



**PENGEMBANGAN ALAT UKUR CITRA TUBUH:
TINJAUAN SISTEMATIS DAN STUDI VALIDASI**

SKRIPSI

DISUSUN OLEH:

ADELIA

705160006

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS TARUMANAGARA

JAKARTA

2020



**PENGEMBANGAN ALAT UKUR CITRA TUBUH:
TINJAUAN SISTEMATIS DAN STUDI VALIDASI**

**Skripsi ini Diajukan Sebagai Syarat Untuk Menempuh Ujian Sarjana Strata
Satu (S-1) Psikologi**

DISUSUN OLEH:

ADELIA

705160006

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS TARUMANAGARA

JAKARTA

2020

 UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-06/R0	HAL. 1/1
05 NOVEMBER 2010	SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Adelia

NIM : 705160006

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

Pengembangan Alat Ukur Citra Tubuh: Tinjauan Sistematis dan Studi Validasi

Merupakan karya sendiri yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut, dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Jakarta, 13 Juli 2020

Yang Memberikan Pernyataan



Adelia

 <p>UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI</p>	<p>FR-FP-04-07/R0</p>	<p>HAL. 1/1</p>
<p>05 NOVEMBER 2010</p>	<p>SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH</p>	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Adelia**

N I M : **705160006**

Alamat : **Jl. Krendang Tengah 1 no 20.
Jakarta 11260**

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

Pengembangan Alat Ukur Citra Tubuh: Tinjauan Sistematis dan Studi Validasi

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 13 Juli 2020

Yang Membuat Pernyataan



Adelia

**PROGRAM STUDI SARJANA FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA**

TANDA PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Adelia

N.I.M. : 705160006

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi

Pengembangan Alat Ukur Citra Tubuh: Tinjauan Sistematis dan Studi Validasi

.....

.....

.....

.....

Telah diuji dalam sidang Sarjana pada tanggal 1 Juli 2020 dan dinyatakan lulus,
dengan majelis penguji terdiri atas:

1. Ketua : Dr. Rostiana, M.Si., Psi.
2. Anggota : Dr. Zamralita, M.M., Psi.
.....
.....
.....

Jakarta, 13 Juli 2020

Pembimbing



Dr. P. Tommy Y. S. Suyasa, M.Si., Psi.

Tall, thin, curvy, short. Whatever you are, you are beautiful

-Demi Lovato-

Beauty is about accepting, appreciating, and celebrating all you are

-Sealy Rica-

Beauty starts in your head, not in your mirror

-Joubert Botha-

Timbangan itu menunjukkan angka. Bukan nilai

-Rara (Film Imperfect)-

*Who cares what people think. Just believe in yourself, that's all that
matters*

-Britney Spears-

Life is so much more beautiful than a number on a scale

-Tess Munster-

KATA PENGANTAR

Pertama-tama penulis sangat berterima kasih dan bersyukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkah dan karunianya penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul “Pengembangan Alat Ukur Citra Tubuh: Tinjauan Sistematis dan Studi Validasi” dengan lancar dan tepat waktu. Selama proses persiapan dimulai dari sempro hingga sampai tahap pembuatan skripsi, penulis selalu berdoa agar selalu diberikan kelancaran dan kekuatan pada setiap tahap penggerjaan skripsi ini.

Kemudian penulis sangat berterima kasih kepada kedua orang tua penulis, Mimi dan Papi karena selalu memberikan semangat, doa, motivasi dan memberikan dukungan materil selama penulis kuliah serta selalu mendukung ketika penulis sedang mengerjakan skripsi. Untuk tante penulis yaitu tante Nana, terima kasih atas semangat, motivasi dan ketulusan untuk membantu dan menemani penulis mencari jurnal di Sekretariat S2 Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara di pagi hari dan memberikan *traktiran* dikala penulis mulai kurang mendapat ide untuk melanjutkan penulisan skripsi.

Kemudian penulis sangat berterima kasih kepada Ibu Dr. Rostiana, M.Si., Psi selaku dekan Fakultas Psikologi Untar dan penguji seminar proposal dan skripsi penulis. Selama menguji Ibu Rostiana selalu memberikan masukan, saran dan apresiasi pada karya tulis yang penulis buat. Saran, masukan dan apresiasi yang Ibu Rostiana berikan sangat bermanfaat dan berguna bagi skripsi penulis sehingga menjadi lebih baik. Kemudian penulis sangat berterima kasih kepada ibu Dr. Zamralita, M.M., Psi selaku kaprodi Fakultas Psikologi Untar dan penguji skripsi penulis. Selama menguji, ibu Lita selalu memberikan apresiasi dan

memberikan saran yang sangat bermanfaat dan membangun pada skripsi yang penulis buat.

Selama proses menulis sempro hingga tahap penulisan skripsi, penulis sangat berterima kasih kepada Bapak Dr. Tommy, Y. S. Suyasa, M.Si., Psi selaku dosen pembimbing sempro dan skripsi penulis. Kepada Bapak Tommy, penulis sangat berterima kasih karena dari awal sempro hingga skripsi Bapak Tommy selalu memberikan penulis saran, dukungan, motivasi, semangat dan ide serta dengan sabar menjawab apa yang penulis tanyakan kepada beliau mengenai proses, cara, dan penggerjaan tugas akhir skripsi yang penulis lakukan. Bapak Tommy selalu menyebarkan hal positif kepada penulis dan teman-teman sepembimbing skripsi dengan beliau sehingga penulis dan teman-teman selalu termotivasi dan percaya dapat mengerjakan skripsi ini dengan baik dan lancar.

Selanjutnya kepada pembimbing akademik penulis yaitu Mas Untung Subroto Dharmawan, M.Psi. Penulis sangat berterima kasih kepada Mas Untung karena telah memberikan motivasi, dukungan dan semangat kepada penulis. Mas Untung memberikan penulis dukungan emosional dan kepercayaan bahwa penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Selama proses mengerjakan tugas akhir ini, penulis pernah merasakan kesedihan yang sangat mendalam karena penulis merasa tidak mampu mengerjakan tugas akhir ini dengan baik. Dengan menangis dan meluapkan emosi, Mas Untung memberikan motivasi, dukungan, dan memberikan semangat kepada penulis. Dengan kutipan yang diberikan oleh Mas Untung kepada penulis: *“Del... kamu pasti bisa lalui ini semua, ini mah kayak kerikil-kerikil kecil ajah yang menghalangi kamu jalan”*, selalu membuat penulis semangat dan bangkit untuk segera mengerjakan dan menyelesaikan tugas akhir ini. Tanpa adanya motivasi, dukungan dan pencerahan dari Mas

Untung, mungkin penulis tidak akan pernah sampai pada tahap yang membahagiakan ini.

Untuk semua dosen Fakultas Psikologi Untar, penulis sangat berterima kasih kepada Bapak dan Ibu yang telah mengajarkan teori, praktek, pengalaman, pembekalan dan lain sebagainya selama awal pertama penulis kuliah hingga sekarang. Semua hal yang Bapak dan Ibu ajarkan dari awal hingga akhir kepada penulis sangat bermanfaat dan sangat berharga sebagai bekal bagi penulis di masa depan.

Untuk teman-teman seperjuangan skripsi yang sama dibimbing oleh Bapak Tommy yaitu Jessyca, Felita, Giovany, Lisa, Amala dan Sari, penulis sangat berterima kasih kepada teman-teman yang selalu memberikan dukungan, *feedback*, motivasi dan semangat kepada satu sama lain.

Selanjutnya penulis sangat berterima kasih kepada Bapak I dan Ibu JH, MJ, IKR, LA sebagai pakar yang telah bersedia dan dengan senang hati membantu untuk melakukan penilaian *expert judgment* dalam penelitian skripsi yang penulis lakukan. Tanpa bantuan dari Bapak dan Ibu, penelitian dalam skripsi yang penulis buat mungkin tidak akan selesai dan berhasil.

Untuk teman-teman Fakultas Psikologi Untar dan teman-teman yang lain, penulis mengucapkan banyak terima kasih atas kesediaannya berpartisipasi dalam penelitian skripsi yang penulis lakukan. Partisipasi teman-teman sangatlah berharga untuk proses penelitian yang penulis lakukan.

Untuk seluruh tim dari tempat magang penulis yaitu Vajra Nirvana, penulis sangat berterima kasih atas pembelajaran, pengalaman, kepercayaan, dukungan dan motivasi yang selalu mereka berikan kepada penulis. Semua tim Vajra Nirvana selalu menyemangati penulis dengan kutipan yang selalu dikatakan

kepada penulis yaitu “*don’t be afraid, gak ada yang perlu kamu takutin Del*” dan “*be yourself! Pasti semuanya lancar deh*” selalu berhasil menyemangati penulis dikala penulis sedang mengerjakan skripsi dan dapat membuat kepercayaan diri penulis meningkat.

Terakhir, penulis berterima kasih kepada teman kecil penulis yaitu Tata yang selalu memberikan dukungan, motivasi dan sering mengajak penulis jalan-jalan sehingga penulis merasa bahagia dan dengan mudah mendapatkan ide untuk melanjutkan mengerjakan skripsi ini. Serta kepada teman-teman penulis yaitu Rahel, Fei, Jessyca, Putri dan Sofia terima kasih atas semangat dan motivasi yang kalian berikan selama penulis mengerjakan skripsi.

Seperti peribahasa “*tak ada gading yang tak retak*” penulis menyadari bahwa skripsi yang penulis buat masih jauh dari kata sempurna. Untuk itu penulis berterima kasih kepada para pembaca yang ingin memberikan saran dan kritik yang membangun terhadap skripsi penulis.

Akhir kata, semoga semua yang telah mendukung penulis hingga sampai pada tahap awal dan akhir penulisan skripsi ini, seluruh dosen Fakultas Psikologi Untar, seluruh staf Fakultas Psikologi Untar serta seluruh teman-teman Fakultas Psikologi Untar selalu diberikan kesehatan, kebahagiaan dan kesuksesan oleh Tuhan Yang Maha Esa.

Seluruh tulisan di dalam skripsi ini sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis.

Jakarta, 8 Juni 2020

Adelia

DAFTAR ISI

Kata Pengantar.....	i
Daftar Isi.....	v
Daftar Gambar.....	viii
Daftar Tabel.....	ix
Daftar Lampiran.....	x
Abstrak.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Penelitian Teoretis.....	7
1.4.2 Manfaat Penelitian Praktis.....	8
1.5 Sistematika Penulisan.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	10
2.1 Definisi Citra Tubuh.....	10
2.1.1 Perkembangan Konsep Citra Tubuh.....	11
2.1.2 Faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh.....	12
2.1.3 Dampak dari Citra Tubuh.....	17
2.2 Validitas.....	20
2.2.1 Validitas Isi.....	20

2.2.2 Validitas Konstruk.....	22
2.2.3 Validitas Kriteria.....	23
2.2.4 Validitas Tampilan.....	24
2.2.5 Validitas Diskriminan.....	24
2.3 Reliabilitas.....	24
2.3.1 Reliabilitas <i>Test-retest</i>	25
2.3.2 Reliabilitas <i>Pararell Forms</i> dan <i>Alternate Forms</i>	25
2.3.3 Reliabilitas <i>Interrater Agreement</i>	25
2.3.4 Reliabilitas Konsistensi Internal.....	26
2.4 Pengembangan Alat Ukur.....	26
BAB III STUDI 1.....	33
3.1 Metode.....	33
3.2 Hasil.....	34
3.3 Diskusi.....	70
BAB IV STUDI 2.....	73
4.1 Metode.....	74
4.1.1 Partisipan.....	74
4.1.2 Material.....	75
4.1.3 Prosedur.....	76
4.1.4 Rencana Analisis.....	86
4.2 Hasil.....	87

4.2.1 Penilaian Pakar Terhadap Rancangan Alat Ukur Citra Tubuh Tarumanagara.....	87
4.2.2 Alat Ukur Citra Tubuh Tarumanagara.....	90
4.3 Diskusi.....	93
BAB V, DISKUSI, KESIMPULAN DAN SARAN.....	96
5.1 Kesimpulan.....	96
5.2 Diskusi.....	97
5.3 Saran.....	98
5.3.1 Saran yang berkaitan dengan Manfaat Teoretis.....	98
5.3.2 Saran yang berkaitan dengan Manfaat Praktis.....	99
Abstract.....	xii
Daftar Pustaka.....	P-1
Lampiran.....	L-1

DAFTAR GAMBAR

<i>Gambar 2.1</i>	Nilai Minimum CVR.....	21
<i>Gambar 2.2</i>	Tahapan Pengembangan Alat Ukur.....	29
<i>Gambar 2.3</i>	Contoh Format <i>Sentence Completion</i>	30
<i>Gambar 2.4</i>	Contoh Format <i>Semantic Differential</i>	31
<i>Gambar 2.5</i>	Contoh Format Likert.....	32
<i>Gambar 2.6</i>	Contoh Format <i>Multiple Choice</i>	32
<i>Gambar 4.1</i>	Contoh Alat Ukur Citra Tubuh Tarumanagara.....	76

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Daftar Artikel Terpilih.....	38
Tabel 3.2	Gambaran Butir Alat Ukur terkait Citra Tubuh.....	41
Tabel 3.3	Validitas Konstruk.....	45
Tabel 3.4	Validitas Kriteria.....	54
Tabel 3.5	Reliabilitas Konsistensi Internal.....	58
Tabel 3.6	Reliabilitas <i>Tes-retest</i>	62
Tabel 3.7	Ringkasan Studi.....	63
Tabel 4.1	Kriteria Pakar.....	75
Tabel 4.2	Terjemahan Alat Ukur BAS.....	77
Tabel 4.3	Butir Tambahan.....	79
Tabel 4.4	Bentuk Butir Alat Ukur Citra Tubuh Tarumanagara.....	82
Tabel 4.5	Penyempurnaan Butir Berdasarkan Hasil FGD.....	84
Tabel 4.6	Komponen Terpilih.....	88
Tabel 4.7	Rata-rata Butir.....	88
Tabel 4.8	Alat Ukur Citra Tubuh Tarumanagara.....	90

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1a	Rekap Alat Ukur.....	L-1
Lampiran 1b	Bukti Persetujuan Author Alat Ukur.....	L-3
Lampiran 1c	Alat ukur <i>Body Attitudes Questionnaire</i>	L-8
Lampiran 1d	Alat ukur <i>Body Parts Scale</i>	L-12
Lampiran 1e	Alat ukur <i>Body Esteem Scale</i>	L-13
Lampiran 1f	Alat ukur <i>Body Shape Questionnaire</i>	L-17
Lampiran 1g	Alat ukur <i>Body Appreciation Scale</i>	L-22
Lampiran 2a	CV Pakar 1.....	L-24
Lampiran 2b	CV Pakar 2.....	L-25
Lampiran 2c	CV Pakar 3.....	L-26
Lampiran 2d	CV Pakar 4.....	L-27
Lampiran 2e	CV Pakar 5.....	L-28
Lampiran 2f	Nilai PCA (<i>Principal Component Analysis</i>).....	L-29
Lampiran 2g	Contoh Tampilan <i>G Form</i> Penilaian Pakar.....	L-30
Lampiran 2h	Contoh Tampilan <i>G Form</i> Penilaian <i>Face Validity</i>	L-31
Lampiran 3a	Alat Ukur Citra Tubuh Tarumanagara.....	L-32

ABSTRAK

Adelia (705160006)

Pengembangan Alat Ukur Citra Tubuh: Tinjauan Sistematis dan Studi Validasi; Dr. P. Tommy Y. S. Suyasa, M.Si., Psi. Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara (i-xii; 100 halaman, P1-P10, L1-L34)

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui informasi properti psikometrik (*psychometric properties*) pada alat-alat ukur citra tubuh melalui studi tinjauan sistematis serta mengembangkan alat ukur citra tubuh yang selanjutnya akan dianalisa melalui studi validasi.

Hasil studi menunjukkan bahwa informasi properti psikometrik dari alat-alat ukur citra tubuh yang telah ditemukan memiliki nilai reliabilitas dan validitas yang baik sehingga terpercaya dan konsisten untuk mengukur citra tubuh. Dari alat-alat ukur tersebut, alat ukur BAS (*Body Appreciation Scale*) dipilih untuk dilakukan pengembangan.

Alat ukur BAS yang telah dikembangkan akan menjadi alat ukur citra tubuh Tarumanagara terdiri dari 19 butir item dengan konsep citra tubuh positif untuk remaja akhir wanita yang akan dianalisa melalui studi validitas isi dan tampilan. Dari hasil studi validitas isi, hampir seluruh butir cocok dan relevan untuk mengukur citra tubuh walaupun satu butir harus gugur karena kurang relevan. Sedangkan dari hasil validitas tampilan secara keseluruhan cukup jelas dan dapat dipahami oleh responden. Akhirnya, alat ukur citra tubuh Tarumanagara memiliki 18 butir item dengan konsep yang sama. Alat ukur ini dapat dilakukan pengembangan lebih lanjut agar lebih konsisten dan teruji validitasnya.

Kata kunci: citra tubuh, validitas isi, tinjauan sistematis, pengembangan alat ukur