

**HUBUNGAN ANTARA OBESITAS DENGAN KONSEP DIRI
DAN PENYESUAIAN SOSIAL PADA REMAJA WANITA**

ABSTRAK

**Untuk memenuhi sebagian persyaratan
dalam mencapai derajat Sarjana S-1**



Diajukan oleh :

**Desetalia Four Biantara
F 100 010 012**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2007

**HUBUNGAN ANTARA OBESITAS DENGAN KONSEP DIRI
DAN PENYESUAIAN SOSIAL PADA REMAJA WANITA**

ABSTRAK

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh derajat sarjana S-1
Psikologi**

**Diajukan oleh :
Desetalia Four Biantara
F 100 010 012**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2007**

HUBUNGAN ANTARA OBESITAS DENGAN KONSEP DIRI DAN PENYESUAIAN SOSIAL PADA REMAJA WANITA

Yang diajukan oleh :

Desetalia Four Biantara
F 100 010 012

Telah disetujui untuk dipertahankan

di depan Dewan Penguji oleh :

Pembimbing utama

Siti Nurina Hakim, S.Psi, M.Si, Psi

tanggal

2007

Pembimbing Pembantu

Lusi Nuryanti, S.Psi

tanggal

2007

**HUBUNGAN ANTARA OBESITAS DENGAN KONSEP DIRI
DAN PENYESUAIAN SOSIAL PADA REMAJA WANITA**

Yang diajukan Oleh :

**Desetalia Four Biantara
F 100 010 012**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 6 Maret 2007
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji utama

Siti Nurina Hakim, S.Psi, M.Si, Psi

Penguji pendamping I

Lusi Nuryanti, S.Psi

Penguji pendamping II

Drs. Mohammad Amir, M.Si

Surakarta, _____ 2007
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Psikologi
Dekan,

(Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si)

MOTTO

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum,
kecuali kaum itu merubahnya sendiri”

(QS. Ar-Radu : 11)

“Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu,
sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar”

(QS. Al Baqarah : 45)



PERSEMBAHAN

*Karya ini
penulis persembahkan teruntuk :*

*❖ Bapak dan Ibu tercinta,
terima kasih banyak telah memberikan dukungan kepada penulis dan
atas do'a yang tiada henti agar penulis berhasil*

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Alhamdulillah puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, atas segala rahmat, hidayah dan karunia-Nya, sehingga karya yang sederhana ini dapat terselesaikan.

Karya sederhana ini dapat terselesaikan tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Untuk itu dengan segala kerendahan hati penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta beserta seluruh staf akademik maupun non akademik yang telah mengajarkan ilmu dan membantu penulis selama di bangku kuliah.
2. Siti Nurina Hakim, S.Psi, M.Si, Psi, selaku pembimbing utama yang telah meluangkan waktu untuk membimbing penulis dari awal hingga terselesainya karya ini.
3. Lusi Nuryanti, S.Psi, selaku pembimbing pendamping yang banyak memberikan masukan dan dorongan kepada penulis dalam proses penyelesaian karya ini.
4. Wisnu Sri Hertinjung, S.Psi, selaku pembimbing akademik yang selalu membimbing dan memberikan nasehat selama penulis menuntut ilmu di Fakultas Psikologi UMS.
5. Kepala Kecamatan Temanggung beserta staf, yang telah memberikan ijin dan bantuan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian.
6. Teman-teman dan saudara-saudara penulis yang telah memberikan dorongan dan doanya.

7. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu penulis dalam penyelesaian karya ini.

Harapan dan doa penulis, semoga Allah membalas segala budi baik semua pihak yang telah membantu penulis selama penyusunan karya sederhana ini. Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan. Semoga karya yang sederhana ini dapat memberikan manfaat bagi penulis maupun pembaca. *Amin ya Rabbal' alamin*

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Surakarta, Februari 2007

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	8
C. Manfaat Penelitian	8
BAB II. LANDASAN TEORI	
A. Obesitas	9
1. Pengertian obesitas	9
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi obesitas	11
3. Tipe-tipe obesitas	15
4. Dampak obesitas	17

B. Konsep Diri	18
1. Pengertian konsep diri	18
2. Pembentuk konsep diri	19
3. Faktor-faktor pembentuk konsep diri	20
4. Aspek-aspek konsep diri	22
5. Unsur-unsur dalam konsep diri	24
C. Penyesuaian Sosial	25
1. Pengertian penyesuaian sosial	25
2. Bentuk-bentuk penyesuaian sosial	27
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial	29
4. Aspek-aspek penyesuaian sosial	31
D. Remaja	33
1. Pengertian remaja	33
2. Perkembangan sosial remaja	34
3. Perkembangan fisik remaja	35
E. Hubungan antara Obesitas Dengan Konsep diri Dan Penyesuaian Sosial Pada Remaja Wanita	36
F. Hipotesis	40
 BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	41
B. Definisi Operasional	41
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	42
D. Metode Pengumpulan Data	43

E. Validitas dan Reliabilitas	46
F. Metode Analisis Data	48
BAB IV. LAPORAN PENELITIAN	
A. Persiapan Penelitian	50
1. Orientasi tempat penelitian	50
2. Persiapan alat pengumpul data	50
B. Pelaksanaan Penelitian.....	53
1. Penentuan subjek penelitian.....	53
2. Pelaksanaan <i>try out</i> terpakai	53
3. Pelaksanaan skoring.....	54
4. Perhitungan validitas dan reliabilitas	54
C. Analisis Data.....	56
1. Uji asumsi	56
2. Uji hipotesis	57
3. Sumbangan efektif	58
4. Rerata	58
D. Interpretasi dan Pembahasan	59
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	64
B. Saran-saran.....	65
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN	70

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Susunan Aitem Skala Konsep Diri Sebelum Penelitian	51
2. Susunan Aitem Skala Penyesuaian Sosial Sebelum Penelitian	52
3. Susunan Aitem Skala Konsep Diri yang Valid dan Gugur Setelah Penelitian	55
4. Susunan Aitem Skala Penyesuaian Sosial yang Valid dan Gugur Setelah Penelitian	56
5. Rangkuman Hasil Analisis Data	58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

A. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas Skala Konsep Diri	71
B. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas Skala Penyesuaian Sosial	81
C. Data Obesitas	90
D. Uji Asumsi	93
E. Hasil Analisis Regresi Multivariat	103
F. Skala Pengukuran	111
G. Norma Pengkategorian	120
H. Surat Ijin Penelitian dan Surat Keterangan Penelitian	124

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA OBESITAS DENGAN KONSEP DIRI DAN PENYESUAIAN SOSIAL PADA REMAJA WANITA

Salah satu masalah yang sering dihadapi pada masa remaja adalah kurang bisa menerima keadaan fisik. Memang memiliki tubuh ideal adalah dambaan bagi siapapun baik pria maupun wanita. Disisi lain wanita yang mengalami obesitas sangat mungkin merasa canggung untuk berinteraksi dengan orang lain, karena keadaan dirinya terutama keadaan fisik. Hal ini tentu berkaitan dengan konsep diri individu tersebut yaitu bagaimana individu memandang dirinya sendiri baik itu fisik, kepribadian, motivasi, kelemahan, kepandaian dan kegagalan. Individu yang memiliki konsep diri yang positif akan mampu memandang dirinya sendiri secara positif kelebihan maupun kekurangannya, sehingga individu tersebut tidak canggung dalam pergaulan sosial, mereka mampu melakukan penyesuaian sosial. Sebaliknya remaja yang memiliki konsep diri yang negatif akan merasa kesulitan dalam penyesuaian sosial karena memandang dirinya secara negatif sehingga sangat mungkin mereka larut dalam masalahnya, remaja tersebut merasa minder dan menarik diri dari pergaulan, sehingga sangat mungkin berdampak pada terhambatnya individu dalam memenuhi harapan dan tuntutan sosial atau penyesuaian sosial.

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara obesitas dengan konsep diri dan penyesuaian sosial. Hipotesis yang penulis ajukan adalah: a) ada hubungan negatif antara obesitas dengan konsep diri pada remaja wanita. b) ada hubungan negatif antara obesitas dengan penyesuaian sosial pada remaja wanita. Subjek dalam penelitian ini adalah remaja yang bertempat tinggal di Kecamatan Temanggung, Kabupaten Temanggung berjumlah 55 orang dengan ciri-ciri : a) remaja usia 14 – 22 tahun; b) jenis kelamin wanita; c) memiliki indeks massa tubuh (IMT) $\geq 23,0$. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *incidental purposive non random sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala konsep diri dan skala penyesuaian sosial.

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi $r_{\text{par-xy1}} = -0,300$; $p=0,024$ ($p < 0,05$), hal ini berarti hipotesis yang diajukan diterima yaitu ada hubungan negatif yang signifikan antara obesitas dengan konsep diri. Semakin tinggi obesitas maka akan semakin rendah konsep diri. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi $r_{\text{par-xy2}} = -0,503$; $p=0,000$ ($p < 0,05$), hal ini berarti hipotesis yang diajukan diterima yaitu ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara obesitas dengan penyesuaian sosial. Peranan atau sumbangan efektif obesitas terhadap konsep diri sebesar 9,027% dan sumbangan efektif obesitas terhadap penyesuaian sosial sebesar 25,263%.

Hasil perbandingan skor empirik menunjukkan bahwa konsep diri tergolong tinggi dengan rerata empirik (RE) = 151,473 dan rerata hipotetik (RH) = 120. Hasil perbandingan skor empirik menunjukkan bahwa penyesuaian sosial tergolong tinggi dengan rerata empirik (RE) = 108,818 dan rerata hipotetik (RH) = 90. Sedangkan obesitas pada subjek penelitian tergolong sedang, didasarkan atas norma kategorisasi dengan menggunakan perhitungan IMT (Indek Massa Tubuh).

* **Kata kunci** : obesitas, konsep diri, penyesuaian sosial, remaja wanita

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA OBESITAS DENGAN KONSEP DIRI DAN PENYESUAIAN SOSIAL PADA REMAJA WANITA

Konsep diri adalah inti dari kepribadian individu saat remaja. Pada masa sekarang ini tubuh yang gemuk bukan lagi dipandang sebagai lambang kemakmuran dan kebahagiaan, tetapi lebih dipandang sebagai hal yang kurang menarik, kurang lincah, banyak makan tempat, dan sebagainya. Secara psikologis obesitas dianggap sebagai nilai negatif atau kekurangan diri bagi penderitanya karena dengan tubuh gemuk individu sering merasa kurang percaya diri, malu, bahkan sampai depresi dengan keadaan tubuhnya. Remaja yang memiliki konsep diri yang negatif akan merasa kesulitan dalam penyesuaian sosial karena memandang dirinya secara negatif sehingga sangat mungkin mereka larut dalam masalahnya, remaja tersebut merasa minder, terasing, tak berharga dan menarik diri dari pergaulan, sehingga akan sangat mungkin juga berdampak pada terhambatnya individu dalam memenuhi harapan dan tuntutan sosial atau penyesuaian sosial.

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara obesitas dengan konsep diri dan penyesuaian sosial. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif antara obesitas dengan konsep diri dan penyesuaian sosial pada remaja wanita.

Subjek dalam penelitian ini adalah Subjek dalam penelitian ini adalah remaja yang bertempat tinggal di Kecamatan Temanggung, Kabupaten Temanggung. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *incidental purposive non random sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 55 orang dengan ciri-ciri : a) remaja usia 14 – 22 tahun; b) jenis kelamin wanita; c) tinggal di Kecamatan Temanggung; d) memiliki indeks massa tubuh (IMT) $\geq 23,0$.

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi $r_{\text{par-xy1}} = -0,300$; $p=0,024$ ($p < 0,05$), hal ini berarti hipotesis yang diajukan diterima yaitu ada hubungan negatif yang signifikan antara obesitas dengan konsep diri. Semakin tinggi obesitas maka akan semakin rendah konsep diri. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi $r_{\text{par-xy2}} = -0,503$; $p=0,000$ ($p < 0,05$), hal ini berarti hipotesis yang diajukan diterima yaitu ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara obesitas dengan penyesuaian sosial. Peranan atau sumbangan efektif obesitas terhadap konsep diri sebesar 9,027% dan sumbangan efektif obesitas terhadap penyesuaian sosial sebesar 25,263%.

Hasil perbandingan skor empirik menunjukkan bahwa konsep diri tergolong tinggi dengan rerata empirik (RE) = 151,473 dan rerata hipotetik (RH) = 120. Hasil perbandingan skor empirik menunjukkan bahwa penyesuaian sosial tergolong tinggi dengan rerata empirik (RE) = 108,818 dan rerata hipotetik (RH) = 90. Sedangkan obesitas pada subjek penelitian tergolong sedang, didasarkan atas norma kategorisasi dengan menggunakan perhitungan IMT (Indek Massa Tubuh).