

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* PERUBAHAN FISIK PADA
MASA REMAJA DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA
REMAJA KELAS XI DI SMA NEGERI 1 TOROH
KABUPATEN GROBOGAN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan



DISUSUN OLEH :

DEFI AMBARMINI

J 210100006

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2014

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN *BODY IMAGE* PERUBAHAN FISIK PADA MASA REMAJA DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA KELAS XI DI SMA NEGERI 1 TOROH KABUPATEN GROBOGAN

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

DEFI AMBARMINI

J 210.100.006

Telah dipertahankan didepan dewan penguji pada tanggal 10 Oktober 2014, dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Susunan Dewan Penguji

1. Winarsih Nur A., S.Kep., Ns., ETN., M. Kep (..........)
2. Agustaria Budinugroho, S.Kep., Ns (..........)
3. Arina Maliya, S.Kep., M.Si., Med. (..........)

Surakarta, 10 Oktober 2014

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dekan,




Dr. Suwadi, M.Kes

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

**HUBUNGAN *BODY IMAGE* PERUBAHAN FISIK PADA MASA REMAJA
DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA KELAS XI
DI SMA NEGERI 1 TOROH KABUPATEN GROBOGAN**

Adalah hasil karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini saya kutip dari hasil karya orang lain yang telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan di dalam skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi dari Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Surakarta, 13 September 2014

Yang menyatakan,



(Defi Ambarmini)

J210100006

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Muhammadiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Defi Ambarmini
NIM : J210100006
Program studi : Sarjana Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Jenis karya : Skripsi

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

HUBUNGAN BODY IMAGE PERUBAHAN FISIK PADA MASA REMAJA DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA KELAS XI DI SMA NEGERI 1 TOROH KABUPATEN GROBOGAN

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan memublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surakarta
Pada tanggal : 13 September 2014
Yang menyatakan



(Defi Ambarmini)

J20100006



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jln A.Yani, Tromol Pos I Pabelan, Kartasura Telp. (0271)717417 Surakarta 57102

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **DEFI AMBARMINI**
NIM : **J 210.100.006**
Program Studi : **S1 - KEPERAWATAN**
Judul Skripsi : **HUBUNGAN *BODY IMAGE* PERUBAHAN FISIK
PADA MASA REMAJA DENGAN
KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA KELAS XI
DI SMA NEGERI 1 TOROH KABUPATEN
GROBOGAN**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa dalam penulisan skripsi yang saya buat ini, merupakan hasil karya saya sendiri, kecuali kutipan – kutipan dan ringkasan-ringkasan yang semuanya telah saya jelaskan sumbernya. Apabila dikemudian hari dan atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi apapun dari Fakultas Ilmu Kesehatan dan atau gelar dan ijazah yang diberikan oleh Universitas Muhammadiyah Surakarta batal saya terima.

Surakarta, 13 September 2014

Yang membuat pernyataan,

(Defi Ambarmini)

J210100006

MOTTO

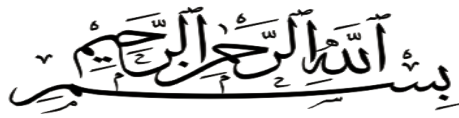
- Dan janganlah kamu memalingkan wajah dari manusia (karena sombong) dan janganlah berjalan di bumi dengan angkuh. Sungguh, Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong dan membanggakan diri (Luqman, surat ke-31: 18)
- Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain, (karena) boleh jadi mereka (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok), dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olokkan) perempuan lain, (karena) boleh jadi perempuan (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela satu sama lain, dan janganlah saling memanggil dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah panggilan yang buruk (fasik) setelah beriman. Dan barang siapa tidak bertobat, maka orang-orang itulah yang zalim (Al-Hujurat, Surat ke-49: 11)
- Sungguh, orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan, untuk mereka disediakan surga Firdaus sebagai tempat tinggal (Al- Kahf, surat ke-18: 107)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Allhamdulillah, tiada kebahagiaan yang dapat terungkap dan dengan segala kerendahan hati, karya kecil ini ku persembahkan kepada :

- ❖ Allah SWT yang senantiasa memberikan keindahan disetiap rahmat dan hidayahnya.
- ❖ Bapakku Supardjo dan Ibuku Sulastri tercinta yang telah banyak memberikan do'a restu, dukungan, dan semangat baik moral dan spiritual yang tiada henti, kasih sayang yang tulus ikhlas, dan sabar yang tidak pernah henti.
- ❖ Kakakku Sudarwanto, S. E. dan adikku Siti Aminah tersayang yang selalu memberikan suasana berbeda didalam rumah dan memberikan keceriaan dalam keluarga.
- ❖ Om Serka Yatmin dan Tante Neny Kriamuning, S. Pd yang selalu memberikan motivasi dan semangat dalam penyelesaian skripsi ini.
- ❖ Semua dosen UMS khususnya Fakultas Ilmu Kesehatan Jurusan S1 keperawatan yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingannya.
- ❖ Sahabat-sahabatku yang selalu ada dalam keadaan apapun (Risa, Mega, Yuli, Anjar, Diah) dan teman-teman KEPERAWATAN S1 yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan do'a dan dukungannya kepadaku.
- ❖ Semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini.
- ❖ Almamaterku tercinta Universitas Muhammadiyah Surakarta.

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb.,

Puji dan syukur saya panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, karunia dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Body Image Perubahan Fisik Pada Masa Remaja Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Kelas XI Di SMA Negeri 1 Toroh Kabupaten Grobogan” sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Drs. Bambang Setiaji MS, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Dr. Suwadi, M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian
3. Okti Sri P., S.Kep., M.Kep., Ns., Sp.Kep., MB, selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
4. Winarsih Nur A., S.Kep., Ns., Etn., M.Kep., selaku pembimbing pertama yang telah memberikan pengarahan, bimbingan dan dorongan dengan penuh kesabaran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan
5. Agustaria Budinugroho, S.Kep., Ns., selaku pembimbing kedua yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini

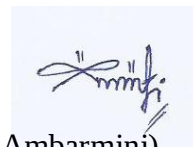
6. Arina Maliya, S.Kep., M.Si., Med., selaku penguji yang telah memberikan pengarahan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini
7. Semua responden penelitian yang telah bersedia menjadi responden penelitian
8. Kepala SMA Negeri 1 Toroh Kabupaten Grobogan yang telah membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan
9. Kedua orang tua, kakak dan adik yang telah memberikan dukungan material dan moral
10. Sahabat yang telah membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini

Dalam penyusunan skripsi ini saya menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna dikarenakan keterbatasan yang saya miliki. Oleh karena itu, kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat saya harapkan demi kebaikan. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca maupun bagi penulis dan dapat menjadi sumbangan bagi perkembangan ilmu pendidikan.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.,

Surakarta, 13 September 2014

Peneliti



(Defi Ambarmini)

J210100006

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRAC	xvii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penulis	6

BAB II LANDASAN TEORI

A. Tinjauan Teori.....	8
1. <i>Body Image</i>	8
a. Pengertian <i>Body Image</i>	8
b. Gangguan <i>Body Image</i>	9
c. Faktor-faktor <i>Body Image</i>	9
d. Pengukuran <i>Body Image</i>	11
2. Perubahan Fisik Pada Masa Remaja.....	12
a. Karakteristik Pertumbuhan Fisik	12
b. Perubahan Fisik	13

c. Kondisi Yang Mempengaruhi Pertumbuhan Fisik Remaja	15
3. Masa Remaja	17
a. Pengertian Masa Remaja	17
b. Batasan-batasan Usia Remaja	17
4. Kepercayaan Diri Pada Remaja	18
a. Pengertian Kepercayaan Diri	18
b. Faktor-faktor Dari Kepercayaan Diri	19
c. Ciri-ciri Kepercayaan Diri	21
d. Meningkatkan Rasa Percaya Diri Remaja	22
B. Kerangka Teori	25
C. Kerangka Konsep	26
D. Hipotesis	26
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	27
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	27
C. Populasi Dan Sampel	27
1. Populasi	27
2. Sampel	28
D. Variabel Penelitian	30
1. Variabel Bebas	30
2. Variabel Terikat	30
E. Definisi Operasional	31
F. Instrumen Atau Alat Ukur Yang Digunakan	31
1. Kuesioner <i>Body Image</i> Perubahan Fisik Pada Masa Remaja	32
2. Kuesioner Kepercayaan Diri Pada Remaja	33

G. Uji Validitas Dan Reliabilitas	35
1. Uji Validitas	35
2. Uji Reliabilitas	36
H. Etika Penelitian	37
1. Minta Ijin	38
2. Lembar Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)	38
3. Tanpa Nama (<i>Anonimity</i>)	38
4. Kerahasiaan (<i>Confidentially</i>)	38
I. Pengolahan Data Dan Analisa Data	38
1. Pengolahan Data	38
a. <i>Editing</i>	39
b. <i>Coding</i>	39
c. <i>Entry Data</i>	39
d. <i>Tabulating</i>	39
2. Analisis Data	39
a. Analisis Univariat	39
1). <i>Boby Image</i> Perubahan Fisik Pada Remaja	40
2). Kepercayaan Diri Pada Remaja	40
b. Analisis Bivariat	40
J. Pelaksanaan Penelitian	41
1. Tahap Persiapan	41
2. Tahap Pelaksanaan	42
3. Tahap Seminar Hasil	43
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Karakteristik Responden Penelitian	44
1. Jenis Kelamin	44
2. <i>Body Image</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	45
3. Kepercayaan Diri Berdasarkan Jenis Kelamin	46

4. Umur	47
5. Kelas	47
6. <i>Body Image</i> Berdasarkan Kelas XI IPA Dan Kelas XI IPS	48
7. Kepercayaan Diri Berdasarkan Kelas XI IPA Dan Kelas XI IPS	49
B. Analisis Univariat	50
1. <i>Body Image</i> Perubahan Fisik Pada Masa Remaja	50
2. Kepercayaan Diri	51
C. Analisis Bivariat	52
 BAB V PEMBAHASAN	
A. Karakteristik Responden	55
B. <i>Body Image</i> Perubahan Fisik Pada Masa Remaja	58
C. Kepercayaan Diri Pada Remaja	59
D. Hubungan <i>Body Image</i> Perubahan Fisik Pada Masa Remaja Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Kelas XI Di SMA Negeri 1 Toroh Kabupaten Grobogan	61
E. Keterbatasan Peneliti	66
 BAB VI PENUTUP	
A. Kesimpulan	67
B. Saran	68
 DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	25
Gambar 2. Kerangka Konsep	26

DAFTAR TABEL

Table 1. Data Populasi Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 1 Toroh Kabupaten Grobogan	28
Tabel 2. Definisi Operasional	31
Tabel 3. Kuesioner <i>Body Image</i>	33
Tabel 4. Kuesioner Kepercayaan Diri	34
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin	44
Tabel 6. Distribusi Frekuensi <i>Body Image</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	45
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Kepercayaan Diri Berdasarkan Jenis Kelamin	46
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Umur	47
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Kelas	48
Tabel 10. Distribusi Frekuensi <i>Body Image</i> Berdasarkan Kelas XI IPA Dan Kelas XI IPS	48
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Kepercayaan Diri Berdasarkan Kelas XI IPA Dan Kelas XI IPS	49
Tabel 12. <i>Body Image</i> Perubahan Fisik Pada Masa Remaja	51
Tabel 13. Kepercayaan Diri Remaja	52
Tabel 14. Hubungan <i>Body Image</i> Perubahan Fisik Pada Masa Remaja Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Kelas XI DI SMA Negeri 1 Toroh Kabupaten Grobogan.....	53

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Permintaan Menjadi Responden
- Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3. Lembar Petunjuk Pengisian Kuesioner
- Lampiran 4. Lembar Kuesioner *Body Image* Perubahan Fisik Pada Masa Remaja
- Lampiran 5. Lembar Kuesioner Kepercayaan Diri Pada Remaja
- Lampiran 6. Lembar Olah Data
- Lampiran 7. Lembar Dokumentasi Foto Penyebaran Dan Pengambilan Kuesioner
- Lampiran 8. Lembar Konsultasi Skripsi
- Lampiran 9. Lembar Surat izin Melakukan Penelitian

HUBUNGAN *BODY IMAGE* PERUBAHAN FISIK PADA MASA REMAJA DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA KELAS XI DI SMA NEGERI 1 TOROH KABUPATEN GROBOGAN

Defi Ambarmini *, Winarsih Nur A. **, Agustaria Budinugroho***

Abstrak

Hasil survey pendahuluan yang dilakukan siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Toroh Kabupaten Grobogan berjumlah 10 siswa baik laki-laki maupun perempuan, 7 siswa mengatakan dengan kondisi fisik seperti perut buncit, hidung pesek, merasa gemuk, wajah kurang cantik untuk perempuan, wajah kurang ganteng untuk laki-laki, mereka merasa kurang percaya diri, sedangkan 3 siswa mengatakan mereka merasa puas dengan kondisi fisik yang mereka anggap proposional membuat mereka menjadi percaya diri. Tujuan penelitian: untuk mengetahui hubungan *body image* perubahan fisik pada masa remaja dengan kepercayaan diri pada remaja kelas XI di SMA Negeri 1 Toroh Kabupaten Grobogan. Desain penelitian: jenis penelitian ini merupakan kuantitatif dengan metode penelitian *non experimental* dengan rancangan deskriptif koleratif dan pendekatan yang digunakan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Toroh Kabupaten Grobogan. Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik acak sederhana (*simple random sampling*) yaitu setiap anggota dari populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk diseleksi sebagai sampel dengan cara undian. Teknik analisa data yang digunakan adalah dengan teknik analisa data univariat dan analisis data bivariat dengan uji *chi square*. Hasil penelitian :*body image* perubahan fisik negatif dengan kepercayaan diri rendah ada 41 atau (67,2%) siswa, sedangkan *body image* perubahan fisik negatif dengan kepercayaan diri tinggi ada 20 atau (32,8%) siswa. *Body image* perubahan fisik positif dengan kepercayaan diri rendah ada 30 atau (45,5%) siswa, sedangkan *body image* perubahan fisik positif dengan kepercayaan diri tinggi ada 36 atau (54,5%). Berdasarkan hasil uji *chi square* diperoleh nilai (χ^2) = 6,088 dengan $p=0,014$. Oleh karena itu, hasil perhitungan menunjukkan bahwa $p < 0,05$ maka H_0 ditolak, artinya terdapat hubungan *body image* perubahan fisik pada masa remaja dengan kepercayaan diri pada remaja kelas XI di SMA Negeri 1 Toroh Kabupaten Grobogan.

Kata kunci: *Body image*, perubahan fisik, masa remaja, kepercayaan diri

**PHYSICAL CHANGES IN THE RELATIONSHIP OF BODY IMAGE IN
ADOLESCENCE WITH CONFIDENCE WITH CONFIDENCE IN
YOUNG CLASS XI IN SMA 1 TOROH GROBOGAN**

Defi Ambarmini *, Winarsih Nur A. **, Agustaria Budinugroho***

Abstract

The results of a preliminary survey conducted in class XI student of SMA Negeri 1 Toroh Grobogan totaled 10 students both male and female, 7 students said the physical conditions such as belly fat, snub nose, feel fat, less beautiful face to women, less handsome face for men, they feel less confident, while three students said they were satisfied with the physical condition that they consider the proportional make them become confident. Objective: to determine the relationship of body image and physical changes in adolescence with confidence in young class XI in SMA 1 Toroh Grobogan. Research Design: This study is a type of quantitative research methods with non-experimental descriptive design koleratif and cross sectional approach used. The population in this study were all students of class XI in SMA 1 Toroh Grobogan. Sampling technique this study using simple random technique (simple random sampling) that each member of the population has an equal chance to be selected as a sample by means of a lottery. Data analysis technique used is the technique of data analysis of univariate and bivariate data analysis with chi square test. Result: negative body image and physical changes with low confidence there are 41 or (67.2%) students, while the physical changes of negative body image with high confidence that there are 20 or (32.8%) students. Body image positive physical changes with confidence rendah there are 30 or (45.5%) students, while body image positive physical changes with high confidence there are 36 or (54.5%). Based on the results obtained by the value of the chi square test (χ^2) = 6.088, $p = 0.014$. Therefore, the result shows that the $p < 0.05$ then H_0 is rejected, meaning that there is a physical change in the relationship of body image in adolescence with confidence in young class XI in SMA 1 Toroh Grobogan.

Keywords: Body image, physical changes, puberty, self-confidence