

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran mengenai konsep diri pada wanita dewasa awal yang mengalami kegemukan di Sanggar Senam “X” Kota Bandung. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran yang lebih spesifik mengenai konsep diri pada wanita dewasa awal yang mengalami kegemukan di Sanggar Senam “X” Kota Bandung berdasarkan Perceptual Component, Conceptual Component, dan Attitudinal Component.

*Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah non eksperimental Ex post Facto, yang berarti peneliti meneliti berdasarkan variabel yang sudah ada dalam diri sampel tanpa dimanipulasi oleh peneliti. Metode yang digunakan adalah metode survei. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini disusun oleh peneliti berdasarkan teori konsep diri dari **Jersild**. Berdasarkan uji validitas dengan menggunakan rumus **Rank Spearman** dan reliabilitas dengan menggunakan rumus **Alpha Cronbach**, juga pengolahan data dengan menggunakan SPSS 11, diperoleh 45 item dengan validitas ≥ 0.3 ; dan reliabilitas sebesar **0.542**.*

Sebagian besar wanita dewasa awal yang mengalami kegemukan di Sanggar Senam “X” Kota Bandung memiliki konsep diri negatif, dan sisanya memiliki konsep diri positif. Wanita dewasa awal dengan konsep diri negatif menghayati faktor gambaran fisik, umpan balik dari orang lain, dan model identifikasi ikut berpengaruh dalam pembentukan konsep dirinya, begitu juga sebaliknya.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat ditarik kesimpulan bahwa wanita dewasa awal yang mengalami kegemukan lebih banyak yang memiliki konsep diri negatif, dan sebagian besar yang memiliki konsep diri negatif, memiliki penilaian negatif pula pada ketiga komponen konsep dirinya. Saran yang dapat diberikan bagi wanita dewasa awal yang mengalami kegemukan di Sanggar Senam “X” Kota Bandung adalah disarankan untuk bersikap obyektif dalam mengenali diri sendiri, dengan tidak mengabaikan pengalaman positif atau keberhasilan sekecil apa pun yang pernah dicapai, melihat talenta, bakat dan potensi diri dan mencari cara dan kesempatan untuk mengembangkannya; disarankan juga untuk dapat menghargai diri sendiri, dapat melihat kebaikan yang ada pada diri sendiri, mampu memandang hal-hal baik dan positif terhadap diri.

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL

LEMBAR PENGESAHAN

ABSTRAK.....iii

KATA PENGANTAR.....iv

DAFTAR ISI.....viii

DAFTAR SKEMA.....xiii

DAFTAR TABEL.....xiv

DAFTAR LAMPIRAN.....xv

Bab I. PENDAHULUAN.....1

1.1 LATAR BELAKANG MASALAH.....1

1.2 IDENTIFIKASI MASALAH.....6

1.3 MAKSUD DAN TUJUAN PENELITIAN.....6

1.4 KEGUNAAN PENELITIAN.....7

1.4.1 Kegunaan Ilmiah.....7

1.4.2 Kegunaan Praktis.....7

1.5 KERANGKA PEMIKIRAN.....7

1.6 ASUMSI.....13

Bab II. TINJAUAN TEORETIK.....	14
2.1 KONSEP DIRI.....	14
2.1.1 Pengertian Konsep Diri.....	14
2.1.2 Komponen dalam Konsep Diri.....	15
2.1.3 Faktor yang berpengaruh pada pembentukan konsep diri.....	16
2.1.4 Konsep Diri Positif dan Negatif.....	17
2.1.4.1 Konsep Diri Positif.....	17
2.1.4.2 Konsep Diri Negatif.....	18
2.2 PERKEMBANGAN DEWASA AWAL.....	19
2.2.1 Pengertian Dewasa (<i>Adulthood</i>).....	19
2.2.2 Masa Dewasa Awal (<i>Early Adulthood</i>).....	19
2.2.3 Ciri-ciri Masa Dewasa Awal.....	19
2.2.4 Perkembangan Masa Dewasa Awal.....	20
2.2.4.1 Perkembangan Fisik.....	20
2.2.4.2 Perkembangan Kognitif.....	21
2.2.4.3 Perkembangan Sosio-Emosional.....	22
2.3 KEGEMUKAN.....	23
2.3.1 Pengertian Kegemukan.....	23
2.3.2 Penyebab Kegemukan.....	24
2.3.3 Penggolongan Kegemukan berdasarkan usia.....	25
2.3.4 Dampak Kegemukan dalam Kehidupan Sehari-hari.....	27

Bab III. METODOLOGI PENELITIAN.....	28
3.1 Rancangan Penelitian.....	28
3.2 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	29
3.2.1 Variabel Penelitian.....	29
3.2.2 Definisi Operasional.....	29
3.3 Alat Ukur Penelitian.....	30
3.3.1 Kuesioner Konsep Diri.....	30
3.3.1.1 Langkah Skoring.....	31
3.4 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	32
3.4.1 Validitas Alat Ukur.....	32
3.4.2 Reliabilitas Alat Ukur.....	33
3.5 Populasi Sasaran dan Teknik Penarikan Sampel.....	33
3.5.1 Populasi Sasaran.....	33
3.5.2 Teknik Penarikan Sampel.....	34
3.6 Teknik Analisis Data.....	34
 Bab IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	 35
4.1 Hasil Pengolahan Data.....	35
4.1.1 Identitas Responden.....	35
4.1.2 Gambaran mengenai Konsep Diri Responden.....	37
4.1.3 Tabulasi Silang Konsep Diri dengan Komponen.....	37
4.2 Pembahasan.....	39

Bab V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	42
5.1 Kesimpulan.....	42
5.2 Saran.....	43
5.2.1 Saran Penelitian Lanjutan.....	43
5.2.2 Saran Praktis.....	43
 DAFTAR PUSTAKA.....	 44
DAFTAR RUJUKAN.....	45
LAMPIRAN	