HUBUNGAN *BODY DISSATISFACTION* DENGAN *SELF CONFIDENCE* PADA WANITA DEWASA MUDA DI DESA GOMBANG KABUPATEN KLATEN

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar

Sarjana Psikologi

Diajukan oleh :

Marlinda Dyah Warabsari

NIM. 1861100014

Program Strata 1

Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Universitas Widya Dharma Klaten

Tahun 2022

HUBUNGAN *BODY DISSATISFACTION* DENGAN *SELF CONFIDENCE*

Tahun 2022

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk diujikan pada sidang ujian skripsi

Menyetujui,

Pembimbing Pertama	Pembimbing Kedua
Dra. Dwi Wahyuni, S.Psi.,M.Phil	**Anna Febrianty S,M.Si.,M.Psi.,Psi.**
NIP.19670224 199430 2 001	NIK. 690 811 291

Mengetahui,

PLT Ketua Program Studi Psikologi

Winarno Heru Murjito, M.Psi.,PSIK

NIK. 690 811 318

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan pada Sidang Ujian Skripsi pada

Hari Jumat tanggal 25 bulan Juli tahun 2022

dengan susunan Dewan Penguji :

Penguji Pertama	Penguji Kedua
Dra. Dwi Wahyuni, S.Psi.,M.Phil	**Anna Febrianty S.M.Si.,M.Psi.Psi**
NIP.19670224 199430 2 001	NIK. 690 811 291
Ketua	Sekretaris
Winarno Heru Murjito,M.Psi.,PSIK	**Yulinda Erma Suryani,M.Si**
NIK. 690 811 318	NID 4121 757 78

Program Strata 1 Psikologi

Fakultas Psikologi & Kesehatan Universitas Widya Dharma

Dekan

Winarno Heru Murjito, M.Psi.,PSIK

NIK. 690 811 318

UNIVERSITAS WIDYA DHARMA KLATEN
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
PRODI PSIKOLOGI
Alamat : Jl. Ki Hajar Dewantara 168 Klaten 57401

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

N a m a	:	**MARLINDA DYAH WARABSARI**
N I M	:	1861100014
Program Studi	:	**Psikologi**

Menyatakan bahwa SKRIPSI berjudul :

HUBUNGAN BODY DISSATISFACTION DENGAN SELF CONFIDENCE PADA WANITA DEWASA MUDA DI DESA GOMBANG KABUPATEN KLATEN.

Merupakan hasil karya tulis yang kami buat sendiri, dan bukan merupakan bagian dari Skripsi maupun hasil karya tulisan penulis lain. Bilamana ternyata dikemudian hari pernyataan ini tidak benar dan terbukti ada sebagian hasil karya tulisan penulis lain, kami sanggup menerima sanksi akademik apapun yang ditetapkan oleh Universitas Widya Dharma Klaten.

Klaten, 22 Juli 2022
Yang menyatakan,

METERAI TEMPEL
F60FBAJX957381770

MARLINDA DYAH WARABSARI
NIM.. 1861100014

MOTTO

Rezeki Tidak Hanya Di Satu Tempat Namun Rezeki Bisa Didapat Di Lain Tempat

Linda 2022-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh cinta, karya ini penulis persembahkan untuk :

- Dari pribadi penulis

  Terimakasih karena dengan niat,tekat dan motivasi diri yang kuat dalam diri, skripsi ini dapat terselesaikan dan terimakasih sudah mampu melawan rasa malas.
- Damin papaku yang penuh kasih, Mama ku Maryati tersayang tercinta tersegalanya.
- Dan kepada calon suamiku mas Festianto yang paling memahami dan selalu menyayangiku

  Terimakasih dalam segala hal kuucapakan untuk keluargaku.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah Swt. atas semua anugerah, berkat, pernyertaan, serta kasih-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul Hubungan *Body dissatisfaction* dengan *Self Confidence* Pada Wanita Dewasa Muda Di Desa Gombang Kabupaten Klaten dengan baik serta selesai tepat pada waktunya. Skripsi ini ditulis dan diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana Program Studi Psikologi. Penulis menyadari bahwa proses penyusunan skripsi ini mendapatkan masukan, kritik dan saran dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Triyono, M.Pd. selaku Rektor Universitas Widya Dharma Klaten.
2. Bapak Winarno Heru Murjito, S.Psi., M.Psi selaku Dekan dan PLT Program Studi Psikologi Fakultas Psikokologi Dan Kesehtan Universitas Widya Dharma Klaten saya mengucapkan terima kasih, karena sudah bersedia,berkenan dengan rela hati membimbing smemberikan banyak saran dan masukan selama masa studi juga dalam penulisan skripsi.
3. Dwi Wahyuni, S.Psi., M.Phil. selaku dosen pembimbing 1 saya dalam penyelesaian skripsi ini. Ibu terima kasih untuk bayar harga dan didikannya. Jangan pernah lelah untuk terus mendidik dengan hati dan *passion*, terima kasih juga karena sudah menjadi tempat bercurah hati selama berproses penelitian ini, terima kasih selalu meluangkan waktu untuk membaca karya tulis ini. Mohon sungguh maafkan saya jika selama proses bimbingan banyak

hal yang menjengkelkan yang saya buat selama ini, terima kasih untuk dedikasi, kesabaran, keikhlasan, dan ketulusannya.

4. Ibu Anna Febrianty S,S.Psi.,M.Si.,M.Psi,Psikolog, terima kasih sudah menjadi dosen pembimbing yang super baik dan selalu membimbing saya penuh kesabaran. Terimakasih juga ibu sudah menjadi teman curhat bagi saya. Saya meminta maaf jika saya masih banyak kekurangan dalam proses bimbingan dan ibu sehat selalu untuk ibu dan keluarga ibu.
5. Bapak dan ibu dosen program studi psikologi yang sudah membagikan ilmu dan pengetahuan serta membimbing dengan tulus selama proses perkulihan saya terima kasi.
6. Staff administrasi Program Studi Psikologi dan Kesehatan, Pak Widodo. Terima kasih karena sudah berkerja keras membantu kelancaran proses perkuliahan dan penyusunan skripsi.
7. Seluruh karyawan perpustakaan di Universitas Widya Dharma Klaten yang telah membantu penulis menyediakan literatur dalam penelitian skripsi ini.
8. Papa dan mamaku, Damin dan Maryati , kedua orang tua saya kasihi. Terima kasih segalanya atas dedikasi serta didikan mama papa yang super duper enggak ada yang bisa menandingi. Mama papa selalu mengajarkan saya untuk tidak menyerah dalam keadaan apapun, selalu baik kepada semua orang walaupun orang lain sering menyakiti hati kita. Mama papa selalu mengajarkan untuk selalu berdoa dalam memulai dan mengakhiri sesuatu. *Mama papa terbaik!*

9. Abang dan kakak iparku, Pramudya Rizky dan Lathifah, terimakasih sudah menjadi kakak terbaikku yang selalu mendukungku dalam keadaan apapun. Terimakasih selalu memberikan kasih sayang kepadaku.
10. Calon suamiku mas Festianto, terimakasih selalu ada untukku. Terimakasih untuk selalu memberikan semangat, cinta, dan kasih sayang tulus untukku. Terimakasih selalu sabar menghadapi sikapku yang random ini. Semangat selalu untukmu dan untuk kita!
11. Bapak Sutana Kepala Desa Gombang terima kasih untuk bantuannya selama ngurus perizinan penelitian dan sebagainya.
12. Temen-temenku Psikologi 2018, Mei Nur,Shinta Devi, Nur Fajriyah, Soni Saputra, Fitria Dwi Lathifah, Menik Lestari, Ardiyan, Rozie, Asri Indah, Manggolo Putro, Astrid Hernanti, Sephia Fatimah, Idham Suyantno, Rani Padmawati, Melyani Fatimah, Mellysa Indah Sari, Elsa Rohmawati, Mutiara Aullya, Andira Nurlaela, Tami Azizah, Chandra Karisma. Terima kasih telah mengenalku dengan baik dan penuh kasih dan terimakasih telah selalu memberikan kehangatan dalam berteman dan selalu meramaikan hari-hariku di kampus dengan segala bentuk kekurangan dan kelebihan. Terima kasih untuk dinamika yang luar biasa selama belajar bersama. Jaga kesehatan, semangat meraih cita-cita kita.

13. Semua pihak yang sudah mendukung, mendoakan, berdiri, menopang, memberi masukkan, menyemangati, dan memeluk erat untu bisa menyelesaikan skripsi ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan maka dari penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari pembaca. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi seluruh pembaca.

Klaten, 23 Juli 2022

Penulis

Marlinda Dyah W.

DAFTAR ISI

JUDUL

HALAMAN PERSETUJUAN……ii

HALAMAN PENGESAHAN…….iii

HALAMAN PERNYATAAN…… iv

MOTTO……v

HALAMAN PERSEMBAHAN……..vi

KATA PENGANTAR…….vii

DAFTAR ISI……xi

DAFTAR TABEL……...xiv

DAFTAR GAMBAR……..xv

DAFTAR LAMPIRAN……..xvi

ABSTRAK……..xvii

BAB I Pendahuluan……1

1.1 Latar Belakang……1
1.2 Rumusan Masalah……...8
1.3 Tujuan Penelitian ……...8
1.4 Manfaat penelitian …….8
1.4.1 Manfaat Teoritis ……...8
1.4.2 Manfaat Praktis ……....9

BAB II Kajian Pustaka ……10

2.1 *Body Dissatisfaction …….10*

2.1.1 Definisi *Body Dissatisfaction……..10*

2.1.2 Aspek-aspek *Body Dissatisfaction ……12*

2.1.3 Indikator *Body Dissatisfaction* ……..14

2.1.4 Pengukuran *Body Dissatisfaction……16*

2.1.5 Dampak *Body Dissatisfaction …….17*

2.2 Self Confidence ……21

2.2.1 Definisi *Self Confidence ……..21*

2.2.2 Faktor Yang Mempengaruhi *Self Confidence* …….*23*

2.2.3 Aspek-aspek *Self Confidence* ……*24*

2.2.4 Ciri-Ciri Individu Yang Percaya diri …….26

2.3 Masa Dewasa Muda ……..28

2.3.1Definisi Masa Dewasa Muda ……...28

2.3.2 Perkembangan Pada Dewasa Muda ……29

2.4 Hubungan Antara *Body Dissatisfaction* Dengan Wanita Dewasa Muda ……31

2.5 Kerangka Pikir ……....33

2.6 Hipotesis …….33

BAB III Metode Penelitian …….34

3.1 Jenis Penelitian…….34

3.2 Identifikasi Variabel ……....34

3.3 Definisi Operasional ……35

3.3.1 *Body Dissatisfaction* ……..*35*

3.3.2 *Self Confidence* ……*36*

3.4 Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling……..36

3.4.1 Populasi ……36

3.4.2 Sampel ……..37

3.5 Teknik Pengumpulan Data ……..38

3.5.1 Skala *Body Dissatisfaction* ……*38*

3.5.2 Skala *Self Confidence* …….*40*

3.6 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas ……42

3.6.1 Uji Validitas …… 42

3.6.2 Uji Reliabilitas……..44

3.7 Metode Analisis Data ……..44

3.7.1 Uji Normalitas ……..44

3.7.2 Uji Linieritas ……45

3.7.3 Uji Hipotesis ……45

BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan

4.1 Pelaksanaan Penelitian …….. 47

4.1.1 Orientasi Tempat Penelitian ……47

4.2 Profil Lokasi Penelitian ……. 48

4.2.1 Lokasi Penelitian …… 48

4.3 Persiapan Penelitian …….. 48

4.4 Uji Validitas dan Reliabilitas ……. 49

4.4.1 Uji Validitas …… 49

4.4.2 Uji Reliabilitas …… 51

4.5 Identifikasi Responden Penelitian …….. 52

4.5.1 Dilihat Dari Usia …….. 52

4.5.2 Dilihat Dari Pekerjaan ……. 54

4.6 Deskripsi Data Hasil Penlitian ……....55

4.7 Analisis Data ……...58

4.7.1 Uji Normalitas ……. 58

4.7.2 Uji Linieritas …… 59

4.7.3 Uji Hipotesis …… 61

4.8 Pembahasan ……... 63

BAB V Penutup …….. 68

Kesimpulan ……... 68

Saran ……. 68

DAFTAR PUSTAKA ……..69

LAMPIRAN …… 71

SURAT PERIZINAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pemberian Skor *Body dissatisfaction*……..39

Tabel 3.2 *Blue Print Skala Body dissatisfaction*……39

Tabel 3.3 Pemberian Skor Skala *Self Confidence*……..41

Tabel 3.4 *Blue Print Skala Self Confidence*……...41

Tabel 4.1 Uji Reliabilitas dan Uji Validitas……...50

Tabel 4.2 Responden Subyek Berdasarkan Usia……....52

Tabel 4.3 Frekuensi Subyek Usia……...53

Tabel 4.4 Responden Dilihat Dari Pekerjaan……54

Tabel 4.5 Frekuensi Pekerjaan Subyek……..54

Tabel 4.6 Deskriptif Statistik……..55

Tabel 4.7 Kategorisasi Data *Body dissatisfaction*……..57

Tabel 4.8 Kategorisasi Data *Self Confidence*…….....58

Tabel 4.9 Hasil Uji *Kolmogorov Smirnov*……..59

Tabel 5.1 Hasil Uji Linieritas……... 60

Tabel 5.2 Hasil Uji Korelasi Pearson……... 61

Tabel 5.3 Kekuatan Interval Koreksi……... 62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Responden Dilihat Dari Usia……53

Gambar 4.2 Responden Dilihat Dari Pekerjaan……55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala *Body dissatisfaction*……72

Lampiran 2 Skala *Self Confidence*……..76

Lampiran 3 Data Skala *Body dissatisfaction*……79

Lampiran 4 Data Skala *Self Confidence*……..85

Lampiran 5 Hasil Validasi……89

Lampiran 6 Hasil Reliabilitas *Body dissatisfaction*……. 90

Lampiran 7 Hasil Reliabilitas *Self Confidence*…… 92

Lampiran 8 Identifikasi Penelitian……94

Lampiran 9 Deskripsi Data Hasil Penelitian…… 95

Lampiran 10 Hasil Uji Normalitas……. 98

Lampiran 11 Hasil Uji Linieritas……..99

Lampiran 12 Hasil Uji Korelasi Pearson……100

ABSTRAK

Judul : Hubungan *Body dissatisfaction* Dengan *Self Confidence* Pada Wanita Dewasa Muda Di Desa Gombang Kabupaten Klaten. Marlinda Dyah Warabsari, NIM 1861100014, Program Psikologi, Universitas Widya Dharma Klaten,

Penulisan ini memiliki tujuan untuk mengetahui adanya Hubungan *Body dissatisfaction* Dengan *Self Confidence* Pada Wanita Dewasa Muda Di Desa Gombang Kabupaten Klaten. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah model korelasi regresi, yaitu model regresi linier sederhana dengan menggunakan satu variabel independent dan satu variabel dependent. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita dewasa muda yang berusia 22 tahun hingga 30 tahun di Desa Gombang. Sampel yang digunakan penelitian ini sebanyak 60 wanita dewasa muda melalui teknik *purposive sampling.* Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah metode likert. Hasil uji reliabilitas menggunkan *alpha cronbach's* yakni sebesar 0.722 untuk *Body dissatisfaction* dan 0.738 untuk *Self Confidence* . Uji hipotesis dilakukan menggunakan analisi regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukan dengan bantuan aplikasi program SPSS versi *22 for windows*, diperoleh hasil uji hipotesis dengan signifikansi 0,000 < 0,05 yang berarti "ada hubungan body dissatisfaction dengan self confidence pada wanita dewasa muda di desa gombang kabupaten klaten". Dengan nilai korelasi -0.228 < 0.05 mennjukkan adanya hubungan negative antara body dissatisfaction dengan self confidence.

Kata kunci : *Body dissatisfaction, Self Confidence, Wanita Dewasa Muda*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia merupakan makhluk yang tidak pernah merasa puas. Jika memilki keinginan dan sudah terwujud maka ia masih akan terus mencari keinginan lain yang ingin dimilikinya. Manusia juga merupakan makhluk visual, dimana individu selalu menilai penampilan individu lainnya, yang pada kenyataannya setiap individu berusaha untuk mengubah penampilan agar bisa mendapatkan penilaian baik dari orang lain. Masa dewasa muda dimulai sekitar umur 18 sampai 22 tahun dan berakhir pada usia 35 sampai 40 tahun (Lemme,1995). Lebih lanjut (Lemme, 1995) menjelaskan bahwa masa dewasa adalah masa yang ditandai dengan adanya ketidaktergantungan secara finansial dan orangtua serta adanya rasa tanggung jawab terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan.

Menurut Psikolog, Tara Adhisti de Thouars (2018) , rentang usia 20 hingga 29 tahun itu kerap disebut masa dewasa muda. Masa ini bisa disebut sebagai masa-masa paling produktif dalam kehidupan seseorang. Pasalnya, pada masa ini, seseorang mulai memiliki ambisi, impian, dan keinginan, baik yang bersifat personal seperti pasangan hidup ataupun pekerjaan. Dewasa muda termasuk masa transisi, baik secara fisik, intelektual, serta sosial. Masa dewasa muda adalah eksplorasi dari sikap, nilai, dan kemungkinan hidup yang

berkepanjangan. Masa dewasa muda juga merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan yang baru dan diharapkan memainkan peran baru, keinginan-keingan baru, mengembangkan sikap-sikap baru, dan nilai-nilai baru sesuai masa ini.

Pada fase dewasa muda seringkali memiliki permasalahan dengan rasa *Self Confidence*. *Self Confidence* merupakan sikap dan keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimilikinya dengan menerima secara apa adanya baik positif maupun negatif yang dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya. Kumara (Ghufron & Risnawita, 2014) berpendapat bahwa *Self Confidence* merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Pada kenyataannya tidak semua individu memiliki rasa percaya diri yang tinggi, dan kurangnya rasa percaya diri juga banyak menimpa para wanita dewasa muda saat ini.

Self Confidence menjadi salah satu faktor pendorong seorang wanita untuk membentuk tubuh seperti apa yang diinginkan, dengan upaya mengecilkan badan dengan cara berdiet, olahraga ketat, puasa, hingga meminum obat pencahar dilakukan guna tercapainya bentuk tubuh yang diinginkan. Adanya *Self Confidence* seseorang sangat berhubungan dengan kepuasan akan sosok tubuh, dengan kata lain apabila seseorang merasa diterima oleh lingkungannya maka akan membentuk kepercayaan diri yang tinggi sehingga akan memiliki pandangan yang baik juga terhadap sosok tubuhnya (Sulistiawati & Novendawati, 2015). Dove melakukan survei *The Dove Global Beauty*

and Confidence Report kepada para perempuan berusia 10 hingga 60 tahun di 13 negara dengan total lebih dari 10.500 responden pada 2016 lalu. Hasil riset tersebut cukup beragam, namun yang cukup memprihatinkan adalah di Australia.Survei tersebut melaporkan bahwa sekitar 89 persen perempuan Australia masih sangat tidak percaya diri dengan bentuk tubuhnya. Mereka bahkan rela membatalkan wawancara kerja atau acara penting lainnya karena bentuk tubuh dan penampilan mereka. Dove juga melakukan risetnya di Indonesia. Menurut riset yang dilakukan oleh Dove dalam *Indonesia Beauty Confidence Report 2017* disebutkan bahwa 38% wanita Indonesia suka membandingkan diri dengan orang lain. Hal tersebut menyebabkan rasa tidak percaya diri sehingga merasa tidak cantik.

Dikutip dari artikel Kumparan.com (Riset : Perempuan Tidak Percaya Diri Dengan Bentuk Tubuhnya, 07 Juni 2021). Penelitian tersebut menjelaskan bahwa 84% wanita Indonesia mengakui bahwa mereka tidak tahu apakah mereka cantik, dan 72% percaya bahwa untuk menjadi sukses, wanita harus memenuhi standar kecantikan tertentu. Sementara itu, 92% setuju bahwa setiap wanita memiliki kecantikannya sendiri, dan 86% setuju bahwa wanita dapat tampil cantik pada usia berapa pun.

Pada masa globalisasi ini kualitas penampilan jadi sangat bernilai, lebih- lebih sesudah masuknya budaya barat yang banyak mendominasi kedudukan *life style* di warga Indonesia. Semacam meningkatnya kebutuhan- kebutuhan kecantikan hendak kalangan hawa, baik dari segi busana ataupu n kecantikan wajah serta badan.

Bersumber pada Euromonitor International, negara- negara tumbuh berkontribusi sebesar 51 persen untuk industri kecantikan global, tercantum di antara lain Indonesia yang mempunyai pasar yang dinamis di kawasan Asia Tenggara. Produk kecantikan yang terdapat di Indonesia sendiri sangat bermacam- macam, mulai dari produk kecantikan wajah sampai produk pelangsing ataupun penggemuk badan. Dilihat dari meningkatnya penjualan produk kosmetik di Indonesia mengatakan jika pemahaman perempuan akan kecantikan badan sangat berarti. Tidak hanya itu adapun alasan lain yang menyebabkan wanita menganggap penampilan sangat penting adalah, seperti pengaruh dari lingkungan terhadap penilaian penampilan individu itu sendiri. Penerimaan diri di lingkungan sosial serta dukungan untuk merubah penampilan sangat berpengaruh pada pengevaluasian terhadap individu.

Ketidakpuasan pada tubuh menjadi fenomena yang sering terjadi saat ini, banyak wanita merasa tidak puas akibat adanya patokan kecantikan menurut masyarakat umum. Segala upaya dilakukan untuk mencapai bentuk tubuh dan wajah yang diinginkan atau yang dianggap ideal. Sehingga mudah sekali menemukan produk produk penunjang penampilan seperti pelangsing tubuh, penggemuk tubuh, pemutih kulit dan produk kecantikan lainnya.

Saat ini, budaya Barat adalah kiblat kecantikan bagi wanita, dengan gaya modis, sosok ramping, kulit putih, dan hidung mancung masih menjadi tolok ukur kecantikan wanita saat ini. Bagi sebagian wanita, tinggi dan kurus dianggap proporsional. Akses mudah ke aplikasi dan video yang membantu wanita yang sedang berusaha

mengubah dan mempercantik tampilan wajahnya sangat mudah didapatkan, tidak hanya itu, namun ada banyak tips dan berbagai persiapan dalam *Weight Loss Program* untuk mendukung program penurunan berat badan. Wanita dewasa muda sering merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya dan cenderung membandingkan tubuhnya dengan wanita lain yang lebih menarik. Ketidakpuasan tubuh sering terlihat pada wanita saat ini, seperti mencoba menurunkan berat badan dengan diet, berolahraga, berpuasa, dan minum obat pencahar untuk mencapai bentuk tubuh yang diinginkan. Adanya rasa percaya diri seseorang sangat erat kaitannya dengan tingkat kepuasan terhadap tubuhnya, artinya jika seseorang merasa diterima oleh lingkungan maka ia akan membentuk rasa percaya diri yang tinggi sehingga memiliki rasa percaya diri yang tinggi. pemahaman yang baik tentang tubuhnya. .

Berfikir negatif akan sosok tubuh dapat mempengaruhi ketidakpuasan akan bentuk tubuh, hal itu terjadi karena banyaknya media–media yang menunjukan gambaran seorang wanita yang bertubuh langsing, berkulit putih serta wajah yang cantik sehingga menjadi stimulus bagi kaum wanita untuk merubah penampilannya seperti model tersebut. Tidak hanya factor internal dari dalam diri saja yang mendorong wanita ingin merubah bentuk tubuhnya, namun lingkungan sekitar seperti keluarga juga dapat menjadi faktor eksternal akan perubahan bentuk tubuh dengan alasan kesehatan individu tersebut. Pandangan negatif terkait bentuk tubuh seseorang saat pertama kali bertemu dengan individu tersebut *(first impression)* juga dapat

menjadi pengaruh eksternal seseorang merasa tidak puas terhadap bentuk tubuhnya sendiri.

Body dissatisfaction atau ketidakpuasan terhadap tubuh sering di kaitkan dengan hal-hal negatif seperti kurang idealnya postur tubuh pada wanita. *Body dissatisfaction* menurut *Rosen dan Raiter* (dalam Kartikasari, 2013) adalah terpakunya pemikiran akan penilaian yang negatif mengenai tampilan fisik dan timbulnya perasaan malu dengan keadaan fisik ketika berada dalam lingkungan sosial. Sehubungan dengan pengertian tersebut, Amaral & Ferreira (2017) mengemukakan bahwa ketidakpuasan tubuh mengacu pada opini individu yang merendahkan atau dirasa ketidaksesuaian pada tubuhnya.

Salah satu masalah yang sering muncul pada wanita dewasa muda adalah bentuk tubuh. Biasanya, kebanyakan wanita yang memiliki bentuk tubuh yang kurang ideal hal tersebut membuat kebanyakan wanita minder terhadap tubuhnya. Akibatnya, sering kali hal tersebut membuat kebanyakan wanita mengurangi pertemuan atau berinteraksi social karena bentuk tubuh yang kurang ideal. Sehingga, hal ini membuat *Self Confidence* rendah. Adanya pemikiran negatif terhadap bentuk tubuhnya sehingga memunculkan rasa sebab yang di miliki. Ketidakpuasan pada tubuh *(body dissatisfaction)* sering dialami pada wanita dewasa muda, dimana wanita dewasa muda merasa tidak puas terhadap sosok tubuhnya. Mereka berfikir negatif akan sosok tubuh dan mengalami kesenjangan antara individu terhadap persepsi orang lain. Seperti halnya, hasil *interview* awal pada 19 Februari 2022 yang dilakukan peneliti kepada dua orang wanita dewasa muda (SG dan MV)

sebagai konsumen yang menggunakan produk bantu penampilan seperti produk pelangsing dan produk kecantikan, ia mengungkapkan mulai mengkonsumsi produk tersebut karena kurang percaya diri, subjek mengeluhkan bentuk tubuhnya yang tidak ideal, seperti kulit tidak putih, dan hidung yang tidak mancung, mengakibatkan subjek sering dikritik oleh lingkungannya, membuatnya merasa rendah diri atau tidak puas dengan tubuhnya, yang mendorong subjek untuk mengkonsumsi atau menggunakan produk kecantikan. MV mengaku kesulitan mendapatkan pasangan atau teman lawan jenis akibat kurang menariknya sosok tubuh yang dimiliki, bagi sebagian wanita dewasa sosok tubuh sangat penting untuk menarik pasangan atau teman lawan jenis. Berdasarkan hal tersebut *Self Confidence* pada wanita juga dipengaruhi oleh kecantikan seseorang yang sering dinilai dari bentuk tubuh, ukuran tubuh, warna kulit, pembawaan diri, juga penilaian orang lain yang membuat individu mengevaluasi tingkat kecantikan dirinya sendiri.

Berdasarkan beberapa uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "**HUBUNGAN *BODY DISSATISFACTION* DENGAN *SELF CONFIDENCE* PADA WANITA DEWASA MUDA DI DESA GOMBANG KABUPATEN KLATEN".**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, rumusan masalah yang hendak diteliti antara lain :

Bagaimana Hubungan antara *body dissatisfaction* dengan *self confidence* wanita dewasa muda ?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, Adapun tujuan penelitian antara lain :

Untuk mengetahui hubungan antara *Body dissatisfaction* dengan *Self Confidence* Pada Wanita Dewasa Muda Di Desa Gombang Kabupaten Klaten.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritik

Adapun manfaat secara teoritik dalam penelitian ini adalah diharapkan dapat memberikan pengetahuan,pemikiran atau masukan yang positif bagi psikologi perkembangan khususnya pada wanita dewasa muda yang memiliki *Self Confidence* yang rendah sehingga mempersepsi bentuk tubuhnya secara negatif.

2. Manfaat Praktis

Adapun manfaat secara praktis dalam penelitian ini adalah sebagai masukan bagi wanita dewasa muda yang memiliki *body dissatisfaction* yang tinggi, juga dengan dilaksanakannya penelitian ini bisa memberikan pengaruh terhadap masyarakat di dalam pergaulan. Serta bagaimana hubungannya *body dissatisfaction* dengan *Self Confidence* pada wanita dewasa muda.

BAB V

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji hipotesis dan pembahasan pada bab sebelumnya dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

Terdapat hubungan yang negative dan signifikan *body dissatisfaction* dengan *self confidence* pada wanita dewasa muda di Desa Gombang Kabupaten Klaten. Hal ini ditunjukkan dengan nilai r = -0.228 dan p = 0.000

Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka peneliti merekomendasikan berupa saran-saran berikut ini :

Bagi subjek penelitian yang mengalami ketidakpuasan pada bentuk tubuhnya untuk dapat bisa menerima apa adanya diri kita sehingga dapat berinteraksi dengan lingkungan sekitar dengan lebih baik. Dengan mengurangi *body dissatisfaction* dan kepercayaan diri yang tinggi, akan dapat mempermudah seseorang dalam melakukan aktivitas di luar ruangan atau pun di luar rumah. Mengurangi *body dissatisfaction* bisa dengan menanamkan pikiran positif dalam memandang diri sendiri dan menerima apa adanya keadaan diri sendiri, jangan mudah terpengaruh dengan lingkungan. Karena dengan bersyukur akan meningkatkan kepercayaan diri.

DAFTAR PUSTAKA

Abdurrahman F.2014. “Faktor-Faktor Pendorong Perilaku Diet Tidak Sehat Pada Wanita Usia Dewasa Awal” dalam Jurnal Ilmiah Psikologi Volume 2. Universitas Mulawaman

Azwar, S. (2005).Penyusunan Skala Psikologi.Yogyakarta:Pustaka Belajar

Alleva Jessica, Nicole Paraskeva. (2022). **“***A longitudinal study investigating positive body image, eating disorder symptoms, and other related factors among a community sample of men in the UK”.* Diakses pada 1 Maret 2022, dari www.sciencedirect.com

Choirunisa, K. (2011). Hubungan body image dengan kepercayaan diri pada remaja putri. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Eprints.ums.ac.id

Desmika.(2005).*Psikologi Perkembangan*.PT.Remaja Rosdakarya, Bandung 2005

Dariyo, A. (2007). Psikologi perkembangan anak tiga tahun pertama. Bandung: Refika Aditama

Hayati Rina.2020.*Pengertian Staistik Non-parametrik dan Contohnya*, diakses pada 22 Februari 2022, dari PenelitianIlmiah.Com

Hurlock, E.B.(1999).Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (terjemahan Istiwidiyanti dan Soedjarwo.Jakarta:Erlangga.

Muchlisin Riadi.(2021).Body dissatisfaction (pengertian, aspek, indicator, pengukuran, dan dampak, diakses pada 15 Februari 2022, dari Body dissatisfaction (Pengertian, Aspek, Indikator, Pengukuran dan Dampak Negatif) - KajianPustaka.com

Kompasiana.com.2021.*Mengatasi Body dissatisfaction Pada Pengguna Media Sosial Dengan Self Talk*, diakses pada 04 Maret 2022, dari . Mengatasi Body dissatisfaction Pada Pengguna Media Sosial dengan Self-Talk Halaman 1 - Kompasiana.com

Mukhlis, A. (2013). Berpikir Positif Pada Ketidakpuasan Bentuk Tubuh Terhadap Citra Tubuh. Accessed On May 7, 2016 From Psikologi.Uin-Malang.Ac.Id/Wpcontent/Uploads/2014/03

Onlinelibrary.wiley.com.Body dissatisfaction. Diakses pada 19 Februari 2022, dari . [Articles & Chapters: body dissatisfaction] AND [Journal: International Journal of Eating Disorders] : Search (wiley.com)

Ridwaninstitute.co.id.2021.Cara Menulis Daftar Pustaka Dari Internet.diakses pada 04 Maret 2022, dari www.ridwaninstitute.co.id

Sejarahmatematika. 2017. *Cara Menghitung Korelasi Pearson Product Moment*, diakses pada 01 Maret 2022, dari . Cara Menghitung Korelasi Pearson Product Moment - SM BLOG (sejarahmatematika1.blogspot.com)

Sarjanaekonomi, Guru Ekonomi. 2021. Purposive Sampling, diakses pada 01 Maret 2022, dari Purposive Sampling : Pengertian, Tujuan, Tahapan & Rumusnya (sarjanaekonomi.co.id)

Skripsi Zurisatia Ekaningtias.2016. *Hubungan Body dissatisfaction Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Akhir*. Universitas Muhammadiyah Malang

Repository.untag-sby.ac.id.*Tinjauan Pustaka*.diakses pada 20 februari 2022, dari BAB II.pdf (untag-sby.ac.id)