memiliki riwayat penyakit tertentu yang menyebabkan kegemukan
3. Belum pernah melahirkan

Partisipasi Saudara sangat berarti dan penting dalam membantu mengembangkan ilmu pengetahuan. Pengisian skala psikologi ini membutuhkan waktu kurang lebih 10 - 15 menit. Namun sebelum itu ada beberapa informasi yang perlu diketahui sebelum mengikuti penelitian ini, yaitu:

1. Saudara diharapkan dapat memberikan **jawaban secara jujur**, sesuai dengan **kondisi yang Saudara rasakan/ alami saat ini**.
2. Seluruh identitas dan jawaban yang diberikan akan **dijamin kerahasiaannya** oleh peneliti.
3. **Pernyataan-pernyataan yang diberikan tidak untuk self diagnose**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Tidak ada risiko apapun dalam partisipasi anda pada penelitian ini dikarenakan **kuesioner ini hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja.**

Diharapkan untuk membaca terlebih dahulu petunjuk pengisian sebelum memberikan respon jawaban. Saya ucapkan terimakasih atas kerjasama dan waktunya dalam mengisi instrumen penelitian ini. Jika Anda memiliki pertanyaan atau membutuhkan informasi lebih lanjut, silahkan menghubungi saya melalui email [nazihasyifafakhirah910@gmail.com](mailto:nazihasyifafakhirah910@gmail.com).

Hormat Saya,

**Naziha Syifa Fakhirah  
Anggia Kargenti Evanurul Maretih, S.Psi, M.Si.**

### LEMBAR PERSETUJUAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini telah bersedia menjadi responden dan saya menandatangani tanpa adanya paksaan dari pihak manapun. Saya juga menyadari bahwa penelitian ini tidak menimbulkan kerugian kepada saya sebagai responden.

**Responden**



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## IDENTITAS RESPONDEN

1. Nama/Inisial : .....
2. Usia : .....
3. Pendidikan : .....
4. Pekerjaan : .....
5. Tinggi Badan (cm) : .....
6. Berat Badan (KG) : .....
7. No Hp : .....

## SKALA 1

### Petunjuk Pengerjaan:

Bacalah setiap pertanyaan berikut dengan teliti. Anda diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang **paling sesuai dengan diri anda secara fisik** dengan cara memberikan tanda *chechlist* (✓) pada jawaban tersebut. Adapun alternatif pilihan jawaban yang tersedia yaitu:

**(STS) : Sangat Tidak Setuju**

**(TS) : Tidak Setuju**

**(S) : Setuju**

**(SS) : Sangat Setuju**

### Contoh Pengerjaan:

NO.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya				✓

**Keterangan :** Artinya anda merasa **sangat setuju** dengan pernyataan di atas.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

NO.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya				
2.	Terkadang saya merasa sebagai orang yang sama sekali tidak baik				
3.	Saya merasa banyak memiliki kelebihan dalam diri saya				
4.	Saya mampu berbuat sebaik orang lain pada umumnya				
5.	Tidak banyak yang bisa saya banggakan pada diri saya				
6.	Saya sangat merasa tidak berguna sama sekali				
7.	Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain				
8.	Saya berharap bisa lebih menghargai diri saya sendiri				
9.	Secara keseluruhan saya mengakui bahwa saya adalah orang yang gagal				
10.	Saya bersikap positif terhadap diri saya sendiri				

## SKALA 2

### Petunjuk Pengerjaan:

Bacalah setiap pertanyaan berikut dengan teliti. Anda diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan diri anda, dengan cara memberikan tanda *checklist* (✓) pada jawaban tersebut. Adapun alternatif pilihan jawaban yang tersedia yaitu:

(STS) : Sangat Tidak Sesuai

(TS) : Tidak Sesuai

(S) : Sesuai

(SS) : Sangat Sesuai

### Contoh Pengerjaan:

NO.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1	Saya selalu memperhatikan penampilan saya, sebelum saya berpergian.				✓

**Keterangan :** Artinyan anda merasa **sangat sesuai** dengan pernyataan di atas.

NO.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Saya selalu memperhatikan penampilan saya, sebelum saya berpergian.				
2.	Agar tetap terlihat menarik, saya memilih dengan teliti pakaian yang akan saya beli.				
3.	Saya akan lulus disemua tes kesehatan fisik.				
4.	Penting bagi saya memiliki fisik yang sangat kuat.				
5.	Tubuh saya terlihat menarik.				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

6.	Saya kurang terlibat dalam program rutin latihan fisik.				
7.	Saya berupaya untuk menjaga kesehatan.				
8.	Saya mengetahui banyak hal yang mempengaruhi kesehatan fisik saya.				
9.	Saya sengaja mengembangkan gaya hidup sehat.				
10.	Saya akan cemas jika mengalami kegemukan.				
11.	Saya menyukai penampilan saya, seperti apa adanya sekarang.				
12.	Di setiap ada kesempatan saya selalu bercermin untuk memeriksa penampilan saya.				
13.	Saya menggunakan waktu yang lama untuk berpakaian sebelum berpergian.				
14.	Saya memiliki ketahanan fisik yang sangat baik.				
15.	Berpartisipasi dalam olahraga tidak penting bagi saya.				
16.	Saya kurang aktif dalam melakukan aktivitas menjaga kebugaran fisik.				
17.	Kesehatan saya adalah suatu masalah yang pasang surut dan tidak terduga.				
18.	Kesehatan yang baik adalah salah satu hal yang paling penting dalam hidup saya.				
19.	Saya tidak akan melakukan apapun yang mungkin mengancam kesehatan saya.				
20.	Saya sangat sadar terhadap perubahan dalam berat badan saya meskipun kecil.				
21.	Kebanyakan orang menganggap saya berpenampilan menarik.				



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

22.	Sangat penting bagi saya untuk selalu terlihat baik.				
23.	Saya jarang menggunakan produk perawatan/kosmetik.				
24.	Saya sangat mudah mempelajari latihan fisik.				
25.	Menjadi sehat secara fisik tidak menjadi prioritas penting dalam hidup saya.				
26.	Saya melakukan banyak hal untuk meningkatkan kekuatan fisik saya.				
27.	Saya jarang sakit secara fisik.				
28.	Saya menganggap kesehatan saya adalah hal yang remeh.				
29.	Saya sering membaca buku-buku dan majalah yang berhubungan dengan kesehatan.				
30.	Saya menyukai penampilan saya tanpa memperhatikan pakaian yang saya gunakan.				
31.	Saya menyadari ketika penampilan saya tidak benar.				
32.	Saya biasanya menggunakan sembarangan pakaian tanpa memperdulikan penampilan saya.				
33.	Saya kurang mahir dalam berolahraga fisik maupun permainan				
34.	Saya jarang memikirkan tentang keterampilan atletik saya.				
35.	Saya berusaha untuk meningkatkan stamina fisik saya.				
36.	Saya tidak pernah memperhatikan kondisi tubuh saya, dari hari ke hari.				
37.	Ketika saya sakit saya tidak terlalu memperhatikan gejala penyakit di tubuh saya.				

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

38.	Saya tidak melakukan upaya khusus untuk makan secara seimbang dan bergizi.				
39.	Saya suka dengan gaya berpakaian saya.				
40.	Saya tidak peduli dengan pendapat orang lain tentang penampilan saya.				
41.	Saya sangat memperhatikan perawatan rambut saya				
42.	Saya kurang suka dengan kondisi fisik saya.				
43.	Saya kurang peduli dengan peningkatan kemampuan fisik saya.				
44.	Saya berusaha untuk menjadi aktif secara fisik.				
45.	Saya sering merasa rentan terhadap penyakit.				
46.	Saya memperhatikan tubuh saya ketika ada tanda - tanda penyakit.				
47.	Jika saya sedang demam atau flu, saya hanya mengabaikannya dan menganggapnya hal biasa.				
48.	Saya kurang menarik secara fisik.				
49.	Saya tidak pernah berpikir tentang bagaimana penampilan saya.				
50.	Saya selalu berusaha untuk memperbaiki penampilan fisik saya.				
51.	Saya mampu berkoordinasi dengan baik dalam latihan kebugaran.				
52.	Saya tahu banyak tentang kebugaran fisik.				
53.	Saya berolahraga secara teratur sepanjang tahun.				
54.	Saya termasuk orang yang sehat secara fisik.				
55.	Saya sangat peka terhadap perubahan kecil dalam kesehatan fisik saya.				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

56.	Jika ada tanda - tanda penyakit, saya mengkonsultasikan dengan tenaga medis.				
57.	Saya melakukan diet penurunan berat badan.				
58.	Saya telah mencoba untuk menurunkan berat badan saya dengan berpuasa atau dengan diet.				
59.	Saya pikir berat badan saya normal.				
60.	Kebanyakan orang akan memikirkan saya, ketika melihat penampilan saya.				
61.	Saya merasa puas dengan bentuk wajah saya (fitur dan kulit).				
62.	Saya merasa puas dengan rambut saya sekarang (warna, ketebalan, tekstur).				
63.	Saya merasa puas dengan badan bagian bawah (bokong, pinggul, paha, kaki).				
64.	Saya merasa puas dengan bentuk badan bagian tengah (pinggang, perut).				
65.	Saya merasa puas dengan bentuk badan bagian atas (dada atau payudara, bahu, lengan).				
66.	Saya merasa puas dengan bentuk otot yang saya miliki				
67.	Saya merasa puas dengan berat badan saya.				
68.	Saya merasa puas dengan tinggi badan saya.				
69.	Saya merasa puas dengan penampilan saya secara keseluruhan.				



## Skala Try Out Google Form

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### PENELITIAN PSIKOLOGI

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan, Saya Naziha Syifa Fakhirah, salah satu mahasiswi S1 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Saat ini saya sedang melakukan penelitian psikologi yang berkaitan tentang penilaian individu terhadap bentuk tubuhnya. Penelitian ini merupakan bagian dari tugas akhir di bawah bimbingan Ibu Anggia Kargenti Evanurul Marettih, S.Psi, M.Si. Kami mengharapkan partisipasi Saudara dalam penelitian ini, dengan kriteria sebagai berikut :

- Perempuan berusia 15 – 24 tahun dan memiliki indeks massa tubuh  $\geq 27$  yang diukur dengan rumus  

$$\frac{\text{Berat badan (KG)}}{\text{Tinggi badan (m)} \times \text{Tinggi badan (m)}}$$

Contoh:  
 Berat badan : 70 KG  
 Tinggi badan : 155 cm /1,55 m  
 Maka rumus mencari IMT nya  

$$\frac{70}{1,55 \times 1,55} = 29,1 \text{ (lebih dari 27)}$$
- Tidak memiliki riwayat penyakit tertentu yang menyebabkan kegemukan
- Belum pernah melahirkan
- Berdomisili di Pekanbaru

Partisipasi Saudara sangat berarti dan penting dalam membantu mengembangkan ilmu pengetahuan. Pengisian skala psikologi ini membutuhkan waktu kurang lebih 10 - 15 menit. Namun sebelum itu ada beberapa informasi yang perlu diketahui sebelum mengikuti penelitian ini, yaitu:

1. Saudara diharapkan dapat memberikan jawaban secara jujur, sesuai dengan kondisi yang Saudara rasakan/ alami saat ini.
2. Seluruh identitas dan jawaban yang diberikan akan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti.
3. Pernyataan-pernyataan yang diberikan tidak untuk self diagnose
4. Tidak ada risiko apapun dalam partisipasi anda pada penelitian ini dikarenakan kuesioner ini hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja.

Diharapkan untuk membaca terlebih dahulu petunjuk pengisian sebelum memberikan respon jawaban. Saya ucapkan terimakasih atas kerjasama dan waktunya dalam mengisi instrumen penelitian ini. Jika Anda memiliki pertanyaan atau membutuhkan informasi lebih lanjut, silahkan menghubungi saya melalui email [nazihasyifafakhirah910@gmail.com](mailto:nazihasyifafakhirah910@gmail.com).

Salam,

Naziha Syifa Fakhirah

Anggia Kargenti Evanurul Marettih, S.Psi, M.Si

[nazihasyifafakhirah910@gmail.com](mailto:nazihasyifafakhirah910@gmail.com)

[nazihasyifafakhirah910@gmail.com](mailto:nazihasyifafakhirah910@gmail.com)

Ganti akun

 Tidak dibagikan



\* Menunjukkan pertanyaan yang wajib diisi

Saya bersedia menjadi responden \*  
 tanpa paksaan dari pihak manapun. Dengan demikian, saya bersedia menyediakan waktu untuk mengisi skala psikologi yang diberikan hingga selesai dan berkomitmen untuk berperan sebagai responden dalam penelitian ini. Saya juga menyadari bahwa penelitian ini tidak menimbulkan kerugian kepada saya sebagai responden.

☐ Setuju

Berikutnya

Kosongkan formulir

Jangan pernah mengirimkan sandi melalui Google Formulir.



Konten ini tidak dibuat atau didukung oleh Google.  
 Hubungi pemilik formulir - Persyaratan Layanan  
[Kebijakan Privasi](#)





### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### © Hak cipta milik UIN Suska Riau

### State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**IDENTITAS RESPONDEN**

Silahkan lengkapi data berikut sesuai dengan diri Anda

**NAMA/INISIAL \***

Teks jawaban singkat

**USIA \***

☐ 15  
☐ 16  
☐ 17  
☐ 18  
☐ 19  
☐ 20  
☐ 21  
☐ 22  
☐ 23  
☐ 24

**PENDIDIKAN \***

Teks jawaban singkat

**PEKERJAAN \***

Teks jawaban singkat

**TINGGI BADAN (CM) \***

Teks jawaban singkat

**BERAT BADAN (KG) \***

Teks jawaban singkat

**NOMOR HP (Untuk pengumuman undian hadiah E-money bagi responden penelitian, jika tidak ingin berpartisipasi silahkan isi dengan "-")**

**SKALA 1**

Bacalah setiap pernyataan berikut dengan teliti. Saudara diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan diri Saudara secara fisik. Adapun alternatif pilihan jawaban yang tersedia yaitu:

**STS : Sangat Tidak Setuju**  
**TS : Tidak Setuju**  
**S : Setuju**  
**SS : Sangat Setuju**

Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Terkadang saya merasa sebagai orang yang sama sekali tidak baik

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya merasa banyak memiliki kelebihan dalam diri saya

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya mampu berbuat sebaik orang lain pada umumnya

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Tidak banyak yang bisa saya banggakan pada diri saya

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya sangat merasa tidak berguna sama sekali

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya berharap bisa lebih menghargai diri saya sendiri

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Secara keseluruhan saya mengakui bahwa saya adalah orang yang gagal

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya bersikap positif terhadap diri saya sendiri

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### © Hak cipta milik UIN Suska Riau

### State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

SKALA 2

Bacalah setiap pernyataan berikut dengan teliti. Saudara diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan diri Saudara. Adapun alternatif pilihan jawaban yang tersedia yaitu:

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

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Saya selalu memperhatikan penampilan saya, sebelum saya berpergian

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Agar tetap terlihat menarik, saya memilih dengan teliti pakaian yang akan saya beli

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Saya akan lulus disemua tes kesehatan fisik.

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Penting bagi saya memiliki fisik yang sangat kuat

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Tubuh saya terlihat menarik

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Saya kurang terlibat dalam program rutin latihan fisik

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Saya berupaya untuk menjaga kesehatan

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Saya mengetahui banyak hal yang mempengaruhi kesehatan fisik saya

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Saya sengaja mengembangkan gaya hidup sehat

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Saya akan cemas jika mengalami kegemukan

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Saya menyukai penampilan saya, seperti apa adanya sekarang

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Di setiap ada kesempatan saya selalu bercermin untuk memeriksa penampilan saya

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Saya menggunakan waktu yang lama untuk berpakaian sebelum berpergian

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Saya memiliki ketahanan fisik yang sangat baik

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Berpartisipasi dalam olahraga tidak penting bagi saya

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Saya kurang aktif dalam melakukan aktivitas menjaga kebugaran fisik

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Kesehatan saya adalah suatu masalah yang pasang surut dan tidak terduga

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Kesehatan yang baik adalah salah satu hal yang paling penting dalam hidup saya

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Saya tidak akan melakukan apapun yang mungkin mengancam kesehatan saya

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS

Saya sangat sadar terhadap perubahan dalam berat badan saya meskipun kecil

☐ STS ☐ TS ☐ S ☐ SS



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### © Hak cipta milik UIN Suska Riau

### State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Kebanyakan orang menganggap saya berpenampilan menarik.

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Sangat penting bagi saya untuk selalu terlihat baik

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Saya jarang menggunakan produk perawatan/kosmetik

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Saya sangat mudah mempelajari latihan fisik

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Menjadi sehat secara fisik tidak menjadi prioritas penting dalam hidup saya

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Saya melakukan banyak hal untuk meningkatkan kekuatan fisik saya

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Saya jarang sakit secara fisik

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Saya menganggap kesehatan saya adalah hal yang remeh

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Saya sering membaca buku-buku dan majalah yang berhubungan dengan kesehatan

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Saya menyukai penampilan saya tanpa memperhatikan pakaian yang saya gunakan

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Saya menyadari ketika penampilan saya tidak benar

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Saya biasanya menggunakan sembarangan pakaian tanpa memperdulikan penampilan saya

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Saya kurang mahir dalam berolahraga fisik maupun permainan

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Saya jarang memikirkan tentang keterampilan atletik saya

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Saya berusaha untuk meningkatkan stamina fisik saya

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Saya tidak pernah memperhatikan kondisi tubuh saya, dari hari ke hari

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Ketika saya sakit saya tidak terlalu memperhatikan gejala penyakit di tubuh saya

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Saya tidak melakukan upaya khusus untuk makan secara seimbang dan bergizi

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Saya suka dengan gaya berpakaian saya

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS

Saya tidak peduli dengan pendapat orang lain tentang penampilan saya

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ BS



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Saya sangat memperhatikan perawatan rambut\* saya

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya kurang peduli dengan peningkatan kemampuan fisik saya

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

☐ Sertakan foto atau tambahkan "Lokasi"

Web atau

Saya kurang suka dengan kondisi fisik saya\*

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya berusaha untuk menjadi aktif secara fisik\*

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya sering merasa rentan terhadap penyakit\*

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya memperhatikan tubuh saya ketika ada tanda - tanda penyakit

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Jika saya sedang demam atau flu, saya hanya mengabaikannya dan menganggapnya hal biasa

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya kurang menarik secara fisik\*

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya tidak pernah berpikir tentang bagaimana penampilan saya

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya selalu berusaha untuk memperbaiki penampilan fisik saya

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya mampu berkoordinasi dengan baik dalam latihan kebugaran

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya tahu banyak tentang kebugaran fisik\*

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya berolahraga secara teratur sepanjang tahun

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya termasuk orang yang sehat secara fisik\*

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya sangat peka terhadap perubahan kecil dalam kesehatan fisik saya

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Jika ada tanda - tanda penyakit, saya mengkonsultasikan dengan tenaga medis

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya melakukan diet penurunan berat badan\*

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya telah mencoba untuk menurunkan berat badan saya dengan berpuasa atau dengan diet

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya pikir berat badan saya normal\*

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Kebanyakan orang akan memikirkan saya, ketika melihat penampilan saya

- ☐ STS  
☐ TS



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Saya merasa puas dengan bentuk wajah saya (bagian dan kulit wajah)

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya merasa puas dengan rambut saya sekarang (warna, ketebalan, tekstur)

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya merasa puas dengan badan bagian bawah (bokong, pinggul, paha, kaki)

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya merasa puas dengan bentuk badan bagian tengah (pinggang, perut)

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya merasa puas dengan bentuk badan bagian atas (dada atau payudara, bahu, lengan)

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya merasa puas dengan bentuk otot yang saya miliki

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya merasa puas dengan berat badan saya

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya merasa puas dengan tinggi badan saya

- ☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

Saya merasa puas dengan penampilan saya secara keseluruhan

- ☐ STS

## SELESAI

Terima kasih banyak atas waktu dan partisipasi Saudara dalam penelitian ini. Kontribusi Saudara sangat berharga untuk mendukung keberhasilan penelitian ini. Jika Saudara memiliki pertanyaan atau membutuhkan informasi lebih lanjut, silahkan menghubungi saya melalui email [nazihasyifafakhirah910@gmail.com](mailto:nazihasyifafakhirah910@gmail.com).

Semoga Saudara selalu diberikan kesehatan dan kelancaran dalam segala aktivitas.

Salam hangat,

**Naziha Syifa Fakhirah**

**Anggia Kargenti Evanurul Maretih, S.Psi, M.Si.**

## Lampiran C. Tabulasi Data Uji Coba

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Skala Harga Diri (Try Out)

NOMOR Subjek	AITEM										TOTAL
	HD1	HD2	HD3	HD4	HD5	HD6	HD7	HD8	HD9	HD10	
1	2	2	2	2	2	3	2	1	3	3	22
2	3	2	2	3	2	4	3	1	3	3	26
3	2	1	2	2	1	1	2	1	2	3	17
4	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	25
5	2	2	2	3	3	3	4	2	3	3	27
6	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	27
7	3	4	3	3	4	3	3	2	4	3	32
8	2	3	3	4	3	4	4	1	3	4	31
9	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	23
10	3	1	3	4	3	3	4	1	4	4	30
11	3	3	3	3	4	4	3	1	4	4	32
12	3	2	3	2	3	3	3	1	3	3	26
13	2	3	3	4	2	3	3	2	3	2	27
14	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	29
15	3	2	3	4	2	3	2	2	3	2	26
16	2	2	3	4	2	2	3	1	3	3	25
17	3	3	3	3	2	4	3	1	3	3	28
18	2	2	2	2	2	2	4	1	2	4	23
19	3	2	2	3	2	2	3	1	2	2	22
20	2	3	2	3	3	4	4	2	2	3	28
21	3	3	3	4	2	4	4	1	4	4	32
22	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	25
23	3	2	2	4	2	3	3	2	3	3	27
24	1	3	2	2	2	3	3	2	3	3	24
25	1	4	1	1	4	4	1	4	4	1	25
26	2	3	2	3	2	3	3	2	3	4	27
27	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	27
28	2	3	3	4	2	2	3	2	3	3	27
29	4	4	2	3	2	4	3	1	4	4	31
30	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	34
31	2	3	3	3	3	4	3	1	3	3	28
32	3	1	3	4	2	1	2	1	1	3	21
33	2	2	4	4	3	4	3	1	3	4	30
34	2	3	3	3	3	3	4	1	4	4	30
35	3	3	3	3	2	3	3	2	1	4	27

- Hak Cipta  
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Skala Body Image (Try Out)

No Subjek	BI1	BI2	BI3	BI4	BI5	BI6	BI7	BI8	BI9	BI10
1	4	4	2	4	2	1	4	4	2	4
2	4	3	2	4	3	2	4	3	3	4
3	4	3	2	3	2	2	4	4	4	4
4	4	4	2	4	2	2	3	3	3	4
5	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3
6	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4
7	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4
8	3	3	2	4	3	2	3	3	4	3
9	3	3	2	4	2	3	3	3	2	3
10	4	4	2	4	2	1	4	4	4	4
11	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
12	3	4	2	3	3	3	4	3	4	3
13	3	3	1	3	2	3	3	3	3	4
14	3	3	4	3	3	2	4	3	3	4
15	3	3	2	3	2	1	3	2	2	4
16	4	3	2	4	2	2	4	3	4	4
17	4	3	1	3	3	2	4	4	3	3
18	4	4	2	4	2	2	3	3	3	2
19	4	4	4	3	2	1	2	4	2	3
20	3	3	2	3	3	2	4	3	3	4
21	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4
22	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3
23	3	3	2	4	4	1	3	3	3	4
24	4	4	2	4	2	1	3	3	3	4
25	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4
26	3	3	3	2	3	4	2	3	2	3
27	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
28	4	4	2	3	2	2	3	3	3	4
29	4	4	3	4	2	2	4	4	3	4
30	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1
31	3	3	2	3	2	3	3	4	4	4
32	4	4	2	3	1	3	3	2	3	3
33	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2
34	4	3	4	3	4	2	4	3	4	2
35	3	3	2	4	4	3	3	4	3	2

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Tidak mengutip sebagian atau seluruh karya tulis tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengutip dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No Subjek	BI11	BI12	BI13	BI14	BI15	BI16	BI17	BI18	BI19	BI20
1	2	4	4	2	4	1	2	4	3	4
2	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3
3	2	4	4	2	3	2	2	4	3	4
4	2	3	3	3	3	2	3	4	2	4
5	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3
6	2	3	3	2	4	2	2	3	3	3
7	3	3	3	2	4	2	2	3	3	4
8	3	3	4	4	3	2	4	4	4	4
9	3	3	3	3	3	3	2	4	2	4
10	4	4	4	3	3	2	1	4	4	4
11	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4
12	3	3	2	3	4	4	3	4	1	3
13	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4
14	4	3	2	3	4	2	2	3	3	4
15	2	3	2	2	3	2	3	4	3	3
16	3	4	4	3	3	2	1	3	4	4
17	3	4	2	4	4	3	3	3	3	2
18	4	3	2	3	3	2	2	4	4	3
19	4	4	4	2	3	1	1	3	3	2
20	2	4	3	3	4	3	2	4	3	3
21	3	4	3	3	4	2	1	4	4	4
22	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2
23	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4
24	1	4	2	2	3	2	2	4	3	3
25	4	4	4	4	1	1	1	4	4	4
26	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3
27	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3
28	2	4	4	2	3	2	2	3	3	3
29	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3
30	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4
31	1	3	2	4	3	2	3	3	3	3
32	3	4	2	2	2	3	2	3	2	3
33	4	4	2	3	4	4	2	4	4	2
34	3	1	2	4	3	3	3	3	2	3
35	3	3	2	4	2	3	2	3	3	4



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Tidak mengutip sebagian atau seluruhnya dan menyebarluaskan kembali, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penelitian, dan lain-lain.

2. Dilarang mengutip dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No Subjek	BI21	BI22	BI23	BI24	BI25	BI26	BI27	BI28	BI29	BI30
1	2	3	4	4	4	2	2	3	4	1
2	2	4	4	2	3	3	3	3	2	1
3	1	4	3	2	3	3	2	3	2	2
4	3	4	4	3	2	2	3	2	1	1
5	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3
6	3	3	3	2	4	3	3	4	3	2
7	4	4	4	3	4	3	2	2	2	1
8	3	4	3	3	4	2	4	4	3	2
9	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2
10	3	4	4	3	4	3	2	4	3	2
11	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2
12	3	3	4	3	3	3	4	4	2	2
13	2	4	4	3	3	3	2	3	2	2
14	3	4	3	2	1	3	3	4	3	3
15	2	3	3	2	3	3	1	4	2	2
16	3	4	3	3	1	4	2	3	3	3
17	2	3	4	2	4	2	4	4	1	2
18	2	3	3	3	2	3	4	3	2	2
19	2	3	1	2	2	2	2	3	1	2
20	3	2	4	3	3	3	3	4	2	2
21	3	4	3	3	4	4	3	4	4	1
22	1	3	3	1	2	3	2	2	1	1
23	2	4	4	2	3	2	2	3	1	2
24	2	3	4	2	4	3	3	4	2	1
25	4	4	1	4	1	4	4	1	4	4
26	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2
27	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2
28	2	3	3	2	2	3	2	3	2	1
29	2	3	2	2	3	2	3	4	2	3
30	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4
31	2	4	4	2	4	3	2	4	1	2
32	2	1	3	2	3	2	2	3	1	2
33	3	3	1	4	4	4	4	4	2	4
34	3	3	4	3	1	4	3	3	3	4
35	3	4	2	3	2	3	4	4	2	3

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

No	Subjek
1	1. Dasar-dasar
2	2. Sejarah
3	3. Metodologi
4	4. Teori
5	5. Penelitian
6	6. Pengajaran
7	7. Pendidikan
8	8. Keperawatan
9	9. Kesehatan
10	10. Masyarakat
11	11. Budaya
12	12. Agama
13	13. Politik
14	14. Hukum
15	15. Ekonomi
16	16. Sosial
17	17. Lingkungan
18	18. Teknologi
19	19. Seni
20	20. Olahraga
21	21. Bahasa
22	22. Matematika
23	23. Sains
24	24. Sejarah
25	25. Geografi
26	26. Biologi
27	27. Kimia
28	28. Fisika
29	29. Astronomi
30	30. Meteorologi
31	31. Klimatologi
32	32. Hidrologi
33	33. Oceanografi
34	34. Geologi
35	35. Arkeologi

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No Subjek	BI31	BI32	BI33	BI34	BI35	BI36	BI37	BI38	BI39	BI40
1	4	4	2	2	3	4	4	3	4	4
2	4	4	2	2	3	3	3	3	3	4
3	4	3	2	2	3	3	2	3	3	3
4	4	3	3	2	3	2	2	1	4	3
5	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2
6	3	4	2	2	3	4	2	2	3	4
7	4	4	2	2	4	4	1	1	4	1
8	3	3	3	3	3	4	2	2	3	2
9	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3
10	4	4	2	2	3	4	4	4	4	1
11	3	4	3	3	4	4	3	3	3	1
12	3	4	4	3	4	4	4	4	3	2
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
14	3	3	2	2	3	3	2	3	4	1
15	3	3	1	1	3	2	2	2	2	3
16	4	3	2	3	4	3	3	4	3	2
17	3	3	3	2	2	4	4	4	3	3
18	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2
19	3	3	1	1	2	2	3	2	3	2
20	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3
21	1	4	2	3	4	4	4	4	4	3
22	3	2	2	1	2	2	3	2	2	3
23	3	4	3	3	3	4	4	2	3	3
24	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3
25	4	1	1	1	4	1	1	1	4	1
26	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2
27	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
28	3	4	1	1	3	3	3	3	3	3
29	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2
30	1	4	4	4	4	4	4	1	4	1
31	3	3	2	2	4	2	2	3	3	3
32	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3
33	4	3	4	4	4	4	4	2	3	3
34	3	3	4	3	4	3	3	1	3	1
35	3	3	3	4	4	2	1	1	3	2



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang  
1. Tidak mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengutip sumbernya.  
2. Penyalinan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penguatan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

No Subjek	BI41	BI42	BI43	BI44	BI45	BI46	BI47	BI48	BI49	BI50
1	4	1	3	4	2	3	2	1	4	4
2	3	2	2	4	3	3	2	2	3	4
3	3	1	2	3	2	3	3	1	4	4
4	3	2	2	3	4	2	2	2	4	4
5	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
6	3	2	2	3	2	3	4	3	4	3
7	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4
8	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3
9	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3
10	4	2	2	3	2	4	4	2	4	4
11	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
12	3	4	4	3	3	3	2	4	4	3
13	3	1	3	3	2	3	3	2	3	3
14	3	3	3	4	2	2	1	4	4	4
15	2	2	3	3	1	4	3	2	2	3
16	3	3	3	3	2	4	2	2	3	3
17	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3
18	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3
19	3	2	2	2	2	3	3	1	2	3
20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
21	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4
22	2	4	2	2	2	3	2	1	3	3
23	1	1	2	4	4	2	1	1	4	4
24	3	2	3	3	3	4	4	1	4	4
25	4	1	1	4	1	4	1	1	1	4
26	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3
27	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3
28	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3
29	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3
30	4	1	1	4	1	4	1	4	4	4
31	3	1	3	3	4	3	4	2	3	4
32	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3
33	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4
34	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3
35	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3



No Subjek	BI51	BI52	BI53	BI54	BI55	BI56	BI57	BI58	BI59	BI60	BI61
1	2	2	2	2	4	4	4	4	1	4	1
2	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	3
3	2	2	3	2	3	3	3	3	1	4	2
4	2	2	2	3	2	2	2	3	1	3	3
5	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3
6	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3
7	1	2	1	2	4	4	4	4	2	4	4
8	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3
9	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2
10	3	2	1	3	3	3	2	4	3	3	3
11	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
12	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3
13	3	3	2	2	3	3	3	3	1	2	2
14	3	3	3	3	4	3	4	4	2	3	4
15	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2
16	3	2	3	3	4	3	3	4	2	3	3
17	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	2
18	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2
19	1	1	1	1	3	3	2	2	2	3	1
20	2	2	2	3	3	3	4	4	4	2	3
21	3	3	3	3	4	4	4	4	3	1	3
22	3	2	2	2	2	2	2	2	4	1	1
23	3	1	1	1	4	1	4	4	3	1	1
24	3	2	2	2	3	2	4	4	3	2	1
25	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4
26	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	1
27	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2
28	3	1	2	2	2	2	3	3	2	3	2
29	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2
30	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
31	2	2	1	3	3	2	3	3	4	4	2
32	2	2	2	2	3	2	1	3	1	2	4
33	4	4	4	4	4	2	2	1	4	4	2
34	4	4	4	4	4	3	2	2	4	4	3
35	2	3	3	3	3	2	2	2	4	4	3

No Subjek	BI62	BI63	BI64	BI65	BI66	BI67	BI68	BI69	TOTAL
1	1	1	1	1	1	1	4	1	193
2	3	2	2	2	2	1	3	2	191
3	3	1	1	1	1	1	3	1	181
4	2	2	2	2	2	1	3	3	182
5	3	2	2	2	2	2	3	2	179
6	3	1	1	3	2	1	1	2	189
7	4	4	2	4	2	2	2	4	204
8	3	2	2	2	3	2	2	2	201
9	3	2	2	2	2	2	2	2	177
10	3	2	1	1	1	1	3	3	206
11	3	4	4	3	4	2	3	3	217
12	2	4	2	3	2	2	3	2	212
13	2	2	2	2	2	1	4	2	184
14	4	3	2	3	3	1	3	3	205
15	3	4	2	2	2	1	3	2	169
16	2	2	3	3	3	2	1	3	203
17	1	2	2	2	3	2	4	2	197
18	2	2	3	2	2	3	3	2	184
19	3	3	1	3	2	1	3	2	159
20	2	3	2	2	3	3	3	3	201
21	3	2	2	3	3	2	2	2	222
22	1	1	1	1	1	1	2	2	145
23	1	1	1	1	2	1	1	1	172
24	2	1	1	1	1	1	1	1	182
25	4	4	4	4	4	4	4	4	213
26	2	2	2	3	4	1	2	3	174
27	2	3	2	3	3	2	2	2	189
28	3	2	2	2	2	2	4	3	180
29	3	3	3	3	3	3	3	3	195
30	4	4	4	4	4	4	4	4	243
31	2	2	3	1	2	2	1	1	186
32	3	2	2	2	3	1	3	3	170
33	3	4	4	3	2	4	1	4	233
34	3	3	4	3	4	3	4	4	218
35	4	3	3	3	4	4	2	3	203

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengacuan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Lampiran D. Uji Reliabilitas dan Uji Daya Beda Aitem**

UIN SUSKA RIAU

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## RELIABILITAS DAN UJI DAYA BEDA AITEM

### VARIABEL HARGA DIRI

#### A. Sebelum Aitem Gugur Dibuang

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.641	10

##### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
HD01	24.4571	11.197	.241	.629
HD02	24.4571	11.079	.197	.642
HD03	24.2857	10.681	.401	.598
HD04	23.7714	11.005	.245	.629
HD05	24.3714	9.946	.494	.574
HD06	23.8000	9.282	.574	.549
HD07	23.8286	10.617	.387	.600
HD08	25.3429	13.703	-.272	.715
HD09	23.9143	9.669	.517	.566
HD10	23.7429	10.726	.322	.613

#### B. Setelah Aitem Gugur Dibuang

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.724	6



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
HD03	14.7714	6.534	.385	.706
HD05	14.8571	5.891	.499	.674
HD06	14.2857	5.622	.503	.673
HD07	14.3143	6.222	.455	.688
HD09	14.4000	5.776	.489	.677
HD10	14.2286	6.182	.417	.698

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## RELIABILITAS DAN UJI DAYA BEDA AITEM

### VARIABEL *BODY IMAGE*

#### A. Sebelum Aitem Gugur Dibuang

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.906	69

##### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BI01	189.6286	418.887	.077	.906
BI02	189.7143	416.857	.180	.906
BI03	190.7143	405.857	.415	.904
BI04	189.6857	413.457	.308	.905
BI05	190.4571	400.550	.609	.902
BI06	190.9714	417.617	.066	.907
BI07	189.8000	401.694	.686	.902
BI08	189.8857	411.163	.380	.905
BI09	189.9714	401.499	.677	.902
BI10	189.7429	431.785	-.348	.911
BI11	190.3429	404.879	.428	.904
BI12	189.8000	415.988	.145	.906
BI13	190.2857	418.975	.033	.907
BI14	190.2571	403.138	.580	.903
BI15	189.9143	408.022	.396	.904
BI16	190.6857	406.457	.415	.904
BI17	190.8857	426.045	-.185	.909
BI18	189.6571	412.408	.353	.905
BI19	190.0571	410.350	.336	.905
BI20	189.7714	412.123	.294	.905

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

### © Hak cipta milik UIN Suska Riau

### State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

#### 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

#### 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BI21	190.5714	398.958	.717	.902
BI22	189.8286	411.852	.274	.905
BI23	190.0000	419.412	.012	.908
BI24	190.4857	399.492	.709	.902
BI25	190.3143	421.751	-.049	.909
BI26	190.2286	404.476	.582	.903
BI27	190.2857	402.387	.536	.903
BI28	189.8286	409.676	.327	.905
BI29	190.8286	398.558	.577	.902
BI30	190.9714	401.911	.492	.903
BI31	190.0000	426.647	-.216	.909
BI32	189.9143	413.316	.236	.906
BI33	190.6286	406.064	.406	.904
BI34	190.7429	401.491	.549	.903
BI35	189.9143	401.669	.737	.902
BI36	190.0286	405.970	.428	.904
BI37	190.3429	412.820	.192	.906
BI38	190.6286	421.358	-.039	.909
BI39	189.9714	409.029	.513	.904
BI40	190.7143	437.916	-.471	.912
BI41	190.0000	403.412	.668	.903
BI42	190.7429	415.079	.119	.907
BI43	190.4000	417.365	.099	.907
BI44	189.8857	406.692	.624	.903
BI45	190.5143	418.963	.025	.908
BI46	189.9714	412.676	.316	.905
BI47	190.7714	429.476	-.254	.910
BI48	190.7714	395.123	.641	.902
BI49	189.9429	414.232	.196	.906
BI50	189.7143	414.563	.294	.905
BI51	190.4571	405.079	.490	.904
BI52	190.6571	397.526	.693	.902
BI53	190.8000	397.812	.642	.902
BI54	190.4571	396.373	.743	.901
BI55	190.0000	405.059	.560	.903
BI56	190.5429	404.255	.508	.903
BI57	190.1714	412.323	.239	.906

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BI58	189.9714	416.146	.136	.906
BI59	190.6286	408.358	.269	.906
BI60	190.4286	408.134	.300	.905
BI61	190.6286	398.946	.550	.903
BI62	190.4857	405.787	.402	.904
BI63	190.6857	398.634	.524	.903
BI64	190.9143	395.787	.627	.902
BI65	190.7714	400.593	.533	.903
BI66	190.6571	402.703	.450	.904
BI67	191.2000	394.753	.622	.902
BI68	190.4857	416.257	.085	.908
BI69	190.6571	400.761	.521	.903

B. Setelah Aitem Gugur Dibuang

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.950	47

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BI03	128.1429	403.714	.553	.948
BI04	127.1143	416.457	.285	.950
BI05	127.8857	400.692	.682	.948
BI07	127.2286	407.299	.568	.948
BI08	127.3143	414.398	.349	.949
BI09	127.4000	405.188	.631	.948
BI11	127.7714	403.770	.531	.948
BI14	127.6857	404.163	.629	.948
BI15	127.3429	416.055	.214	.950
BI16	128.1143	409.810	.387	.949
BI18	127.0857	416.610	.277	.950



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### © Hak cipta milik UIN Suska Riau

### State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

BI19	127.4857	412.081	.362	.949
BI20	127.2000	414.929	.282	.950
BI21	128.0000	399.824	.772	.947
BI22	127.2571	414.373	.272	.950
BI24	127.9143	401.845	.712	.948
BI26	127.6571	405.879	.621	.948
BI27	127.7143	403.445	.579	.948
BI28	127.2571	415.961	.207	.950
BI29	128.2571	400.726	.585	.948
BI30	128.4000	398.541	.656	.948
BI33	128.0571	408.526	.406	.949
BI34	128.1714	404.264	.539	.948
BI35	127.3429	403.938	.744	.948
BI36	127.4571	414.197	.252	.950
BI39	127.4000	412.718	.458	.949
BI41	127.4286	406.664	.636	.948
BI44	127.3143	410.457	.564	.949
BI46	127.4000	414.659	.336	.949
BI48	128.2000	398.106	.627	.948
BI50	127.1429	418.420	.226	.950
BI51	127.8857	406.751	.516	.949
BI52	128.0857	397.610	.767	.947
BI53	128.2286	398.182	.703	.947
BI54	127.8857	398.692	.747	.947
BI55	127.4286	407.193	.572	.948
BI56	127.9714	407.440	.484	.949
BI59	128.0571	406.232	.380	.950
BI60	127.8571	410.655	.299	.950
BI61	128.0571	399.997	.588	.948
BI62	127.9143	403.904	.527	.949
BI63	128.1143	397.457	.616	.948
BI64	128.3429	394.173	.735	.947
BI65	128.2000	398.341	.667	.948
BI66	128.0857	400.198	.583	.948
BI67	128.6286	392.887	.732	.947
BI69	128.0857	398.963	.639	.948

## Lampiran E. Skala Penelitian

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LEMBAR PENJELASAN SINGKAT PENELITIAN

**Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh**

Perkenalkan, Saya Naziha Syifa Fakhirah, salah satu mahasiswi S1 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Saat ini saya sedang melakukan penelitian psikologi yang berkaitan tentang penilaian individu terhadap bentuk tubuhnya. Penelitian ini merupakan bagian dari tugas akhir di bawah bimbingan Ibu Anggia Kargenti Evanurul Marettih, S.Psi, M.Si. Kami mengharapkan partisipasi Saudara dalam penelitian ini, dengan kriteria sebagai berikut :

1. Perempuan berusia 15 – 24 tahun dan memiliki kategori tubuh obesitas atau memiliki indeks massa tubuh  $\geq 27$  yang diukur dengan rumus

$$\frac{\text{Berat badan (KG)}}{\text{Tinggi badan (m)} \times \text{Tinggi badan (m)}}$$

**Contoh:**

Berat badan : 70 KG

Tinggi badan : 155 cm /1,55 m

**Maka rumus mencari IMT nya**

$$\frac{70}{1,55 \times 1,55} = 29,1 \text{ (lebih dari 27)}$$

2. Tidak memiliki riwayat penyakit tertentu yang menyebabkan kegemukan
3. Belum pernah melahirkan

Partisipasi Saudara sangat berarti dan penting dalam membantu mengembangkan ilmu pengetahuan. Pengisian skala psikologi ini membutuhkan waktu kurang lebih 10 - 15 menit. Namun sebelum itu ada beberapa informasi yang perlu diketahui sebelum mengikuti penelitian ini, yaitu:

1. Saudara diharapkan dapat memberikan **jawaban secara jujur**, sesuai dengan **kondisi yang Saudara rasakan/ alami saat ini**.
2. Seluruh identitas dan jawaban yang diberikan akan **dijamin kerahasiaannya** oleh peneliti.
3. **Pernyataan-pernyataan yang diberikan tidak untuk self diagnose**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4. Tidak ada risiko apapun dalam partisipasi anda pada penelitian ini dikarenakan **kuesioner ini hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja.**

Diharapkan untuk membaca terlebih dahulu petunjuk pengisian sebelum memberikan respon jawaban. Saya ucapkan terimakasih atas kerjasama dan waktunya dalam mengisi instrumen penelitian ini. Jika Anda memiliki pertanyaan atau membutuhkan informasi lebih lanjut, silahkan menghubungi saya melalui email [nazihasyifafakhirah910@gmail.com](mailto:nazihasyifafakhirah910@gmail.com).

Hormat Saya,

**Naziha Syifa Fakhirah**  
**Anggia Kargenti Evanurul Maretih, S.Psi, M.Si.**

### LEMBAR PERSETUJUAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini telah bersedia menjadi responden dan saya menantangani tanpa adanya paksaan dari pihak manapun. Saya juga menyadari bahwa penelitian ini tidak menimbulkan kerugian kepada saya sebagai responden.

**Responden**



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## IDENTITAS RESPONDEN

1. Nama/Inisial : .....
2. Usia : .....
3. Pendidikan : .....
4. Pekerjaan : .....
5. Tinggi Badan (cm) : .....
6. Berat Badan (KG) : .....
7. No Hp : .....

### SKALA 1

#### Petunjuk Pengerjaan:

Bacalah setiap pertanyaan berikut dengan teliti. Anda diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang **paling sesuai dengan diri anda secara fisik** dengan cara memberikan tanda *chechlist* (✓) pada jawaban tersebut. Adapun alternatif pilihan jawaban yang tersedia yaitu:

**(STS) : Sangat Tidak Setuju**

**(TS) : Tidak Setuju**

**(S) : Setuju**

**(SS) : Sangat Setuju**

#### Contoh Pengerjaan:

NO.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Saya merasa banyak memiliki kelebihan dalam diri saya				✓

**Keterangan :** Artinya anda merasa **sangat setuju** dengan pernyataan di atas.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

NO.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Saya merasa banyak memiliki kelebihan dalam diri saya				
2.	Tidak banyak yang bisa saya banggakan pada diri saya				
3.	Saya sangat merasa tidak berguna sama sekali				
4.	Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain				
5.	Secara keseluruhan saya mengakui bahwa saya adalah orang yang gagal				
6.	Saya bersikap positif terhadap diri saya sendiri				

## SKALA 2

### Petunjuk Pengerjaan:

Bacalah setiap pertanyaan berikut dengan teliti. Anda diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan diri anda, dengan cara memberikan tanda *checklist* (✓) pada jawaban tersebut. Adapun alternatif pilihan jawaban yang tersedia yaitu:

(STS) : Sangat Tidak Sesuai

(TS) : Tidak Sesuai

(S) : Sesuai

(SS) : Sangat Sesuai

### Contoh Pengerjaan:

NO.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1	Saya akan lulus disemua tes kesehatan fisik.				✓

**Keterangan :** Artinyan anda merasa **sangat sesuai** dengan pernyataan di atas.

NO.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Saya akan lulus disemua tes kesehatan fisik.				
2.	Penting bagi saya memiliki fisik yang sangat kuat.				
3.	Tubuh saya terlihat menarik.				
4.	Saya berupaya untuk menjaga kesehatan.				
5.	Saya mengetahui banyak hal yang mempengaruhi kesehatan fisik saya.				
6.	Saya sengaja mengembangkan gaya hidup sehat.				
7.	Saya menyukai penampilan saya, seperti apa adanya sekarang.				

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

8.	Saya memiliki ketahanan fisik yang sangat baik.				
9.	Berpartisipasi dalam olahraga tidak penting bagi saya.				
10.	Saya kurang aktif dalam melakukan aktivitas menjaga kebugaran fisik.				
11.	Kesehatan yang baik adalah salah satu hal yang paling penting dalam hidup saya.				
12.	Saya tidak akan melakukan apapun yang mungkin mengancam kesehatan saya.				
13.	Saya sangat sadar terhadap perubahan dalam berat badan saya meskipun kecil.				
14.	Kebanyakan orang menganggap saya berpenampilan menarik.				
15.	Sangat penting bagi saya untuk selalu terlihat baik.				
16.	Saya sangat mudah mempelajari latihan fisik.				
17.	Saya melakukan banyak hal untuk meningkatkan kekuatan fisik saya.				
18.	Saya jarang sakit secara fisik.				
19.	Saya menganggap kesehatan saya adalah hal yang remeh.				
20.	Saya sering membaca buku-buku dan majalah yang berhubungan dengan kesehatan.				
21.	Saya menyukai penampilan saya tanpa memperhatikan pakaian yang saya gunakan.				
22.	Saya kurang mahir dalam berolahraga fisik maupun permainan				
23.	Saya jarang memikirkan tentang keterampilan atletik saya.				
24.	Saya berusaha untuk meningkatkan stamina fisik saya.				



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

25.	Saya tidak pernah memperhatikan kondisi tubuh saya, dari hari ke hari.				
26.	Saya suka dengan gaya berpakaian saya.				
27.	Saya sangat memperhatikan perawatan rambut saya				
28.	Saya berusaha untuk menjadi aktif secara fisik.				
29.	Saya memperhatikan tubuh saya ketika ada tanda - tanda penyakit.				
30.	Saya kurang menarik secara fisik.				
31.	Saya selalu berusaha untuk memperbaiki penampilan fisik saya.				
32.	Saya mampu berkoordinasi dengan baik dalam latihan kebugaran.				
33.	Saya tahu banyak tentang kebugaran fisik.				
34.	Saya berolahraga secara teratur sepanjang tahun.				
35.	Saya termasuk orang yang sehat secara fisik.				
36.	Saya sangat peka terhadap perubahan kecil dalam kesehatan fisik saya.				
37.	Jika ada tanda - tanda penyakit, saya mengkonsultasikan dengan tenaga medis.				
38.	Saya pikir berat badan saya normal.				
39.	Kebanyakan orang akan memikirkan saya, ketika melihat penampilan saya.				
40.	Saya merasa puas dengan bentuk wajah saya (fitur dan kulit).				
41.	Saya merasa puas dengan rambut saya sekarang (warna, ketebalan, tekstur).				
42.	Saya merasa puas dengan badan bagian bawah (bokong, pinggul, paha, kaki).				

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

43.	Saya merasa puas dengan bentuk badan bagian tengah (pinggang, perut).				
44.	Saya merasa puas dengan bentuk badan bagian atas (dada atau payudara, bahu, lengan).				
45.	Saya merasa puas dengan bentuk otot yang saya miliki				
46.	Saya merasa puas dengan berat badan saya.				
47.	Saya merasa puas dengan penampilan saya secara keseluruhan.				

## Skala Penelitian *Google Form*

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

**PENELITIAN PSIKOLOGI**

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan, Saya Naziha Syifa Fakhirah, salah satu mahasiswi S1 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Saat ini saya sedang melakukan penelitian psikologi yang berkaitan tentang penilaian individu terhadap bentuk tubuhnya. Penelitian ini merupakan bagian dari tugas akhir di bawah bimbingan Ibu Anggia Kargenti Evanurul Maretih, S.Psi, M.Si. Kami mengharapkan partisipasi Saudara dalam penelitian ini, dengan kriteria sebagai berikut:

- Perempuan berusia 15 – 24 tahun dan memiliki indeks massa tubuh >27 yang diukur dengan rumus

$$\frac{\text{Berat badan (KG)}}{\text{Tinggi badan (m)} \times \text{Tinggi badan (m)}}$$

Contoh:  
Berat badan : 70 KG  
Tinggi badan : 155 cm / 1,55 m  
Maka rumus mencari IMT nya

$$\frac{70}{1,55 \times 1,55} = 29,1 \text{ (lebih dari 27)}$$

- Tidak memiliki riwayat penyakit tertentu yang menyebabkan kegemukan
- Belum pernah melahirkan
- Berdomisili di Pekanbaru

Partisipasi Saudara sangat berarti dan penting dalam membantu mengembangkan ilmu pengetahuan. Pengisian skala psikologi ini membutuhkan waktu kurang lebih 10 - 15 menit. Namun sebelum itu ada beberapa informasi yang perlu diketahui sebelum mengikuti penelitian ini, yaitu:

1. Saudara diharapkan dapat memberikan jawaban secara jujur, sesuai dengan kondisi yang Saudara rasakan/ alami saat ini.
2. Seluruh identitas dan jawaban yang diberikan akan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti.
3. Pernyataan-pernyataan yang diberikan tidak untuk self diagnose
4. Tidak ada risiko apapun dalam partisipasi anda pada penelitian ini dikarenakan kuesioner ini hanya digunakan untuk kepentingan penelitian saja.

Diharapkan untuk membaca terlebih dahulu petunjuk pengisian sebelum memberikan respon jawaban. Saya ucapkan terimakasih atas kerjasamanya dan waktunya dalam mengisi instrumen penelitian ini. Jika Anda memiliki pertanyaan atau membutuhkan informasi lebih lanjut, silahkan menghubungi saya melalui email [nazihasyifafakhirah910@gmail.com](mailto:nazihasyifafakhirah910@gmail.com).

Salam,

Naziha Syifa Fakhirah  
Anggia Kargenti Evanurul Maretih, S.Psi, M.Si

Saya bersedia menjadi responden tanpa paksaan dari pihak manapun. Dengan demikian, saya bersedia menyediakan waktu untuk mengisi skala psikologi yang diberikan hingga selesai dan berkomitmen untuk berperan sebagai responden dalam penelitian ini. Saya juga menyadari bahwa penelitian ini tidak menimbulkan kerugian kepada saya sebagai responden.

☐ Setuju

Setelah bagian 1

Lanjutkan ke bagian berikut ▾



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

IDENTITAS RESPONDEN

Silahkan mengisi data berikut sesuai dengan diri Anda

NAMA INISIAL \*

Teks jawaban singkat

USIA

☐ 13

☐ 14

☐ 15

☐ 16

☐ 17

☐ 18

☐ 19

☐ 20

☐ 21

☐ 22

☐ 23

☐ 24

PENDIDIKAN \*

Teks jawaban singkat

PEKERJAAN \*

Teks jawaban singkat

TINGGI BADAN (CM) \*

Teks jawaban singkat

BERAT BADAN (KG) \*

Teks jawaban singkat

NOMOR HP (Untuk pengumuman undian hadiah E-money bagi responden penelitian, jika tidak \*  
ingin berpartisipasi silahkan isi dengan "-")

Teks jawaban singkat

Selanjutnya bagian 2 Lanjutkan ke bagian berikut

### SKALA 1

Bacalah setiap pernyataan berikut dengan teliti. Saudara diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan diri Saudara secara fisik. Adapun alternatif pilihan jawaban yang tersedia yaitu:

**STS : Sangat Tidak Setuju**

**TS : Tidak Setuju**

**S : Setuju**

**SS : Sangat Setuju**

1. Saya merasa banyak memiliki kelebihan dalam diri saya \*

- ☐ STS
- ☐ TS
- ☐ S
- ☐ SS

2. Tidak banyak yang bisa saya banggakan pada diri saya \*

- ☐ STS
- ☐ TS
- ☐ S
- ☐ SS

3. Saya sangat merasa tidak berguna sama sekali \*

- ☐ STS
- ☐ TS
- ☐ S
- ☐ SS

4. Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain \*

- ☐ STS
- ☐ TS
- ☐ S
- ☐ SS

5. Secara keseluruhan saya mengakui bahwa saya adalah orang yang gagah \*

- ☐ STS
- ☐ TS
- ☐ S
- ☐ SS

6. Saya bersikap positif terhadap diri saya sendiri \*

- ☐ STS
- ☐ TS
- ☐ S
- ☐ SS

Selanjutnya bagian 3 Lanjutkan ke bagian berikut



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### SKALA 2

Bacalah setiap pernyataan berikut dengan teliti. Saudara diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan diri Saudara. Adapun alternatif pilihan jawaban yang tersedia yaitu:

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

1. Saya akan luluh dieman tes kesehatan fisik. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

2. Penting bagi saya memiliki fisik yang sangat kuat. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

3. Tubuh saya terlihat menarik. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

4. Saya berupaya untuk menjaga kesehatan. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

5. Saya mengetahui banyak hal yang mempengaruhi kesehatan fisik saya. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

6. Saya sengaja mengembangkan gaya hidup sehat. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

7. Saya menyukai penampilan saya, seperti apa adanya sekarang. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

8. Saya memiliki kebiasaan fisik yang sangat baik. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

9. Berpartisipasi dalam olahraga tidak penting bagi saya. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

10. Saya kurang aktif dalam melakukan aktivitas menjaga kebugaran fisik. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

11. Kesehatan yang baik adalah salah satu hal yang paling penting dalam hidup saya. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

12. Saya tidak akan melakukan apapun yang mungkin mengancam kesehatan saya. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

13. Saya sangat sadar terhadap perubahan dalam berat badan saya meskipun kecil. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

14. Kebiasaan orang menganggap saya berpenampilan menarik. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

15. Sangat penting bagi saya untuk selalu terlihat baik. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

16. Saya sangat mudah mempelajari latihan fisik. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

17. Saya melakukan banyak hal untuk meningkatkan kekuatan fisik saya. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

18. Saya jarang sakit secara fisik. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

19. Saya menganggap kesehatan saya adalah hal yang mahal. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

20. Saya sering membaca buku-buku dan majalah yang berhubungan dengan kesehatan. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### © Hak cipta milik UIN Suska Riau

### State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

21. Saya membuat penampilan saya tanpa memperhatikan pakaian yang saya gunakan. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

22. Saya kurang mahir dalam berolahraga fisik maupun permainan. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

23. Saya jarang memiliki tentang keterampilan atletik saya. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

24. Saya berusaha untuk meningkatkan stamina fisik saya. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

25. Saya tidak pernah memperhatikan kondisi tubuh saya, dari hari ke hari. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

26. Saya suka dengan gaya berpakaian saya. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

27. Saya sangat memperhatikan penampilan rambut saya. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

28. Saya berusaha untuk menjadi atlet secara fisik. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

29. Saya memperhatikan tubuh saya ketika ada tanda-tanda penyakit. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

30. Saya kurang tertarik secara fisik. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

31. Saya selalu berusaha untuk memperbaiki penampilan fisik saya. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

32. Saya mampu berkoordinasi dengan baik dalam latihan kebugaran. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

33. Saya tahu banyak tentang kebugaran fisik. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

34. Saya berolahraga secara teratur sepanjang tahun. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

35. Saya termasuk orang yang sehat secara fisik. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

36. Saya sangat peka terhadap perubahan kecil dalam kesehatan fisik saya. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

37. Jika ada tanda-tanda penyakit, saya mengkonsultasikan dengan tenaga medis. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

38. Saya pikir berat badan saya normal. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

39. Kebanyakan orang akan memikirkan saya, ketika melihat penampilan saya. \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

40. Saya merasa puas dengan bentuk wajah saya (fitur dan kulit). \*

☐ STS  
☐ TS  
☐ S  
☐ SS

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### © Hak cipta milik UIN Suska Riau

### State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

41. Saya merasa puas dengan jumlah data yang saya dapatkan (waktu, ketepatan, lokasi). \*

☐ 375

☐ 75

☐ 5

☐ 25

42. Saya merasa puas dengan hasil data yang saya dapatkan (waktu, ketepatan, lokasi). \*

☐ 375

☐ 75

☐ 5

☐ 25

43. Saya merasa puas dengan hasil data yang saya dapatkan (waktu, ketepatan, lokasi). \*

☐ 375

☐ 75

☐ 5

☐ 25

44. Saya merasa puas dengan hasil data yang saya dapatkan (waktu, ketepatan, lokasi). \*

☐ 375

☐ 75

☐ 5

☐ 25

45. Saya merasa puas dengan hasil data yang saya dapatkan (waktu, ketepatan, lokasi). \*

☐ 375

☐ 75

☐ 5

☐ 25

46. Saya merasa puas dengan hasil data yang saya dapatkan (waktu, ketepatan, lokasi). \*

☐ 375

☐ 75

☐ 5

☐ 25

47. Saya merasa puas dengan hasil data yang saya dapatkan (waktu, ketepatan, lokasi). \*

☐ 375

☐ 75

☐ 5

☐ 25

Terima kasih banyak atas waktu dan partisipasi Saudara dalam penelitian ini. Kontribusi Saudara sangat berharga untuk mendukung keberhasilan penelitian ini. Jika Saudara memiliki pertanyaan atau membutuhkan informasi lebih lanjut, silahkan menghubungi saya melalui email [nazihasyifafakhirah910@gmail.com](mailto:nazihasyifafakhirah910@gmail.com).

Semoga Saudara selalu diberikan kesehatan dan kelancaran dalam segala aktivitas.

Salam hangat,  
**Naziha Syifa Fakhirah**  
**Anggia Kargenti Evanurul Maretih, S.Psi, M.Si.**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Lampiran F. Tabulasi Data Penelitian**

UIN SUSKA RIAU



### Skala Harga Diri (Penelitian)

subjek	HD1	HD2	HD3	HD4	HD5	HD6	TOTAL
1	2	2	3	3	3	2	15
2	3	2	3	3	3	2	16
3	3	2	3	3	3	4	18
4	2	2	4	4	4	3	19
5	2	2	3	2	3	3	15
6	2	2	4	3	3	3	17
7	3	3	3	3	4	3	19
8	2	1	1	2	2	3	11
9	3	2	3	3	3	2	16
10	3	2	4	3	3	3	18
11	2	2	3	3	3	3	16
12	3	3	3	4	3	3	19
13	4	2	3	3	4	3	19
14	3	3	3	3	4	4	20
15	3	3	3	3	3	4	19
16	4	3	3	3	2	2	17
17	3	2	3	3	3	3	17
18	2	2	3	4	3	3	17
19	2	3	3	4	3	3	18
20	3	2	4	3	4	4	20
21	3	3	3	3	3	3	18
22	3	4	3	3	4	3	20
23	3	2	3	3	3	3	17
24	2	2	3	2	2	2	13
25	3	3	4	4	3	4	21
26	3	3	4	4	4	3	21
27	2	2	3	3	2	2	14
28	3	3	3	4	4	4	21
29	2	2	3	3	2	3	15
30	3	3	3	4	3	2	18
31	3	3	3	3	3	3	18
32	3	4	4	3	4	4	22
33	3	2	3	3	2	3	16
34	3	3	3	3	3	3	18
35	3	2	3	3	3	2	16
36	2	2	3	3	4	3	17
37	3	3	3	3	3	3	18
38	3	2	3	4	3	3	18
39	4	3	4	3	4	4	22
40	3	2	3	2	3	2	15
41	2	2	2	3	3	3	15
42	3	2	3	4	3	3	18
43	3	2	2	3	3	3	16
44	3	2	4	3	3	3	18

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

45	3	3	3	3	3	4	19
46	3	2	3	3	3	3	17
47	2	1	3	2	3	3	14
48	4	2	3	3	3	4	19
49	3	3	3	3	3	3	18
50	2	3	3	3	4	3	18
51	2	2	2	4	2	4	16
52	3	2	3	3	3	3	17
53	3	3	3	3	3	3	18
54	3	2	2	3	3	3	16
55	2	3	4	3	3	3	18
56	2	2	2	3	2	2	13
57	3	2	2	3	2	3	15
58	2	3	4	4	2	3	18
59	2	2	2	3	2	3	14
60	3	2	4	4	4	4	21
61	2	2	3	3	3	3	16
62	2	2	3	3	3	3	16
63	4	4	4	4	4	4	24
64	2	2	3	3	3	3	16
65	1	4	4	1	4	1	15
66	2	2	3	3	3	4	17
67	3	3	3	3	3	3	18
68	3	2	2	3	3	3	16
69	3	3	3	3	3	3	18
70	3	2	3	3	3	3	17
71	3	3	3	3	3	3	18
72	2	2	4	3	4	4	19
73	3	3	4	3	4	4	21
74	2	1	3	3	3	3	15
75	2	3	4	3	3	2	17
76	4	4	4	4	4	4	24
77	3	3	4	3	3	3	19
78	3	2	1	2	1	3	12
79	3	4	3	3	2	3	18
80	4	3	4	3	3	4	21
81	3	3	3	4	4	4	21
82	3	2	3	3	1	4	16
83	3	2	3	4	4	4	20
84	2	2	3	4	3	3	17
85	3	4	4	3	3	4	21
86	2	2	2	3	2	3	14
87	2	2	4	3	4	3	18
88	3	3	4	3	4	4	21
89	2	2	2	3	2	2	13
90	3	2	3	3	3	3	17
91	3	3	3	3	3	3	18
92	2	3	3	3	3	3	17
93	2	2	3	3	3	2	15

94	3	2	3	3	3	4	18
95	3	3	4	3	4	3	20
96	3	3	3	3	3	2	17
97	3	2	3	3	3	3	17
98	3	2	4	4	3	2	18
99	3	2	3	4	3	3	18
100	2	3	2	3	2	3	15

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



### Skala *Body Image* (Penelitian)

Aitem 1-10

subjek	BI1	BI2	BI3	BI4	BI5	BI6	BI7	BI8	BI9	BI10
1	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2
2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2
3	3	4	3	3	4	3	2	3	4	2
4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2
5	2	4	2	4	4	2	2	2	4	1
6	2	4	3	4	3	3	3	3	4	2
7	3	3	2	3	3	2	2	3	3	1
8	2	3	2	4	4	4	2	2	3	2
9	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2
10	1	3	2	4	3	3	2	3	3	1
11	2	4	2	3	3	3	2	3	3	2
12	2	2	1	3	4	2	3	3	3	2
13	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2
14	3	4	4	4	4	3	4	3	3	2
15	2	4	2	4	4	3	3	3	3	2
16	2	4	2	3	4	3	1	2	3	2
17	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2
18	3	4	3	3	4	4	2	2	4	2
19	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2
20	2	4	3	3	4	3	4	3	3	2
21	2	3	3	3	3	3	2	2	4	2
22	2	3	3	3	3	3	3	2	4	2
23	2	3	1	2	2	3	2	2	2	2
24	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2
25	2	4	3	3	3	4	3	4	3	2
26	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
27	2	4	2	3	3	2	3	3	3	3
28	2	4	2	4	4	4	4	3	3	2
29	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1
30	3	4	2	3	3	3	4	3	3	2
31	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2
32	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4
33	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2
34	2	3	3	4	3	4	3	3	4	4
35	1	3	2	3	3	3	2	3	3	3
36	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2
37	4	3	3	4	3	3	4	3	4	2
38	3	4	2	3	3	3	3	4	2	1
39	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3
40	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumpulkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

## 1. Dilarang memperjualbelikan

a. Pengutipannya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

subjek	BI1	BI2	BI3	BI4	BI5	BI6	BI7	BI8	BI9	BI10
41	2	4	2	4	3	3	4	3	3	3
42	3	3	1	3	3	2	3	3	2	2
43	2	4	2	4	3	4	3	3	3	2
44	1	3	3	4	4	3	3	4	4	3
45	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2
46	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2
47	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2
48	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3
49	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3
50	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2
51	2	4	2	3	3	3	4	3	3	2
52	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2
53	2	3	2	2	3	1	2	2	3	2
54	2	4	2	4	3	3	2	2	4	2
55	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2
56	4	3	2	2	4	2	4	2	3	1
57	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2
58	2	3	3	4	3	3	2	3	4	3
59	2	3	1	4	4	3	2	2	2	3
60	3	4	3	4	4	4	3	3	4	2
61	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2
62	2	4	4	3	3	3	2	2	3	3
63	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
64	2	4	2	3	3	3	1	2	3	2
65	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1
66	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2
67	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3
68	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2
69	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
70	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2
71	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4
72	3	4	2	4	4	3	4	3	3	3
73	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2
74	2	4	2	3	3	3	2	2	3	2
75	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2
76	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
77	2	3	2	3	4	4	1	4	3	2
78	2	3	1	3	2	3	3	2	2	3
79	3	2	3	3	3	2	2	2	1	2
80	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang memperbanyak atau menyalin, mengutip, atau menggunakan karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

subjek	BI1	BI2	BI3	BI4	BI5	BI6	BI7	BI8	BI9	BI10
81	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3
82	2	4	4	3	4	3	3	4	2	3
83	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3
84	2	2	2	3	2	2	1	2	2	3
85	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3
86	2	4	2	3	3	3	2	3	3	2
87	1	3	2	2	3	2	3	3	3	2
88	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2
89	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2
90	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3
91	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2
92	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2
93	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2
94	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2
95	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2
96	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2
97	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2
98	3	4	4	4	4	3	3	2	4	3
99	2	3	2	3	3	3	2	2	4	3
100	2	4	1	2	3	2	1	3	2	2



Aitem 11-20

subjek	BI11	BI12	BI13	BI14	BI15	BI16	BI17	BI18	BI19	BI20
1	3	3	4	2	4	2	2	3	3	2
2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2
3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
5	4	3	4	2	3	4	2	2	3	4
6	3	3	3	2	4	2	3	3	3	2
7	3	2	2	3	4	2	2	3	1	3
8	4	3	4	1	4	2	3	2	3	2
9	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2
10	4	2	4	2	3	2	2	3	3	2
11	4	2	4	3	4	3	2	3	2	1
12	3	2	1	1	2	2	1	3	3	1
13	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3
14	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4
15	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3
16	4	2	4	3	3	2	2	2	3	2
17	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
18	4	1	4	3	3	3	3	2	4	4
19	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3
20	3	3	2	2	4	4	3	4	1	1
21	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3
22	3	3	4	4	4	3	3	2	2	2
23	3	3	2	1	3	1	3	2	4	2
24	3	2	3	3	4	3	2	3	2	2
25	4	4	4	3	4	3	2	4	4	3
26	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
27	4	2	4	2	3	2	2	3	3	2
28	4	4	4	3	4	3	3	2	4	3
29	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3
30	4	4	3	3	4	2	3	3	3	2
31	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
32	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3
33	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2
34	4	1	3	3	3	3	3	4	4	2
35	3	3	4	2	4	3	3	2	3	2
36	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2
37	3	3	4	3	4	2	3	3	4	3
38	4	4	4	2	4	4	4	2	2	2
39	4	4	4	3	4	3	4	3	4	2
40	4	3	3	2	3	2	3	1	4	2

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber: a. pada karya tulis yang tidak diterbitkan b. pengutipan tidak merujuk ke sumber yang benar
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

subjek	BI11	BI12	BI13	BI14	BI15	BI16	BI17	BI18	BI19	BI20
41	4	4	4	2	4	2	2	3	4	2
42	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2
43	3	4	4	3	4	3	4	2	3	3
44	3	3	2	2	3	2	2	4	4	1
45	3	4	4	3	3	2	3	4	4	4
46	3	3	2	3	3	2	2	4	3	2
47	3	3	3	3	4	2	2	4	3	2
48	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3
49	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3
50	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2
51	4	4	3	2	3	3	3	4	3	2
52	4	3	4	3	4	2	3	3	4	2
53	3	2	4	2	3	2	2	2	3	2
54	4	4	4	2	4	2	3	1	3	2
55	4	3	3	2	3	2	3	3	3	2
56	3	3	2	2	3	2	2	2	3	1
57	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
58	4	3	3	3	2	3	3	3	4	2
59	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3
60	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4
61	3	3	2	1	3	1	3	2	2	1
62	3	3	4	2	4	2	2	2	3	1
63	4	1	4	4	4	4	4	1	4	3
64	4	3	3	2	3	2	3	3	4	2
65	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4
66	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3
67	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2
68	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2
69	4	2	3	3	4	3	3	3	4	2
70	4	3	4	2	2	2	3	3	4	3
71	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3
72	4	3	3	2	3	2	2	3	4	2
73	3	2	3	2	4	2	3	2	3	2
74	4	2	3	3	3	2	3	2	4	2
75	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2
76	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
77	3	3	3	2	4	2	3	2	4	1
78	3	2	3	2	1	2	2	2	3	1
79	4	3	3	2	3	4	4	3	1	4
80	4	4	2	3	3	4	4	4	4	2





## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

## 1. Dilarang mengutip, menyalin, atau menjiplak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

## b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

## 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

subjek	BI11	BI12	BI13	BI14	BI15	BI16	BI17	BI18	BI19	BI20
81	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3
82	3	3	4	3	4	3	3	4	4	2
83	4	2	1	4	4	4	4	3	4	4
84	3	3	3	2	3	2	2	3	4	2
85	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
86	3	3	3	3	3	2	2	3	3	1
87	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2
88	3	4	3	2	3	2	4	2	4	3
89	3	3	2	3	4	2	2	3	3	4
90	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3
91	4	3	4	2	3	2	2	3	3	2
92	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2
93	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2
94	4	3	3	3	4	2	3	3	3	2
95	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3
96	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
97	4	3	3	3	4	3	3	2	4	3
98	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3
99	4	2	3	2	4	2	2	3	4	2
100	4	2	2	1	3	2	3	3	4	2

Aitem 21-30

subjek	BI21	BI22	BI23	BI24	BI25	BI26	BI27	BI28	BI29	BI30
1	1	2	2	3	3	3	3	3	3	1
2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2
3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	2
4	2	3	2	3	3	3	2	2	4	3
5	1	2	2	3	4	4	4	4	3	1
6	1	2	2	3	3	3	3	4	3	2
7	2	2	3	3	3	3	2	3	3	1
8	2	2	2	3	3	3	3	3	3	1
9	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2
10	2	1	2	3	2	3	3	3	3	2
11	1	3	2	3	2	4	3	3	2	2
12	2	2	2	2	2	3	2	2	3	1
13	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2
14	1	3	2	3	3	4	4	3	4	4
15	3	2	2	4	3	3	4	3	3	2
16	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2
17	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2
18	1	2	1	3	4	3	2	3	3	1
19	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2
20	2	2	1	4	3	4	1	3	1	2
21	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3
22	1	2	2	4	4	4	4	4	4	4
23	2	1	3	2	3	2	3	2	3	1
24	4	3	2	3	2	3	2	3	3	2
25	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3
26	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
27	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2
28	2	2	2	3	4	4	4	3	4	2
29	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2
30	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3
31	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
32	2	3	3	4	4	3	3	4	3	3
33	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3
34	2	4	3	4	4	3	3	3	3	4
35	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2
36	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3
37	3	2	2	3	3	4	3	4	2	4
38	3	1	1	3	2	3	2	3	4	1
39	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3
40	2	1	1	3	2	2	2	3	4	2

subjek	BI21	BI22	BI23	BI24	BI25	BI26	BI27	BI28	BI29	BI30
41	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3
42	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2
43	3	2	3	4	3	3	3	3	4	2
44	2	3	2	2	4	3	3	3	3	2
45	3	2	2	3	3	3	3	3	4	4
46	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2
47	1	2	1	3	2	4	3	3	1	2
48	3	3	2	4	3	4	4	4	3	3
49	2	4	3	3	2	4	4	3	3	4
50	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2
51	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2
52	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3
53	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2
54	2	2	1	3	3	2	2	3	3	2
55	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3
56	2	1	1	2	2	3	3	2	3	1
57	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4
58	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3
59	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2
60	1	2	3	4	4	4	4	4	4	3
61	1	2	1	2	2	2	2	2	3	1
62	2	3	3	3	4	3	1	4	2	1
63	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4
64	1	2	3	3	3	3	3	3	4	1
65	4	1	1	4	1	4	4	4	4	1
66	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2
67	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
68	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3
69	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
70	2	2	2	4	3	3	4	3	3	2
71	2	4	4	3	4	4	3	3	3	4
72	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2
73	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2
74	1	2	2	3	4	3	2	3	4	2
75	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2
76	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
77	2	2	2	4	2	3	3	3	3	2
78	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2
79	3	3	2	2	4	2	2	2	3	2
80	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4

2. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.

Halaman Dinding Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

subjek	BI21	BI22	BI23	BI24	BI25	BI26	BI27	BI28	BI29	BI30
81	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3
82	3	3	4	4	2	3	3	3	4	3
83	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4
84	2	2	1	3	3	2	3	2	3	1
85	3	1	1	4	2	3	3	3	3	2
86	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2
87	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2
88	2	2	2	3	3	2	4	3	3	2
89	1	2	2	2	2	1	2	3	4	2
90	2	3	2	3	3	3	1	3	3	2
91	1	3	2	2	3	3	3	2	3	2
92	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2
93	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2
94	2	2	2	3	3	4	3	3	3	2
95	2	3	2	3	4	3	3	3	3	4
96	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3
97	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3
98	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3
99	2	2	2	3	3	2	3	3	4	2
100	2	2	2	4	2	1	2	3	3	1





2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

subjek	BI31	BI32	BI33	BI34	BI35	BI36	BI37	BI38	BI39	BI40
1	4	2	2	2	3	4	2	1	3	2
2	4	3	2	2	2	2	1	2	3	3
3	4	3	3	2	2	4	2	2	3	2
4	4	3	2	2	4	3	3	2	3	3
5	4	2	2	2	2	4	4	1	4	1
6	4	2	2	2	3	2	2	1	2	3
7	3	2	2	1	3	2	1	1	2	3
8	4	2	2	3	2	3	3	1	4	2
9	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3
10	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2
11	4	2	2	2	3	2	2	1	3	3
12	2	2	3	1	2	2	2	2	3	4
13	4	3	3	2	2	3	2	2	3	3
14	3	3	3	3	4	4	4	2	3	4
15	3	2	3	3	3	4	4	1	3	3
16	4	2	2	2	2	4	3	2	3	4
17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
18	4	3	2	3	2	2	3	1	3	2
19	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3
20	3	4	3	2	4	2	1	3	4	2
21	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3
22	4	1	2	1	2	4	4	2	4	4
23	3	2	2	1	2	3	3	1	3	1
24	3	3	3	2	2	2	2	2	3	1
25	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3
26	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4
27	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2
28	4	3	2	1	3	3	3	3	3	3
29	3	3	3	3	2	3	2	1	3	3
30	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3
31	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3
32	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
33	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
34	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3
35	3	3	3	2	2	3	3	1	2	2
36	3	3	2	2	2	2	3	2	2	4
37	4	3	3	3	3	4	3	2	3	4
38	4	2	2	2	3	4	4	4	4	2
39	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3
40	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2



Hak-ppta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip, menyalin, atau menjiplak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

subjek	BI31	BI32	BI33	BI34	BI35	BI36	BI37	BI38	BI39	BI40
41	4	2	2	2	3	3	4	2	2	2
42	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2
43	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3
44	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2
45	3	2	2	2	3	4	4	2	2	3
46	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2
47	4	3	2	2	3	2	1	2	2	1
48	4	4	2	3	3	3	3	3	3	4
49	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3
50	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3
51	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2
52	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3
53	3	3	3	2	3	3	2	1	2	2
54	3	3	3	2	4	3	3	2	1	2
55	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2
56	3	1	1	1	1	3	3	2	3	1
57	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
58	3	2	2	2	3	3	3	4	2	3
59	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2
60	4	3	3	3	3	4	4	3	1	3
61	3	3	2	2	2	2	2	4	1	1
62	4	3	1	1	1	4	1	3	1	1
63	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4
64	4	3	2	2	2	3	2	3	2	1
65	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4
66	3	2	3	2	2	3	2	3	2	1
67	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2
68	3	3	1	2	2	2	2	2	3	2
69	3	2	2	3	3	4	3	2	3	3
70	3	3	3	2	3	3	2	3	2	1
71	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
72	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2
73	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3
74	4	2	2	2	2	3	3	3	2	2
75	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2
76	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
77	4	2	2	1	3	3	2	4	4	2
78	3	2	2	2	2	3	2	1	2	4
79	4	2	3	4	2	2	1	4	4	2
80	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

## 1. Dilarang mengutip, menyalin, atau menyalin dan menyebarkan sumber:

- Pengutipan karya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

## 2. Dilarang mengutip dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

subjek	BI31	BI32	BI33	BI34	BI35	BI36	BI37	BI38	BI39	BI40
81	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3
82	3	2	3	3	3	3	2	4	4	3
83	4	3	3	2	4	4	4	4	2	4
84	4	2	2	2	3	4	3	2	4	2
85	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3
86	3	2	2	1	3	3	1	2	3	2
87	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2
88	4	2	3	2	2	3	4	2	3	3
89	3	3	2	2	3	2	4	1	4	1
90	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
91	4	2	2	2	2	3	3	2	3	2
92	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2
93	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3
94	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3
95	4	3	2	2	3	3	3	2	3	2
96	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3
97	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2
98	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3
99	3	2	2	2	2	3	3	1	2	2
100	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2

Item 41-47

subjek	BI41	BI42	BI43	BI44	BI45	BI46	BI47	TOTAL
1	2	1	3	2	2	1	2	116
2	2	2	2	2	2	2	2	118
3	3	1	1	1	1	1	2	126
4	2	4	2	3	2	2	3	133
5	1	1	1	1	1	1	1	119
6	3	2	2	2	2	1	2	122
7	1	2	1	2	1	2	2	106
8	3	1	1	1	1	1	1	116
9	2	1	2	1	2	1	2	117
10	2	2	1	2	2	2	2	116
11	2	2	2	2	2	1	3	118
12	2	3	3	3	3	1	3	106
13	3	3	2	3	2	1	3	126
14	4	3	1	4	3	2	4	157
15	2	1	2	3	3	1	3	136
16	2	2	2	2	2	2	2	121
17	3	3	3	3	3	3	3	134
18	1	4	2	3	1	1	1	123
19	3	2	2	2	2	2	2	119
20	3	2	2	3	2	1	2	124
21	3	1	1	3	2	1	2	126
22	4	4	2	4	2	2	4	141
23	1	1	2	1	1	2	2	98
24	2	2	1	3	1	1	3	117
25	3	2	2	2	3	2	2	139
26	4	3	3	3	3	2	3	140
27	3	2	2	2	2	2	2	117
28	3	2	1	1	1	1	3	136
29	3	2	2	3	3	2	2	124
30	3	2	2	2	2	2	4	131
31	3	3	2	3	2	2	3	131
32	3	4	4	3	4	2	3	150
33	3	3	3	3	3	3	3	127
34	2	4	2	3	2	2	2	141
35	2	2	2	2	2	1	2	120
36	3	2	1	1	1	1	2	112
37	4	3	2	3	3	1	3	146
38	2	2	1	1	2	1	1	124
39	2	3	1	4	3	2	3	146
40	3	4	2	2	2	1	2	111

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

subjek	BI41	BI42	BI43	BI44	BI45	BI46	BI47	TOTAL
41	2	2	2	2	2	2	2	129
42	2	3	3	3	3	2	2	115
43	2	2	3	3	3	2	3	140
44	1	2	2	2	3	2	2	126
45	4	4	3	3	2	3	3	143
46	2	2	2	2	2	3	2	118
47	3	1	1	2	2	1	2	111
48	3	4	3	4	4	3	4	159
49	4	3	3	4	3	3	4	151
50	2	2	2	2	2	3	2	114
51	2	2	3	2	2	3	2	126
52	2	2	2	2	2	2	3	128
53	3	2	2	2	2	2	1	108
54	3	3	3	1	2	1	2	121
55	2	2	2	2	2	2	2	119
56	3	3	1	3	2	1	2	104
57	4	4	4	4	4	4	4	144
58	2	3	2	2	3	3	3	132
59	2	2	2	2	2	2	2	120
60	3	2	2	3	3	2	2	152
61	1	1	1	1	1	1	2	90
62	1	1	1	1	2	1	1	109
63	4	4	4	4	4	4	4	176
64	2	1	1	1	1	1	1	112
65	4	4	4	4	4	4	4	164
66	2	2	2	3	4	1	3	118
67	2	3	2	3	3	2	2	129
68	3	2	2	2	2	2	3	113
69	3	2	2	2	2	2	3	134
70	1	2	2	2	3	2	2	128
71	2	2	1	3	3	2	2	145
72	3	3	3	3	3	3	3	134
73	3	3	3	3	2	1	3	119
74	2	3	2	2	2	2	2	120
75	2	2	2	2	2	2	2	111
76	4	4	4	4	4	4	4	188
77	2	2	3	1	2	2	1	121
78	3	2	2	2	3	1	3	109
79	2	1	1	2	2	3	3	121
80	3	4	4	3	2	4	4	170

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

subjek	BI41	BI42	BI43	BI44	BI45	BI46	BI47	TOTAL
81	3	3	4	3	4	3	4	160
82	4	3	3	3	4	4	3	151
83	4	4	4	4	3	3	4	169
84	2	2	2	2	2	2	1	111
85	3	2	2	2	2	2	2	127
86	2	2	2	2	2	2	2	114
87	3	2	2	4	2	2	2	120
88	3	2	2	2	2	2	2	125
89	2	1	1	1	2	1	2	111
90	1	2	3	2	2	2	2	122
91	2	1	2	2	2	2	2	115
92	3	2	2	2	2	2	2	118
93	3	2	2	3	2	2	2	120
94	3	3	3	3	3	3	3	133
95	2	3	2	3	3	2	3	139
96	3	2	3	3	2	2	3	129
97	2	2	2	2	2	2	2	127
98	3	2	3	2	2	3	3	142
99	3	2	2	2	2	2	2	118
100	2	2	2	2	1	1	1	101

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## **Lampiran G. Hasil Analisis Deskriptif Demografi Responden**

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Hasil Analisis Deskriptif Demografi Responden

### a. Usia

USIA					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15	1	1.0	1.0	1.0
	16	3	3.0	3.0	4.0
	17	2	2.0	2.0	6.0
	18	2	2.0	2.0	8.0
	19	2	2.0	2.0	10.0
	20	13	13.0	13.0	23.0
	21	30	30.0	30.0	53.0
	22	31	31.0	31.0	84.0
	23	5	5.0	5.0	89.0
	24	11	11.0	11.0	100.0
Total		100	100.0	100.0	

### b. Tinggi Badan

TINGGI BADAN					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	≤ 150 cm	19	15.7	19.0	19.0
	151 - 160 cm	53	43.8	53.0	72.0
	161 - 170 cm	26	21.5	26.0	98.0
	> 170	2	1.7	2.0	100.0
	Total	100	82.6	100.0	
Missing	System	21	17.4		
Total		121	100.0		



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**c. Berat Badan**

**BERAT BADAN**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	60 - 70 Kg	41	41.0	41.0	41.0
	71 - 80 Kg	41	41.0	41.0	82.0
	81 - 90 Kg	15	15.0	15.0	97.0
	> 90 Kg	3	3.0	3.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

**d. Pendidikan**

**PENDIDIKAN**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TIDAK MENGISI	1	1.0	1.0	1.0
	SMP	1	1.0	1.0	2.0
	SMA/SEDERAJAT	25	25.0	25.0	27.0
	DIPLOMA	3	3.0	3.0	30.0
	S1	70	70.0	70.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

**e. Pekerjaan**

**Pekerjaan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Swasta	12	12.0	12.0	12.0
	Guru	2	2.0	2.0	14.0
	Tidak/Belum Bekerja	86	86.0	86.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

## Lampiran H. Uji Asumsi

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Uji Asumsi

### a. Uji Normalitas

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	1.94260576
Most Extreme Differences	Absolute	.060
	Positive	.051
	Negative	-.060
Test Statistic		.060
Asymp. Sig. (2-tailed) <sup>c</sup>		.200 <sup>d</sup>
Monte Carlo Sig. (2-tailed) <sup>e</sup>	Sig.	.496
	99% Confidence Interval	Lower Bound .483
		Upper Bound .508

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

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

e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 299883525.

### b. Uji Linieritas

#### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Harga Diri * Body Image	Between Groups	(Combined)	411.700	49	8.402	2.637	<,.001
		Linearity	197.402	1	197.402	61.959	<,.001
		Deviation from Linearity	214.298	48	4.465	1.401	.120
	Within Groups		159.300	50	3.186		
	Total		571.000	99			

### c. Uji Heterokedastisitas

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	1.535	.923		1.663	.100
	Body Image	.000	.007	-.004	-.038	.970

a. Dependent Variable: Abs\_Res

### d. Uji Korelasi (Korelasi *Pearson Product Moment*)

**Descriptive Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
Harga Diri	17.50	2.402	100
Body Image	127.53	17.243	100

**Correlations**

		Harga Diri	Body Image
Harga Diri	Pearson Correlation	1	.588**
	Sig. (1-tailed)		<.001
	N	100	100
Body Image	Pearson Correlation	.588**	1
	Sig. (1-tailed)	<.001	
	N	100	100

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

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## Lampiran I. Uji Hipotesis

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Uji Hipotesis

### a. Regresi Sederhana

#### ANOVA<sup>a</sup>

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	197.402	1	197.402	51.781	<,001 <sup>b</sup>
Residual	373.598	98	3.812		
Total	571.000	99			

a. Dependent Variable: Harga Diri

b. Predictors: (Constant), Body Image

#### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.588 <sup>a</sup>	.346	.339	1.952

a. Predictors: (Constant), Body Image

#### Coefficients<sup>a</sup>

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	7.056	1.464		4.818	<,001
Body Image	.082	.011	.588	7.196	<,001

a. Dependent Variable: Harga Diri

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Lampiran J. Analisis Tambahan**

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Analisis Tambahan

### a. Data empirik harga diri

#### Statistics

Kategori Harga Diri		
N	Valid	100
	Missing	0
Mean		17.50
Median		18.00
Std. Deviation		2.402
Minimum		11
Maximum		24

### b. Kategorisasi variabel harga diri

#### HD

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Negatif	48	48.0	48.0	48.0
	Positif	52	52.0	52.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

### c. Data empirik variabel *body image*

#### Statistics

		VARX	KATEGORI
N	Valid	100	100
	Missing	0	0
Mean		127.53	2.00
Median		124.00	2.00
Std. Deviation		17.243	.000
Minimum		90	2
Maximum		188	2



#### d. Kategorisasi variabel *body image*

		Body Image			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	Negatif	49	49.0	49.0	49.0
	Positif	51	51.0	51.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

#### e. Analisis Hubungan Aspek *Body Image* dengan Harga Diri (Korelasi *Pearson Product Moment*)

		Harga Diri
Evaluasi Penampilan	Pearson Correlation	.482**
	Sig. (2-tailed)	.000
	Sum of Squares and Cross-products	375.000
	Covariance	3.788
	N	100
Orientasi Penampilan	Pearson Correlation	.276**
	Sig. (2-tailed)	.005
	Sum of Squares and Cross-products	82.500
	Covariance	.833
	N	100
Evaluasi Kebugaran	Pearson Correlation	.458**
	Sig. (2-tailed)	.000
	Sum of Squares and Cross-products	160.500
	Covariance	1.621
	N	100
Orientasi Kebugaran	Pearson Correlation	.557**
	Sig. (2-tailed)	.000
	Sum of Squares and Cross-products	503.500
	Covariance	5.086

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Evaluasi Kesehatan	N	100
	Pearson Correlation	.456**
	Sig. (2-tailed)	.000
	Sum of Squares and Cross-products	184.500
	Covariance	1.864
Orientasi Kesehatan	N	100
	Pearson Correlation	.477**
	Sig. (2-tailed)	.000
	Sum of Squares and Cross-products	287.000
	Covariance	2.899
Orientasi Penyakit	N	100
	Pearson Correlation	.308**
	Sig. (2-tailed)	.002
	Sum of Squares and Cross-products	121.000
	Covariance	1.222
Kepuasan terhadap Bagian Tubuh	N	100
	Pearson Correlation	.468**
	Sig. (2-tailed)	.000
	Sum of Squares and Cross-products	578.000
	Covariance	5.838
Klasifikasi Diri terhadap Berat Badan	N	100
	Pearson Correlation	.283**
	Sig. (2-tailed)	.004
	Sum of Squares and Cross-products	80.000
	Covariance	.808
Persepsi terhadap Ukuran Tubuh	N	100
	Pearson Correlation	.089
	Sig. (2-tailed)	.380
	Sum of Squares and Cross-products	15.500
	Covariance	.157
Harga Diri	N	100
	Pearson Correlation	1

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sig. (2-tailed)	
Sum of Squares and Cross-products	571.000
Covariance	5.768
N	100

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

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).



UIN SUSKA RIAU



## Lampiran K. Surat Penelitian

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta UIN Suska Riau



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
كلية علم النفس  
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

**SURAT IZIN PRA RISET**

Nomor: B-161E/Un.04/F.VI/PP.00.9/02/2025

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberikan izin kepada:

Nama : Naziha Syifa Fakhirah  
NIM : 12160120120  
Jurusan : Psikologi S1  
Semester : VIII (Delapan)

untuk melakukan pra riset di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

*"Hubungan Body Image Dengan Harga Diri Pada Perempuan Obesitas".*

UIN SUSKA RIAU

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Pekanbaru, 03 Februari 2025

Dekan

Dr. Kusnadi, M.Pd

NIP. 19671212 199503 1 001

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
كلية علم النفس  
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrandt Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

**SURAT IZIN TRY OUT**

Nomor: B-314E/Un.04/F.VI/PP.00.9/02/2025

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberikan izin kepada:

Nama : Naziha Syifa Fakhirah  
NIM : 12160120120  
Jurusan : Psikologi S1  
Semester : VIII (Delapan)

untuk melakukan try out di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

*"Hubungan Body Image Dengan Harga Diri Pada Perempuan Obesitas".*

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Pekanbaru, 07 Februari 2025

Dekan,

*(Signature)*  
Dr. H. M. M. Pd

NIP. 19671212 199503 1 001



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta dilindungi UIN Suska Riau



UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI

كلية علم النفس

FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrandt Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

**SURAT IZIN RISET**

Nomor: B-553E/Un.04/F.VI/PP.00.9/03/2025

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini memberikan izin kepada:

Nama : Naziha Syifa Fakhirah  
NIM : 12160120120  
Jurusan : Psikologi S1  
Semester : VIII (Delapan)

untuk melakukan riset di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

*"Hubungan Body Image Dengan Harga Diri Pada Perempuan Obesitas".*

Demikian surat izin ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 18 Maret 2025  
Dekan,



Dr. Kusnadi, M.Pd  
NIP. 19671212 199503 1 001

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

UIN SUSKA RIAU

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau



UIN SUSKA RIAU

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
كلية علم النفس  
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

Nomor : B-589E/Un.04/F.VI/PP.00.9/04/2025  
Sifat : Biasa  
Lampiran : -  
Hal : Mohon Izin Riset

Pekanbaru, 09 April 2025

Kepada Yth.  
1. Grand Focus Fit  
2. Impact MMA Pekanbaru  
3. Wmucsle Camp  
Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.  
Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada bapak/ibu bahwa:

Nama : Naziha Syifa Fakhirah  
NIM : 12160120120  
Jurusan : Psikologi S1  
Semester : VIII (Delapan)

akan melakukan riset penelitian di tempat Bapak/Ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul penelitian / skripsi / tesis yaitu:

*"Hubungan Body Image Dengan Harga Diri Pada Perempuan Obesitas".*

untuk itu kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberi izin riset yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan laporan penelitian / skripsi / tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.  
Dekan,



Dr. Kusnadi, M.Pd  
NIP. 19671212 199503 1 001





UIN SUSKA RIAU

KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI

كلية علم النفس

FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrandt Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://psi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : B-1074E/Un.04/F.VI/PP.00.9/07/2025

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menerangkan bawah:

Nama	: Naziha Syifa Fakhirah
NIM	: 12160120120
Tempat Tgl.Lahir	: Bangkinang/ 09 Oktober 2003
Jurusan	: Psikologi S1
Semester	: VIII (Delapan)

benar mahasiswa tersebut di atas telah selesai melakukan penelitian di Fakultas Psikologi dengan judul:

*"Hubungan Body Image Dengan Harga Diri Pada Perempuan Obesitas".*

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 03 Juli 2025  
Dekan,



Dr. Kusnadi, M.Pd  
NIP. 19671212 199503 1 001

UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tanga di bawah ini :

Nama : IMPACT MMA Pekanbaru

Alamat : JL.Soekarno Hatta no.35

Dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : Naziha Syifa Fakhirah

NIM : 12160120120

Jurusan/Fakultas : Psikologi/Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Telah selesai melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Body image* dengan Harga Diri pada Perempuan Obesitas” di Impact MMA Pekanbaru pada tanggal 1 Maret – 13 April 2025. Demikian surat keterangan ini kami sampaikan agar dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 13 April 2025

Mengetahui

Pengelola



UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ria Resti Fauziah

Alamat : Jl. Soekarno – Hatta, Labuh Baru Timur., Kec Payung Sekaki, Pekanbaru

Dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : Naziha Syifa Fakhirah

NIM : 12160120120

Jurusan/Fakultas : Psikologi/Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Telah selesai melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Body image* dengan Harga Diri pada Perempuan Obesitas” di Grand Focus Fit pada tanggal 1 Maret – 13 April 2025. Demikian surat keterangan ini kami sampaikan agar dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 14 April 2025

Mengetahui

Pengelola

  
FOCUS  
Ria Resti Fauziah

UIN SUSKA RIAU





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Musliadi

Alamat : Jl. Rambutan III Sidomulyo Timur, Kec. Marpoyan Damai

Dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : Naziha Syifa Fakhirah

NIM : 12160120120

Jurusan/Fakultas : Psikologi/Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Telah selesai melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Body image* dengan Harga Diri pada Perempuan Obesitas” di Wmuscle Camp pada tanggal 1 Maret – 13 April 2025. Demikian surat keterangan ini kami sampaikan agar dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 19 April 2025  
Mengetahui  
Pengelola



UIN SUSKA RIAU