

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada atau tidak hubungan antara body image dan self esteem pada wanita dewasa awal yang mengikuti aktivitas zumba di sanggar senam "X" Bandung. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode korelasional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 31 wanita dewasa awal yang mengikuti aktivitas zumba. Alat ukur body image yang digunakan yaitu Self Discrepancy Theory dari Higgins yang terdiri dari 26 item untuk masing-masing dimensi. Alat ukur self esteem berupa kuisioner yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori dari Coopersmith (1967) dan terdiri dari 20 item. Alat ukur body image memiliki validitas sebesar 0,45 – 0,86 dan memiliki reliabilitas sebesar 0,962. Alat ukur self esteem memiliki validitas sebesar 0,37 – 0,78 dan memiliki reliabilitas sebesar 0,863. Data diolah menggunakan bantuan program SPSS 22.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara body image dan self esteem dengan tingkat kecerdasan yang tergolong cukup berarti ($r = +0,405$). Tingkat kecerdasan tergolong cukup berarti karena jumlah wanita dewasa awal yang mengikuti aktivitas zumba di sanggar senam "X" Bandung lebih banyak tersebar pada wanita dewasa awal yang mengikuti aktivitas zumba dengan body image positif dan self esteem tinggi, serta body image negatif dan self esteem rendah.

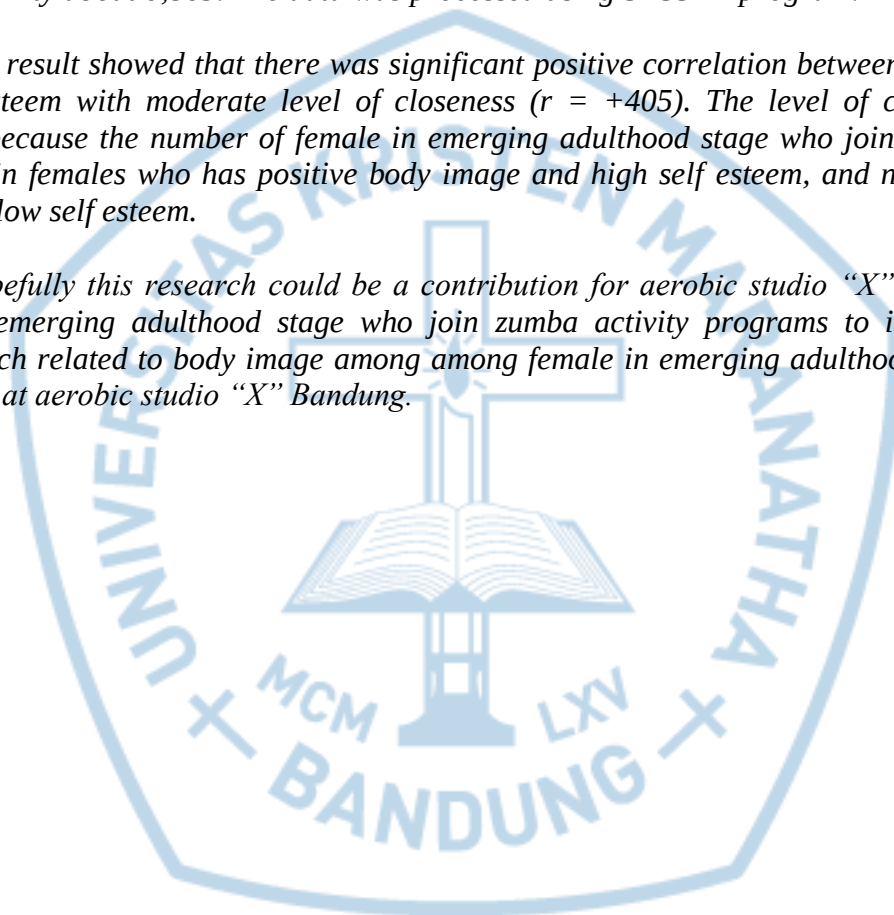
Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi suatu sumbangan kepada sanggar senam "X" Bandung untuk dijadikan bahan program kegiatan wanita dewasa awal yang bertujuan untuk meningkatkan body image berkaitan dengan self esteem yang dimiliki wanita dewasa awal yang mengikuti aktivitas zumba di sanggar senam "X" Bandung.

ABSTRACT

The research conducted to know whether there was correlation between body image and self esteem among female in early adulthood stage who join zumba at aerobic studio “X” Bandung. This research used correlational method. This research has 31 females in emerging adulthood stage who join zumba as the samples. Body image measuring instrument is Self Discrepancy Theory by Higgins which consist 26 items for each dimensions. Self esteem measuring instrument that composed by researcher based on Coopersmith’s theory (1967) and has 20 items. Self discrepancy theory has a validity about 0,45 – 0,86 and has a reliability about 0,962. Self esteem measuring instrument has validity about 0,37 – 0,78 and has a reliability about 0,863. The data was processed using SPSS 22 program.

The result showed that there was significant positive correlation between body image and self esteem with moderate level of closeness ($r = +0,405$). The level of closeness are moderate because the number of female in emerging adulthood stage who join zumba most populated in females who has positive body image and high self esteem, and negative body image and low self esteem.

Hopefully this research could be a contribution for aerobic studio “X” Bandung as female in emerging adulthood stage who join zumba activity programs to improves self esteem which related to body image among female in emerging adulthood stage who join zumba at aerobic studio “X” Bandung.



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS LAPORAN PENELITIAN	iii
PERNYATAAN PUBLIKASI LAPORAN PENELITIAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
 BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	6
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Maksud Penelitian	6
1.3.2 Tujuan Penelitian	6
1.4 Kegunaan Penelitian	6
1.4.1 Kegunaan Teoritis	6
1.4.2 Kegunaan Praktis	7
1.5 Kerangka Pemikiran	7
1.6 Asumsi	15

1.7 Hipotesis Penelitian	16
--------------------------------	----

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 <i>Body Image</i>	17
2.1.1 Pengertian <i>Body Image</i>	17
2.1.2 Dimensi Sikap Terhadap Tubuh	17
2.1.3 Dasar <i>Body Image</i>	17
2.1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	18
2.2 <i>Self-esteem</i>	23
2.2.1 Pengertian <i>Self-esteem</i>	23
2.2.2 Aspek <i>Self-esteem</i>	25
2.2.3 Area dalam <i>Self-esteem</i>	26
2.2.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self-esteem</i>	26
2.3 <i>Body Image</i> dengan <i>Self-esteem</i>	28
2.4 Pengertian Dewasa Awal	31
2.4.1 Tugas Perkembangan Dewasa Awal	31

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Rancangan dan Prosedur Penelitian	33
3.2 Bagan Prosedur Penelitian	33
3.3 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	34
3.3.1 Variabel Penelitian	34
3.3.2 Definisi Konseptual	34
3.3.2.1 Definisi Konseptual <i>Body Image</i>	34
3.3.2.2 Definisi Konseptual <i>Self-esteem</i>	34

	xi
3.3.3 Definisi Operasional	35
3.3.3.1 Definisi Operasional <i>Body Image</i>	35
3.3.3.2 Definisi Operasional <i>Self-esteem</i>	35
3.4 Alat Ukur	37
3.4.1 Alat Ukur <i>Body Image</i>	37
3.4.2 Sistem Penilaian <i>Body Image</i>	38
3.4.3 Alat Ukur Variabel <i>Self-esteem</i>	39
3.4.4 Pemberian Skor dan Pengolahan Data <i>Self Esteem</i>	39
3.4.5 Data Pribadi dan Data Penunjang	40
3.4.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	41
3.4.6.1 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur <i>Body Image</i>	41
3.4.6.2 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur <i>Self Esteem</i>	42
3.4.7 Penentuan BMI (<i>Body Mass Index</i>)	42
3.5 Populasi dan Teknik Penarikan Sampel	43
3.5.1 Populasi Sasaran	43
3.5.2 Karakteristik Populasi	43
3.5.3 Teknik Penarikan Sampel	44
3.6 Teknis Analisis Data	44
3.7 Hipotesis Statistik	45

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Sampel Penelitian	46
4.1.1 Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Usia	46
4.1.2 Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Tinggi dan Berat Badan	47
4.1.3 Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Lama Mengikuti	

	xii
Aktivitas Zumba	48
4.2 Hasil Penelitian	48
4.2.1 Korelasi antara <i>Body Image</i> dan <i>Self-Esteem</i>	48
4.2.2 Tabulasi Silang antara <i>Body Image</i> dan <i>Self Esteem</i>	50
4.2.3 Tabulasi Silang antara <i>Body Image</i> dan BMI	51
4.2.4 Tabulasi Silang antara <i>Self Esteem</i> dan BMI	52
4.2.5 Tabulasi Silang <i>Body Image</i> dan Faktor yang Mempengaruhi <i>Body Image</i>	55
4.3 Pembahasan	59
4.4 Diskusi	62
 BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan	63
5.2 Saran	64
5.2.1 Saran Teoritis	64
5.2.2 Saran Praktis	64
DAFTAR PUSTAKA	65
DAFTAR RUJUKAN	67
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Skoring Untuk Dimensi <i>Body image Investment</i>	37
Tabel 3.2 Skoring Untuk Dimensi <i>Body image Evaluation</i>	38
Tabel 3.3 Kategori <i>Body Image</i>	38
Tabel 3.4 Kisi-kisi Alat Ukur <i>Self-Esteem</i>	38
Tabel 3.5 Bobot Kuesioner <i>Self Esteem</i>	39
Tabel 3.6 Kategori <i>Self Esteem</i>	40
Tabel 4.1 Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Usia	46
Tabel 4.2 Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Tinggi dan Berat Badan	47
Tabel 4.3 Gambaran Sampel Penelitian Berdasarkan Lama Mengikuti Aktivitas Zumba	48
Tabel 4.4 Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i>	49
Tabel 4.5 Tabulasi Silang <i>Body Image</i> dan BMI	50
Tabel 4.6 Tabulasi Silang <i>Self Esteem</i> dan BMI	51
Tabel 4.7 Tabel Tabulasi Silang <i>Body Image</i> dan <i>Cultural Socialization</i>	52
Tabel 4.8 Tabel Tabulasi Silang <i>Body Image</i> dan <i>Interpersonal Experience</i> ...	53
Tabel 4.9 Tabel Tabulasi Silang <i>Body Image</i> dan <i>Physical Characteristics</i>	54
Tabel 4.10 Tabel Tabulasi Silang <i>Body Image</i> dan <i>Personality Atributes</i>	55
Tabel 4.11 Tabel Tabulasi Silang <i>Self Esteem</i> dan Penerimaan	56
Tabel 4.12 Tabel Tabulasi Silang <i>Self Esteem</i> dan Sejarah keberhasilan, Status dan Posisi yang pernah dicapai individu	57
Tabel 4.13 Tabel Tabulasi Silang <i>Self Esteem</i> dan Nilai-nilai dan Aspirasi	58
Tabel 4.14 Tabel Tabulasi Silang <i>Self Esteem</i> dan Cara Individu Berespon Devaluasi Terhadap Dirinya	59

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1.1 Bagan Kerangka Pemikiran	15
Gambar 3.1 Bagan Rancangan Penelitian	33



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Kisi-kisi Alat Ukur	L-1
Lampiran 2 Alat Ukur <i>Body Image</i>	L-7
Lampiran 3 Alat Ukur <i>Self Esteem</i>	L-13
Lampiran 4 Data Penunjang	L-16
Lampiran 5 NILAI-NILAI DALAM DISTRIBUSI t	L-18
Lampiran 6 Hasil Uji Coba Alat Ukur <i>Body Image</i> dan <i>Self Esteem</i>	L-19
Lampiran 7 Kategori Tinggi dan Berat Badan Wanita Dewawa Awal yang Mengikuti Aktivitas Zumba di Sanggar Senam “X” Bandung	L-23
Lampiran 8 Hasil Pengolahan data <i>Body Image</i> dan <i>Self Esteem</i>	L-24
Lampiran 9 Nilai Korelasi <i>Body Image</i> dan <i>Self Esteem</i>	L-27
Lampiran 10 Gambaran Aspek-aspek <i>Body Image</i> dan <i>Self Esteem</i>	L-27
Lampiran 11 Kata Pengantar dan LOC	L-28