



**HUBUNGAN ANTARA KONFORMITAS TERHADAP TEMAN SEBAYA  
DENGAN *BODY IMAGE***  
(Studi Pada Remaja Akhir yang Menjadi Member Fitnes di Universitas X)

**SKRIPSI**

ROLAND BONGGO PRIBADI

705060033

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA  
2010**



**HUBUNGAN ANTARA KONFORMITAS TERHADAP TEMAN SEBAYA  
DENGAN *BODY IMAGE***  
(Studi Pada Remaja Akhir yang Menjadi Member Fitnes di Universitas X)

Skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk menempuh ujian strata satu (S1)

Psikologi

Disusun oleh:

ROLAND BONGGO PRIBADI

705060033

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA  
2010**

## **Kata Pengantar**

Puji Syukur kepada Tuhan YME atas karunia dan kekuatan dalam penyelesaian skripsi ini. Penyusunan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi syarat untuk menyelesaikan S1 Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terwujud tanpa bantuan dari berbagai pihak, baik dalam perkuliahan dan penyusunan skripsi.

Untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada Henny E. Wirawan, M. Hum, Psi, QIA. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara. Terima kasih kepada Miniwaty Halim, M.Psi. sebagai pembimbing pertama yang telah meluangkan waktu, membimbing, memberikan arahan kepada peneliti untuk membuat skripsi ini. Terima kasih kepada Dra. Ninawati, MM sebagai pembimbing kedua dan penguji pertama yang telah dengan sabar membantu peneliti untuk mengarahkan, memberikan bimbingan, saran, serta waktu yang telah diberikan untuk peneliti semenjak seminar proposal hingga skripsi. Terima kasih kepada P. Tommy Yudha, M.Si., Psi. yang telah meminjamkan alat ukur dan membantu peneliti mengolah data. Terima kasih kepada Niken Widiastuti, M. Si., Psi. selaku penguji kedua yang telah memberikan masukan dan saran yang bermanfaat bagi penulisan skripsi ini, terima kasih juga kepada Debora Basaria, M. Psi. selaku penguji yang telah memberikan saran yang bermanfaat dan berbagi pendapat untuk mengembangkan penelitian ini.

Terima kasih pada keluarga, terutama mama yang sering marah kalau peneliti main terus. Peneliti juga berterima kasih pada Mas Haris, Mas DJ, Mbak Dina, dan Mbak Susan yang telah bersedia memberikan data member fitness dan mencari subjek. Terima kasih kepada Adeline, Wendell, William, Toni, Elliya,

Cindy, Sheilla, Novi, Via, Ivany, dan Gaby yang selalu mendukung dan memberikan kekuatan bagi peneliti.

Terima kasih pada Rena, Paupau, dan Brama yang memberikan saran dan berbagi pengalaman mengenai penulisan skripsi. Seluruh isi skripsi ini menjadi tanggung jawab peneliti. Peneliti menyadari adanya keterbatasan dalam penulisan skripsi ini. Peneliti mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari semua pihak untuk menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat untuk banyak pihak.

Jakarta, 1 Juni 2010

Peneliti

## DAFTAR ISI

|                                                  |      |
|--------------------------------------------------|------|
| Kata Pengantar                                   | i    |
| Daftar Isi                                       | iii  |
| Daftar Tabel                                     | viii |
| Daftar Lampiran                                  | x    |
| Abstrak                                          | xii  |
| BAB I PENDAHULUAN                                | 1    |
| 1.1 Latar Belakang                               | 1    |
| 1.2 Rumusan Masalah                              | 7    |
| 1.3 Tujuan Penelitian                            | 7    |
| 1.4 Manfaat Penelitian                           | 7    |
| 1.4.1 Manfaat Teoretis                           | 7    |
| 1.4.2 Manfaat Praktis                            | 8    |
| 1.5 Sistematika Penulisan                        | 8    |
| Bab II KAJIAN TEORETIS                           | 9    |
| 2.1 Konformitas                                  | 9    |
| 2.1.1 Pengertian                                 | 9    |
| 2.1.2 Jenis-Jenis Konformitas                    | 11   |
| 2.1.3 Konformitas Pada Teman Sebaya              | 12   |
| 2.1.4 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Konformitas | 13   |
| Pada Teman Sebaya                                |      |
| 2.1.5 Dimensi Konformitas                        | 15   |

|                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------|----|
| 2.2 <i>Body image</i>                                                   | 16 |
| 2.2.1 Pengertian                                                        | 16 |
| 2.2.2 Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Body Image</i>                  | 18 |
| 2.2.3 <i>Body Image</i> Positif                                         | 23 |
| 2.2.4 <i>Body Image</i> Negatif                                         | 24 |
| 2.2.5 Fitnes                                                            | 25 |
| 2.2.6 Diet                                                              | 27 |
| 2.2.7 Dimensi <i>Body Image</i>                                         | 29 |
| 2.3 Remaja                                                              | 30 |
| 2.3.1 Pengertian                                                        | 30 |
| 2.3.2 Tahap Perkembangan Remaja                                         | 31 |
| 2.3.3 Perubahan Pada Masa Remaja                                        | 32 |
| 2.4 Hubungan Antara Konformitas dengan <i>Body Image</i><br>Pada Remaja | 33 |
| 2.5 Kerangka Berpikir                                                   | 38 |
| 2.6 Hipotesis Penelitian                                                | 39 |
| Bab III METODOLOGI PENELITIAN                                           | 40 |
| 3.1 Subjek Penelitian                                                   | 40 |
| 3.1.1 Karakteristik Subjek                                              | 40 |
| 3.1.2 Populasi dan Sampel                                               | 41 |
| 3.1.3 Teknik <i>Sampling</i>                                            | 41 |
| 3.2 Setting dan Instrumen Penelitian                                    | 42 |
| 3.3 Pengukuran Variabel Penelitian                                      | 43 |

|                                                      |    |
|------------------------------------------------------|----|
| 3.3.1 Pengukuran Variabel Konformitas                | 43 |
| 3.3.2 Alat Ukur Konformitas                          | 44 |
| 3.3.3 Alat Ukur <i>Body Image</i>                    | 47 |
| 3.4 Prosedur Penelitian                              | 49 |
| 3.4.1 Prosedur Persiapan                             | 49 |
| 3.4.2 Prosedur Pelaksanaan                           | 50 |
| 3.5 Gambaran Umum Subjek                             | 50 |
| 3.5.1 Gambaran Umum Subjek                           | 50 |
| Berdasarkan Usia                                     |    |
| 3.5.2 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin | 51 |
| 3.5.3 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Jurusan       | 51 |
| atau Fakultas                                        |    |
| 3.5.4 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Status        | 52 |
| Tempat Tinggal Subjek                                |    |
| 3.5.5 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Jumlah        | 53 |
| Teman Akrab yang Dimiliki Subjek                     |    |
| 3.5.6 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Motivasi      | 53 |
| Menjadi Member Fitnes                                |    |
| 3.5.7 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Usaha         | 54 |
| yang Pernah Dilakukan Subjek Sebelum Fitnes          |    |
| 3.5.8 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Usaha         | 55 |
| yang Dilakukan Subjek Saat ini Selain Fitnes         |    |
| 3.5.9 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Jenis         | 55 |

|                                                                                                   |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Diet yang Dilakukan                                                                               |    |
| 3.5.10 Gambaran Umum Subjek Berdasarkan Manfaat yang<br>Dirasakan Saat Fitnes                     | 56 |
| BAB IV ANALISIS DATA                                                                              | 58 |
| 4.1 Uji Normalitas                                                                                | 58 |
| 4.2 Gambaran Umum Dimensi Konformitas dan Dimensi <i>Body Image</i>                               | 60 |
| 4.2.1 Gambaran Umum Konformitas dan Dimensi Konformitas                                           | 60 |
| 4.2.2 Gambaran Umum Mengenai Dimensi <i>Body Image</i>                                            | 61 |
| 4.3 Analisis Data Utama                                                                           | 63 |
| 4.3.1 Hubungan Antara Total Konformitas dengan Dimensi<br><i>Body Image</i>                       | 63 |
| 4.3.2 Hubungan Antara Dimensi <i>Acceptance</i> dengan Dimensi<br><i>Body Image</i>               | 65 |
| 4.3.3 Hubungan Antara <i>Compliance</i> dengan Dimensi<br><i>Body Image</i>                       | 67 |
| 4.4 Analisis Data Tambahan                                                                        | 71 |
| 4.4.1 Hubungan Antara Konformitas dengan Dimensi<br><i>Body Image</i> Pada Subjek Laki-Laki       | 71 |
| 4.4.2 Hubungan Antara Konformitas dengan Dimensi<br><i>Body Image</i> Pada Subjek Perempuan       | 73 |
| 4.4.3 Hubungan Antara <i>Acceptance</i> dengan Dimensi<br><i>Body Image</i> Pada Subjek Laki-Laki | 75 |
| 4.4.4 Hubungan Antara <i>Acceptance</i> dengan Dimensi                                            | 77 |



|                                                        |      |
|--------------------------------------------------------|------|
| <i>Body Image</i> Pada Subjek Perempuan                |      |
| 4.4.5 Hubungan Antara <i>Compliance</i> dengan Dimensi | 79   |
| <i>Body Image</i> pada subjek Laki-Laki                |      |
| 4.4.6 Hubungan Antara <i>Compliance</i> dengan         | 82   |
| Dimensi <i>Body Image</i> Pada Subjek Perempuan        |      |
| 4.4.7 Uji Beda Dimensi Konformitas Pada Subjek         | 85   |
| Laki-Laki dan Perempuan                                |      |
| 4.4.8 Uji Beda Dimensi <i>Body Image</i> Pada Subjek   | 86   |
| Laki-Laki dan Perempuan                                |      |
| 4.4.9 Gambaran Umum BMI dan Uji Beda Berdasarkan BMI   | 88   |
| BAB V KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN                   | 91   |
| 5.1 Kesimpulan                                         | 91   |
| 5.2 Diskusi                                            | 92   |
| 5.3 Saran                                              | 99   |
| 5.3.1 Saran Mengenai Manfaat Teoretis                  | 99   |
| 5.3.2 Saran Mengenai Manfaat Praktis                   | 99   |
| <i>Abstract</i>                                        | xiii |
| Daftar Pustaka                                         | P-1  |
| Lampiran                                               | L-1  |

## Abstrak

**Roland B.P. (705060033)**

**Hubungan antara konformitas terhadap teman sebaya dengan *body image* (studi pada remaja akhir yang menjadi member fitnes di Universitas X) (Miniwaty Halim, M.Psi., & Dra. Ninawati, MM.); Program Studi S1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, halaman 1-100, P1-P5, L1-L38.**

Konformitas merupakan pengaruh sosial yang dapat mengubah perilaku individu di dalam kelompok. Konformitas pada remaja terjadi karena keintiman dan keterikatan remaja dengan teman sebayanya. *Body image* adalah suatu gambaran, perilaku, persepsi, perasaan, serta evaluasi tentang penampilan tubuh individu terhadap dirinya. Secara umum *body image* pada remaja dipengaruhi oleh faktor biologis dan faktor kultur sosial. Konformitas menjadi salah satu unsur pada faktor kultur sosial yang memengaruhi *body image*. Penelitian ini bertujuan membuktikan hubungan antara konformitas pada teman sebaya dengan *body image* pada remaja yang menjadi member fitnes yang dilakukan dengan metode kuantitatif. Teknik *sampling* menggunakan *cluster sampling* dan *convenience*. Subjek berumur 18-22 tahun dan menjadi member aktif di universitas X. Analisis data menggunakan *Correlations Spearman Rho*. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan negatif antara konformitas dengan *body image* pada remaja yang mengikuti fitnes. Semakin tinggi tingkat konformitas pada remaja, maka semakin negatif *body image*-nya. Sedangkan semakin rendah tingkat konformitas pada remaja, maka semakin positif *body image*-nya.

Kata kunci: konformitas, *body image*, dan remaja.

## **Abstract**

**Roland B.P. (705060033)**

**The relationship between conformity to peers with body image (study in adolescents who became a fitness member at the University of X)  
(Miniwaty Halim, M. Psi., & Dra. Ninawati, MM.); S1 Psychology Studies Program, the University of pages 1-100, R1-R5, A1-A38.**

Conformity is a social influence that can change the behavior of individuals within the group. Conformity in teenagers occurs because teenagers with intimacy and attachment to peers. Body image is a description, behavior, perceptions, feelings, and the evaluation of the performance of an individual's body against him. In general, body image in adolescents is influenced by biological factors and factors of social culture. Conformity became one of the elements in the social cultural factors that influence body image. This study aimed to verify the relationship between conformity on peers with body image in adolescents who became a fitness member and performed with quantitative methods. Sampling technique using cluster sampling and convenience. Subjects aged 18-22 years and become an active member in the university X. Data analysis using Spearman Rho Correlations. The conclusion from this research that there is negative correlation between conformity with body image in teenagers who follow fitness. The higher the level of conformity in adolescents, the more negative her body image. Meanwhile, the lower the level of conformity in adolescents, the more positive image of his body.

Keywords: conformity, body image, and adolescent