

**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN
PENERIMAAN DIRI PADA WANITA DI SANGGAR SENAM
“TIGA DUA” DESA SEKETI KECAMATAN NGADILUWIH
KABUPATEN KEDIRI**

SKRIPSI

Ditulis untuk memenuhi persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi.)



Oleh:

**MALIDA HESTI ALFIATUR R
9.334.104.18**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
(IAIN) KEDIRI
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN


**HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN
PENERIMAAN DIRI PADA WANITA DI SANGGAR SENAM
“TIGA DUA” DESA SEKETI KECAMATAN NGADILUWIH
KABUPATEN KEDIRI**

MALIDA HESTI ALFIATUR R

9.334.104.18

Disetujui oleh:

Pembimbing I



Dr. Hj. Robingatun, M.Pd.I.
NIP : 196904081998032002

Pembimbing II



Fidia Astuti, M.Psi.
NIP : 199009302019032014

NOTA DINAS

Nomor : Kediri, 21 September 2022
Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Malida Hesti Alfiatur R
NIM : 933410418
Judul : **Hubungan Antara *Body Image* Dengan Penerimaan Diri Pada Wanita Di Sanggar Senam "Tiga Dua" Desa Seketi Kecamatan Ngadiluwih Kabupaten Kediri**

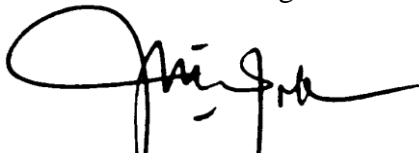
Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S1).

Bersama ini terlampir satu berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Dr. Hj. Robingatun, M.Pd.I

NIP : 196904081998032002

Pembimbing II



Fidia Astuti, M.Psi.

NIP : 199009302019032014

NOTA PEMBIMBING

Nomor : Kediri, 07 Oktober 2022
Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Malida Hesti Alfiatur R
NIM : 933410418
Judul : **Hubungan Antara *Body Image* Dengan Penerimaan Diri Pada Wanita Di Sanggar Senam "Tiga Dua" Desa Seketi Kecamatan Ngadiluwih Kabupaten Kediri**

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, dengan beberapa petunjuk dan tuntunan yang telah diberikan dalam sidang munaqosah yang dilaksanakan pada tanggal 26 Oktober 2022, saya dapat menerima dan menyetujui hasil perbaikannya.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Dr. Hj. Robingatun, M.Pd.I
NIP : 196904081998032002

Pembimbing II



Fidia Astuti, M.Psi.
NIP : 199009302019032014

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA *BODY IMAGE* DENGAN PENERIMAAN DIRI PADA WANITA DI SANGGAR SENAM "TIGA DUA" DESA SEKETI KECAMATAN NGADILUWIH KABUPATEN KEDIRI

MALIDA HESTI ALFIATUR R

9334.104.18

Telah diujikan di depan Sidang
Munaqosah Institut Agama
Islam (IAIN) Kediri Pada
Tanggal 26 Oktober 2022

Tim Penguji,

1. Penguji Utama

Dr. Rini Risnawita S.M.Si

(.....)

NIP.197712152005012002

2. Penguji I

Dr. Robingatun, M.Pd.I

(.....)

NIP. 19690481998032002

3. Penguji II

Fidia Astuti M.Psi.

(.....)

NIP. 199009302019032014

Kediri, 26 Oktober 2022



Shuluddin dan Dakwah IAIN Kediri

Halil Thahir, M.HI

NIP. 197111212005011006

MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

*“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan
kesanggupannya.”*

(QS. Al Baqarah: 286)

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Mahasiswa yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Malida Hesti Alfiatur R
NIM : 933410418
Tempat/Tanggal Lahir : Kediri, 17 Oktober 1999
Prodi : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah
Alamat : Dusun Badug RT/RW 03/02 Desa Seketi
Kecamatan Ngadiluwih Kabupaten Kediri
E-mail : malidahesti17@gmail.com

Menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini benar hasil karya sendiri. Jika kemudian hari terbukti bahwa merupakan duplikat, tiruan, plagiat atau dibuat oleh orang lain maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Kediri, 26 Oktober 2022

Saya yang menyatakan

Malida Hesti Alfiatur R

NIM. 933410418

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohiim

Dengan Rahmat Allah yang Maha Pengasih Lagi Maha Penyayang. Ucapan terima kasih ini sengaja dibuat sebagai tanda syukur peneliti atas perjuangannya dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi. Kepada Allah SWT yang selalu menuntun dan membimbing disaat berada pada titik keputusasaan dalam mengerjakan skripsi ini. Karena-Mu kesulitan ini sirna dan kemudahan itu pun datang dan terimakasih atas kehidupan, kesehatan, serta nafas yang diberikan hingga saat ini.

Teruntuk Bapak dan Ibu tercintaku yang telah mencurahkan kasih sayang dan segalanya selama ini. Terimakasih berkat do'a, dukungan moral dan materi yang tidak terbatas yang diberikan padaku hingga bisa sampai pada titik ini. Terimakasih telah menjadi panutan kehidupan terbaikku yang tidak pernah bosan memberikan semangat ketika aku merasa lelah dan ingin menyerah dengan apa yang terjadi dalam kehidupan selama ini.

Untuk teman baikku Elva Rizqina Munadzirah dan Devi Anabela yang membantu dan menemani perjalananku menyelesaikan skripsi. Teman-teman Psikologi Islam angkatan 2018. Dan semua orang yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Untuk semua pihak tersebut teriring do'a *jazakumullah ahsanal jaza'*, aamiin.

ABSTRAK

MALIDA HESTI ALFIATUR R. Dosen Pembimbing 1) Dr. Hj. Robingatun, M.Pd.I dan (2) Fidia Astuti M. Psi.. *Hubungan Antara Body Image Dengan Penerimaan Diri Pada Wanita Di Sanggar Senam “Tiga Dua” Desa Seketi Kecamatan Ngadiluwih Kabupaten Kediri*. Skripsi, Progam Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Kediri.

Kata Kunci; Body Image, Penerimaan Diri, Wanita

Penerimaan diri adalah sesuatu yang harus dimiliki setiap orang. Apabila seseorang memiliki penilaian positif tentang tubuh yang dimiliki, maka seseorang tersebut akan menerima dirinya. Yang artinya menerima segala kekurangan serta kelebihan yang dimiliki. Sedangkan *body image* adalah suatu gambaran subjektif tentang penampilan tubuh seseorang khususnya penilaian dari orang lain. dari penilaian-penilaian tersebut, yang membentuk persepsi-persepsi baik atau buruk yang mengarah pada penerimaan diri seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk : (1) Mengetahui tingkat *body image* pada anggota sanggar senam “Tiga Dua”. (2) Mengetahui tingkat penerimaan diri pada anggota sanggar senam “Tiga Dua”. (3) Mengetahui hubungan antara *body image* dengan penerimaan diri pada perempuan dewasa awal di sanggar senam “Tiga Dua”.

Jenis pendekatan yang digunakan adalah pendekatan korelasi. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* dengan teknik *sampling jenuh*. Subjek dalam penelitian ini adalah 40 anggota sanggar senam “Tiga Dua” yang berusia 18-40 tahun. Instrument yang digunakan adalah skala *body image* yang mengacu pada teori Cash dan skala penerimaan diri yang mengacu pada teori Supratiknya disusun sendiri oleh peneliti. Analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi *product moment* dengan bantuan SPSS versi 16.0 *for windows*.

Hasil penelitian ini menunjukkan: (1) tingkat *body image* anggota sanggar senam “Tiga Dua” dominan berada pada tingkat sedang dengan persentase sebesar 53%. (2) Tingkat penerimaan diri pada anggota sanggar senam “Tiga Dua” berada pada tingkat tinggi dengan persentase 67%. (3) Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan penerimaan diri pada anggota sanggar senam “Tiga Dua” dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,860 dan taraf signifikansi $p=0,000$ ($p < 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan positif searah yang signifikan antara *body image* dengan penerimaan diri pada wanita di sanggar senam “Tiga Dua” Desa Seketi Kecamatan Ngadiluwih Kabupaten Kediri. Artinya semakin tinggi tingkat *body image* maka semakin tinggi pula penerimaan diri. Sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT. Atas limpahan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir Skripsi yang berjudul “Hubungan *Body Image* dengan Penerimaan Diri Pada Wanita Sanggar Senam “Tiga Dua” Desa Seketi Kecamatan Ngadiluwih Kabupaten Kediri”, untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan studi serta dalam rangka untuk memperoleh gelar Sarjana (S1) pada program studi Psikologi Islam di Fakultas Ushuludin Institut Agama Islam Negeri Kediri. Shalawat serta salam tidak lupa senantiasa peneliti limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang mana telah membebaskan kita dari zaman kebodohan dan telah berjuang dengan penuh kesabaran untuk menyampaikan kebenaran kepada kita dan yang selalu diharapkan syafaatnya di yaumul kiyamah kelak.

Peneliti menyadari bahwa karya ini tidak akan dapat terselesaikan tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segenap ketulusan hati peneliti menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada :

1. Bapak Dr. Wahidul Anam, M. Ag, selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
2. Bapak Dr. H. A. Halil Thahir, M.H.I selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
3. Ibu Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si, selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri sekaligus Penguji Utama, yang telah memberikan saran dan arahnya demi kesempurnaan skripsi ini.

4. Ibu Dr. Hj. Robingatun, M.Pd.I dosen pembimbing 1. Selaku dosen pembimbing yang telah memberikan waktu berharganya dalam memberikan bimbingan, arahan dan dorongan sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Ibu Fidia Astuti M. Psi , selaku dosen pembimbing 2. Terimakasih telah membimbing dengan ikhlas dan sabar.
6. Kedua orang tua saya dan adik saya, Ibu Marpuah, Bapak Rohmat dan adek saya M. Burhan Azam. Terimakasih atas limpahan kasih sayang yang tiada tara. Yang selalu mendukung dari segi moral maupun finansial saya. Terimakasih yang tak terhingga untuk kedua orang tua saya.
7. Sahabat dan partner terbaik Nisya Fitria, Kholif Setiasih, Elva Rizqina Munadziroh, Devi Anabela, Diah Wulandari dan Ahmad Reza Gunawan yang telah memberikan bantuan berupa do'a, tenaga, waktu, materi dan segalanya. Terimakasih selalu mendampingi selama jatuh bangun dan bertukar pikiran dengan penulis selama penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya terkait keterbatasan ilmu yang dimiliki. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca. Semoga skripsi ini bermanfaat, baik untuk penulis maupun pembaca.

Kediri, 26 September 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	2
NOTA DINAS.....	3
NOTA PEMBIMBING	4
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
MOTTO	6
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	7
ABSTRAK	9
KATA PENGANTAR.....	10
DAFTAR ISI.....	12
DAFTAR TABEL	15
DAFTAR GAMBAR.....	16
DAFTAR LAMPIRAN	17
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
E. Hipotesis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
F. Asumsi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
G. Penegas Istilah	Error! Bookmark not defined.
H. Telaah Pustaka	Error! Bookmark not defined.
BAB II LANDASAN TEORI	Error! Bookmark not defined.
A. Penerimaan Diri	Error! Bookmark not defined.
1. Pengertian Penerimaan Diri	Error! Bookmark not defined.
2. Faktor-Faktor Penerimaan Diri	Error! Bookmark not defined.
3. Aspek Penerimaan Diri	Error! Bookmark not defined.

4.	Ciri-Ciri Penerimaan Diri.....	Error! Bookmark not defined.
5.	Indikator Penerimaan Diri.....	Error! Bookmark not defined.
6.	Tanda-Tanda Penerimaan Diri.....	Error! Bookmark not defined.
B.	<i>Body Image</i>	Error! Bookmark not defined.
1.	Pengertian <i>Body Image</i>	Error! Bookmark not defined.
2.	Faktor-Faktor <i>Body Image</i>	Error! Bookmark not defined.
3.	Aspek <i>Body Image</i>	Error! Bookmark not defined.
4.	Indikator <i>Body Image</i>	Error! Bookmark not defined.
C.	Wanita Dewasa	Error! Bookmark not defined.
1.	Pengertian Wanita Dewasa Awal.....	Error! Bookmark not defined.
2.	Karakteristik Dewasa Awal	Error! Bookmark not defined.
3.	Tugas Perkembangan Masa Dewasa Awal	Error! Bookmark not defined.
D.	Dinamika Hubungan Antara Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Terhadap Penerimaan Diri	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN		Error! Bookmark not defined.
A.	Rencana Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B.	Populasi dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
C.	Metode Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
D.	Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
E.	Teknik Analisis Data.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL PENELITIAN.....		Error! Bookmark not defined.
A.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.	Profil Desa Seketi dan Sanggar Senam.....	Error! Bookmark not defined.
2.	Visi dan Misi Sanggar Senam “Tiga Dua”	Error! Bookmark not defined.
3.	Deskripsi Usia Anggota Sanggar Senam	Error! Bookmark not defined.
B.	Deskripsi Data.....	Error! Bookmark not defined.
1.	Uji Validitas	Error! Bookmark not defined.
2.	Uji Reliabilitas	Error! Bookmark not defined.
3.	Uji Asumsi	Error! Bookmark not defined.
4.	Hasil Analisis Deskriptif.....	Error! Bookmark not defined.
5.	Uji Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB V PEMBAHASAN		Error! Bookmark not defined.

A. Tingkat Body Image Pada Wanita di Sanggar Senam “Tiga Dua”	Error! Bookmark not defined.
B. Tingkat Penerimaan Diri Pada Wanita di Sanggar Senam “Tiga Dua” Error! Bookmark not defined.
C. Hubungan Body Image Dengan Penerimaan Diri Pada Wanita di Sanggar Senam “Tiga Dua” Error! Bookmark not defined.
BAB VI PENUTUP Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan Error! Bookmark not defined.
B. Saran Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN Error! Bookmark not defined.
DAFTAR RIWAYAT HIDUP Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Nilai Skala Likert	36
Tabel 3.2	Skala Penerimaan Diri.....	36
Tabel 3.3	Skala <i>Body Image</i>	37
Tabel 3.4	Nilai Koefisien <i>Alpha Cronbach</i>	39
Tabel 3.5	Pedoman Untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Hubungan	41
Tabel 4.1	Deskripsi Usia Anggota Sanggar Senam	44
Tabel 4.2	Deskripsi Pekerjaan Anggota Sanggar Senam	45
Tabel 4.3	Hasil Uji Korelasi Item Dengan Item Total <i>Body Image</i>	47
Tabel 4.4	<i>Blueprint Body Imge</i>	49
Tabel 4.5	Hasil Uji Korelasi Item Dengan Item Total Penerimaan Diri	50
Tabel 4.6	<i>Blueprint Penerimaan Diri</i>	52
Tabel 4.7	Hasil Uji Reliabilitas <i>Body Image</i>	53
Tabel 4.8	Hasil Uji Realibilitas Penerimaan Diri.....	54
Tabel 4.9	Hasil Uji Normalitas.....	55
Tabel 4.10	Hasil Uji Linieritas	56
Tabel 4.11	Hasil Uji Analisis Deskriptif <i>Body Image</i>	57
Tabel 4.12	Kategorisasi Penilaian Skala Variabel <i>Body Image</i>	57
Tabel 4.13	Distribusi Kategorisasi Variabel <i>Body Image</i>	58
Tabel 4.14	Hasil Uji Analisis Deskriptif Variabel Penerimaan Diri.....	59
Tabel 4.15	Kategorisasi Penelitian Skala Variabel Penerimaan Diri	60
Tabel 4.16	Distribusi Kategorisasi Variabel Penerimaan Diri	60
Tabel 4.17	Hasil Uji Korelasi	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1	Kerangka Teori.....	30
Gambar 4.1	Diagram Usia Anggota Sanggar Senam	45
Gambar 4.2	Diagram Pekerjaan Anggota Sanggar Senam.....	46
Gambar 4.3	Diagram pie tingkat Body image.....	59
Gambar 4.4	Diagram pie tingkat penerimaan diri	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Blue Prin skala Body Image	79
Lampiran 2	Blue Print Skala Penerimaan Diri.....	85
Lampiran 3	Kuesioner Body Image	90
Lampiran 4	Kuesioner Penerimaan Diri	93
Lampiran 5	Surat Pernyataan Persetujuan Responden	96
Lampiran 6	Tabulasi Data <i>Body Image</i>	97
Lampiran 7	Tabulasi Data Penerimaan Diri	99
Lampiran 8	Hasil Uji Validitas Aitem <i>Body Image</i>	101
Lampiran 9	Uji Validitas Aitem Penerimaan Diri	103
Lampiran 10	Hasil Realibilitas	105
Lampiran 11	Hasil Uji Normalitas	106
Lampiran 12	Hasil Uji Linieritas	107
Lampiran 13	Distribusi Kategori Variabel (X) <i>Body Image</i>	108
Lampiran 14	Distribusi Kategori Variabel (Y) Penerimaan Diri.....	110
Lampiran 15	Dokumen Penelitian	112
Lampiran 16	Surat Permohonan Izin Penelitian	114
Lampiran 17	Surat Balasan Izin Penelitian	115
Lampiran 18	Surat Bimbingan Konsultasi Skripsi	116
Lampiran 19	Surat Bimbingan Konsultasi Skripsi	117