

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan yang Maha Esa atas segala berkat anugrah dan kasih karunia yang telah diberikan-Nya, sehingga penulis mampu menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan judul “PERAN *SELF-ESTEEM* SEBAGAI MEDIATOR ANTARA *BODY DISSATISFACTION* DENGAN *LONELINESS* PADA REMAJA” sebagai salah satu persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi Strata Satu Universitas Pelita Harapan.

Penulis menyadari bahwa tanpa bimbingan, bantuan, dan doa dari berbagai pihak, Tugas Akhir ini tidak akan dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses pengerjaan Tugas Akhir ini, yaitu kepada:

1. Bapak Yonathan Aditya, PHD selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Pelita Harapan.
2. Ibu Ruth P. Sumule, M.A. selaku Ketua Jurusan Fakultas Psikologi Universitas Pelita Harapan juga dosen pembimbing kedua (*co-supervisor*) yang telah memberikan bimbingan dan banyak masukan kepada penulis.
3. Ibu Kartika S. Sitorus, M.Psi selaku Dosen Pembimbing utama yang telah meluangkan waktu dan sabar untuk memberikan bimbingan, serta banyak memberikan masukan kepada penulis.

4. Ibu Kartika C. Kirana, M.Psi selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan masukan kepada penulis.
5. Semua Dosen yang telah mengajar penulis selama berkuliah di Universitas Pelita Harapan.
6. Orangtua, Kakak, dan Adik-adik yang selalu membantu, mendukung, memberikan perhatian dan semangat, serta mendoakan penulis dalam menyusun Tugas Akhir ini.
7. Ci Popi, juga teman-teman Dachi, Cindy, Ririn, Amel, Vina, Rayyan, Virda, Evelyn, Christa, Dea, Darin, Devi, Nadya, Andyni, Crys, Marsha, Riani, Natalia, dan Jani yang selalu memberikan dukungan, serta membantu proses menyelesaikan Tugas Akhir ini, dan juga untuk teman-teman angkatan 2011 yang saling menguatkan satu sama lain.
8. Kepada semua orang yang telah membantu penulis untuk meluangkan waktunya dan berpartisipasi untuk menjadi responden dalam mengisi kuesioner penelitian ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung yang penulis tidak bisa sebutkan satu per satu. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya.

Tangerang, 23 September 2014

Penulis

## DAFTAR ISI

|  |             |
|--|-------------|
| <b>HALAMAN JUDUL .....</b>                                       | <b>i</b>    |
| <b>PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR.....</b>                      | <b>ii</b>   |
| <b>PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR.....</b>             | <b>iii</b>  |
| <b>PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR.....</b>                  | <b>iv</b>   |
| <b>ABSTRAK.....</b>  | <b>v</b>    |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                       | <b>vi</b>   |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>   | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>  | <b>xi</b>   |
| <b>DAFTAR TABEL.....</b>   | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>                                      | <b>xiv</b>  |
| <br>   |             |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>   |             |
| 1.1 Latar Belakang.....  | 1           |
| 1.2 Rumusan Masalah.....   | 9           |
| 1.3 Tujuan Penelitian.....                                       | 9           |
| 1.4 Manfaat Penelitian.....                                      | 9           |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis.....                                      | 9           |
| 1.4.2 Manfaat Praktis.....                                       | 9           |
| <br>   |             |
| <b>BAB II LANDASAN TEORITIS</b>                                  |             |
| 2.1 <i>Body Image</i> .....                                      | 11          |
| 2.1.1 Definisi <i>Body Image</i> .....                           | 11          |
| 2.1.2 Komponen <i>Body Image</i> .....                           | 12          |
| 2.2 <i>Body Dissatisfaction</i> .....                            | 13          |
| 2.2.1 Definisi <i>Body Dissatisfaction</i> .....                 | 13          |
| 2.2.2 Dimensi <i>Body Dissatisfaction</i> .....                  | 14          |
| 2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Body Dissatisfaction</i> ..... | 15          |
| 2.2.4 Dampak <i>Body Dissatisfaction</i> .....                   | 18          |

|  |    |
|--|----|
| 2.3 <i>Loneliness</i> .....  | 19 |
| 2.3.1 Definisi <i>Loneliness</i> .....                                 | 19 |
| 2.3.2 Aspek<br><i>Loneliness</i> .....                                 | 20 |
| 2.3.3 Faktor yang Menyebabkan <i>Loneliness</i> .....                  | 20 |
| 2.3.4 Perasaan Individu Ketika Mengalami <i>Loneliness</i> .....       | 23 |
| 2.3.5 Dampak <i>Loneliness</i> .....                                   | 24 |
| 2.4 <i>Self-Esteem</i> .....   | 25 |
| 2.4.1 Definisi <i>Self-Esteem</i> .....                                | 25 |
| 2.4.2 Dimensi <i>Self-Esteem</i> .....                                 | 25 |
| 2.4.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Esteem</i> .....                | 26 |
| 2.4.4 <i>Self-Esteem</i> Pada Remaja.....                              | 28 |
| 2.4.5 Karakteristik Individu <i>Self-Esteem</i> Tinggi dan Rendah..... | 29 |
| 2.5 Remaja.....  | 30 |
| 2.5.1 Definisi Remaja.....   | 30 |
| 2.5.2 Karakteristik Perkembangan Remaja.....                           | 31 |
| 2.6 Kerangka Berpikir.....   | 32 |
| 2.7 Hipotesis.....   | 36 |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN</b>                                       |    |
| 3.1 Desain Penelitian.....   | 37 |
| 3.2 Populasi dan Sampel.....   | 37 |
| 3.3 Definisi Operasional.....  | 38 |
| 3.4 Prosedur Penelitian.....   | 39 |
| 3.4.1 Tahap Persiapan.....   | 39 |
| 3.4.2 Tahap Pelaksanaan.....   | 40 |
| 3.4.3 Tahap Pelaporan.....   | 40 |
| 3.5 Pengolahan Data.....   | 40 |
| 3.6 Instrumen Penelitian.....  | 43 |
| 3.7 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur ( <i>Try Out</i> ).....       | 46 |
| 3.8 Blue Print Alat Ukur.....  | 47 |
| 3.9 Batasan Metodologis.....   | 48 |

## **BAB IV ANALISA DAN DISKUSI**

|                                      |           |
|--------------------------------------|-----------|
| 4.1 Hasil Analisis.....              | 49        |
| 4.1.1 Analisis Data Demografis.....  | 49        |
| 4.2 Analisa Deskriptif Variabel..... | 57        |
| 4.3 Uji Asumsi Klasik.....           | 59        |
| 4.3.1 Uji Linearitas.....            | 59        |
| 4.3.2 Uji Normalitas.....            | 60        |
| 4.3.3 Uji Multikolinearitas.....     | 61        |
| 4.3.4 Uji Autokorelasi.....          | 62        |
| 4.3.5 Uji Heteroskedastisitas.....   | 63        |
| 4.4 Uji Hipotesis.....               | 64        |
| 4.5 Analisis Data Tambahan.....      | 66        |
| 4.6 Diskusi.....                     | 72        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>    |           |
| 5.1 Kesimpulan.....                  | 88        |
| 5.2 Saran.....                       | 91        |
| 5.2.1 Saran Teoritis.....            | 91        |
| 5.2.2 Saran Praktis.....             | 92        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>           | <b>97</b> |

## DAFTAR GAMBAR

|   |    |
|---|----|
| Gambar 4.1 Uji Normalitas.....          | 61 |
| Gambar 4.2 Uji Heteroskedastisitas..... | 63 |



## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| Tabel 3.1 Uji Reliabilitas dan Validitas Item Alat Ukur Pada Saat <i>Try Out</i> ..... | 46 |
| Tabel 3.2 <i>Blueprint Body Esteem Scale for Adolescents and Adults</i> .....          | 47 |
| Tabel 3.3 <i>Blueprint Self Liking Competence Scale-Revised</i> .....                  | 47 |
| Tabel 3.4 <i>Blueprint UCLA Loneliness Scale Version 3</i> .....                       | 47 |
| Tabel 4.1 Tabel Demografis Usia.....   | 50 |
| Tabel 4.2 Tabel Demografis Jenis Kelamin.....  | 50 |
| Tabel 4.3 Tabel Demografis Etnis.....  | 51 |
| Tabel 4.4 Tabel Demografis Status.....   | 51 |
| Tabel 4.5 Tabel Demografis Berat Badan.....  | 51 |
| Tabel 4.6 Tabel Demografis Tinggi Badan.....   | 52 |
| Tabel 4.7 Tabel Demografis BMI.....  | 52 |
| Tabel 4.8 Tabel Demografis Tingkat Pendidikan.....                                     | 53 |
| Tabel 4.9 Tabel Demografis Status Orangtua.....  | 53 |
| Tabel 4.10 Tabel Demografis Acuan untuk Memiliki Tubuh Ideal.....                      | 53 |
| Tabel 4.11 Tabel Demografis Hal untuk Mencapai Tubuh Ideal.....                        | 54 |
| Tabel 4.12 Tabel Demografis Hal yang Dapat Memunculkan Rasa Puas Terhadap Tubuh.....   | 55 |
| Tabel 4.13 Tabel Demografis Hal yang Meningkatkan Rasa Percaya Diri.....               | 55 |
| Tabel 4.14 Tabel Demografis Acuan dalam Menilai Diri.....                              | 56 |
| Tabel 4.15 Tabel Demografis Hal yang Dapat Membuat Kesepian.....                       | 56 |
| Tabel 4.16 Tabel Deskriptif <i>Body Dissatisfaction</i> .....                          | 57 |
| Tabel 4.17 Tabel Deskriptif <i>Self-Esteem</i> .....                                   | 57 |
| Tabel 4.18 Tabel Deskriptif <i>Loneliness</i> .....                                    | 57 |
| Tabel 4.19 Uji Linearitas <i>Body Dissatisfaction</i> dengan <i>Loneliness</i> .....   | 59 |
| Tabel 4.20 Uji Linearitas <i>Body Dissatisfaction</i> dengan <i>Self-Esteem</i> .....  | 60 |
| Tabel 4.21 Uji Linearitas <i>Self-Esteem</i> dengan <i>Loneliness</i> .....            | 60 |

|  |    |
|--|----|
| Tabel 4.22 Uji Multikolinearitas.....  | 62 |
| Tabel 4.23 Uji Autokorelasi.....   | 62 |
| Tabel 4.24 Uji Regresi Linear <i>Body Dissatisfaction</i> dengan <i>Loneliness</i> .....                   | 64 |
| Tabel 4.25 Uji Regresi Linear <i>Body Dissatisfaction</i> dengan <i>Self-Esteem</i> .....                  | 64 |
| Tabel 4.26 Uji Regresi Linear <i>Self-Esteem</i> dengan <i>Loneliness</i> .....                            | 64 |
| Tabel 4.27 Uji Regresi Berganda <i>Body Dissatisfaction, Self-Esteem</i><br>Dengan <i>Loneliness</i> ..... | 64 |
| Tabel 4.28 Uji Hipotesis.....  | 65 |
| Tabel 4.29 Uji Tes T Berdasarkan Jenis Kelamin.....  | 66 |
| Tabel 4.30 Uji Tes T Berdasarkan Status.....   | 67 |
| Tabel 4.31 Uji Kruskal Wallis Berdasarkan BMI.....   | 68 |
| Tabel 4.32 Uji ANOVA Berdasarkan Tingkat Pendidikan.....   | 68 |
| Tabel 4.33 Uji ANOVA Berdasarkan Hal yang Dapat Memunculkan<br>Rasa Puas Terhadap Tubuh.....               | 69 |
| Tabel 4.34 Uji ANOVA Hal yang Dapat Meningkatkan Rasa<br>Percaya Diri.....                                 | 70 |
| Tabel 4.35 Uji Kruskal Wallis Hal yang Dapat Membuat Kesepian.....   | 70 |
| Tabel 4.36 Uji Beda Hal yang Dilakukan Untuk Mencapai Tubuh<br>Ideal Berdasarkan Jenis Kelamin.....        | 71 |
| Tabel 4.37 Uji Beda Dimensi <i>Self-Esteem</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....                              | 72 |
| Tabel 4.38 Uji Pengaruh Antara Dimensi <i>Body Dissatisfaction</i><br>Variabel <i>Self-Esteem</i> .....    | 72 |



## DAFTAR LAMPIRAN

|  |     |
|--|-----|
| LAMPIRAN A. Reliabilitas dan Validitas Item..... | 102 |
| LAMPIRAN B Uji Asumsi Klasik.....                | 109 |
| LAMPIRAN C Uji Hipotesis.....                    | 115 |
| LAMPIRAN D Uji Analisis Tambahan.....            | 119 |
| LAMPIRAN E Data Demografis.....                  | 138 |
| LAMPIRAN F Tabel Norma.....                      | 145 |

